



# LIBRO **D**IGITAL DE **D**INÁMICAS



**LIDERAZGO**

**COMUNICACIÓN**

**TRABAJO EN  
EQUIPO**

**MOTIVACIÓN**

**INTEGRACIÓN**

**Movimiento Familiar Cristiano**

# Contenido

Pag. 3	Presentación
Pag. 4	Definiciones
Pag. 5	Liderazgo
Pag. 28	Comunicación
Pag. 59	Trabajo en Equipo
Pag. 93	Motivación
Pag. 148	Integración
Pag. 182	Legado MFcista





# Presentación

---

Es evidente que el dinamismo que ha generado MFC nos motiva a mantenernos alerta y dinámicos.

¡Que no decaiga el ánimo de los MFCistas! Llevemos la evangelización con compromiso y respeto en un ambiente de gozo, alegría y fraternidad.

Ante ustedes tienen un material de mucho valor que ha elaborado un equipo de matrimonios convocados por el Equipo Coordinador Nacional, conformado por áreas IV de diferentes diócesis de nuestro país, comprometidos con Dios a través de MFC.

Éste material consiste en la recopilación de más de 80 dinámicas sencillas y prácticas, clasificadas en 5 categorías: Liderazgo, Comunicación, Trabajo en equipo, Integración y Motivación.

Estamos convencidos que su utilización será de gran apoyo en reuniones de servidores, en eventos diocesanos y de sector, ya que a través de ellas se promueve unidad, trabajo en equipo, integración y motivación para continuar en la hermosa tarea de servir.

Recordemos también, que uno de los objetivos nacionales es fortalecer la capacitación integral en los servidores, por tal motivo es necesario que continuemos aprendiendo y desarrollándonos en nuestro apostolado. En la medida que se apliquen éstas dinámicas, se seguirá impulsando el desarrollo de habilidades en los servidores en beneficio de nuestro querido MFC, todo para Gloria de Dios.

Agradecemos al Señor por haber permitido la realización de este manual de dinámicas. Agradecemos al equipo de trabajo por su contribución en éste proyecto.

¡Esperamos que esta herramienta sea de gran utilidad y los frutos sean abundantes!

No olvidemos ser ejemplo de Familias convertidas al amor de Dios, testimonio vivo de Santidad.

Marco Antonio y Martha I. Cebreros Campoy

**PRESIDENTES NACIONALES 2019-2022**



**M. F. C.**  
**católico**

# D EFINICIONES



## LIDERAZGO

En este modulo podrás encontrar dinámicas que te permitan Influir y motivar a un grupo de servidores y miembros emefecistas para que trabajen en forma entusiasta; inspirándolos para alcanzar un objetivo en común, a través de la acertada toma de decisiones.



## COMUNICACIÓN

A través de las presentes dinámicas se pretende brindar a todos los miembros y servidores la oportunidad de desarrollar la comunicación a través de un proceso dinámico, desarrollando mejores relaciones entre los participantes de una forma lúdica y de interacción por medio del diálogo en sus diferentes facetas.



## TRABAJO EN EQUIPO

Es el esfuerzo coordinado de un grupo de servidores ó miembros del MFC para la realización de un trabajo, idea o proyecto; mediante el aprovechamiento de las capacidades de sus miembros para el alcance de un objetivo.



## MOTIVACIÓN

Es un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta de la persona hacia metas ó fines determinados. Con estas dinámicas, deseamos encuentres el impulso necesario para accionarte y ello te mueva a buscar activamente los recursos que garanticen el cumplimiento de tu objetivo dentro del MFC.



## INTEGRACIÓN

Ofrecer la oportunidad a los participantes de conocerse a través de sus diferentes características, pero con un mismo objetivo que les permita consolidarse como grupo y como equipo.



# LIDERAZGO



DINÁMICAS



# Índice

DINÁMICA LIDERAZGO	PÁGINA
1.- Adoptamos un nuevo rol .....	7
2.- El ciego, el manco y el mudo .....	9
3.- El lazarillo .....	11
4.- Encestando .....	13
5.- Huevos estrellados .....	15
6.- La red del Señor.....	17
7.- Renovación interior.....	19
8.- Toca la bandera .....	24
9.- Torres de papel .....	26





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1



### ADOPTAMOS UN NUEVO ROL

#### Objetivo

Evaluar las sensaciones que experimentamos de manera personal en la relación con los distintos miembros del grupo.

#### Materiales

- Siete pegatinas (Post it ).

#### Instrucciones

1.- El facilitador del grupo pedirá que los integrantes se sienten en círculo y pegará en la frente de cada uno de ellos una pegatina (Post it, con una frase previamente escrita en ella) en la que los compañeros verán cómo actuar con él.

Los roles pueden ser los siguientes:

- ⇒ Todo el mundo le da la razón.
- ⇒ Todo el mundo le ignora.
- ⇒ Todo el mundo le trata con compasión.
- ⇒ Todo el mundo se ríe cada vez que habla.
- ⇒ Todo el mundo le quita importancia a lo que dice.
- ⇒ Todo el mundo le lleva la contraria.
- ⇒ Todo el mundo le responde de manera agresiva.

2.- Se establece un tema de debate en el grupo, por ejemplo: seleccionar un lugar adecuado para una capacitación. Todos debatirán sobre los pros y contras del lugar de la capacitación.

3.- Cada participante dará su opinión en el debate y el resto de el equipo se comportará con él, de acuerdo a el rol que traiga en su frente. Ej: lo ignorarán, ñe darám completamente la razón, le tendrán compasion, etc.

4.- Se les deja interactuar por el tiempo que determine el facilitador, se recomienda que sean 15 minutos.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1



### ADOPTAMOS UN NUEVO ROL

#### Conclusiones

**Discusión:** En el momento de la reflexión, todos deberán expresar cómo se han sentido con el trato que se les dió., y comentarán si se han sentido cómodos con su rol.

Se reflexionará sobre la importancia de ser empáticos y saber escuchar a las personas; Siempre mostrando respeto por cada una de las aportaciones.

Se identificará al líder del grupo y si ha desempeñado bien su función.

**SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**







# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### EL CIEGO, EL MUDO Y EL MANCO

#### Objetivo

Que el líder guíe al equipo a concluir las metas fijadas en tiempo y forma.

#### Materiales

- Vendas para 10 personas (Estas pueden variar de acuerdo al número de equipos)
- 10 hojas de papel (o cualquier objeto que pueda ser utilizado para cumplir el reto)

#### Instrucciones

- 1.- Se forman equipos de tres personas cada uno.
- 2.- Se distribuye un rol para cada integrante: el primer integrante será "mudo", el segundo integrante será "manco" y el tercer integrante será "ciego".
- 3.- Se les entregará una venda para que sea colocada en los ojos de los que van a tener el rol de "ciegos".
- 4.- Ya en equipo, se llama aparte (en privado) a los "mudos" para darles el mensaje que transmitirán a los "mancos" y ellos a su vez a los "ciegos". Todos los equipos deben realizar esta dinámica al mismo tiempo.
- 5.- El mensaje que transmitirán son instrucciones específicas que de acuerdo con su rol asignado deben cumplir sin cambiar su condición al realizarla. Es muy importante respetar las siguientes reglas:
  - El "mudo" tendrá que pasar el mensaje sin hablar.
  - El "manco" tendrá que poner ambos brazos detrás, inhabilitándolos para no utilizarlos.
  - El "ciego" no podrá ver, tendrá la venda en los ojos.
- 6.- Ejemplos de mensajes que se les pueden solicitar para que lo realicen: mover una silla de lugar y colocarla encima de otra", "toma una hoja blanca, arrúgala y písala; después la traes y la metes al bote de la basura". Cada capacitador puede seleccionar los mensajes que desee de acuerdo con lo que tenga a su alrededor. Recordemos que el mensaje debe ser el mismo para todos los equipos.
- 7.- El personaje que hace el rol de el "mudo" transmite el mensaje al "manco", posteriormente, irán por el "ciego" (colocado al final del salón). El "ciego" se coloca al inicio de la fila, detrás el "mudo" y al final el "manco"; tipo trenecito, avanzarán unidos sin despegarse para cumplir con el objetivo propuesto. El "ciego" no sabe el plan, que descubrirá con las instrucciones que le dé el "manco".



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### EL CIEGO, EL MUDO Y EL MANCO

#### REGLAS:

- \* El “manco” no utilizará un brazo, el “ciego” no podrá quitarse la venda de los ojos y el “mudo” no podrá hablar.
- \* Gana el equipo que realice las actividades completas en el menor tiempo posible. De no ser así, se dará un tiempo de 10 min por actividad.
- \* Se pueden poner obstáculos de sillas, botes ò cualquier objeto que el capacitador tenga y que impida la estrategia del líder.

#### Conclusiones

Con esta dinámica se pretende que el líder, quien tiene el rol de el “manco”, saque a flote sus dones y carismas, para guiar al equipo a cumplir el objetivo. Dando instrucciones claras y precisas; buscando estrategias ante las adversidades.

Algunos equipos no ven más allá, en cambio otros equipos podrán aprovechar los dones que cada uno tiene, como que el “manco” puede ver y hablar. La idea es utilizar las habilidades que cada integrante del equipo posee para cumplir el objetivo y eso solo un líder puede hacerlo.

Al final se pregunta ¿cómo se sintieron?, ¿cuál es la estrategia que utilizaron?, ¿quién fue el líder?, ¿Qué mejorarían de hacerlo de nuevo?, ¿cómo afrontaron los retos que bloqueaban la estrategia inicial?.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### EL LAZARILLO

#### Objetivo

Identificar la importancia de escuchar al líder; y así juntos coordinarse para el logro de los objetivos planteados.

#### Materiales

- Vendas o pañuelos
- Mesas
- Jarras y vasos con agua

#### Instrucciones

- 1.- Se crean dos equipos de seis personas cada uno.
- 2.- En el primer equipo, a cinco integrantes se les cubren los ojos, el sexto integrante será el líder del equipo. En el segundo equipo se nombrarán líderes a integrantes, solo un integrante se cubre los ojos.
- 3.- En un extremo se colocan dos mesas con vasos vacíos y jarras con agua. En el otro extremo se colocan jarras vacías.
- 4.- Los integrantes con ojos vendados llenarán el vaso de agua en una mesa y trasladarán el vaso lleno hasta el otro extremo para depositar el agua en la jarra vacía. (Los líderes guiarán, en el caso de varios líderes, todos hablarán a la vez para guiar a su equipo).



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### EL LAZARILLO

#### Conclusiones

El que guía la dinámica preguntará su sentir a todos los participantes, se hará hincapié en cómo es mucho más fácil dejarte guiar por una sola persona y no estar escuchando a varios que te quieran guiar a la vez. (Siempre será muy importante saber escuchar al líder y después de una manera ordenada aportar las sugerencias el resto del equipo).

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### ENCESTANDO

#### Objetivo

Que los servidores líderes (promotor, capacitador, área, dirigente, etc.) comprendan la importancia de dar acompañamiento responsable y siempre motivar a su equipo; así también los integrantes del equipo entiendan la importancia de escuchar y dejarse guiar.

#### Materiales

- Una silla
- Cinco pelotas
- Bote para encestar (bote de basura/cubeta)

#### Instrucciones

- 1.- Se sienta a todos los participantes en un solo lado del área o salón.
- 2.- Se pide a una participante del equipo sentarse al frente de espaldas al resto del equipo.
- 3.- Un segundo participante (El líder) se pone frente al participante solo (quedando también de frente a todo el resto de personas).
- 4.- Se coloca el bote detrás del participante que esté sentado (2 mts aprox) el bote viene quedando entre participante sentado y público.
- 5.- El líder le da una pelota al participante y le pide encestar (estando de espaldas) no le da ninguna otra instrucción. (se pide a la audiencia no hablar, solo ver). El participante no logrará meter la pelota, el líder le dirá que hizo mal tiro, que vuelva a intentarlo y la da una pelota más. El participante vuelve a tratar de encestar y vuelve a fallar, el líder le dice que lo hizo mejor pero que le falta ponerle más ganas y así sucesivamente le va pidiendo hacer más tiros.

#### REGLAS

\* En cada tiro le va dando más sugerencias o instrucciones de cómo hacerlo, empieza también a motivarlo, diciendo que lo va haciendo cada vez mejor, que no se desanime, que tiene la capacidad y más. Se realiza las veces que sea necesario hasta que el tirador enceste.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### ENCESTANDO

#### Conclusiones

Que el participante comprenda la importancia de saber escuchar a su líder, de dejarse guiar para realizar mejor trabajo y lograr sus objetivos.

Que el líder comprenda lo importante que es saber guiar correctamente a su equipo, además de lo valioso que es motivarlos a hacer mejor las cosas en vez de criticar sus errores.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### HUEVOS ESTRELLADOS

#### Objetivo

Que los participantes reflexionen y comprendan la importancia de utilizar un manual de procedimientos y organización; ya que gracias a poder guiarnos de él se podrá realizar un trabajo con mayor eficacia y eficiencia.

#### Materiales

A cada equipo se le otorga el siguiente material:

- Un huevo
- Una quinta parte de tapa de cartón de huevo.
- 2.1 m de estambre
- 20 cm de cinta adhesiva
- Una torunda(bolita) de Algodón
- Tijeras
- Cuter o navaja
- Regla solo para medir

#### Instrucciones

- 1.- Hacer equipos de cuatro matrimonios participantes.
- 2.- Los matrimonios eligen a un matrimonio líder del equipo.
- 3.- A todos los equipos se les asigna la misma tarea y el mismo material, excepto a un equipo, a quién se les otorgará el manual de organización y procedimientos, quienes trabajarán en un lugar aparte. (Para ello es importante tenerlo físicamente).

#### Tarea asignada

Se les pedirá que con el material entregado **PREPAREN** a su huevo para que esté; soporte una caída de 2.5 m en un tiempo máximo de 12 minutos. (NO SE LES DARÁ NINGUNA OTRA INDICACIÓN).

Al matrimonio líder de equipo se le entregará una hoja para evaluar el producto y el pro-

ceso. Los mismos criterios de evaluación que se le otorgó al matrimonio líder se proyectará y se mantendrá durante todo el momento que estén trabajando en la dinámica sin dar explicaciones de estas.

Se debe permitir que cada equipo se organice como desee y que realice o experimente lo que crean conveniente, a fin de conseguir su objetivo. dejar fluir a la creatividad. (NUNCA DECIR NI DAR A ENTENDER QUE CONSTRUYAN UN PARACAIDAS).

Al finalizar los doce minutos todos los equipos dejarán de trabajar y traerán sus propuestas para ser evaluadas y puestas a prueba utilizando el formato de criterios que se les entregó a cada equipo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### HUEVOS ESTRELLADOS

INDICADOR	Criterio	CALIFICACIÓN	Factor de ponderación	CALIFICACIÓN PONDERADA
Diseño del producto	Eficiencia		0.05	
Se realizó en el tiempo solicitado	Eficiencia		0.05	
Se utilizó exclusivamente el material	Eficiencia		0.20	
Prueba de caída de 2.5 m	EFICACIA		0.65	
¿Se podrá utilizar el mismo dispositivo	Eficiencia		0.05	
<b>TOTAL</b>			<b>1</b>	

### Conclusiones

Al finalizar la prueba de todos los equipos se compararán los resultados y se analizará la razón de explicar cuál fue la diferencia significativa para que algún equipo tuviera la mayor calificación.

El facilitador y el pleno construirán una analogía de nuestro trabajo como dirigentes y resultados que hemos obtenidos en el MFC con la dinámica realizada.

El facilitador concluirá, que así como la dinámica anterior, en el MFC debemos seguir el manual de organización y procedimiento para lograr el objetivo deseado en forma y tiempo.

### ANEXO







# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### LA RED DEL SEÑOR

#### Objetivo

Mostrar a los equipos (ECD, ECS, EZ) la importancia del trabajo en equipo, el liderazgo y el desarrollo de las funciones de cada elemento del equipo de trabajo.

#### Materiales

- Pelota de hule
- Hilaza
- Botella de refresco de vidrio vacía

#### Instrucciones

- 1.- Primero se les da una explicación general del objetivo de esta dinámica y se les dan las instrucciones a los participantes.
- 2.- Se atan a la pelota de hule, cordeles de hilaza de 3 metros, de 10 hasta 14 integrantes, según el tamaño del equipo.
- 3.- Se les pide a los participantes que formen un círculo; en el centro del círculo se pone la botella de refresco, se les pide a todos se sienten dando la espalda a la botella y el líder del equipo les da a cada uno una punta de los cordeles de hilaza que están sujetos a la pelota.
- 4.- El líder les irá dando instrucciones a cada integrante del equipo llamándolo por su cargo o responsabilidad en el equipo (área 1 él, área 1 ella, área 2 él, área 2 ella, etc.). Las instrucciones serán en el sentido de jalar o aflojar el cordel hasta lograr que la pelota sostenida por los cordeles de hilaza toque la boquilla de la bo-

tella de vidrio.

Puede el líder dar la indicación mencionando alguna de las funciones principales de cada área, ejemplo justicia y solidaridad jalar el cordel, servicios institucionales aflojar el cordel etc. Se darán tantas indicaciones como sean necesarias hasta lograr el objetivo.

Después de lograr el objetivo, se les dará una explicación a los participantes de la importancia del trabajo en equipo, de seguir instrucciones y la confianza.

- 5.- Enseguida se repite la dinámica, pero ahora todos voltean de frente a la pelota y ya sin recibir las indicaciones entre todos, logran colocar la pelota en la boquilla de la botella en mucho menor tiempo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### LA RED DEL SEÑOR

#### Conclusiones

La reflexión que se hace enseguida es la siguiente: cuando recibimos el llamado a formar parte de un equipo de trabajo dentro del MFC, normalmente desconocemos las responsabilidades y las funciones a las cuales somos llamados, y tenemos un período de aprendizaje, durante este período tenemos el apoyo de nuestros dirigentes, de nuestros manuales y de nuestro ser y hacer de cada función. Sin embargo una vez que ya conocemos nuestras responsabilidades y funciones, tenemos un mayor conocimiento de como trabajar y eso aunado a seguir siempre las indicaciones de nuestros dirigentes, nos llevan a tener mejores resultados.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### RENOVACIÓN INTERIOR

#### Objetivo

Que la membresía se sienta motivada a asumir la mentalidad del Evangelio para cambiar su forma de pensar.

#### Materiales

- 20 pañoletas o vendas para cubrir los ojos.
- Media hoja de papel con el Test (Anexo 1).

#### Instrucciones

- 1.- Cuando el animador diga: “hacia delante”, tendrá que dar un paso hacia atrás, cuando diga: “derecha” tendrá que dar un paso a la izquierda, cuando diga: “arriba” tendrá que agacharse, etc.
- 2.- Los demás miembros del grupo estarán vigilando para ver quien se equivoca.  
Los que no participan no deben de saber las indicaciones dadas a los que están al frente. A manera que ellos solos descubran que la indicación es al contrario.
- 3.- El que se equivoca será sacado del área de juego por los animadores que si sabrán cuales son las condiciones dadas a las personas de ojos vendados, esto a fin de que no entiendan que sucede.
- 4.- Se realiza cuantas veces se crea oportuno.

#### REGLAS

Al llegar a la reunión a cada participante se le entrega el test para que conteste y se le pide realice el llenado con sinceridad. Posteriormente según el número de participantes se pide un grupo de voluntarios, a quienes se les tapan los ojos con una pañoleta o venda motivándolos a cumplir las reglas de la dinámica, es decir si ellos buscan el modo de ver, no nos engañarán a nosotros, sino que no lograrán vivir la experiencia que se quiere. Se colocarán al frente del grupo distribuidos de modo que cuando se muevan, no choquen unos con otros.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### LA RENOVACIÓN INTERIOR

#### REGLAS:

Es importante que el animador de las indicaciones rápido, si lo hace lento da oportunidad a pensar mucho las cosas.

\* Si se duda, es decir, si se mueven ligeramente hacia el lado equivocado y después reaccionan, pierden y salen del juego.

\* El movimiento debe ser rápido. No pueden quedarse medio minuto pensando hacia donde moverse.

\* Los espectadores no deben hablar, ni decir expresiones como: “no”, “ah”, etc. Solo señalarán a un animador quien se equivocó, si ya entendieron la dinámica.

#### Conclusiones

##### **Preguntar a los que quedaron al final o ganadores:**

¿Como lograste vencer?

Poniendo atención a lo que se decía, pero además haciendo un esfuerzo por cambiar el concepto que tengo desde niño de derecha, izquierda, atrás, adelante. arriba, abajo.

##### **Preguntar a todos: ¿Qué observaron?, a modo que participen.**

¿Es fácil cambiar conceptos o esquemas que ya tenemos desde niños?

**NO. No es fácil y lo acabamos de comprobar en esta dinámica.**

**Esta dinámica nos permite hacer experiencia de lo que sería CONVERTIRNOS.**

Posterior leeremos la palabra de Dios:

La Palabra de Dios nos dice lo que tenemos que hacer para convertirnos, y nos pide dos condiciones, escuchemos con atención.

#### **Romanos 12, 2**

“No se acomoden al mundo presente, antes bien transfórmense mediante la renovación de su mente, de forma que puedan distinguir lo que es voluntad de Dios: lo bueno, lo agradable, lo perfecto.”

Continua.....

ESCUCHAMOS LA PROPUESTA QUE HOY JESUS NOS HACE:



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### LA RENOVACIÓN INTERIOR

#### Conclusiones

ESCUCHAMOS LA PROPUESTA QUE HOY JESÚS NOS HACE:

En este texto bíblico hay dos condiciones necesarias para la conversión. ¿Cuales son?

- 1. No acomodarse al mundo presente.**
- 2. Transformarse por la renovación de la mente**

Veamos lo que implica cada una de estas condiciones.

#### LA PRIMERA CONDICIÓN

##### ES NO ACOMODARSE AL MUNDO.

¿Cuándo nos acomodamos? ¿Cuándo nos sentimos bien? Si diríamos: “ponte cómodo”, ¿te mueves y acomodas hasta que te sientas bien?.

¿Qué implica acomodarse al mundo? Quiere decir que te sientes bien en el ambiente del mundo. Acomodarte a este mundo; es cuando te sientes bien agrediendo al otro, cuando te sientes bien siendo corrupto y engañando, cuando te sientes bien haciendo el mal al otro o difamándolo.

Acomodarse a este mundo es cuando para ti, es normal tener resentimiento contra tu compañero de equipo, promotor y cuando crees que lo normal es buscar la venganza.

Acomodarse al mundo es ver normal las cosas que están mal en tu sector, ser impuntual, apático, desidioso, y decir ¿qué tiene de malo? Si todos lo hacen, es lo normal.

Todo esto que hemos dicho es acomodarse a la nueva mentalidad del mundo, pero podemos hablar de otras cosas a las cuales nos podemos acomodar. Por ejemplo acomodarme a la mentalidad de este mundo es cuando te sientes bien escuchando esa música que solo habla de sexo, infidelidades, parrandas, narcotráfico, asaltos, es cuando te sientes bien viendo telenovelas con cada vez mayor pornografía, asesinatos, guerras, injusticias, acomodarse al mundo es cuando ves normal hablar en doble sentido o con leperadas y vulgaridades o peor insultando al prójimo, Te acomodas a este mundo cuando para ti es normal escuchar que mataron a alguien en la colonia, en la ciudad o en el país y ya no te asusta. Acomodarse a este mundo es cuando vez normal gente promoviendo el aborto, los matrimonios de personas del mismo sexo, el amor libre, las relaciones extramaritales, o atentando en contra de la familia, total !Todos lo hacen! .¿Qué tiene de malo??. Eso es acomodarte al mundo.

Y ¿cuál era la segunda condición?

##### LA SEGUNDA CONDICIÓN ES UNO DE LOS OBJETIVOS DE ESTE TRIENO, “ES TRANSFORMARNOS INTERIORMENTE EN LA RENOVACION ”.

¿Qué quiere decir renovar la mente? Aprender cosas nuevas, hacer cosas nuevas. Recordemos la dinámica del inicio: para ganar tenían que cambiar su mentalidad y conceptos, hacer lo contrario a lo que estamos acostumbrados.

Continua.....



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### LA RENOVACIÓN INTERIOR

#### Conclusiones

##### Continuación

La conversión a la que Cristo te invita consiste en ver el mundo con ojos distintos, es disponerte a cambiar tus patrones de conducta, como hicimos en la dinámica de inicio. Cambiar mentalidad es descubrir que lo que nos parecía bueno, en realidad es un mal.

Si queremos hacer una renovación de nuestra mente, de forma que podamos distinguir lo que es voluntad de Dios: lo bueno, lo agradable, lo perfecto, tenemos que aprender lo que el Señor nos dice: Jesús nos invita a aprender a vivir a su estilo, para ello, hay que aprender su forma de vida, Eso es renovar tu mente. No se trata de renunciar a nuestro modo de vivir, sino optar por un modo de vivir mejor. La palabra renunciar suena a sacrificio, a tristeza: (decir con tristeza) !tuve que renunciar!. No se trata de ser infelices, porque tuve que dejar lo que era padre. Se trata de elegir algo mejor.

Toda opción exige una renuncia, no puedo decir que elijo cuando tomo todo. Cuando decimos elegí es porque opte por algo que considere la mejor de las posibilidades. Tú y yo tenemos en nuestras vidas situaciones, hábitos, costumbres que solo nos traen males, penas, consecuencias negativas.

Convertirnos es tener el valor de reconocer que el mal está ganando el partido en nuestra vida. La conversión es aprender a vivir de un modo diferente entonces no se realiza de la noche a la mañana.

Imagínate si se dijera que de ahora en adelante el rojo en el semáforo es siga y el verde es alto. ¿Cuánto tiempo crees que se necesitaría para acostumbrarnos a eso? Mucho, tal vez una generación. Lo mismo sucede con los valores, se necesita una nueva generación con otro modo de pensar para cambiar nuestra persona, nuestro matrimonio, nuestra familia, nuestra colonia, nuestra ciudad, nuestro país, nuestro mundo. Y Jesús quiere comenzar contigo.

Pero hay algo muy importante que debes de saber: Jesús no obliga a nadie, Él es un caballero que respeta. Solo si tú aceptas se realizará ese cambio de mentalidad y de vida.

Vamos a ver como está tu mentalidad, para saber si necesitas cambiarla o no.

(Se les pide sacar su test)

Se les pidió al inicio, contestar el test si piensas, dices o actúas conforme a cada una de las siguientes frases escribes una X. Si no estuviste de acuerdo con estas frases pues debes de tener 0.

Suma los tachitas que tienes.

Si tu resultado es de 10 a 6. Tienes la mentalidad del mundo, es urgente que realices un cambio de mentalidad.

Si tu resultado es de 5 a 1. Todavía conservas algo de valores, pero estás ya dejándote invadir por la mentalidad del mundo. Si tu resultado es 0. Felicidades, estás muy cerca de la mentalidad de Jesús.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### LA RENOVACIÓN INTERIOR

#### Anexo

Marca con una X en las condiciones que estés de acuerdo.

- ( ) En las elecciones no saldré a votar, si de todas formas es lo mismo.
- ( ) El que no tranza, no avanza.
- ( ) Solo atrévete hacerme algo y me vas a conocer.
- ( ) Cuando me saque la lotería, seré más feliz.
- ( ) Más vale pedir perdón, que pedir permiso.
- ( ) Por un momento de placer, no importa lo que venga.
- ( ) Para que denunciar, total si ni le hacen nada.
- ( ) Dichosos, como no fue para mi.
- ( ) Robarle a quien tiene mucho, es como quitarle un pelo a un gato.
- ( ) Con dinero, hasta el perro baila.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### TOCA LA BANDERA

#### Objetivo

Desempeñar habilidades relacionadas con la protección. Así como fomentar la motivación del grupo e identificar a los líder (es) del grupo.

#### Materiales

- Dos banderas o elementos identificativos.

#### Instrucciones

- 1.- Se crean dos grupos con el mismo número de participantes de manera aleatoria.
- 2.- Se divide el terreno de juego por la mitad. De manera que cada equipo tiene su espacio propio.
- 3.- Se trata de que los jugadores de cada equipo asalten el lado contrario, tomen en posesión la bandera del equipo rival y, finalmente, se lo lleven a su campo.
- 4.- Si un jugador es interceptado por un rival en el campo ajeno, deberá tocar la bandera del equipo contrario para no ser eliminado.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



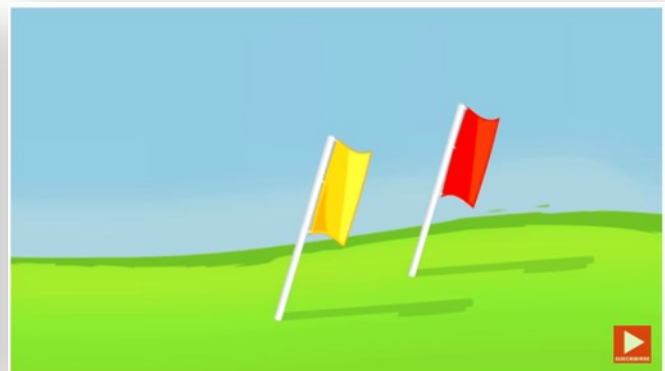
### TOCA LA BANDERA

#### Conclusiones

Gana el equipo que se lleve antes la bandera de sus rivales a su campo contrario. Si pasado el tiempo estipulado con el facilitador ninguno lo ha conseguido, se puede dar un tiempo extra o bien, otorgar el puesto de ganador al equipo que menos eliminaciones haya sufrido. Esta dinámica puede utilizarse en distintos grupos, incluso con niños.

La idea es identificar a los participantes de el equipo fungieron (sin darse cuenta) como líderes, al tratar de guiar a sus demás compañeros para lograr el objetivo.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### TORRES DE PAPEL

#### Objetivo

Que el líder asuma el rol de planear una estrategia y organizar al equipo ante el reto de la torre.

#### Materiales

- 30 hojas por equipo, cada equipo un color. ( la cantidad de hojas puede variar).
- Cinta de medir.

#### Instrucciones

- 1.- Se asigna un número a los participantes de 5 en 5.
- 2.- Se reúnen en equipo.
- 3.- Se entregan 30 hojas tamaño carta de un solo color a cada equipo.
- 4.- Se les pide que elaboren una torre de papel, con las hojas que les fueron asignadas.
- 5.- Se les da 10 minutos para llevarla a cabo, la torre más alta gana.

#### REGLAS

- \* No usar pegamento, Resistol, cinta scotch, silicón o cualquier otro artículo para pegar.
- \* Tendrán 10 minutos para llevarla a cabo, al término del tiempo deben soltar la torre y esta debe durar por lo menos 1 min de pie para ganar.
- \* Si es necesario se medirá la torre con cinta métrica para premiar al ganador.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### TORRES DE PAPEL

#### Conclusiones

Con esta dinámica se pretende que el equipo sea liderado por un miembro, quien organizará y enfrentará el reto de la torre, tomando decisiones, estableciendo estrategias y motivando al trabajo en equipo a su término.

#### ANEXO





# COMUNICACIÓN



DINÁMICAS



# Índices

DINÁMICAS COMUNICACIÓN	PÀGINA
1.- Ahí está el detalle .....	30
2.- Comunicación asertiva .....	32
3.- El Cristo .....	34
4.- El hongo .....	36
5.- El huevo descendente .....	38
6.- El juego de la letra E.....	40
7.- El papel arrugado .....	42
8.- Fortalezas y debilidades .....	44
9.- Foto de áreas .....	46
10.- La fortaleza .....	48
11.- La limonada.....	50
12.- El listòn amarillo .....	52
13.- Malentendido .....	55
14.- Relato sin voz .....	57





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1



### AHÍ ESTÁ EL DETALLE

#### Objetivo

Sensibilizar a los esposos, para procurarse, tener atenciones y conocer mejor a su pareja tanto física como emocionalmente.

#### Materiales

- Telón
- Quita Esmalte

#### Instrucciones

1.- Separar a los matrimonios en dos grupos, uno de hombres y otro de mujeres.

2.- Colocar el telón de manera que las esposas puedan colocarse detrás, formadas en línea viendo hacia el frente, y que solamente se les vean los pies.

3.- Quitar la pintura de uñas de los pies, a las esposas. (pueden ser las manos).

4.- Colocadas las esposas detrás del telón, pedirles que muestren el pie derecho y se mantengan en silencio. (Que los esposos no

las vean)

5.- Pedirle a los esposos que observen y encuentren los pies que crean que son de su esposa y se coloquen en silencio enfrente de los pies. Levantar la mano cuando consideren que encontraron el pie de su esposas.

6.- Quitar el telón y que los esposos que hayan reconocido los pies de su esposa, les dan un beso, y los que no lo lograron reconocer, deben explicar que sensación tuvieron.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1

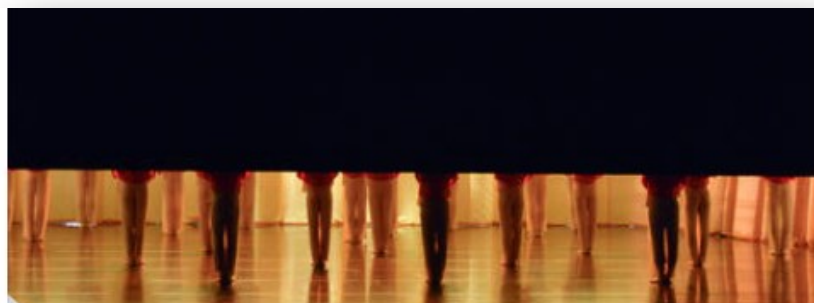


### AHI ESTA EL DETALLE

#### Conclusiones

Hacerles notar a los esposos, la importancia de los detalles entre ellos, ya que los mismos, van generando un ambiente de unión y fortaleza en un matrimonio, y los que no lograron el objetivo, incitarlos a ser más detallistas y poner más atención a las necesidades y muestras de afecto a su pareja. Un ejemplo puede ser el masaje en los pies, sabiendo que, en el día a día, las labores les absorben y se olvidan de ese momento en el que se pueden disfrutar como pareja.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### COMUNICACIÓN ASERTIVA

#### Objetivo

Transmitir un mensaje de persona a persona, buscando que aunque dicho mensaje pase por muchas personas, el contenido del mismo no se desvirtúe al llegar a su punto final.

#### Materiales

- Una hoja blanca

#### Instrucciones

1.- Se hace una fila con todas los participantes, uno tras otro, todos viendo hacia el frente o a la espalda de que esta enfrente.

2.- Al último en la fila se le muestra un mensaje escrito en la hoja blanca, (nota: el mensaje se muestra también al público) esta persona lo lee y posteriormente toca el hombro de su compañero de adelante para que voltee, le transmitirá el mensaje leído, solo con mímica. Quien recibe el mensaje con mímica hará lo mismo con su compañero de adelante, le habla tocando su hombro y trasmite el mensaje de la misma manera..

3.- Se irá transmitiendo el mensaje de uno en uno hasta llegar al que esta adelante.

4.- Al final el de adelante (que fue el último en recibir el mensaje transmitirá al público lo que le compartió su compañero, el compañero que se lo dio dirá si es correcto o el trato de darle un mensaje diferente. Cuando el expone su mensaje, su compañero de atrás dirá si el mensaje es correcto o él dio un mensaje diferente... así será sucesivamente hasta llegar al inicio y conozcan los participantes el mensaje original y a su vez identificar en donde se desvirtuó el mensaje.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### COMUNICACIÓN ASERTIVA

#### Conclusiones

Esta dinámica se hace con el fin de que nos demos cuenta que tan fácil es que una información se desvirtúe y pierda el sentido para cuando llega a la persona que deseamos, y de esa manera no cumplir con el objetivo. por ejemplo los avisos a nuestra membresía, cuantas veces llegan incompletos ò fuera de tiempo por nuestra falta de atención y/o compromiso.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### EL CRISTO

#### Objetivo

Que los servidores comprendamos que debe haber unidad y no competencia dentro de nuestro apostolado, que todos somos parte de un mismo Dios, de una misma Iglesia. No buscar ser el mejor si no que entre todos se haga un solo equipo, somos complemento.

#### Materiales

- Una cruz (puede ser de cartón o madera).
- Cartulinas, un lápices, tijeras y un marcadores (siete piezas de cada uno)
- Deben ser siete equipos, no importa número de integrantes por equipo.

#### Instrucciones

- 1.- Se forman los siete equipos
- 2.- Con los materiales entregados a cada equipo, se le encarga dibujar una pieza de un cuerpo, (a un equipo se le pide brazo izquierdo, otro brazo derecho, otro pierna izquierda, otro pierna derecha, otro el torso, otro cabeza y al último se le pide hacer la corona de espinas) este último es el único que entenderá de quien hablamos, el resto no sabrá nada más. No se repiten instrucciones (solo en caso de que alguien pregunte) ellos desconocen tamaño, etc.
- 3.- No se les da más información, normalmente cada equipo se esforzará por realizar el mejor dibujo, buscando que le quede mejor su pieza que al equipo contrario.
- 4.- Una vez transcurrido el tiempo que se les dió, los encargados pondrán la cruz en la pared y les pedirán a cada equipo pasen a poner su pieza para formar a Cristo, primero el torso, cabeza, cada brazo, cada pierna y al final la corona de espinas.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### EL CRISTO

#### Conclusiones

Ya completamente armado el Cristo, veremos que las piezas son de diferente tamaño, aun cuando todos tenían la misma cantidad de papel, el punto es que cada quien se centró en su parte, sin preguntar a los demás equipos y cada quien hizo lo que creía mejor; aquí se les hace el comentario que así como se ve ese Cristo todo disparejo, notándose la falta de comunicación entre sus colaboradores, es la forma en que en ocasiones la sociedad nos ve a nosotros en nuestro servicio, ven a ese Cristo chueco, mal hecho, hacemos dos piernas izquierdas, dos brazos derechos, porque no ponemos atención a las indicaciones o porque nosotros como servidores nos enfocamos en nuestro propio servicio, sin comunicación con el de a lado, sin pedir opinión, si no, compitiendo, incluso en nuestros sectores, competimos entre áreas por ser la mejor en vez de preguntar ¿cómo lo harás tú? ¿Cómo nos relacionamos o complementamos tu y yo?. Debemos entender que todos formamos parte de un mismo objetivo por lo tanto debemos trabajar en sincronía.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### EL HONGO

#### Objetivo

Que los participantes a través del juego puedan cooperar para lograr un fin común, mediante una comunicación efectiva.

#### Materiales

- Un paracaídas o lona delgada
- Cámara de fotos o celular para tomar la foto.

#### Instrucciones

1.-Se les pide a los participantes que formen un círculo, les da el paracaídas indicándoles que lo sujeten de las orillas. (el guía realizara actividades sencillas para que los participantes se familiaricen con el paracaídas, el guía en ningún momento da sugerencias ellos deben ponerse de acuerdo como lo harán). Como hacer olas desordenadas, la ola iniciando en un extremo y terminando en otro, pasar un objeto por el centro del paracaídas, aventar un objeto fuera del paracaídas etc.

2.-Una vez familiarizados con el paracaídas se les ofrece el reto, como equipo deben formar un hongo con el paracaídas, las condiciones son. Deben estar todos dentro, no de-

be verse el cuerpo de ninguno fuera del área del paracaídas, el paracaídas debe formar una burbuja de aire, de tal manera, que al sacar una foto se vea como un verdadero hongo.

3.-Los participantes se pondrán de acuerdo como realizarán el reto, el guía sacara una foto en cada intento para mostrárselas, para que observen si lograron el reto.

4.-Termina la actividad cuando logran formar el hongo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### EL HONGO

#### Conclusiones

Esta actividad propicia que los participantes, cooperen para lograr un fin común, conlleva a una comunicación efectiva, escuchando las propuestas de todos, ceden cuando deben ceder, para hacer lo más indicado y poder así lograr el objetivo.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### HUEVO DESCENDENTE

#### Objetivo

Con esta actividad se trabaja el liderazgo, la creatividad, comunicación y cooperación entre los participantes que deberán diseñar entre todos un objeto cuya finalidad sea la de proteger un huevo que cae de una escalera 2 metros.

#### Materiales

- Rollos de papel de cocina
- Tijeras, cinta adhesiva, papel (hojas blancas)
- Popotes suficientes
- Huevo.
- Todo el material es un tanto para cada equipo.

#### Instrucciones

- 1.- Se forman equipos de más de 2 integrantes .
- 2.- Se les entrega el material a cada equipo
- 3.- Cada equipo definirá quien será su líder, el cual tendrá la responsabilidad de guiar al equipo en su proyecto.
- 4.- Se les explica que cada uno deberá construir (utilizando únicamente el material que se le entregó) un método para bajar el huevo desde una altura de

- dos metros, evitando que este se rompa. Además deberán desarrollar una campaña publicitaria para promocionar su invento.
- 5.- Al final se pondrán a prueba todos los inventos y campañas publicitarias.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### HUEVO DESCENDENTE

#### Conclusiones

Esta dinámica nos enseña que siempre debemos escuchar y seguir indicaciones del líder (liderazgo), el líder debe motivar a lograr el objetivo aunque parecerá difícil (motivación) todos los integrantes deben aportar ideas para cumplir con el objetivo (trabajo en equipo) y contribuir con esfuerzo en lograr su meta (cooperación).

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### EL JUEGO DE LA LETRA Ë

#### Objetivo

Que los participantes comprendan que cada persona tenemos una manera diferente de ver las cosas, de acuerdo con su perspectiva específica

#### Materiales

- Una letra "E" curva en tamaño grande (en papel cartulina o rotafolio)

#### Instrucciones

- 1.- Se forma un círculo con todos los participantes.
- 2.- Se pone al centro del círculo la letra "E".
- 3.- Se les pide a cada participante que describa en el papel exactamente lo que ve desde donde se encuentran parados y/o sentados. (Ellos, dependiendo de donde estén parados/sentados van a ver una "m", "w", "3", "E").
- 4.- Se les pide a los participantes que se cambien de lugar con el de enfrente.
- 5.- Se vuelve a pedir a cada participante que analicen exactamente lo que ven en la figura del piso desde su nueva posición.
- 6.- Se pide a dos o tres participantes que den su opinión.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6

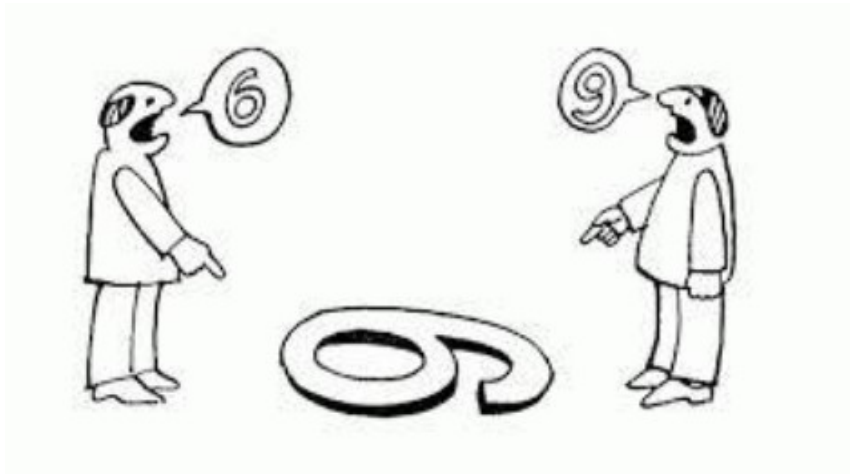


### EL JUEGO DE LA LETRA 6

#### Conclusiones

Se concluye recalcando la importancia que tiene cada opinión o punto de vista de cada participante en cualquier situación, pues este puede ser diferente dependiendo de la posición, lugar, o estado en que se encuentre la persona; aun viendo todos el mismo problema o situación.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### EL PAPEL ARRUGADO

#### Objetivo

Hacer conciencia sobre la importancia de estar bien informados y mejorar la comunicación entre los miembros de un equipo de servicio, evitando con ello hacer comentarios erróneos o fuera de lugar, así como malas actitudes que puedan lastimar o herir a las personas con las que convivimos.

#### Materiales

- Hojas de papel (1 por persona)

#### Instrucciones

- 1.- Se dispone el lugar donde el equipo reflexionará.
- 2.- Se les entrega una hoja blanca y la deben arrugar completamente.
- 3.- Se les pide que desenvuelvan la hoja arrugada, lo más que se pueda regresar al estado original en el que estaba la hoja, percatándose que es imposible que vuelva a quedar igual.
- 4.- Se les pide reflexionar al respecto.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### EL PAPEL ARRUGADO

#### Conclusiones

Con este ejercicio el participante entenderá que toda acción tiene una consecuencia, pues en este caso, por más que se intente alisar la hoja, será imposible que no quede con marcas; la hoja se sigue viendo arrugada. Así sucede cuando herimos a las personas, a veces hacemos comentarios negativos (por falta de información o comunicación) de nuestros compañeros emefecistas y los herimos y aunque después nos disculpemos, difícilmente las cosas volverán a ser igual, por eso la importancia de cuidar nuestras actitudes o comportamientos, para evitar heridas que no podrán sanar.

**SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### FORTALEZAS Y DEBILIDADES

#### Objetivo

Que cada participante analice lo que proyecta a los demás y reconozca lo que deben mejorar.

#### Materiales

- Una hoja blanca por persona.

#### Instrucciones

- 1.- Todos forman un círculo (sentados)
- 2.- Se reparte las hojas
- 3.- Cada participante corta la hoja en dos partes
- 4.- En una mitad anotan tres fortalezas y tres debilidades que crean tener, doblan la hoja y la guardan.
- 5.- La otra mitad de la hoja la cortan en 6 partes
- 6.- En tres pedazos anotan en cada uno, una fortaleza que consideran tener. Arrugan los seis papelitos y los arrojan al centro del círculo.
- 7.- Ahora recojan 3 papelitos con fortalezas, analícenlas y regálenselas a quien ustedes consideran que las tiene
- 8.- Hagan lo mismo con las debilidades.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### FORTALEZAS Y DEBILIDADES

#### Conclusiones

Entender la importancia de reconocer que fortalezas (para reforzarlas) y debilidades (para cambiarlas) tenemos; Valorar y agradecer si nuestros hermanos del equipo nos están externando que ven en nosotros fortalezas y debilidades. Se deben ver como REGALOS y agradecerlos.

**SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### LA FOTO DE AREAS

#### Objetivo

Que los participantes conozcan las funciones, responsabilidades y a las personas que integran la mesa de servicio, fortalezcan sus conocimientos sobre el funcionamiento del MFC y crezcan los lazos de amistad entre los miembros.

#### Materiales

- 10 Hojas blancas (cortadas en partes para obtener cerca de 30 pedazos)
- Teléfonos celulares

#### Instrucciones

Durante las reuniones o eventos:

1.- Se establecen equipos con número de integrantes proporcional a la asistencia para formar un aproximado de 10 equipos.

2.- Se reparten a cada equipo un trozo de papel en el que previamente se anotara un nombre de algún servicio (dependiendo quienes estén presentes) de acuerdo a la siguiente relación:

Matrimonio Presidente Diocesanos / Secretarios de sector

Matrimonio de área I Diocesana / de sector

Matrimonio de área II Diocesana / de sector

Matrimonio de área III Diocesana / de sector

Matrimonio de área IV Diocesana / de sector

Matrimonio de área V Diocesana / de sector

Matrimonio de área VI Diocesana / de sector

Matrimonio de Base de datos Diocesana / de sector

de sector

Joven Coordinador Diocesano / de sector

Madre Responsable Diocesana / de sector

Asistente eclesial Diocesano / de sector

3.- Cada equipo buscará al matrimonio que les haya tocado en el papelito, les preguntarán sobre sus actividades en el servicio que realizan y con su celular se tomarán una foto con ellos.

4.- Se forma un grupo de whatsapp con los asistentes y allí todos envían sus fotos.

5.- Para finalizar, un representante de cada equipo pasará a presentar al matrimonio que les tocó y comentarán las actividades y/o funciones que ese matrimonio responsable de área desarrolla.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### LA FOTO DE AREAS

#### Conclusiones

Esta actividad sirve como rompe-hielo para iniciar una reunión y motiva a que se genere una buena comunicación entre participantes para poder lograr con el objetivo de conocer las funciones y actividades del ECS y/o ECD.

**SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 10



### LA FORTALEZA

#### Objetivo

Que los participantes comprendan la importancia de la confianza y la unidad que debe haber en un equipo.

#### Materiales

- Imagen de un crucifijo
- Cronómetro

#### Instrucciones

- 1.- Se formará un círculo con todos los participantes.
- 2.- De acuerdo a la cantidad de participante se hace salir del círculo a una o dos personas, a los que separan del resto. Se coloca en el centro del círculo al Crucifijo o imagen de Jesús.
- 3.- A las personas se les indica que no pueden hablar entre ellos, por lo que sin hablar deberán proteger la imagen para que nadie se las robe.
- 5.- A los participantes de fuera, se les explica que deberán robar la imagen. Para ello deberán buscar a la persona o el lado más débil en el círculo para poder entrar, ya sea por arriba o por debajo, o cualquier espacio que dejen abierto en el círculo.  
Tiempo de la dinámica 5 min.
- 6.- Se vuelve a realizar la dinámica pero ya con la instrucción de que pueden hablar entre ellos. Terminado los 5 min. Se termina la dinámica.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 10



### LA FORTALEZA

#### Conclusiones

Al finalizar se les pregunta a los participantes del círculo cual fue su experiencia, ¿Cuál fue la diferencia entre trabajar sin hablar y trabajar comunicándose? ¿Cómo se obtienen mejores resultados? ¿En qué se parece a su equipo?, ¿Si se logró el objetivo de proteger la imagen o no? Posteriormente a los participantes que quedaron fuera del círculo, se les cuestiona en caso de haberlo logrado, ¿Cómo lo hicieron?

Se hace la reflexión que nuestro equipo debe de ser esa FORTALEZA que sea impenetrable, que debe estar siempre preparado y fuerte para protegernos y que entre todos con una buena comunicación debemos apoyar al más débil para lograr el objetivo del equipo. La imagen representa a DIOS que nos acompaña siempre, y el ladrón representa al enemigo que siempre está listo para entrar por el lugar más débil, a robarnos la paz y la confianza en DIOS.

**SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 11



### LA LIMONADA

#### Objetivo

Lograr una mejor Integración y comunicación de los participantes en el curso o capacitación, mediante una técnica divertida y que pone alerta los sentidos.

#### Materiales

Ninguno

#### Instrucciones

1.- Se forman dos grupos, de tal manera que queden el mismo número de personas en cada uno de ellos, ejemplo, al grupo 1 le llamaremos limones y al grupo 2 naranjas.

2.- Cada grupo se toma de la mano formando un círculo. Quedando dos círculos de personas, uno de limones y otro de naranjas.

3.- El círculo de personas (Grupo 1 Limones), se pone dentro del otro (Grupo 2 Naranjas), se colocan frente a la persona que haya tocado del otro círculo (de preferencia que no se conozcan), la cual será su pareja.

4.- Una vez identificado a su par o la persona que les haya quedado de frente, el que dirige la dinámica, indica que el grupo 1 (Limones) gire

hacia la derecha y el grupo 2 (Naranjas) hacia la izquierda, y cuando diga la palabra LIMONADA se soltarán de las manos y cada quien buscará a su par, se toman de las manos y se ponen en cuclillas, la última pareja en encontrarse y ponerse en cuclillas va saliendo del juego.

5.- Se vuelven a reunir los limones y las naranjas para tomarse de las manos y volver a girar cada uno en sentido contrario del otro, y a la voz de LIMONADA vuelven a buscar a su par, eliminándose así, según las veces que el juego se reinicie.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 11



### LA LIMONADA

#### Conclusiones

Esta dinámica nos ayudará a integrarnos a trabajar con las personas aunque no las conozcamos, pues nos exige relacionarnos y tomar acuerdos juntos. Pues si en esta dinámica no se ponen de acuerdo para encontrarse rápido, perderán.

Además nos enseña que muchas veces nos tocará trabajar en equipo con personas que no conocemos, sin embargo la comunicación que logremos entablar entre nosotros será fundamental para el logro de los objetivos.

**SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 12



### EL LISTÓN AMARILLO

#### Objetivo

Reforzar la aceptación de las personas aun cuando podamos haber hecho acciones muy desagradables y transmitir el amor aprendido en casa a todos los miembros del MFC.

#### Materiales

- Listón amarillo, para hacer moñitos en cantidad suficiente; todos deben salir con por lo menos un moñito al terminar la dinámica.
- Seguros pequeños.
- Canción. (Ata un listón amarillo al viejo roble)

#### Instrucciones

1. Teniendo de fondo la canción citada, se hace una analogía con nuestra propia vida, como nosotros también hemos sido rechazados por haber tomado malas decisiones, o tal vez también hay personas que nos han aceptado, pero también se debe hacer notar que, nosotros también hemos juzgado y rechazado a personas por haber actuado de una manera que es diferente a lo que tal vez nosotros esperamos.

2.-Finalmente, se pide que recordemos a las

personas que hemos rechazado, y si están presentes mucho mejor, se les invita a que tomen un listón amarillo con un segurito y se lo pongan a aquella persona con la que han tenido diferencias diciéndole “Te acepto tal como eres”. Mientras se están poniendo los listones amarillos, se pone como fondo la canción “Ata un listón amarillo en el viejo roble”.

3.-Es conveniente que nadie se vaya sin un listón amarillo porque todos debemos ser aceptados.



## MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

### DINÁMICA 13



#### EL LISTON AMARILLO

#### Conclusiones

De manera personal, este hombre tuvo que enfrentar las consecuencias de sus actos. Y al mirarse libre no dijo: los demás, mi familia tiene que aguantarme de regreso gústeles o no. Sino que dejo que ellos decidieran y confió que en base a esta decisión iniciaría una nueva vida. Afortunadamente el aprendió una gran lección "... el amor todo lo perdona..." como dice la palabra. Pero también conlleva un compromiso, un cambio de actitudes.

De manera comunitaria, se concluye haciendo notar la importancia de la aceptación de las personas en una familia, en un grupo, en un equipo, etc.

#### SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.

Sensibilizar a los participantes para escuchar con atención la siguiente historia:

“Había una vez un hombre que se enfrentó a un juicio legal por haber tomado malas decisiones en su vida y como consecuencia de esos actos fue sentenciado a muchos años de cárcel, y por lo tanto separado de su familia y todo lo que conlleva estar preso en un reclusorio. Sucede que finalmente cumple su sentencia: ¡Será por fin nuevamente libre! ¡Ha pagado ya su deuda con la sociedad! ¡Podrá salir y sentir la libertad! ¡una felicidad enorme lo embarga! ¡podrá trabajar y disfrutar nuevamente de su familia.... ¿Su familia...? ¿Lo aceptará nuevamente? ¿Confiarán nuevamente en él? ¿O lo rechazarán?... toda esa alegría que antes sintió se va desvaneciendo al imaginar todos estos cuestionamientos acerca de su familia y una angustia se va apoderando de él. Entre más lo piensa más se angustia.

Finalmente decide escribir una carta a su familia antes de presentarse en su casa. Y en esta carta les da la noticia de que ha cumplido su sentencia y recobrará la libertad, pero no sabe si su familia lo aceptará nuevamente, reconoce que están en su derecho de rechazarlo si así lo consideran, pero si aun después de todo lo que ha pasado deciden aceptarlo nuevamente, pide solo una señal: “tomaré el autobús que pasa frente a nuestra casa y si veo un listón amarillo en el viejo roble, entenderé que ustedes me han perdonado y me aceptan nuevamente en la familia; pero si no veo esa señal, también entenderé que les he causado daño, entonces pasaré de largo y buscaré reconstruir mi vida sin ustedes.”



## MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

### DINÁMICA 12



#### EL LISTÓN AMARILLO

Continua..

#### **SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**

Finalmente, después de hacer los trámites necesarios, sale de la prisión, y se encamina pensativo a la parada del autobús para dirigirse a su casa. El autobús llega y este hombre se sube, en el autobús va un grupo de jóvenes estudiantes, los cuales van en un gran ambiente contrastando con lo pensativo del expresidiario, los jóvenes en su ambiente, no notan de principio que este hombre va preocupado, sin embargo llega un momento en que uno de ellos se da cuenta y se acerca a él, y le pregunta ¿Qué le pasa? ¿Por qué está tan triste y pensativo? El hombre empieza a contar su historia, y los jóvenes se van acercando a escucharla, cada vez se van interesando más en su historia y llega al punto de que espera ver una señal en su casa: “el listón amarillo en el viejo roble”, los jóvenes le preguntan: ¿Y dónde queda su casa? El hombre les dice a 3 cuadras, después de que dé la vuelta el autobús; para este momento, los jóvenes están totalmente metidos e inquietos por ver si verán la señal que este hombre espera, todo se van asomando por las ventanas esperando verla, el autobús llega a la esquina, y todos se asoman para tratar de ver la tan esperada señal, todos están nerviosos y ansiosos, cada vez se acercan más y más, están a 5 casas de llegar, 3 casas, y todos asomando para ver la señal; finalmente llegan a donde se encuentra su casa, el hombre pidió una señal: “pon un listón amarillo en el viejo roble, ahora el viejo roble está a la vista, y se puede ver que... el viejo roble no tiene un listón amarillo... tiene cientos, miles de listones amarillos, el hombre por fin descansa de la duda que lo atormentó durante varias horas, los jóvenes se abrazan de emoción y abrazan al hombre, su familia lo ha perdonado y lo acepta a pesar de todo. ¡En su casa lo esperan! ¡Lo han aceptado nuevamente!



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 13



### MALENTENDIDO

#### Objetivo

Reforzar la aceptación de las personas aun cuando podamos haber hecho acciones muy desagradables y transmitir el amor aprendido en casa a todos los miembros del MFC.

#### Materiales

- Lápiz y libreta en el lugar)
- Objetos para describir (lo que sea, puede ser una silla, mochila, etc, lo que se tenga a la mano

#### Instrucciones

1. Se sientan de espaldas dos personas (espalda con espalda)
- 2.-Persona "a" tendrá en sus manos un objeto (ejemplo: silla).
- 3.- Persona "a" describirá a persona "b" el objeto sin ser explícito en lo que es, por ejemplo dirá: tiene dos tablas (refiriéndose a la sentadera y espalda) tiene 4 palos debajo (refiriéndose a las patas, no debe llamarlos patas) buscando que la persona "b" adivine de que se trata.

- 4.- La persona "b" irá dibujando en la libreta lo que va imaginando que es.
- 5.- Después de varias parejas, gana quien haya tenido el dibujo mas exacto al objeto descrito.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 13



### MALENTENDIDO

#### Conclusiones

Este juego ayudará a realizar una comunicación más creativa, darnos cuenta que aún en situaciones difíciles se pueden encontrar maneras creativas de comunicarse creando habilidades que ayudarán a resolver el problema

**SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 14



### RELATO SIN VOZ

#### Objetivo

Experimentar la comunicación “No Verbal” como nos influyen la postura, gestos y mirada de la persona con las que nos comunicamos diariamente.

#### Materiales

Solo personas

#### Instrucciones

1. En parejas (“a” y “b” deberán mantener una comunicación sin hablar, consiste en dar información sin hablar sobre aspectos de la vida cotidiana

2.-El facilitador/a dará una consigna y primero deberá llevarla a cabo A y luego será el turno de B. Cada participante tendrá dos minutos para lograr su consigna.

3.- Persona “a” deberá contar sólo con mímica tres actividades que haya realizado el fin de semana, persona “b” intentará adivinarlas, luego dirá su comida favorita y su

hobby. La persona “b” deberá adivinarlos.

4.- La persona “b” hará lo mismo a persona “a. Indicará sus actividades de fin de semana, cuando persona “a” haya adivinado le dirá su comida favorita y finalmente su hobby.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 14



### RELATO SIN VOZ

#### Conclusiones

¿Les resultó difícil poder transmitir los mensajes? ¿Y quienes recibían el mensaje les resultó difícil decodificarlo? Que comente por qué sí o porque no les pareció difícil.  
¿Qué obstáculos o problemas detectaron en la comunicación? ¿Y que facilidades detectaron?  
¿Hay códigos comunes no verbales que nos resultan fáciles de entender? ¿Que sucede en una conversación si alguien siente enojo, furia, felicidad, amor? ¿Estas sensaciones y sentimientos pueden manifestarse gestualmente?  
¿Cuando diariamente hablamos con alguien, como nos influye su postura, gestos y miradas, por ejemplo? ¿Es importante saber que existe una comunicación no verbal? ¿Por qué?

**SE PUEDE AGREGAR ALGÚN ANEXO.**



# TRABAJO EN EQUIPO



DINÁMICAS



# Índices

DINÁMICAS DE TRABAJO EN EQUIPO	PÀGINA
1.- Caras y gestos.....	61
2.- El hongo .....	63
3.- El lazarillo.....	65
4.- El tesoro del MFC.....	67
5.- Globo.....	69
6.- Huevos estrellados.....	71
7.- El tren de los globos.....	73
8.- La red del Señor.....	75
9.- La torre mas alta.....	77
10.- Los equiperos volando .....	79
11.- Los esquís.....	81
12.- Los globos .....	83
13.- Pasa la moneda por tu cuerpo.....	85
14.- Ponte en mis zapatos .....	87
15.- Todos somos personas.....	89
16.- Vivan los equipos.....	91



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1



### CARAS Y GESTOS

#### Objetivo

Reforzar las 6 Exigencias Básicas de una manera divertida y lograr trabajar en Equipo.

#### Materiales

- Seis fichas o tarjetas con los nombres de las exigencias básicas

#### Instrucciones

- 1.- Se realizan equipos con el mismo número de integrantes.
- 2.- Pasa un integrante del equipo y selecciona una tarjeta.
- 3.- A través de Caras y gestos deberá comunicarla al equipo.
- 4.- Tendrá un minuto el equipo para contestar.

- 5.- El equipo que si adivine se van a ir ganando puntos.
- 6.- El equipo con mayor puntaje es el ganador.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1



### CARAS Y GESTOS

#### Conclusiones

Otra dinámica que seguimos aplicando una vez por mes es dedicar tiempo para preguntarles como se encuentran personal, conyugal y familiarmente esto lo aplicamos con equipo sede Y en equipo pleno.

Cabe aclarar que es muy importante el saber cómo se encuentran para poder ayudar en el desempeño de su apostolado siempre pensando en el bienestar de la membresía actual, proponiendo lograrlo mediante diversas dinámicas como las ya mencionadas.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### EL HONGO

#### Objetivo

Que los participantes a través del juego puedan cooperar para lograr un fin común. Logren una comunicación efectiva y se organicen.

#### Materiales

1. Paracaídas
2. Cámara de fotos o celular para tomar la foto.

#### Instrucciones

1.- Se les pide a los participantes que formen un círculo, se les da el paracaídas (ó sabana) indicándoles que lo sujeten de las orillas. (el guía realizará actividades sencillas para que los participantes se familiaricen con el paracaídas, el guía en ningún momento da sugerencias, el equipo debe ponerse de acuerdo en como lo harán).

Algunos ejemplos que el guía dará son: como hacer olas desordenadas, la ola inicia en un extremo y termina en el otro, otro ejemplo es: pasar un objeto por el centro del paracaídas, etc.

2.- Una vez familiarizados con el paracaídas, se les da la indicación que como

equipo deben formar un hongo con el paracaídas, las condiciones son: deben estar todos los integrantes dentro, no debe verse el cuerpo de ninguno fuera del área del paracaídas, el paracaídas debe formar una burbuja de aire, de tal manera que al sacar una foto se vea como un verdadero hongo.

3.- Los participantes se pondrán de acuerdo como realizarán el reto, el guía sacara una foto en cada intento para mostrárselas, para que observen si lograron el reto.

4.- Termina la actividad cuando logran formar el hongo, si no lo logran antes de que decaiga su entusiasmo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### EL HONGO

#### Conclusiones

Esta actividad propicia que los participantes, cooperen para lograr un fin común, logren una comunicación efectiva, escuchando las propuestas de todos, ceden cuando deben ceder, para hacer lo más indicado para lograr el objetivo

#### ANEXO







# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### EL LAZARILLO

#### Objetivo

Se trata de guiar a un compañero que está con los ojos vendados. el objetivo, es lograr una confianza suficiente para que se pueda dar la colaboración.

#### Materiales

- Pañuelos o vendas para tapar los ojos.
- Objetos que sirvan de obstáculos. (sillas, pelotas, piedras pequeñas, etc)
- Globos
- Alfiler
- Cajas de cartón (para simular una barrera)

#### Instrucciones

1.-Durante la primera vuelta de la dinámica, la primera experiencia la realiza el esposo.

El trayecto no debe ser solo una carrera de obstáculos para el compañero vendado sin ocasión de experiencias.

Seamos creativos. (por ejemplo: ponerle en presencia de sonidos diferentes, como explotar un globo, o decirle: ¡cuidado!, dejarle sólo un tramo, pedirle que tome objetos del suelo durante el trayecto hasta concluir el trayecto)

2.-En la segunda vuelta la esposa toma el lugar, y el esposo sin hablar o hacerle algún comentario la toma de la mano para hacer las

veces del lazarillo, mientras los demás matrimonios cambian de lugar los obstáculos y comenzar el trayecto.

3.-Los demás deben estar atentos a las reacciones del compañero vendado en ambos trayectos y los esposos tratar de percibir los sentimientos que vive su pareja, en la medida en que pasa los obstáculos.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### EL LAZARILLO

#### REGLAS:

- 1.- Silencio al inicio del trayecto. Contemplar un espacio libre de 4 metros.
- 2.- La dinámica es por matrimonio.
- 3.- Se pondrá el pañuelo en los ojos a un compañero. Se lleva al inicio del trayecto y en este momento los demás matrimonios sacan y colocan los obstáculos.
- 4.- El reto es llegar de un extremo a otro.
- 5.- El primer trayecto lo realiza el esposo solo.

#### Conclusiones

Se analiza como se sintieron al caminar solos y la diferencia al ser guiados. se valorarán los sentimientos vividos y su importancia.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### EL TESORO DEL MFC

#### Objetivo

Que los participantes se reconozcan como parte de una comunidad cristiana que defiende, cuida y valora el tesoro de nuestro movimiento, además que reflexionen sobre la importancia de la comunicación en equipo.

#### Materiales

- Pelotas de hule medianas.
- Fichas de preguntas sobre los principios de Dios para las finanzas ( se puede aplicar a varios temas como el decálogo de equipo, las exigencias básicas, etc).
- Campana chica.

#### Instrucciones

- 1.- Se forman los equipos.
- 2.- Se les explica que van a ganar su propio tesoro (una pelota de hule) contestando correctamente a las preguntas sobre el decálogo de equipo. (Se recomienda en un espacio amplio y de preferencia abierto).
- 3.- El coordinador de la dinámica establecerá que después de cada pregunta, levanten una pequeña campana del centro de los equipos, para que el primero en llegar a querer ganar su tesoro pueda hacerla sonar y responder correctamente a cada pregunta.
- 4.- Después de que cada equipo (máximo 4) tengan su tesoro, formaran un círculo con los brazos entrelazados y colocando la pelota en el piso en el centro del círculo, se dispondrán a realizar el siguiente reto: tendrán que trasladar su tesoro al otro extremo del patio sin que salga del círculo y sin hablar. ( si la pelota sale del círculo, ó si el equipo habla se regresan al punto de partida cuantas veces sea necesario).
- 5.- La primera vez que transportarán su tesoro lo harán sin hablar; cuando todos estén en la meta regresaran al punto de partida; pero ahora si podrán comunicarse entre si.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### EL TESORO DEL MFC

#### Conclusiones

La dinámica termina con la reflexión de los equipos, ellos le pueden dar muchas connotaciones. La riqueza de nuestros tesoros, se puede aplicar a nuestros equiperos, la amistad, nuestro servicio, nuestro movimiento, nuestros recursos etc.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### GLOBOS

#### Objetivo

Identificar las barreras que impiden el desarrollo de un equipo de trabajo, cuando la competitividad sobrepasa aspectos de mayor relevancia como: el compañerismo, el logro de objetivos organizacionales, la cooperación, el trabajo en equipo y el éxito grupal.

#### Materiales

- Un globo por participante
- Un palillo por participante

#### Instrucciones

- 1.- El Facilitador proporciona a cada participante un globo, un palillo y da las siguientes indicaciones:  
Inflen su globo a la mitad de su capacidad o un poco más grande si así lo desean y háganle un nudo.  
Tienen 2 minutos para lograr que su globo siga inflado, pueden desplazarse en todo este espacio (refiriéndose al salón o al espacio en el que se encuentren)
- 2.- Al concluir los dos minutos el instructor dará la indicación para que todos los participantes formen un círculo a su alrededor.

- 3.- En este momento pide a los participantes que aún tengan su globo que se coloquen a su derecha y que expresen cómo lograron mantenerlo a salvo de ser pinchado.
- 4.- Cuando los participantes terminan de contar su estrategia, el instructor pide al grupo que por favor le recuerden las indicaciones que dio para la realización de la dinámica.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### GLOBOS

#### Conclusiones

Una vez que ya algún participante mencione las instrucciones dadas por el instructor, éste procede a guiar la siguiente reflexión sobre lo aprendido al llevar a cabo la dinámica:

A veces para lograr nuestros objetivos pensamos que es necesario pasar por encima de nuestros compañeros, sin embargo, no es necesario, se les dio la instrucción de que podían desplazarse por todo el salón y; tendrían 2 minutos para salvaguardar su globo, sin embargo, nunca se les dijo que para lograr esto tenían que pinchar el globo de sus compañeros, esa fue una idea que dieron por entendida, ¿Por qué creen que paso eso? Debemos considerar que antes que nada ustedes son un equipo y que el objetivo que tenían de manera personal (proteger a su globo) era el objetivo de todo el grupo, un objetivo común, no había porque desatar un conflicto. Pasa como en las organizaciones, aunque el objetivo sea común para todos, llegan a presentarse situaciones en las que obstaculizamos el trabajo de algunos compañeros, sin embargo, debemos considerar si eso es sano para el ambiente organizacional o si eso nos va a permitir acercarnos a nuestras metas personales.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### HUEVOS ESTRELLADOS

#### Objetivo

Que los participantes reflexionen y comprendan que valorando y utilizando un manual de procedimientos y organización podremos hacer un trabajo con eficacia y mayor eficiencia.

#### Materiales

- Un Huevo
- Una quinta parte de tapa de cartón de huevo.
- 2.1 mts. de estambre
- 20 cm de cinta adhesiva
- Una bolita de Algodón
- Tijeras
- Cuter
- Regla solo para medir

#### Instrucciones

- 1.-Hacer equipos participantes de cuatro matrimonios. Los matrimonios eligen a un matrimonio líder del equipo.
- 2.-A todos los equipos se les asigna la misma tarea y el mismo material menos a un equipo que su única diferencia es que se les otorgará un manual de organización y procedimientos y trabaja en un lugar aparte.
- 3.-Se les pedirá que con el material entregado preparen a su huevo para que este soporte una caída de 2.5 m en un tiempo máximo de 12 minutos. (no se les dará ninguna otra indicación). Al matrimonio líder de equipo se le entregará una hoja para evaluar el producto y el proceso. Los mismos criterios de evaluación que se le otorgó al matrimonio líder se proyectará y se mantendrá durante todo el momento que estén trabajando en la dinámica sin dar explicaciones de estas.
- 4.-Se debe permitir que cada equipo se organice como desee y que realice o experimente lo que crean conveniente a fin de conseguir su objetivo dejar fluir a la creatividad (nunca decir ni dar a entender que construyan un paracaídas).
- 5.-Al finalizar los doce minutos todos los equipos dejarán de trabajar y traerán sus propuestas para ser evaluadas y puestas a pruebas. El formato para evaluar que se le dará a cada matrimonio será similar al presentado abajo



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### HUEVOS ESTRELLADOS

INDICADOR	Criterio	CALIFICACIÓN DEL 0 AL 10	Factor de ponderación	CALIFICACIÓN PONDERADA
Diseño del producto	Eficiencia		0.05	
Se realizó en el tiempo solicitado	Eficiencia		0.05	
Se utilizó exclusivamente el material otorgado	Eficiencia		0.20	
Prueba de caída de 2.5 m	EFICACIA		0.65	
¿Se podrá utilizar el mismo dispositivo para otro huevo?	Eficiencia		0.05	
<b>TOTAL</b>			1	

### Conclusiones

Al finalizar la prueba de todos los equipos se compararán los resultados y se analizará la razón de explicar cuál fue la diferencia significativa para que algún equipo tuviera la mayor calificación.

El facilitador y el pleno construirán una analogía de nuestro trabajo como dirigentes y resultados que hemos obtenidos en el MFC con la dinámica realizada.

El facilitador tendrá que dirigir al pleno para que concluyan que la mayor diferencia fue el trabajo organizado que les propuso su líder de matrimonio siguiendo el manual de organización y procedimiento que se les otorgó. **POR LO CUAL ANTES DE INICIAR NUESTROS TRABAJOS ES NECESARIO CONSULTAR Y CONOCER LOS MANUALES DE ORGANIZACIÓN Y PROCEDIMIENTOS QUE SE TENGAN.** En este caso aprovechar el material y experiencia del MFC.

### ANEXO



MANUAL PARA PREPARAR TU HUEVO A UNA CAIDA DE TRES METROS

¡Hagamos un paracaídas!







# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### EL TREN DE LOS GLOBOS

#### Objetivo

Aprender a comunicarse en equipo; así también tener la coordinación y sincronía para lograr avanzar venciendo los obstáculos.

#### Materiales

- Una bolsa grande de globos

#### Instrucciones

- 1.- Se forman los equipos.
- 2.- El equipo se forma en una fila larga como un tren.
- 3.- A cada persona se le entrega un globo ya con aire.
- 4.- El globo lo deberán colocar entre su pecho y la espalda de la persona que tiene enfrente; sin presionarlo demasiado por que puede explotar.
- 5.- Cuando ya todos estén en posición y listos para avanzar; no deben tocar el globo con sus manos.
- 6.- Se dará la indicación para empezar el viaje y llegar a la meta que se les haya indicado.
- 7.- Se pueden vencer en el camino algunos obstáculos ( subir, bajar, hacer algún giro).
- 8.- Si se cae algún globo, todo el tren se para y se recupera el globo y se vuelve a iniciar.
- 9.- Gana el equipo que primero llegue a la meta.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### EL TREN DE LOS GLOBOS

#### Conclusiones

Reflexionar sobre la importancia de comunicarse, coordinarse, ponerse de acuerdo y planear la estrategia que seguirán para alcanzar el objetivo planteado.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### LA RED DEL SEÑOR

#### Objetivo

Mostrar a los equipos (ecd, ecs, ez) la importancia del trabajo en equipo, el liderazgo y el desarrollo de las funciones de cada elemento del equipo de trabajo.

#### Materiales

- Pelota de Hule
- Hilaza
- Botella de refresco de vidrio vacía

#### Instrucciones

- 1.- Primero se les da una explicación general del objetivo de esta dinámica y se les dan las instrucciones a los participantes
- 2.- Se atan a la pelota de hule con cordeles de hilaza de 3 metros, de 10 hasta 14 integrantes según el tamaño del equipo.
- 3.- Se les pide a los participantes que formen un círculo., en el centro del círculo se pone la botella de refresco, se les pide a todos se sienten dando la espalda a la botella y el líder del equipo les da a cada uno una punta de los cordeles de hilaza que están sujetos a la pelota.
- 4.- El líder les ira dando instrucciones a cada integrante del equipo llamándolo por su cargo o responsabilidad en el equipo (área -1 el, área-1 ella, área-2 el, área-2 ella etc.) las instrucciones serán en el sentido de jalar o aflojar el cordel, (puede el líder dar la indicación mencionando alguna de las funciones principales de cada área, ejemplo justicia y solidaridad jalar el cordel, servicios institucionales aflojar el cor-

del etc) se darán tantas indicaciones como sean necesarias hasta lograr que la pelota sostenida por los cordeles de hilaza sienten en la boca de la botella. después de lograr el objetivo se les dará una explicación a los participantes de la importancia del trabajo en equipo, de seguir instrucciones y la confianza.

- 5.- Enseguida se repite la dinámica pero ahora todos voltean de frente a la pelota y ya sin recibir las indicaciones entre todos logran colocar la pelota en la boca de la botella en mucho menor tiempo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### LA RED DEL SEÑOR

#### Conclusiones

La reflexión que se hace enseguida es la siguiente; cuando recibimos el llamado a formar parte de un equipo de trabajo dentro del MFC, normalmente desconocemos las responsabilidades y las funciones a las cuales somos llamados, y tenemos un periodo de aprendizaje, durante este periodo tenemos el apoyo de nuestros dirigentes, de nuestros manuales y de nuestro ser y hacer de cada función. sin embargo una vez que ya conocemos nuestras responsabilidades y funciones, tenemos un mayor conocimiento de como trabajar y eso aunado a seguir siempre las indicaciones de nuestros dirigentes nos llevan a tener mejores resultados. La importancia de que el líder , siempre de las indicaciones correctas.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### LA TORRE MAS ALTA

#### Objetivo

Fomentar la cooperación y el trabajo en equipo entre los participantes, como la dinámica tiene variantes los participantes tienen que adaptarse a los cambios.

#### Materiales

- Un paquete de espagueti crudo
- Una bolsa de bombones medianos
- Un cronómetro

#### Instrucciones

- 1.-Se hacen equipos de máximo 5 participantes, debe haber espacio suficiente para acomodar los materiales.
- 2.-A cada equipo se le reparte 10 tiras de espagueti y 7 bombones.
- 3.-Se les da la instrucción de que tienen que realizar la torre en conjunto lo mas alto y sin caerse con el material que se les proporciona. Se les da un tiempo de 5 minutos para realizar la actividad, la torre debe permanecer al menos 5 segundos

parada.

- 4.-Al finalizar el tiempo se les cuestiona acerca de la dinámica, que estrategias siguieron para lograr el objetivo y a los que no lo lograron se les pregunta que dificultades tuvieron y que les hizo falta para lograr el objetivo.

#### REGLAS

El tiempo aproximado es de 30 minutos dependiendo de los participantes.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### LA TORRE MAS ALTA

#### Conclusiones

Al final se compara esta dinámica con nuestro trabajo dentro de la iglesia en la cual el señor nos asigna tareas las cuales debemos de cumplir para que nuestro querido MFC siga avanzando

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 10



### LOS EQUIPEROS EN EL AIRE

#### Objetivo

Motivar y concientizar a los matrimonios Servidores (promotores) a que tienen que cuidar y acompañar a sus equiperos para que no lleguen a la deserción.

#### Materiales

- Cuatro paliacates (pañuelos) de tela de 50 cm. ó cualquier tipo de tela de ese tamaño por equipo.
- Seis globos chicos de medida #3 para cada equipo.
- Agua suficiente para llenar los globos.
- Dos cubetas por equipo.

#### Instrucciones

- 1.- Se llenan los globos con el agua y se depositan en una cubeta.
- 2.- Se hacen equipos de 3 matrimonios.
- 3.- Se colocan los matrimonios frente a frente en una fila a una distancia de 1.5 metros entre cada matrimonio.
- 4.- Se coloca al inicio de la fila la cubeta con los globos y al final de la fila la cubeta vacía.
- 5.- Toman un paliacate cada matrimonio, el matrimonio coordinador de la dinámica ayuda a colocar un globo en el primer paliacate de cada equipo.
- 6.- Cada matrimonio del equipo tiene que pasar por el aire (aventar) el globo al otro matrimonio sin que se caiga o se reviente y así sucesivamente.
- 7.- Al llegar el globo al final de la fila se deposita sin que se reviente en la cubeta vacía.
- 8.- El ganador será aquel, que haya logrado pasar y depositar en la cubeta más globos al momento de finalizar el tiempo de la dinámica.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 10



### LOS EQUIPEROS EN EL AIRE

#### Conclusiones

Con la realización de esa dinámica podemos reflexionar haciendo una analogía con nuestra vivencia del CBF:

- El globo significa un matrimonio equipero.
- El equipo son los promotores de los tres niveles.
- El matrimonio coordinador es el promotor de zona.
- La trayectoria del globo del inicio al final es el ciclo básico de formación.
- Que el globo se rompa en la trayectoria significa deserción del equipero.
- Los globos que están en la cubeta son los matrimonios que terminaron su CBF.

Con esta reflexión se puede sensibilizar a los promotores para que vean que tan frágil pueden ser los equiperos y tomen conciencia de la labor tan importante que tienen en sus manos.

#### ANEXO







# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 11



### LOS ESQUIS

#### Objetivo

Que todos los emefecistas comprendan que, para lograr un resultado, es importante conocer el objetivo deseado, mediante el trabajo en equipo, utilizando todas las herramientas que el MFC nos ofrece.

#### Materiales

- Dos tablas de 2 mt de largo por 12 cm de ancho.
- Seis metros de hilo (cuerda), separada en dos porciones de 3 mts.
- Ambos pedazos de cuerda se sujetan a la tabla en cada orilla.
- Un silbato.

#### Instrucciones

- 1.- Formar dos equipos de 4 integrantes c/u.
- 2.- De cada equipo escoger un líder (un minuto para hacerlo).
- 3.- El líder pasa con el capacitador para recibir las instrucciones y conocer donde se inicia y termina la dinámica, y así, estar atento al ruido del silbato: *pitido largo* "estar atento" y *pitido corto* "inicio de dinámica".
- 4.- El líder regresa a el equipo y comparte las instrucciones dadas, junto con el material para realizar la dinámica.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 11



### LOS ESQUIS

#### Conclusiones

El capacitador termina reafirmando la importancia de trabajar en equipo, de saber organizarse, de respetar tiempos, de escuchar y saber comunicarse.

Se toma como ejemplo el equipo que logró el objetivo:

Contó con un buen líder que supo transmitir la información adecuadamente.

Contó con un equipo que supo escuchar al líder.

El equipo se supo organizar, utilizando las herramientas adecuadamente.

El equipo supo comunicarse, ser cordiales, respetuosos, mostrar entusiasmo y sobre todo supieron apoyarse para lograr el objetivo planteado.

El equipo que llegó después ó tuvo dificultad para llegar y cumplir con el objetivo:

-Presentó varios obstáculos.

-Un líder que no supo compartir bien las instrucciones.

-Un equipo que no supo escuchar las indicaciones del líder y querían avanzar por su cuenta sin tomar en cuenta a los demás.

-Un equipo que no escuchó atento el llamado de inicio.

Reflexión y analogía con los equipos en MFC:

Así a veces pasa en el MFC, para lograr un crecimiento espiritual, para lograr seguir desarrollando las habilidades, los servidores deben estar atentos, ser obedientes y asistir a cada uno de los llamados que se les realice.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 12



### LOS GLOBOS

#### Objetivo

Que los servidores sean empáticos hacia sus semejantes, a través de la solidaridad y el Trabajo en equipo.

#### Materiales

- Globos de Colores
- Marcador negro (sharpie de preferencia)
- Listado de asistentes

#### Instrucciones

1.- Al registrar la asistencia a la capacitación se les asigna un número del uno al seis, en forma individual. Ese número será el número del equipo en el cual realizarán la actividad.

2.- Una vez terminado el registro de asistentes, sin que ellos se enteren. Se inicia a anotar en globos de colores los nombres de todos los asistentes en forma individual.

De tal forma que cada uno, tenga un globo.

3.- En una área abierta, se les forma de acuerdo al número que les fue asignado al

registrarse en filas.

4.- Dar la instrucción de que se soltarán los globos y cada quien buscará el suyo y regresará a su fila. Y el equipo que tenga todos los globos con sus respectivos nombres será el ganador. se da 1 minuto.

5.- Si no hay ganador al término. Se dará de nuevo un minuto, pero cada quien tomará un globo al azar y lo entregará a su dueño, sin buscar el suyo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 12



### LOS GLOBOS

#### Conclusiones

Se dan cuenta que todos necesitamos de todos, es mucho más fácil y se logra mejores resultados cuando realizamos un trabajo en equipo.

¿Qué pasó con el ejercicio de los globos?

Vimos muchos nombres; pero solo nos enfocamos en buscar el nuestro.

En el caminar algunos globos se reventaron, o reventamos nosotros mismos algunos.

¿En algún momento fui empático, solidario con algún compañero? ó incluso ¿ fuimos solidarios con nuestro mismo equipo del que formamos parte?

En cambio cuando se les dio la indicación de que se apoyaran para lograr a encontrar sus globos unos y otros... ¿Qué pasó?

Cada quien tomó un globo y se le entregó al dueño, hubo cordialidad, organización, se vivió la unidad fraterna, se trabajó en equipo; y es justamente a esto a lo que estamos llamados todos los servidores emefecistas a siempre trabajar en UNIDAD y CORDIALIDAD.

Ultimo. Ultimo último

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 13



### PASA LA MONEDA POR TU CUERPO

#### Objetivo

Romper el hielo e integrar los miembros participantes en cualquier tipo de actividad.

#### Materiales

- Moneda metálica (moneda de \$10)

#### Instrucciones

- 1.- Se forman equipos de hasta 10 personas o a criterio propio de quien dirige la dinámica (dependiendo la cantidad de asistentes).
- 2.- Se les da la indicación a que formen un círculo o fila y eligen quien inicia la actividad.
- 3.-Un integrante de cada equipo toma la moneda, se la pasa por el cuerpo, iniciando del cuello, recorre tronco, pierna y la saca en el pie (dentro de la ropa) todo con la ayuda de sus manos. La moneda no debe caer sin haber pasado dentro de las dos prendas (camisa y pantalón, blusa-falda)
- 4.-Cada que termina uno de los integrantes del equipo con el recorrido de la moneda por su cuerpo, ésta es entregada al siguiente miembro para que realice mismo ejercicio (Esto se repite con todos los elementos del equipo hasta llegar con el ultimo)
- 5.-El equipo que termina primero con el ejercicio, tiene la facultad de poner un reto a los equipos que terminan después.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 13



### PASA LA MONEDA POR TU CUERPO

#### Conclusiones

Al término del reto, se les pide algunos miembros de los equipos que compartan su experiencia vivida al realizar la dinámica.

Se debe resaltar el trabajo de equipo que debió hacerse; ya que algunos equipos se pusieron de acuerdo en la estrategia que iban a seguir, algunos compañeros sugirieron tips de como hacerlo mejor para lograr el objetivo planteado.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 14



### PONTE EN MIS ZAPATOS

#### Objetivo

Que cada integrante reconozca que hay ocasiones que es muy difícil tener empatía con los demás, reflexionando que debemos entender siempre al otro para practicar la misericordia y ser rostros vivos de Cristo en nuestro servicio y en nuestra vida diaria.

#### Materiales

- No son necesarias

#### Instrucciones

- 1.- Se colocan en parejas a los participantes.
- 2.- Se les invita a cambiarse ambos zapatos uno con el otro.
- 3.- No importa que no les quede, deben intentar caminar con ellos.
- 4.- Modelan los zapatos del compañero.
- 5.- Cada integrante al final de la dinámica dará su opinión respecto a lo que sintió al tratar de caminar en los zapatos del compañero.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 14



### PONTE EN MIS ZAPATOS

#### Conclusiones

Entender que los zapatos del otro al igual que sus gustos o necesidades, no tienen que ser igual a los míos, incluso pueden parecernos malos, incómodos, de mal gusto, etc. sin embargo debemos tener empatía y entender que son las necesidades de mi compañero y yo no debo criticarlo, si no aceptarlo tal y como es.

#### ANEXO







# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 15



### TODOS SOMOS PERSONAS

#### Objetivo

Fomentar el trabajo en equipo, concientizándonos de que todos somos personas con opiniones y pensamientos diferentes.

#### Materiales

- No se requieren.

#### Instrucciones

- 1.- Se forma un círculo con todos los participantes y se selecciona a una persona para que tome el rol de "ser una cosa", no se define que cosa; solo deja de ser persona.
- 2.- El resto del equipo serán personas y empiezan a dar órdenes a la persona que tiene el rol de "ser una cosa", algunos ejemplos de las instrucciones pueden ser: cosa siéntate, cosa ríete, cosa aplaude, etc.
- 3.- Se cambia el rol y el mismo que tenía el rol de cosa puede sugerir e invitar al nuevo compañero que le tocará el rol de cosa. Y de nuevo se le empiezan a dar órdenes.
- 4.- según la cantidad de participantes y el tiempo del que se disponga se seleccionaran la

cantidad de participantes que realizaran el rol de cosa. (sugerencia 4 ó 5 compañeros).

También se pueden hacer papelitos y a las 5 personas que les toca ser "rol de cosa" serán los que realizarán el rol.

- 5.- Al finalizar se van a reflexionar las siguientes preguntas:

¿Qué te gustó más: ser persona ó ser tener el rol de cosa?

¿Qué te desagradó de tener el rol de cosa?

¿Qué te agradó de ser persona?

¿Cómo crees que en un equipo se deben tratar? ¿Cómo personas ó como cosas?



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 15



### TODOS SOMOS PERSONAS

#### Conclusiones

Es muy importante que en los equipos, siempre se traten con mucho respeto, siempre deben tratarse como personas, aceptando las diferencias que cada persona tiene.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 16



### FILAS POR COOPERACIÓN

#### Objetivo

Lograr que los participantes trabajen en equipo y a través de la técnica, mística y ambiente logren llegar al Reino de Dios.

#### Materiales

- Tubos de pvc (uno por persona o matrimonio), cortados a la mitad que miden 30 cms aproximadamente.
- Canicas grandes (una por equipo).
- Un bote para ahí depositar la canica (se le puede poner un dibujo o accesorio con una cruz que simule el Reino de Dios).

#### Instrucciones

- 1.- Cada equipo se pone de acuerdo para que la canica pase por todos los tubos y finalmente llegar al Reino de Dios.
- 2.- No debe caerse la canica ni poner los dedos para controlarla, si es así deben comenzar de nuevo.
- 3.- Hay algunos obstáculos o vueltas para que se haga más complicado el llegar al Reino de Dios.
- 4.- Cada equipo debe comprender la técnica, mística y ambiente para poder llegar al Reino de Dios.
- 5.- Los equipos comentan en plenaria lo que vivieron y como lo relacionan al tema.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 16



### FILAS POR COOPERACIÓN

#### Conclusiones

Las personas se dan cuenta de los beneficios y herramientas que tenemos en MFC para lograr nuestro objetivo, juntos llegar al Reino de Dios.

#### ANEXO



# MOTIVACION

MOTIVATI



**DINÁMICAS**



# Índices

DINÁMICAS DE MOTIVACIÓN	PÀGINA
1.- Ahí está el detalle .....	96
2.- Rosario Virgen peregrina.....	98
3.- El globo de los sueños .....	100
4.- Un regalo de felicidad.....	102
5.- Pájaro, nido, parvada.....	104
6.- Adivina ¿quién es?.....	106
7.- Bloques de compromiso.....	108
8.- La pareja ideal.....	110
9.- Botiquín espiritual.....	112
10.- Caja de herramientas .....	114
11.- Luz y sal .....	116
12.- Nuestro guía, Dios .....	118
13.- El bazar mágico .....	120
14.- Encontrar mi motivación .....	122
15.- Kit de supervivencia .....	124
16.- La bandeja del servicio .....	127



# Índices

DINÁMICAS DE MOTIVACIÓN	PÀGINA
17.- La telaraña .....	129
18.- Los equiperos en el aire .....	131
19.- Los moños azules .....	133
20.- Los signos para la reunión .....	136
21.- Mochila del emefecista .....	138
22.- Paradigma del servicio.....	140
23.- ¿Qué huella quieres dejar?.....	142
24.- Reunión en casa.....	144
25.- Una persona especial.....	146





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1



### AHÍ ESTÁ EL DETALLE

#### Objetivo

Sensibilizar a los Esposos, para procurarse atenciones y conocer mejor a su pareja tanto física como emocionalmente.

#### Materiales

- Telón.
- Quita esmalte.

#### Instrucciones

- 1.- Separar a los matrimonios en dos grupos, uno de hombres y uno de mujeres.
- 2.- Colocar el telón de manera que cubra a todas las esposas, formadas en línea viendo hacia el frente, y que solamente se les vean los pies.
- 3.- Quitar la pintura de uñas de los pies, de las esposas. (pueden ser las manos)
- 4.- Colocar a las esposas en fila y descalzas atrás del telón. Pedirles que muestren el pie derecho y se mantengan en silencio. (Que los esposos no las vean)
- 5.- Pedirle a los esposos que observen y encuentren los pies que crean que son de su esposa y se coloquen en silencio enfrente de los pies. Levantar la mano cuando consideren que encontraron el pie de su esposa.
- 7.- Quitar el telón y que el esposo que hayan reconocido los pies de su esposa, les dan un beso, y los que no lo lograron reconocer, deben explicar que sensación tuvieron.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1

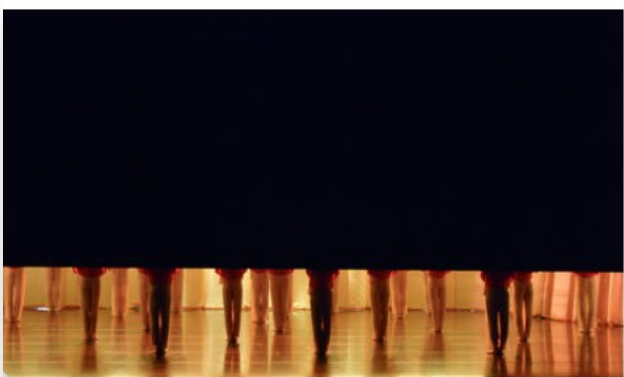


### AHÍ ESTÁ EL DETALLE

#### Conclusiones

Hacerles notar a los esposos, la importancia de los detalles entre ellos, ya que los mismos, van generando un ambiente de unión y fortaleza en un matrimonio, y los que no lograron el objetivo, incitarlos a ser más detallistas y poner más atención a las necesidades y muestras de afecto a su pareja. Un ejemplo puede ser el masaje en los pies, sabiendo que, en el día a día, las labores les absorben y se olvidan de ese momento en el que se pueden disfrutar como pareja.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### ROSARIO VIRGEN PEREGRINA

#### Objetivo

Apropiar en cada familia la oración como parte de nuestro crecimiento espiritual en el MFC y en las exigencias básicas.

#### Materiales

- Dos o tres imágenes de la Virgen peregrina.
- Libro del Santo Rosario.
- Rosario.
- Cirio o veladora.

#### Instrucciones

- 1.- Organizar un rol de visitas de acuerdo al número de matrimonios de cada nivel.
- 2.- El matrimonio promotor de zona será el primero en tener la imagen en su hogar y rezar el Santo Rosario todos los días en familia por una semana.
- 3.- El matrimonio zonal llevará al hogar del primer matrimonio según el rol (la imagen, Rosario y libro) y rezará con la familia que la recibe, enseñando como se realiza.
- 4.- Y así sucesivamente de acuerdo al rol.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### ROSARIO VIRGEN PEREGRINA

#### Conclusiones

La finalidad de esta práctica es fomentar el rezo del Santo Rosario y aprender a rezarlo de la manera correcta. El Catecismo de la Iglesia Católica nos muestra la manera adecuada de rezar el Padre Nuestro, El Ave María y el Gloria. Haciendo hincapié en que somos una, Iglesia, Santa, Católica y Apostólica, por lo que todos deberíamos rezar de la misma forma, pero debido a que aprendimos a rezar con nuestros padres, abuelos, o con la o el catequista así lo seguimos practicando. El Rosario que invitamos a practicar es el esquema del Rosario meditado.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### EL GLOBO DE LOS SUEÑOS

#### Objetivo

Analizar las situaciones que se viven en el grupo de unidad y solidaridad. Así es nuestro movimiento. Todos debemos cuidar nuestros sueños y estar unidos.

#### Materiales

- Globos de diferentes colores.

#### Instrucciones

- 1.- Repartir los globos y pedir que los inflen.
- 2.- Pedir a los participantes que coloquen simbólicamente sus sueños, ilusiones, esperanzas, etc... todo lo valioso que tengan.
- 3.- Hacer un círculo con los participantes lo más estrecho posible.
- 4.- Sin deshacer el círculo comenzar a aventar hacia arriba el globo (jugarlo en el aire).
- 5.- Explicarles que no se tiene que salir del círculo, el globo que se salga será roto por el moderador. También se vale que, si el globo del compañero se vino hacia mi lado y me estorba yo lo puedo sacar (Se puede hacer de forma individual o por parejas, hasta que sólo quede un globo).



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### EL GLOBO DE LOS SUEÑOS

#### Conclusiones

Esto nos trae como enseñanza que siempre va haber alguien que nos quiera arruinar.. ò estropear nuestros sueños e ilusiones, y que si nosotros no los cuidamos nadie lo va hacer por nosotros.

Ahora aplicado al MFC y las situaciones que se viven en el grupo...Reflexionar haciendo referencia a ese último globo que quedo y que como equipo lo cuidaban para que ya no se saliera... Así es nuestro movimiento... Todos debemos cuidarlo y estar unidos sobre todo para que todos logren el propósito de formarse y crecer juntos.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### UN REGALO DE FELICIDAD

#### Objetivo

Procurar un clima de confianza, autoestima y refuerzo positivo dentro de un grupo pequeño. Y Experimentar el dar y el recibir retroalimentación de una forma positiva.

#### Materiales

- Papel para cada participante.
- Lápiz o bolígrafo para cada participante.

#### Instrucciones

I. - El instructor distribuye lápices y papel. Cada participante recibe papel suficiente para escribir un mensaje a cada uno de los otros participantes del grupo.

II.- El instructor hace una afirmación como; "A veces goza uno más con un regalo pequeño que con uno grande. Sin embargo, es común que nos preocupemos de no poder hacer cosas grandes por los demás y olvidamos las pequeñas cosas que están llenas de significado. En el ejercicio que sigue estaremos dando un pequeño regalo de felicidad a cada uno de los demás participantes".

III.- El instructor invita a cada participante a escribir un mensaje a cada uno de los participantes del grupo. Los mensajes deben lograr hacer que la persona se sienta positiva al recibirlo.

IV.- El instructor recomienda varias maneras

de dar retroalimentación positiva, de modo que todos puedan encontrar medios de expresión, aún, para aquellos que no se conocen bien, o no se sienten cercanos. Les puede decir que:

- 1.- Traten de ser específicos. Digan: "Me gusta como sonrías a los que van llegando" en lugar de "Me gusta tu actitud".
- 2.- Escriban un mensaje especial para cada persona y no algo que pueda aplicarse a varios.
- 3.- Incluya a todos los participantes, aún cuando no los conozca bien. Escoja aquello a lo que la persona responda positivamente.
- 4.- Trate de decirle a cada uno lo que es verdaderamente importante o lo notable de su comportamiento dentro del grupo, porque le gustaría conocerlo mejor o porque está contento de estar con él en el grupo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### UN REGALO DE FELICIDAD

Continuación...

5.- Haga su mensaje personal: Use el nombre de la otra persona, tuteelo y utilice términos tales como "Me gusta" o "Siento".

6.- Dígale a cada persona qué es lo que de él, lo hace a usted un poco más feliz. (El instructor puede distribuir las indicaciones o escribirlas en el rotafolio).

V.- Se anima a los participantes a que firmen sus mensajes, pero tienen la opción de no hacerlo.

VI.- Después de terminar todos los mensajes, el instructor pide que se doblen y se escriba el

nombre del destinatario en la parte exterior. Les pide que los repartan y los pongan en el lugar que la persona escogió como "buzón".

VII.- Cuando se han entregado todos los mensajes, se pide a los participantes que compartan la retroalimentación que más significó para ellos, aclaren cualquier duda que tengan sobre algún mensaje y que describan los sentimientos que tuvieron durante el ejercicio.

VIII. El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

### Conclusiones

Es importante lograr un ambiente de amor entre hermanos y generar relaciones de confianza y de empatía en los distintos grupos que podemos formar en nuestras comunidades. Por ello el compartir mensajes positivos y señalar las características buenas que observamos nos ayudan a formar lazos de unión y fraternidad y contribuyen a que el trabajo apostólico sea de mayor calidad y calidez.

### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### PÁJARO, NIDO, PARVADA

#### Objetivo

Favorecer la integración, la animación y eliminar el tedio o aburrimiento.

#### Materiales

- Un espacio grande sin obstáculos.

#### Instrucciones

Según el número de participantes formar equipos de tres personas, donde dos se toman de las manos y forman un círculo que será llamado nido. La tercera persona se mete dentro del nido pasando a ser pájaro. La persona que coordina el juego también forma parte del mismo.

Se dan las siguientes indicaciones:

1.- Cambio de pájaros. En este momento los nidos se quedan en su lugar sin moverse, sólo levantan las manos para que el pájaro salga y busque un nuevo nido. Aquí el coordinador también buscará su propio nido por lo tanto quedará un pájaro nuevo

que a su vez tendrá que coordinar el juego.

- 2.- Cambio de nidos. Aquí sólo se mueven los que forman los nidos. Los pájaros se quedan quietos esperando un nuevo nido. En esta indicación los que lleguen al último salen del juego.
- 3.- Parvada de... Y se dice una cantidad de personas que integraran el nido aquí se deshacen completamente los equipos y se rehacen con nuevos integrantes, pueden ser parvadas de 4 integrantes, de 5 o de 10 dependiendo del número de equipos que se requieran.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### PÁJARO, NIDO, PARVADA

#### Conclusiones

Permite la integración de los matrimonios y de familiarizarse, evita el distanciamiento entre los miembros de los equipos. Esto favorece el acercamiento entre matrimonios de los equipos a que se relacionen e incluso trabajen con quienes no habían trabajado.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### ADIVINA ¿QUIÉN ES ?

#### Objetivo

Descubrir las fortalezas y oportunidades de crecimiento que tienen cada uno de los integrantes del equipo, así como motivar a las personas a la aceptación personal

#### Materiales

- Papelitos verdes y amarillos para cada uno.
- Lapicero para cada uno.
- Cinta adhesiva.

#### Instrucciones

- 1.- Repartir ocho papelitos a cada persona (5 verdes y 3 amarillos)
- 2.- En los papelitos color verde escribirán 5 fortalezas propias, una en cada pedazo de papel, y en los amarillos una oportunidad de crecimiento. NOTA: Deberán ser escritos con la mano contraria que usan para escribir, de manera de que no logren identificar fácilmente a que compañero pertenece. (esto solo en caso que se conozcan mucho entre los integrantes)
- 3.- Colocarse en un círculo.
- 4.- Hacer bolita cada uno de los papelitos que contengan las fortalezas.
- 5.- Ponerse de espaldas sin romper el círculo, en el mismo lugar donde se encuentran y aventar los papelitos de las fortalezas hacia el centro del círculo. Una vez que se encuentren todos los papelitos dentro del círculo, cada integrante tomara 5 papelitos sin desdoblarlos, no tienen que ser los suyos.
- 6.- Cuando todos tengan los papelitos, cada uno tratará de identificar quien tiene esa fortaleza, y la pegaran en la espalda de su compañero sin decirle cual es.
- 7.- Cuando todos hayan terminado se pide que cada uno vea las fortalezas que sus compañeros creen que tienen y las compartan.
- 8.- Nuevamente se repiten los pasos del 3 al 7 pero para las oportunidades de crecimiento.
- 9.- Después de terminar los pasos hasta el punto 7, se finaliza con una plenaria, donde compartan la reflexión de lo que les deja la dinámica, y que tanto se conocen como equipo o si conocían ciertas fortalezas de sus compañeros.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### ADIVINA ¿QUIÉN ES?

#### Conclusiones

Se cierra la dinámica diciendo que cada uno de nosotros tiene cosas buenas y cosas que podemos mejorar individualmente ya que somos imagen y semejanza de Dios, además que tenemos cualidades que en ocasiones nosotros mismos nos resistimos a ver, sin embargo nuestros compañeros si las ven, por lo cual debemos predicar con el ejemplo y ser mejores servidores.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### BLOQUES DE COMPROMISO

#### Objetivo

Motivar a toda la membresía a participar en todos los eventos, reuniones y actividades convocadas por la Diócesis y Sectores (según su rol) para crear un compromiso de servicio y participación continua en el MFC.

#### Materiales

- Bloques de madera pintados de 12 colores diferentes (asignar un color a cada área)  
Roles: **Presidentes/Secretarios**, Área I, **Área II**, **Área III**, **Área IV**, **Área V**, **Área VI**, Base de
- **Datos**, **Jóvenes**, **Mares**, **Zonales**, **Promotores**.
- Marcadores

#### Instrucciones

- 1.- Cada área o responsable de cada reunión convocada (capacitación, reunión estructura reunión ECS, etc) deberá llevar un aproximado de 20 bloques (según su membrecía).
  - 2.- Con el marcador se tendrá que rotular el bloque indicando que tipo de reunión, evento o actividad se realizó y al cual se tuvo una respuesta positiva asistiendo.
  - 3.- Se entregara un bloque a cada matrimonio/Joven/ Mare por su asistencia a cada reunión convocada según corresponda.
  - 4.- Los asistentes irán acumulando bloques en el ciclo, al final se reconocerá a quien tenga más bloques. Se dará a conocer el matrimonio/joven/Mare con mayor número de bloques de madera acumulados. Reconociendo su compromiso. (Opcional dar un detalle). Pueden ser los 3 primeros lugares.
- Nota: Se puede cambiar los bloques por algún otro elemento que fuera fácil reproducir (hoja de asistencia personal, calcomanías, fichas etc)



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### BLOQUES DE COMPROMISO

#### Conclusiones

Retomar la importancia del compromiso que tenemos como emefecista, y ser parte de cada una de las actividades que nos llevan a ir creciendo y aumentando nuestra fe.

#### ANEXO.

#### Ejemplo Paso 2:

Se convoca a reunión general de sector, los secretarios de sector darán un bloque a cada una de las áreas asistentes, promotores a sus equiperos, área VI a los jóvenes y así sucesivamente cada área a su área correspondiente.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### LA PAREJA IDEAL

#### Objetivo

Que cada integrante del matrimonio se de cuenta que tiene a su lado a la pareja ideal, solo que exige cambios y esfuerzo de las dos partes para lograrlo.

#### Materiales

- Dos cartulinas
- Plumón
- Tarjetas o ½ hoja de papel por cada integrante.
- Una bolsa de dulces besos marca montes o chocolates Kiss.

#### Instrucciones

- 1.- Pedir que se quede el grupo de esposas y que los esposos salgan del salón, cuarto, sala o lugar donde se lleve la reunión.
- 2.- En la cartulina se pega en la pared y se escribe lo que aporten las esposas, se pide que aporten ideas de como sería el hombre ideal para ellas, haciendo notar que tiene que ser un valor, virtud, principio o cualidad que se pueda cumplir por ejemplo: amoroso, detallista, trabajador, honesto, cariñoso, amable, respetuoso, "no pueden pedir a Brad Pitt, por que no es el objetivo". Que apunten en su tarjeta u hoja la que mas les gustaría que tuviera su pareja para ser ideal que de preferencia no lo tiene.
- 3.- Ahora se le pide a las esposas que salgan, se tapa la cartulina que tiene las ideas que aportaron y que entren los maridos para hacer el mismo proceso, preguntándoles para ellos cual sería la mujer ideal, para que salga excelente, el

que aplica la dinámica tiene que exaltar que el cambio de lo que piden sea alcanzable.

- 4.- Se pide entren todos y se destapan las cartulinas, se menciona lo que quieren ellas y ellos.
- 5.- Se les reparte un dulce a cada uno para que se animen a entregar su deseo para tener a la esposa y esposo ideal en su pareja y que con un dulce deseo se logre y se haga notar que se puede alcanzar a través del amor mutuo.

**Nota.** Se pide que se ponga en el escrito el porqué ama a esa persona, pero que le gustaría agregar a ese amor para complementarlo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### LA PAREJA IDEAL

#### Conclusiones

Es importante la comunicación entre esposos y una manera bonita de entablar este diálogo es a través de esta dinámica.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### BOTIQUÍN ESPIRITUAL DE PRIMEROS AUXILIOS

#### Objetivo

Que los servidores cuenten con un kit de primeros auxilios que los motive a sentir confianza y seguridad de que contarán con herramientas que les ayuden en su caminar del apostolado.

#### Materiales

- Palillo
- Caucho o liga
- Curita
- Lápiz
- Borrador
- Chicle
- Chocolate Kiss o dulce
- Rico beso
- Bolsita de Té
- Una bolsita para armar el kit

#### Instrucciones

- 1.- Se empacan los materiales en la bolsa para el kit y se le dibuja una cruz como la cruz roja para que parezca botiquín.
- 2.- Se entrega un kit a cada servidor en alguna reunión que se tenga antes de iniciar el ciclo.
- 3.- Se le anexa copia del significado de los materiales del botiquín.
- 4.- Se recomienda que se elija al azar quien vaya leyendo cada uno de los materiales que contiene el kit y que todos a la vez levanten el material como señal de que todos lo tienen.
- 5.- Leer cada uno de los materiales del kit hasta finalizar.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### BOTIQUÍN ESPIRITUAL DE PRIMEROS AUXILIOS

#### Conclusiones

Al finalizar la entrega y lectura del kit , comentar que no van solos y que cada vez que se sientan heridos no duden en echar mano del botiquín.

#### ANEXO.

**PALILLO:** para acordarte de "escarbar" y siempre ver en los demás todas las cualidades que tienen.

**CAUCHO o LIGA:** para acordarte de ser flexibles, ya que las cosas y las personas no siempre son de la manera como tú quieres que sean.

**CURITA:** para ayudarte a curar aquellos sentimientos o heridas que en el caminar puedan surgir, ya sean tuyos o de los demás.

**LÁPIZ:** para que anotes diariamente todas las bendiciones( que son muchas) y a veces en el día a día las olvidamos o no las percibimos; pero, desde amanecer un nuevo día ya es una bendición.

**BORRADOR:** para acordarte que todos cometemos errores y no pasa nada; es muy importante que aquellas situaciones que no agregan valor o nos hicieron sentir mal, rápidamente las borremos y sigamos adelante con la mejor Actitud..... la Actitud de Dios.

**CHICLE:** para acordarte de "pegarte" a todo aquello que puedes sacar adelante con tu esfuerzo. En este caminar vas a encontrar personas maravillosas que están en la misma sintonía... recuerda pegarte a

ellas y aprender de su fe y testimonio.

**UN CHOCOLATED KISS O UN DULCE RICO BE-  
SO:** para que te acuerdes que todo mundo necesita un beso y un abrazo diariamente. Siempre es muy importante expresar nuestros sentimientos, a veces vamos a necesitar de un abrazo, no olviden que aquí en el botiquín el Señor Jesús te tiene uno y sobre todo no olviden brindarlo ustedes a todos los que lo necesiten.

y finalmente un **saguito DE TÉ** ....¿para qué?

para relajarte, tomarte un tiempo, dialogar.... Recordar que es un bello servicio el que están ofreciendo y que todo es para Gloria de Dios, también para hacer una lista de todo lo que tienes y de tus bendiciones diarias.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 10



### CAJA DE TALENTOS

#### Objetivo

Que los servidores sepan que no están solos, que el Señor a través del espíritu santo, nos hace un equipo capaz de producir emociones, alegrías y entendimiento a nuestros participantes, además de sentirnos orgullosos de trabajar juntos.

#### Materiales

- Un martillo o varios
- Un tornillo o varios
- Una lija o varias

- Un metro o varios
- Un serrucho o varios

Opción: Se pueden imprimir imágenes de las herramientas y hacerlo de forma simbólica.

#### Instrucciones

- 1.- En una caja de herramientas se ponen las mismas.
- 2.- Se le entrega la caja con herramientas a un servidor organizador antes de una capacitación.
- 3.- En seguida cada servidor tome al azar una herramienta.
- 4.- Que cada servidor diga para que cree que sirve la herramienta que le tocó tomar, analice lo bueno y lo malo que tiene esta

herramienta, y ver que por sí sola (sin más herramientas) la utilidad que pueda tener.

- 5.- Se le entrega a cada servidor, en un sobre cerrado el significado de la dinámica, pidiéndoles que no lo abran hasta el final de la misma



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 10



### CAJA DE TALENTOS

#### Conclusiones

Al finalizar los comentarios que se hacen sobre las herramientas que les tocó, se les dice con mucho entusiasmo “que así como cada herramienta por si sola no puede hacer muebles bonitos y de calidad, tampoco nosotros, que así como las herramientas necesitan unas de otras para poder terminar perfectamente un mueble, nosotros también somos complementarios en nuestro equipo de servicio, y que siempre es el señor el que obra a través de nosotros, con nuestras cualidades y defectos”. Pero es eso precisamente lo que nos hace valiosos, así que no pensemos ya en nuestros puntos malos o no los veamos como tal ya que es mejor concentrarnos en la utilidad de nuestras cualidades y sentirnos orgullosos de trabajar juntos y pertenecer al MFC.

Nuestros dones y talentos como servidores pueden ser muy distintos de persona a persona, incluso como matrimonio, pues mientras a uno se le facilita hablar en público, al otro no, pero por eso nos complementamos.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 11



### LUZ Y SAL

#### Objetivo

Que los participantes comprendan la importancia de ser sal y luz a través de nuestro servicio a Dios.

#### Materiales

- Luz cirio bendito
- Sal
- Venda para ojos
- Algún alimento o bebida que puedan dar a probar sin sal y con sal y en el cual se note la diferencia de sabor.

#### Instrucciones

- 1.- Pasar a dos personas (dependiendo el numero de participantes), se les dará a probar el alimento sin sal (que debe estar completamente insípido), enseguida se les da a probar alimento con sal. Pedirles su opinión respecto al saber percibido, la importancia de la sal. Pasar otros dos participantes con ojos vendados y pedir hacer una actividad (ej. Empacar caja para regalo) evidentemente se les complicará hacerlo con los ojos vendados, posteriormente se les quita la venda y se les pide volver a intentarlo, acto que podrán hacer sin mayor problema. Reflexionar con ellos que percibieron, cual es su conclusión respecto a la luz. El resto de los participantes permanecen atentos a sus respuestas.
- 2.- Se hacen varios equipos (uno por cada persona que estuvo al frente) y se les pide a cada representante que pase con su equipo llevando consigo luz (cirio) o la sal para reflexionar sobre la importancia de ser sal y luz a través de nuestro servicio (es enfocarse ya en el plano espiritual). Y al final se hace plenaria que significó y que compromiso se llevan en general los participantes.
- 3.- En plenaria con un video reflexivo se motiva a servir y a invitar a más matrimonios.
- 4.- Nota: indíquese que la sal no es en sí el sabor de las cosas, sino que potencializa el sabor original del alimento al que se le pone, así mismo nosotros podemos ser sal al motivar a compañeros servidores a potencializar sus dones, igualmente podemos ser luz cuando alguien ve en nosotros actitudes que los motiven a ser mejores seres humanos.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 11



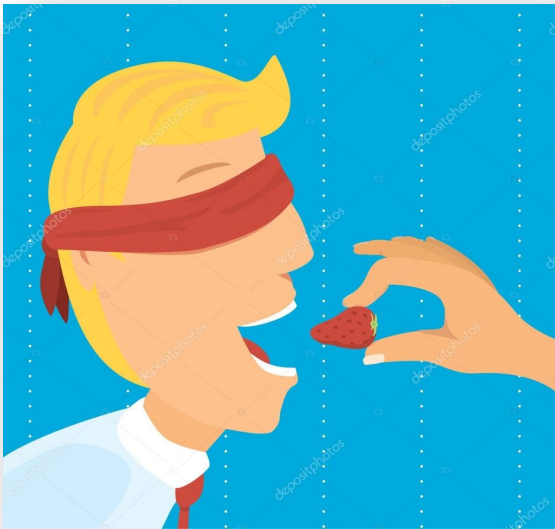
### LUZ Y SAL

#### Conclusiones

Se concluye que debemos ser equipo en todo momento. Entender que somos testimonio en nuestra familia, en trabajo y con amigos. Que debemos entender que Dios nos invita a través de nuestro servicio a actuar siendo luz y sal en la vida diaria, para la gente que nos rodea.

Unir a los sectores y promotores a que recuerden todo lo que hemos recibido de Dios a través del MFC y que esa sea nuestra motivación para seguir adelante dando un Sí convencido al Señor.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 12



### NUESTRO GUÍA, DIOS

#### Objetivo

Que el servidor comprenda la importancia de saberse guiado por la persona correcta, Dios en su apostolado, logrando con ello motivación y seguridad de que sus acciones dentro del MFC son las que Dios necesita.

#### Materiales

- Paños o vendas para ojos.
- Un lugar con escalones, o algo que brincar.

#### Instrucciones

- 1.- Se separa a la mitad del grupo por matrimonios, la primera mitad se pondrán en parejas-matrimonios y la otra mitad del grupo se intercambian las parejas-matrimonios (también quedan en pareja pero no con su esposo-a) (a quienes se les cambio su cónyuge, se les dirá con quien quedaron, solo se les dice que no están con su pareja)
- 2.- A un miembro de cada pareja se le vendan los ojos.
- 3.- Cada pareja caminara por el lugar, el de ojos vendados debe caminar, brincar obstáculos, guiado por el de ojos libres.

- 4.- Se pondrá atención en la actitud del participante de ojos vendados. Y después del recorrido se les preguntará su impresión, y/o sensación.

Nota: Tratar de que se resalten la diferencias de ser guiado por tu esposo (a), que por alguien que desconoces.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 12



NUESTRO GUÍA, DIOS

### Conclusiones

Se habla sobre la diferencia en como te dejas llevar y haces las cosas con seguridad cuando sabes quién te esta guiando, en cambio dudas un poco y te sientes inseguro en lo que haces, cuando desconoces quién es tu guía.

En el MFC no podemos tener duda en quien es nuestro guía... **Dios.**

Por eso debemos hacer las cosas con amor, y con seguridad, nunca titubear.

### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 13



### EL BAZAR MÁGICO

#### Objetivo

Profundizar en su autoconocimiento y reforzar la idea de la posibilidad del cambio, actitud y comportamiento.

#### Materiales

- Hojas blancas.
- Pinturas.
- Plumones de colores.
- Lapiceros.

#### Instrucciones

- 1.- Se reúnen en círculo.
- 2.- Cada quien escribe en una hoja en blanco tres características personales, circunstancias, ideas.) que les gustaría dejar atrás, o deshacerse de ellas. Una por hoja.
- 3.- De igual forma escribimos frases o ideas positivas que nos puedan ayudar en lo que queremos dejar.
- 4.- En una mesa ponemos todo lo que queremos dejar y lo que nos puede ayudar.
- 5.- Pasa uno a la vez a elegir lo que necesiten para lograr objetivos y deseos.
- 6.- Explican por que eligieron esas cosas del bazar.

#### REGLAS

1. Imaginen que han llegado a un bazar mágico en el que no se puede comprar ni vender nada, pero si pueden efectuarse trueques.
2. En este bazar, pueden dejar tres "cosas" (características personales, circunstancias, ideas.) que les gustaría dejar atrás, o deshacerse de ellas.
3. Y podrán elegir otras tres que necesiten para lograr objetivos y deseos, para que los haga sentir bien.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 13



### EL BAZAR MÁGICO

#### Conclusiones

Se trata de que cada persona compartan en voz alta lo que cada una coge y deja, sus motivaciones, intereses. Reconocer nuestras áreas de oportunidades, trabajar en ellas ya que en ocasiones nuestro apostolado lo realizamos de manera automática y descuidamos la cercanía con la membresía.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 14



### ENCONTRAR MI MOTIVACIÓN

#### Objetivo

Mostrar que la motivación es interna, pero los incentivos externos pueden iniciar la acción en los humanos.

#### Materiales

- Billetes de banco (o quizá monedas) ocultos y sujetos con cinta adhesiva debajo de las sillas de los asistentes.
- Estos pueden ser sin valor real.

#### Instrucciones

- 1.- Dado que la motivación es a menudo un lugar común, recalque que la motivación se refiere a algo "interno, no externo, que da el motivo para hacer una cosa". Para ilustrarlo diga al grupo "por favor levanten la mano derecha". Espere un instante, dele las gracias al grupo y pregúnteles: ¿Por qué hicieron eso? La respuesta será: "Porque usted nos lo dijo." "Porque dijo" "por favor" etc.
- 2.- Después de 3 o 4 respuestas, dígales: muy bien. Ahora me gustaría que alguien se pusiera de pie y levante su silla. Lo más probable es que nadie lo haga. Continúe: "Si les dijera que hay billetes dispersos en el salón debajo de las sillas, podría eso motivarlos para ponerse de pie y levantar sus sillas" Todavía, casi nadie se moverá; entonces dígales: "Permítanme decirles que sí hay billetes de banco debajo de al-

- gunas sillas." (Por lo general, se levantarán dos o tres asientos y muy pronto los seguirán lo demás. Conforme encuentran los billetes, señale: "Aquí hay uno, allí en el frente hay otro," etc.)
- 3.- Se les aplicarán unas preguntas para su reflexión:  
¿Por qué necesitó más esfuerzo para motivarlos la segunda vez? ¿Los motivó el dinero? (Haga hincapié en que el dinero muchas veces no actúa como motivador.)  
¿Cuál es la única forma real de motivar? (Acepte cualquier respuesta pertinente) pero insista en que la única forma de lograr que una persona haga algo, es hacer que lo desee. ¡No hay otro modo!



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 14



### ENCONTRAR MI MOTIVACIÓN

#### Conclusiones

El facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida. Haciendo hincapié en que lo importante siempre será servir en lo que realmente te gusta, y saber que tu servicio es para Dios, lo cual es la motivación que necesitas para servir.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 15



### KIT DE SUPERVIVENCIA

#### Objetivo

Dar la bienvenida a los servidores al equipo ya sea Diocesano, de Sector o equipos de ciclo básico con un kit para que no olviden nunca la labor del servicio.

#### Materiales

- Estampa de la sagrada familia.
- Vela.
- Corazón.
- Carita feliz.
- Dulce.
- Batería.
- Colores.
- Un segurito.
- Dos pinzas de ropa.
- Un clip.

#### Instrucciones

- 1.- Asegurar tener los ingredientes.
- 2.- Colocar los ingredientes en un frasco de vidrio o bolsa de celofán.
- 3.- Decorar el frasco o la bolsa.
- 4.- Imprimir las instrucciones del kit.

(ver anexo 1).

- 5.- Obsequiarlo a los miembros del equipo para que siempre recurran a el en cualquier circunstancia.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 15



### KIT DE SUPERVIVENCIA

#### Conclusiones

Con esta dinámica pretendemos acompañar a los servidores con pequeños detalles para que sepan que cuentan con nosotros y que nunca están solos en esta maravillosa tarea del servicio.

**!Con cristo si se puede!**

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 15



NOMBRE DE LA DINÁMICA: KIT DE SUPERVIVENCIA

Diócesis: Monterrey

### ANEXO 1



## KIT SERVIDOR



UNA ESTAMPITA DE LA SAGRADA FAMILIA	PARA QUE TE BENDIGA Y SEA TU EJEMPLO PARA SEGUIR
UNA VELA	PARA QUE RECUERDES QUE ERES GUIA Y LUZ PARA TUS COMPAÑEROS
UN CORAZON	PARA QUE SIEMPRE RECUERDES QUE ERES MUY AMADO POR DIOS
UNA CARITA FELIZ	SONRIE, ESTAS HACIENDO UN EXCELENTE TRABAJO Y AYUDANDO A CONSTRUIR EL REINO DE DIOS
UN DULCE	PARA ENDULZAR ALGUN MOMENTO AMARGO.
UNA BATERIA	PARA MANTENERTE SIEMPRE CARGADO DE ENERGIA.
COLORES	PARA HACER TU DIA MAS BRILLANTE Y COLORIDO.
UN SEGURITO	PARA MANTENER SEGUROS A LOS MIEMBROS DE TU EQUIPO.
DOS PINZAS PARA ROPA	PARA EL TRATO EN ALGUNA SITUACION O CONVERSACION QUE LO AMERITE.
UN CLIP	PARA MANTENER A TODO TU EQUIPO UNIDO.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 16



### LA BANDEJA DEL SERVICIO

#### Objetivo

Que los servidores administren y compartan sus talentos a los de Dios.

#### Materiales

- Una bandeja.
- Una caja de madera.
- Tarjetas para escribir.
- Post-it
- Tarjetas con frases de servicio de algunos santos, como:
- Madre Teresa de Calcuta: quien no vive para servir, no sirve para vivir.
- San Ignacio de Loyola: amar y servir a los demás.
- San Vicente de Paul: saber más para servir mejor.

#### Instrucciones

- 1.- Presentación de los participantes.
- 2.- Cada participante que pase al frente, se le da una tarjeta y anota uno o mas talentos personales en la tarjeta y la coloca en la bandeja.
- 3.- De una caja toma una tarjeta con preguntas ya escritas: ¿Para qué servimos?, ¿A quién servimos? Y ¿Cómo servimos?
- 4.- Una vez que han pasado todos los participantes, el coordinador de la dinámica toma una tarjeta de la bandeja y la lee ante todos los participantes; toma la palabra el dueño de la tarjeta que escribió los dones y talentos y responde de acuerdo con la tarjeta que eligió con la pregunta ya escrita y así sucesivamente hasta que termina el ultimo participante.
- 5.- En base a la pregunta y sus talentos escritos en la tarjeta, hace un análisis de la calidad de su servicio brindado que hace llegar al coordinador de la dinámica de manera personal y en el que menciona a que se compromete.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 16



### LA BANDEJA DEL SERVICIO

#### Conclusiones

Con esta dinámica de la bandeja del servicio, se pretende que los participantes se sensibilicen y comprometan de manera personal, sobre el servicio de calidad que deben de brindar a nuestro Padre Dios y a los demás, de acuerdo con sus habilidades, capacidades y competencias.

#### ANEXO.







# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 17



### LA TELARAÑA

#### Objetivo

Que los participantes a través de un juego se presenten y se sensibilicen para tener un sentido de pertenencia.

#### Materiales

- Madeja de estambre.

#### Instrucciones

- 1.- Se les pide a los participantes que formen un círculo.
- 2.- El guía se presenta y toma el extremo inicial de la madeja de estambre, les dice que van a presentarse de forma individual, diciendo su nombre, ¿cuántos hijos tienen?, ¿cuántos años de casados?, ¿Qué función realizan en el MFC?
- 3.- Después de presentarse van a tomar un extremo del estambre y lanzar o dar en la mano la madeja de estambre a otro compañero, de preferencia que este lejos, para que se presente de la misma manera que se presentaron.
- 4.- Deben aprenderse el nombre de quien les da la madeja y a quien le dan la madeja, porque al final de la presentación se va a regresar la madeja, diciendo el nombre de los compañeros. Como resultado de la presentación queda una telaraña, donde se entrelaza estambre. (Es el momento para reflexionar con los participantes sobre que, en el MFC, todas las actividades que realizamos están entrelazadas, para llegar a un mismo fin).
- 5.- Después de la presentación se regresa la madeja enredándola diciendo esta frase “a mí me la entrego....., yo se la entregué a .....”, dando el nombre del compañero o compañera.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 17



### LA TELARAÑA

#### Conclusiones

Esta actividad es de presentación, aprenden los nombres de los compañeros y sus funciones, además se puede utilizar para sensibilizar sobre la pertenencia al MFC, la importancia de la función que desempeñamos y la mística del movimiento.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 18



### LOS EQUIPEROS EN EL AIRE

#### Objetivo

Motivar y concientizar a los matrimonios Servidores (promotores) a que tienen que cuidar y acompañar a sus equiperos para que no lleguen a la deserción.

#### Materiales

- Pañuelos (paliacates) de tela de 50 cm. c/u o cualquier tipo de tela de ese tamaño, 4 paliacates por equipo.
- Agua la necesaria.
- Cubetas, por equipo.
- Globo chico numero # 3, nota: de tres a seis globos por equipo .

#### Instrucciones

- 1.- Se llenan los globos con el agua y se depositan en una cubeta.
- 2.- Se hacen equipos de 3 matrimonios.
- 3.- Se colocan los matrimonios frente a frente en una fila a una distancia de 1.5 metros entre cada matrimonio.
- 4.- Se coloca al inicio de la fila la cubeta con los globos y al final de la fila la cubeta vacía.
- 5.- Toman un pañuelos (paliacate) cada matrimonio, el matrimonio coordinador de la dinámica ayuda a colocar un globo en el primer pañuelo (paliacate) de cada equipo.
- 6.- Cada matrimonio del equipo tiene que pasar por el aire (aventar) el globo al otro matrimonio sin que se caiga o se reviente y así sucesivamente.
- 7.- Al llegar el globo al final de la fila se deposita sin que se reviente en la cubeta vacía.
- 8.- El equipo ganador es aquel que tenga el mayor numero de globos con agua en la cubeta.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 18



### LOS EQUIPEROS EN EL AIRE

#### Conclusiones

- 1.- El globo significa un matrimonio equipero.
- 2.- El equipo son los promotores de los tres niveles.
- 3.- El matrimonio coordinador es el Promotor Zonal.
- 4.- La trayectoria del globo de un matrimonio a otro es un nivel.
- 5.- La trayectoria del globo del inicio al final es el ciclo básico de formación.
- 6.- Que el globo se rompa en la trayectoria significa la deserción del equipero.
- 7.- Los Globos que están en la cubeta terminaron su ciclo básico de formación.
- 8.- Esta dinámica sirve para que los promotores vean que tan frágil pueden ser los equiperos y tomen conciencia de la labor tan importante que tienen en sus manos.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 19



### LOS MOÑOS AZULES

#### Objetivo

Motivar a nuestros hermanos a dar lo mejor de uno en vida, aprovechar cada oportunidad que nos da DIOS nuestro Señor para demostrar a través de nuestra persona su amor. Y reconocer que no estamos solos, que DIOS nos ama tal cual somos y que él nunca nos abandona.

#### Materiales

- El texto impreso.
- Moñitos azules de listón.
- Seguritos para fijar los moñitos.

#### Instrucciones

- 1.- Pueden ser grupos de diferentes miembros no importa el número.
- 2.- Se les reparten 4 moñitos azules.
- 3.- El expositor les explica que por favor le ayuden a realizar un experimento y en plenaria les pide que cierren los ojos y lee con voz pausada y clara la siguiente historia.
- 4.- Al término de la lectura el expositor reflexiona el texto indicándoles lo importante que son todos para él, pidiéndoles que realicen el experimento con personas cercanas que ellos consideren que

les gustaría recibir un moño azul o que tengan la necesidad de acercarse a ellos.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 19



NOMBRE DE LA DINÁMICA: LOS MOÑOS AZULES

Diócesis: Cuautitlán

### Conclusiones

En una próxima reunión se les pide a los participantes que den su testimonio de la reacción de las personas a las que les entrego los moños azules y ellos en lo personal como se sintieron al realizar esta actividad.

### ANEXO.

#### **LOS MOÑOS AZULES**

*Una Profesora Universitaria inició un nuevo proyecto entre sus alumnos. A cada uno les dio cuatro moños de color azul, todos con la leyenda "Eres importante para mí", y les pidió que se pusieran uno. Cuando todos lo hicieron, les dijo que eso era lo que ella pensaba de ellos. Luego les explicó de que se trataba el experimento: tenían que darle un listón a alguna persona que fuera importante para ellos, explicándoles el motivo y dándole los otros listones para que ellos hicieran lo mismo. El resultado esperado era ver cuánto podía influir en las personas ese pequeño detalle. Todos salieron de la clase platicando a quién darían sus listones. Algunos mencionaban a sus padres, a sus hermanos o a sus novios, pero entre aquellos estudiantes, había uno que estaba lejos de casa. Este muchacho había conseguido una beca para esa universidad y al estar lejos de su hogar, no podía darle ese listón a sus padres o sus hermanos. Pasó toda la noche pensando a quién daría el listón. Al otro día muy temprano tuvo la respuesta. Tenía un amigo, un joven profesionista que lo había orientado para elegir su carrera y muchas veces le asesoraba cuando las cosas no iban tan bien como él esperaba. ¡Esa era la solución! Saliendo de clases se dirigió al edificio donde su amigo trabajaba. En la recepción pidió verlo. A su amigo le extrañó, ya que el muchacho lo iba a ver después de que él salía de trabajar, por lo que pensó que algo malo estaba sucediendo. Cuando lo vio en la entrada, sintió alivio de que todo estuviera bien, pero a la vez le extrañaba el motivo de su visita. El estudiante le explicó el propósito de su visita y le entregó tres moños, le pidió que se pusiera uno y le dijo que "al estar lejos de casa, él era el más indicado para portarlo".*



## MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

### DINÁMICA 19



#### LOS MOÑOS AZULES

#### **LOS MOÑOS AZULES, continuación ....**

*El joven ejecutivo se sintió halagado, no recibía ese tipo de reconocimientos muy a menudo y prometió a su amigo que seguiría con el experimento y le informaría de los resultados. El joven ejecutivo regresó a sus labores y ya casi a la hora de la salida se le ocurrió una arriesgada idea: Le quería entregar los dos moños restantes a su jefe. El jefe era una persona huraña y siempre muy atareada, por lo que tuvo que esperar a que estuviera "desocupado". Cuando consiguió verlo, su jefe estaba inmerso en la lectura de los nuevos proyectos de su departamento, la oficina estaba repleta de reconocimientos y papeles. El jefe sólo gruñó " ¿Qué desea?" El joven ejecutivo le explicó tímidamente el propósito de su visita y le mostró los dos moños. El jefe, asombrado, le preguntó: " ¿Por qué cree usted que soy el más indicado para tener ése moño?". El joven ejecutivo le respondió que él lo admiraba por su capacidad y entusiasmo en los negocios, además que de él había aprendido bastante y estaba orgulloso de estar bajo su mando. El jefe titubeó, pero recibió con agrado los dos moños, no muy a menudo se escuchan esas palabras con sinceridad estando en el puesto en el que él se encontraba. El joven ejecutivo se despidió cortésmente del jefe y, como ya era la hora de salida, se fue a su casa. El jefe, acostumbrado a estar en la oficina hasta altas horas, esta vez se fue temprano a su casa. En la solapa llevaba uno de los moños y el otro lo guardó en la bolsa de su camisa. Se fue reflexionando mientras manejaba rumbo a su casa. Su esposa se extrañó de verlo tan temprano y pensó que algo le había pasado, cuando le preguntó si pasaba algo, él respondió que no pasaba nada, que ese día quería estar con su familia. La esposa se extrañó, ya que su esposo acostumbraba llegar de mal humor. El jefe preguntó " ¿Dónde está nuestro hijo?", la esposa sólo lo llamó, ya que estaba en el piso superior de la casa. El hijo bajó y el padre le dijo "Acompáñame". Ante la mirada extrañada de la esposa, y del hijo, ambos salieron de la casa. El jefe era un hombre que no acostumbraba gastar su "valioso tiempo" en su familia muy a menudo. Tanto el padre como el hijo se sentaron en el porche de la casa. El padre miró a su hijo, quien a su vez lo miraba extrañado. Le empezó a decir que sabía que no era un buen padre, que muchas veces se perdió de aquellos momentos que sabía eran importantes. Le mencionó que había decidido cambiar, que quería pasar más tiempo con ellos, ya que su madre y él eran lo más importante que tenía. Le mencionó lo de los moños y su joven ejecutivo. Le dijo que lo había pensado mucho, pero quería darle el último moño a él, ya que era lo más importante, lo más sagrado para él; que el día que nació, fue el más feliz de su vida y que estaba orgulloso de él. Todo esto mientras le prendía el moño que decía "Eres importante para mí"... El hijo, con lágrimas en los ojos le dijo: "Papá, no sé qué decir, mañana pensaba suicidarme porque creía que no te importaba...te quiero papá, perdóname..." Ambos lloraron y se abrazaron, el experimento de la profesora dio resultado, había logrado cambiar no una, sino varias vidas, con solo expresar lo que sentía...Ese es el poder de uno..., expresar lo que sientes y darle valor a los detalles de la gente que te ama. Por eso tu para mí...*



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 20



### LOS SIGNOS PARA LA REUNIÓN

#### Objetivo

Que los servidores se sientan motivados y con la confianza para poder dar servicio.

#### Materiales

- Una libreta.
- Un lápiz.
- Una goma.
- Una vela.
- Un cristo.
- Una biblia.

#### Instrucciones

- 1.- Los materiales que se utilizarán en esta dinámica se le pide a cada una de las zonas para que a la vez las zonas les comenten a sus promotores.
- 2.- Teniendo el material las zonas le hacen entrega a sus promotores para que ellos observen la dinámica de como se llevará a cabo.
- 3.- Se le anexa copia del significado de los materiales.
- 4.- Leer los materiales que se ocuparán.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 20



### LOS SIGNOS PARA LA REUNIÓN

#### Conclusiones

Al finalizar la dinámica comentarles que esta dinámica se les muestra que no van solos al servicio y que siempre van de la mano de Dios nuestro señor a través de su palabra como es la biblia, la luz como es la vela.

#### ANEXO.

##### Significado de los materiales:

- **Libreta y lápiz:** significan que van a escribir una nueva historia con los matrimonios. La libreta está en blanco por que se inicia una nueva experiencia donde los promotores son los responsables.
- **Goma:** para borrar las experiencias equivocadas.
- **La luz de la vela:** significa a cristo, luz del mundo que va a iluminar las penumbras y momentos oscuros.
- **Cristo:** confiar en el y dejarnos guiar y sobre todo dejar que nos moldee.
- **Biblia:** es la guía para mostrar el camino que Dios quiere que sigan.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 21



### MOCHILA DEL EMEFECISTA

#### Objetivo

Que los servidores cuenten con su mochila, para que recuerden el llamado de Dios y no pierdan el entusiasmo en su servicio y vean en su apostolado un camino al cielo.

#### Materiales

- Mochila.
- Medicinas y vitaminas.
- Mapa.
- Cuerda.
- Boleto.
- Rosario.
- Lampara o vela.
- Herramientas.

#### Instrucciones

- 1.- Se empacan los materiales en la mochila.
- 2.- Se entrega a cada matrimonio servidor en misa de inicio.
- 3.- Se anexa copia del significado de la mochila y contenido. (ver anexo 1)
- 4.- Se comparte a los asistentes el significado de la mochila.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 21



NOMBRE DE LA DINÁMICA: MOCHILA DEL EMEFECISTA

Diócesis: Tampico

### Conclusiones

Al entregar la mochila se les dice que Dios los ama tanto que envió a Cristo para que se hiciera camino y pudieran llegar al cielo. La mochila esta lista solo falta que ustedes quieran usarla.

### ANEXO.

**Un mapa:** para que nos recuerde nuestro destino.

**Boleto:** es el sí que hemos dado al Señor de estar en su servicio.

**Lámpara o vela:** la luz del Espíritu Santo (la oración) es su amor y su fuerza que te dan la energía para seguir en el camino.

**Herramientas:** los libros que el MFC te brinda para tu formación incluye diario espiritual.

**Medicinas y vitaminas:** Dios sabe que nos podemos enfermar, que somos débiles y podemos caer en el camino acudamos al sacramento de la reconciliación. (confesión)

**Vitaminas:** así como nuestro cuerpo necesita la comida y el agua nuestro espíritu necesita fuerza y energía. (la eucaristía)

**Cuerda:** algunas veces el camino se vuelve mas difícil. pero a Dios no se le escapa ningún detalle, Él pensó que entre dos es más fácil. La cuerda es para recordar que estas unido a otro ser, para que se ayuden mutuamente, se apoyen y se empujen, así será más fácil llegar a la cima. (cielo)

**Rosario:** como quiere que llegemos a la cima nos deja a su madre María como madre nuestra para a través de ella tener un medio de comunicación más rápido con él. Ella intercede por nosotros cada vez que necesitamos ayuda, no nos olvidemos de ella porque ella no se olvida de nosotros.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 22



### PARADIGMAS DEL SERVICIO

#### Objetivo

Romper con los modelos mentales que tengo sobre el servicio

#### Materiales

- Hojas Blancas
- Plumas y/o lápices
- Rotafolio y/o hojas blancas

#### Instrucciones

- 1.- Con anticipación se genera un cuestionario de preguntas sobre el servicio.
- 2.- Explica brevemente lo que es un paradigma.
- 3.- Explicarles que se realizarán preguntas y se tienen que responder levantando la mano en un tiempo determinado.
- 4.- Se reparte el material.
- 5.- El expositor irá haciendo las preguntas y anotando en un rotafolio las respuestas más recurrentes.
- 6.- Se discuten en plenaria las respuestas anotadas, analizando cuáles son los paradigmas (ideas o creencias que tenemos respecto a algo).



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 22



### PARADIGMAS DEL SERVICIO

#### Conclusiones

Para cerrar, se definen en conjunto las acciones o compromisos que implementaremos o adoptaremos para romper cada paradigma, esto nos permitirá que el grupo haga suyas las propuestas, vea desde otra perspectiva y con ello obtendremos un compromiso para cada una de las acciones y así dar un mejor servicio.

#### ANEXO.





## MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

### DINÁMICA 23



#### ¿QUÉ HUELLA QUIERES DEJAR?

##### Objetivo

Que los servidores reflexionen y concienticen, sobre su participación e importancia de su servicio apostólico, su compromiso como servidores de Dios.

##### Materiales

- Lona de manta o vinil con título de un tema de comunidad.
- Pinturas de agua de colores.
- Plumones negros (o cualquier otro color).
- Balde con agua y esponja para limpiar las manos .

##### Instrucciones

- 1.- Colocan en una mesa todas las pinturas de agua.
- 2.- Se ponen varios plumones o marcadores al alcance en la mesa.
- 3.- Se coloca un balde con agua y esponja para limpiar las manos después de la dinámica.
- 4.- Después de leer y reflexionar el enunciado de comunidad se pide que vayan pasando en orden o por equipo, ponen su mano sobre la pintura del color que elijan para poner su huella en la lona.
- 5.- Se pide que tomen un plumón y pongan por escrito a un lado de su huella ò dentro ¿Que huella quieren dejar? ya sea Amor, disponibilidad, actitud, servicio, etc.
- 6.- Se les pide poner su firma, para que quede plasmado el compromiso que adquirimos en ese momento como servidores de Dios .



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 23



¿QUÉ HUELLA QUIERES DEJAR?

### Conclusiones

Al final se reúne al equipo, o por equipos según sea el caso y se toma una fotografía que siempre nos recuerde el compromiso que hicimos como servidores. Esta lona deberá estar presente de alguna manera en los servidores para tener siempre presente ese compromiso que hicimos.

### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 24



### REUNIÓN EN CASA

#### Objetivo

Que los miembros del MFC refuercen con los integrantes de sus familias la unión. Que les quede claro que ellos son muy importantes para nosotros y son ellos el motor de nuestro servicio.

#### Materiales

- Lo que se requiera para llevar acabo una cena en familia.

#### Instrucciones

- 1.- Disposición de tiempo y comunicación entre esposos, mare o joven.
- 2.- Se prepara con anticipación la sorpresa para los integrantes de la casa.
- 3.- Se prepara la mesa como si fuera a tener una reunión del movimiento familiar cristiano católico pero ahora será con sus hijos, o en el caso de joven con sus padres y hermanos.
- 4.- Deberán ejercer la hospitalidad como con los miembros de su equipo ahora con sus hijos, o en el caso de joven con sus padres y hermanos.
- 5.- Cuando todo este preparado invitara a todos a la mesa para llevar acabo una reunión con ellos.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 24



### REUNIÓN EN CASA

#### Conclusiones

Los efectos de esta dinámica son muy buenos, podemos comenzar a decir lo importante que es o son para nosotros y que se alegra de que los apoyen en este apostolado del movimiento aclarando a los hijos que también son parte de ellos, recalcar que la sorpresa es para ellos y que lo han preparado con mucho cariño.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 25



### UNA PERSONA ESPECIAL

#### Objetivo

Promover la interacción entre participantes y darnos cuenta que cualquiera de nosotros podemos ser inspiración para alguien más. Todos tenemos cualidades aunque a veces no las veamos.

#### Materiales

- Papel y pluma (opcionales).

#### Instrucciones

- 1.- La persona que dinamiza la actividad, pide a los miembros que deben pensar en alguien al que admiran, puede ser algún amigo, familiar, incluso compañero de servicio.
- 2.- Se les deja unos minutos para que piensen en esa persona y pongan sus ideas en orden. Si lo desean, pueden tomar papel y bolígrafo para las actitudes que le motivan de la persona seleccionada.
- 3.- A continuación, en subgrupos, uno a uno presentará a la persona que ha escogido. Sus compañeros le pueden hacer preguntas para conocer más detalles, del porqué es inspiración para él. .
- 4.- Cada subgrupo elige a una persona (o dos) y salen a exponerlo a todos los compañeros.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 25



### UNA PERSONA ESPECIAL

#### Conclusiones

Darnos cuenta que todos podemos ser inspiración para alguien más, no ocupamos hacer cosas extraordinarias para ello; de allí la importancia de poner siempre atención a nuestras actitudes, a dar un verdadero testimonio de vida.

#### ANEXO.





# INTEGRACIÓN



DINÁMICA



# Índices

DINÁMICAS DE INTEGRACIÓN	PÁGINA
1.- El equipo perfecto .....	150
2.- Pájaro, nido, parvada .....	152
3.- La fortaleza .....	154
4.- Un regalo de felicidad .....	156
5.- Busca tu otra mitad .....	158
6.- Busca tu pareja .....	160
7.- Conocernos a nosotros mismos .....	162
8.- Círculo cerrado.....	164
9.- Limonada .....	166
10.- Pasando el aro .....	168
11.- MFC dice .....	170
12.- El juego de la mímica .....	172
13.- los esquís .....	174
14.- Los ganchos de ropa .....	176
15.- La línea de la vida .....	178
16.- Paseo en el camioncito .....	180



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1



### EL EQUIPO PERFECTO

#### Objetivo

Que cada uno de los participantes descubra fortalezas que puede potenciar y también analice algunas de las debilidades que puede mejorar.

#### Materiales

- Papel de colores o post-it ( dos colores diferentes).
- Bolígrafo.

#### Instrucciones

1. Se forman equipos, de tal modo, que cada equipo tenga mismo número de participantes.
2. El coordinador repartirá dos hojitas de papel (post it) uno de cada color a cada participante.
3. En una hojita o post it se escribirá como sería un compañero(a) perfecto o pareja perfecta. Pueden elegir a uno de sus compañeros y anotar sus fortalezas.
4. En la otra hojita o post it plasmarán sus debilidades.
5. Cuando ya se haya terminado, se recogen las hojas (post it) y se separan por color, se leerán en voz alta; para que todos escuchen e identifiquen a quien le corresponde lo que se escribió en cada hojita o post it.
6. Se pueden repartir más hojitas o post it para trabajar con más de dos compañeros del equipo al mismo tiempo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 1



### EL EQUIPO PERFECTO

#### Conclusiones

La idea es que los participantes, comprendan que lo que buscan en los demás, a veces son necesidades que les falta a ellos; de tal manera que a través de la dinámica se descubran fortalezas que se pueden potenciar y debilidades que se pueden mejorar, para que cada miembro en forma individual, trabajen en si mismos; logrando hacer el grupo más fuerte y perfecto.

Al finalizar se cierra con un abrazo, símbolo de unidad y respeto hacia nuestra persona y a los que integramos el equipo.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### PÁJARO, NIDO, PARVADA

#### Objetivo

Favorecer la integración, la animación y eliminar el tedio o aburrimiento.

#### Materiales

- Un espacio grande sin obstáculos.

#### Instrucciones

Según el número de participantes formar equipos de tres personas, donde dos se toman de las manos y forman un círculo que será llamado nido. La tercera persona se mete dentro del nido pasando a ser pájaro. La persona que coordina el juego también forma parte del mismo.

Se dan las siguientes indicaciones:

1.- Cambio de pájaros. En este momento los nidos se quedan en su lugar sin moverse, sólo levantan las manos para que el pájaro salga y busque un nuevo nido. Aquí el coordinador también buscará su propio nido por lo tanto quedará un pájaro nuevo que a su vez tendrá

que coordinar el juego.

2.- Cambio de nidos. Aquí sólo se mueven los que forman los nidos. Los pájaros se quedan quietos esperando un nuevo nido. En esta indicación los que lleguen al último salen del juego.

3.- Parvada de... Y se dice una cantidad de personas que integraran el nido aquí se deshacen completamente los equipos y se rehacen con nuevos integrantes, pueden ser parvadas de 4 integrantes, de 5 o de 10 dependiendo del número de equipos que se requieran.

4.- Variante: No se elimina a nadie.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 2



### PÁJARO, NIDO, PARVADA

#### Conclusiones

Permite la integración de los matrimonios, hay participación de todo el equipo; así también se familiarizan, evita el distanciamiento entre los miembros de los equipos.

#### ANEXO.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### LA FORTALEZA

#### Objetivo

Que los participantes comprendan la importancia de la confianza y la unidad que debe haber en un equipo.

#### Materiales

- Imagen de un crucifijo.
- Cronómetro .

#### Instrucciones

1.- Se formará un círculo con todos los participantes.

2.- De acuerdo a la cantidad de participante se hace salir del círculo a una o dos personas, y se les separan del resto. Se coloca en el centro del círculo un Crucifijo o imagen de Jesús.

3.- A las personas se les indica que no pueden hablar entre ellos, por lo que sin hablar deberán proteger la imagen para que nadie se las robe.

5.- A los participantes de fuera, se les explica que deberán robar la imagen. Para ello deberán buscar a la persona o el lado más débil en

el círculo para poder entrar, ya sea por arriba o por debajo, o cualquier espacio que dejen abierto en el círculo.

Tiempo de la dinámica 5 min.

6.- Se vuelve a realizar la dinámica pero ya con la instrucción de que pueden hablar entre ellos. Terminado los 5 min. Se termina la dinámica.

#### REGLAS

1.- Algunos podrán decir que tenían miedo de que se robaran la imagen.

2.- Otros dirán que al no poder hablar no sabían cómo comunicarle a los demás de que se protegiera el espacio del círculo, para que no se llevaran la imagen.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 3



### LA FORTALEZA

#### Conclusiones

Al finalizar se les pregunta a los participantes del círculo cual fue su experiencia, ¿Cuál fue la diferencia entre trabajar sin hablar y trabajar comunicándose? ¿Cómo se obtienen mejores resultados? ¿En qué se parece a su equipo?, ¿Si se logró el objetivo de proteger la imagen o no?.

Posteriormente a los participantes que quedaron fuera del círculo, se les cuestiona en caso de haberlo logrado, ¿Cómo lo hicieron?.

Se hace la reflexión que nuestro equipo debe de ser esa FORTALEZA que sea impenetrable, que debe estar siempre preparado y fuerte para protegernos y que entre todos con una buena comunicación debemos apoyar al más débil para lograr el objetivo del equipo. La imagen representa a DIOS que nos acompaña siempre, y el ladrón representa al enemigo que siempre está listo para entrar por el lugar más débil, a robarnos la paz y la confianza en DIOS.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### UN REGALO DE FELICIDAD

#### Objetivo

Procurar un clima de confianza, autoestima y refuerzo positivo dentro de un grupo pequeño; así como, experimentar el dar y recibir retroalimentación positiva de una manera efectiva.

#### Materiales

- Papel para cada participante.
- Lápiz o bolígrafo para cada participante.

#### Instrucciones

- 1.- El instructor distribuye lápices y papel. Cada participante recibe papel suficiente, para escribir un mensaje a cada uno de los otros participantes del grupo.
- 2.- El instructor hace una afirmación como "a veces goza uno más con un regalo pequeño que con uno grande". Sin embargo, es común que nos preocupemos de no poder hacer cosas grandes por los demás y olvidamos las pequeñas cosas que están llenas de significado. En el ejercicio que sigue, estaremos dando un pequeño regalo de felicidad a cada uno de los demás participantes".
- 3.- El instructor invita a cada participante, a escribir un mensaje a cada uno de los demás participantes del grupo. Los mensajes deben lograr hacer que la persona se sienta positiva al recibirlo.
- 4.- El instructor recomienda varias maneras de dar retroalimentación positiva, de modo que todos puedan encontrar medios de

expresión, aún para aquellos que no se conocen bien o no se sienten cercanos.

Algunos consejos de como dar la retroalimentación positiva:

- Traten de ser específicos. Digan: "Me gusta como sonrías a los que van llegando ", en lugar de "Me gusta tu actitud".
- Escriban un mensaje especial para cada persona y no algo que pueda aplicarse a varios.
- Incluya a todos los participantes, aún cuando no los conozca bien; escoja aquello a lo que la persona responda positivamente.
- Trate de decirle a cada uno lo que es verdaderamente importante o lo notable de su comportamiento dentro del grupo, porque le gustaría conocerlo mejor o porque está contento de estar con él en el grupo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 4



### UN REGALO DE FELICIDAD

Continuación...

#### Instrucciones

- Haga su mensaje personal: use el nombre de la otra persona, tutéelo y utilice términos tales como: "me gusta" o "siento".
- Dígale a cada persona qué es lo que de él, lo hace a usted un poco más feliz. (El instructor puede distribuir las indicaciones o escribirlas en el rotafolio).
- 5.- Se anima a los participantes a que firmen sus mensajes, pero tienen la opción de no hacerlo.
- 6.- Después de terminar todos los mensajes, el instructor pide que se doblen las hojas y se escriba el nombre del destinatario en la parte exterior; y las coloquen en el lugar que la persona escogió como "buzón".
- 7.- Cuando se han entregado todos los mensajes, se pide a los participantes que compartan la retroalimentación que más significó para ellos, aclaren cualquier duda que tengan sobre algún mensaje y que describan los sentimientos que tuvieron durante el ejercicio.
- 8.- El instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

#### Conclusiones

Es importante lograr un ambiente de amor entre hermanos; generando relaciones de confianza y de empatía en los distintos grupos que podemos formar en nuestras comunidades. Por ello, el compartir mensajes positivos y señalar las características buenas que observamos, nos ayudan a formar lazos de unión y fraternidad; contribuyendo de tal forma a que, el trabajo apostólico sea de mayor calidad y calidez.

ANEXO



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### BUSCA TU OTRA MITAD

#### Objetivo

Que los servidores del MFC se familiaricen entre sí para generar un ambiente de integración, colaboración y apoyo mutuo.

#### Materiales

- Hojas de colores.
- Lápices.
- Cartulina ó rotafolio.
- Diurex.

#### Instrucciones

Se necesitarán tener preparadas tarjetas con refranes divididos en dos partes (Ver Anexo 1).

1. Distribuyan las tarjetas con refranes a las personas al azar; pídanles leer su contenido y encontrar a quien tenga el texto que complementa dicha frase popular o refrán.
2. Dediquen 10 minutos para comentar la frase que les tocó, y cómo se puede aplicar en el servicio de nuestro apostolado.
3. En una cartulina o rotafolio se irán pegando las tarjetas de refranes ya completas, al momento de pasar y explicar la conclusión de cada equipo.

4. Escuchar algunas participaciones voluntarias sobre las siguientes preguntas:
  - a) ¿Qué destacan de lo compartido del refrán?
  - b) ¿En qué te identificas? .
  - c) ¿A qué acciones y mejoras nos invita la actividad desarrollada?



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 5



### BUSCA TU OTRA MITAD

#### Conclusiones

Resaltar la importancia de conocerse más e identificar ideas, intereses o situaciones comunes que nos permitan fomentar el espíritu colaborativo, la empatía y el apoyo mutuo en nuestro equipo.

#### ANEXO

#### TARJETAS CON REFRANES

1	Hay que dar...
2	...para recibir
3	Quien tiene un amigo...
4	... tiene un tesoro
5	Hoy por ti...
6	... mañana por mi
7	El saber...
8	... no ocupa lugar
9	Que a las diez...
10	... en la cama estés
11	A quien madruga...
12	... Dios le ayuda
13	Cuando viajes...
14	...preguntando se llega a Roma
15	No dejes para mañana...
16	... lo que puedas hacer hoy
17	Donde hay educación...
18	... no hay distinción de clase

<i>Hay que dar...</i>	<i>...para recibir</i>	<i>Quien tiene un amigo...</i>
<i>... tiene un tesoro</i>	<i>Hoy por ti...</i>	<i>... mañana por mi</i>
<i>El saber...</i>	<i>... no ocupa lugar</i>	<i>Que a las diez...</i>
<i>... en la cama estés</i>	<i>A quien madruga...</i>	<i>... Dios le ayuda</i>
<i>Cuando viajes...</i>	<i>...preguntando se llega a Roma</i>	<i>No dejes para mañana...</i>



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### BUSCA TU PAREJA

#### Objetivo

Que los participantes se conozcan mejor a partir de una actividad divertida.

#### Materiales

- Cartas pares de imágenes de animales.

#### Instrucciones

- 1.- Dar una carta con una imagen de un animal a cada miembro; dando la instrucción de no ver la carta, ni enseñarla a nadie.
- 2.- Al mismo tiempo, todos los participantes deben mirar qué animal les ha tocado y buscar su pareja, ¡pero no pueden hablar!. Sólo pueden moverse y hacer el sonido del animal que les ha tocado. Tienen 10 minutos para concluir la dinámica.
- 3.- Cuando encuentren a su par, platicarán para conocerse mejor. He aquí unas preguntas guía:
  - a) ¿Cuántos años tienes en el MFC?
  - b) ¿Cuál ha sido la mayor alegría que haz experimentado en el movimiento ?
  - c) ¿Cuál ha sido el momento mas espiritual que haz vivido en un momento fuerte ?
  - d) ¿Qué ha dejado el MFC en tu familia?





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 6



### BUSCA TU PAREJA

#### Conclusiones

Los participantes podrán compartir experiencias, sobre su vida personal ó sobre su vivencia dentro de MFC; mientras los demás encuentren su carta par.

Esta dinámica permitirá el compañerismo, la integración y empatía entre los participantes.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### CONOCIÉNDONOS A NOSOTROS MISMOS

#### Objetivo

Conocernos más para entendernos y comprendernos mejor.

#### Materiales

- Cartulina.
- Resistol o masking tape.
- Tijeras.
- Planillas con figuras de: animales salvajes, domésticos, aves, reptiles, mariposas, etc.

#### Instrucciones

1. Teniendo todas las planillas se pegan en la ó las cartulinas.
2. Se pegan en un lugar visible a todos los participantes.
3. Los participantes deben sentarse de tal manera que todos puedan ver a las personas y a las laminas.
4. El facilitador solicita a todos los presentes, que se identifiquen con uno de los animales, aves o figuras pegadas en las laminas.
5. Una vez identificados , en orden, cada uno explica el por que se identifica con dicho animal.
6. Dependiendo el número de personas, será el tiempo de exposición, 5 minutos por participante.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 7



### CONOCIÉNDONOS A NOSOTROS MISMOS

#### Conclusiones

Con esta dinámica, se pretende conocernos y ser más empáticos con el prójimo; de tal manera, que busquemos crear un ambiente de confianza y por ende mejor integración.

Esta dinámica permite abrir un espacio de escucha, el cual permitirá poder acercarnos más y ayudarnos entre todos.

#### EJEMPLO:

“Yo Mario” ... Me identifico con un caballo por ser noble pero al mismo tiempo puedo ser bronco.

Me gusta dejarme guiar y obedecer, me gustan las cosas rápidas, llegar a tiempo en todo , soy de paso firme en las cosas que hago.

Antes de tener mi encuentro personal con Jesús, andaba yo como caballo salvaje, libre, porque de niño mis padres no me llevaron a la iglesia (templo), éramos católicos de nombre, tradición y no tenía todos los sacramentos.

Cuando me case con Magda mi esposa ahí mi vida dio un giro o sea fuí como un caballo domado (En el buen sentido de la palabra )

Entiendo que Dios me hizo el llamado a través de ella.

NOTA: Esta dinámica la hicimos como ECDS y con excelentes resultados que hasta lagrimas hubo en algunos y la integración ha sido cada día mejor.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### CÍRCULO CERRADO

#### Objetivo

Que los integrantes del equipo, se conozcan y formen una comunidad de familias.

#### Materiales

- Ninguno.

#### Instrucciones

1. Se invita a todos los participantes, a estar dispuestos a presentarse.
2. Es importante separar a los matrimonios o conocidos, para que se tenga oportunidad de conocer a otras personas. Se sugiere que sean colocados en un mismo círculo.
3. Formen dos círculos uno en medio y el otro afuera, ambos círculos mirándose de frente.
4. Las parejas (que les toco de frente) iniciarán comentando, por ejemplo: cuantos años tienen en el MFC, cuantos hijos tienen, cuantos años tienen de casados (viudez o divorcio) y que nivel están cursando.
5. Se pide a todos los participantes que guarden silencio y orden, para escuchar con intención y respeto a la persona que esta frente a mi. Cinco minutos por pareja,
6. Los círculos rotarán cada cinco minutos, hacia el lado derecho, permitiendo así, la interacción con más participantes.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 8



### CIRCULO CERRADO

#### Conclusiones

Esta dinámica se hace con la finalidad ,de que como compañeros y miembros del MFC; podamos conocernos y vernos como familia; ya que muchas veces solo hablamos con los compañeros de nuestro sector o con los que están cursando el mismo nivel que nosotros. Y muchas veces ni conocemos a los compañeros que son parte del MFC.

Concluir que somos un círculo cerrado de familias, por que estamos unidos unos con otros de la mano, cada día crece más y más el movimiento. Pero siempre nos debemos apoyar unos con otros, pero para eso, debemos conocernos como diócesis.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### LA LIMONADA

#### Objetivo

Lograr una mejor Integración y comunicación de los participantes en el curso o capacitación, mediante una técnica divertida y que alerta los sentidos.

#### Materiales

- Ninguno.

#### Instrucciones

1.- Se forman dos grupos, de tal manera que queden el mismo número de personas en cada uno de ellos, ejemplo, al grupo 1 le llamaremos limones y al grupo 2 naranjas.

2.- Cada grupo se toma de la mano formando un círculo. Quedando dos círculos de personas, uno de limones y otro de naranjas.

3.- El círculo (Grupo 1 Limones), se pone dentro del otro (Grupo 2 Naranjas), se colocan frente a la persona que haya tocado del otro círculo (de preferencia que no se conozcan), la cual será su pareja.

4.- Una vez identificado a su par o la persona que les haya quedado de frente, el que dirige la dinámica, indica que el grupo 1 (Limones) gire

hacia la derecha y el grupo 2 (Naranjas) hacia la izquierda, y cuando diga la palabra LIMONADA se soltarán de las manos y cada quien buscará a su par, se toman de las manos y se ponen en cuclillas, la última pareja en encontrarse y ponerse en cuclillas va saliendo del juego.

5.- Se vuelven a reunir los limones y las naranjas para tomarse de las manos y volver a girar cada uno en sentido contrario del otro, y a la voz de LIMONADA vuelven a buscar a su par, eliminándose así, según las veces que el juego se reinicie.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 9



### LA LIMONADA

#### Conclusiones

Esta dinámica nos ayudará a integrarnos, a trabajar con las personas aunque no las conozcamos, pues nos exige relacionarnos y tomar acuerdos juntos. Pues si en esta dinámica no se ponen de acuerdo para encontrarse rápido, perderán.

Además nos enseña que muchas veces nos tocará trabajar en equipo con personas que no conocemos, sin embargo la comunicación que logremos entablar entre nosotros será fundamental para el logro de los objetivos.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 10



### PASANDO EL ARO

#### Objetivo

Que los participantes se integren a través de una actividad dinámica y de sana convivencia.

#### Materiales

- Aros de plástico (hula-hula)

#### Instrucciones

- 1.- Se forman equipos de hasta 10 personas ó a criterio propio de quien dirige la dinámica (dependiendo la cantidad de asistentes).
- 2.- Se les da la indicación a que formen un círculo o fila y elijan quien inicia la actividad.
- 3.- Un integrante de cada equipo toma el aro, se lo pasa por cuerpo, iniciando de la cabeza, recorre tronco, pierna y lo saca por los pies (de arriba hacia abajo) toda la actividad debe realizarse sin soltarse las manos. El aro no debe caer.
- 4.- Cada que termina uno de los integrantes del equipo con el recorrido del aro por su cuerpo, éste es pasado al siguiente miembro para que realice mismo ejercicio (esto se repite con todos los elementos del equipo hasta llegar con el último).
- 5.- Gana el equipo que termina primero con el ejercicio en el menor tiempo posible,





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 10



### PASANDO EL ARO

#### Conclusiones

Al término de la actividad, algunos miembros de cada equipo dan a conocer su experiencia vivida en la dinámica. Se resalta el trabajo en equipo que debió hacerse dando tips entre ellos para lograr ganar.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 11



### MFC DICE

#### Objetivo

Integrar al grupo, a través de una actividad dinámica y divertida,

#### Materiales

- Tarjetas con indicaciones que los participantes deben ejecutar.

#### Instrucciones

1. El facilitador se dirige al grupo, que debe tener frente a él.
2. El facilitador leerá una a una las tarjetas con las indicaciones que los participantes deben ejecutar, lo más rápidamente posible, diciendo "MFC dice", por ejemplo:
  - MFC dice, a mi derecha se agrupen todos los que tienen zapatos negros", "MFC dice, a mi izquierda los que traen tenis", o bien "MFC dice, enfrente de mi, todos los que traen reloj", o "MFC dice, a mi derecha todos los que tienen entre 30 y

60 años", " MFC dice, a mi izquierda todos los que tienen entre 10 y 20 años; y en frente los que tienen entre 20 y 30 años".

- 3.- Se deben ir leyendo rápidamente las indicaciones, logrando una divertida confusión entre tantas indicaciones leídas al mismo tiempo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 11



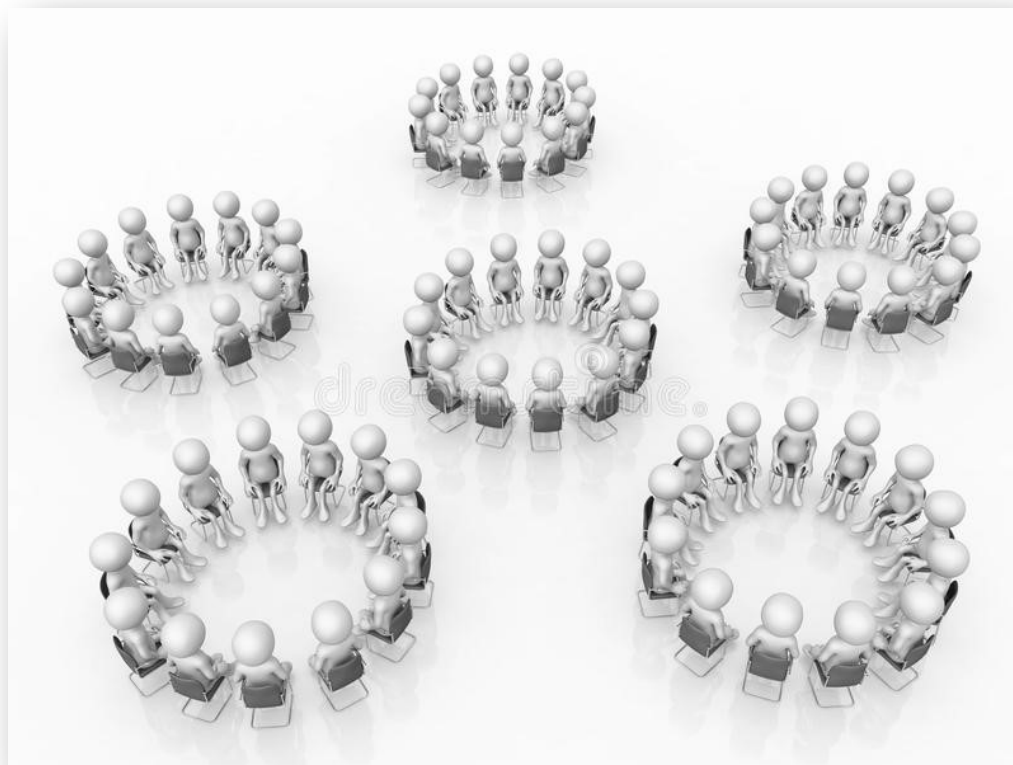
### MFC DICE

#### Conclusiones

Las órdenes varían según la edad y tipo de grupo, se puede mencionar; color de prendas de vestir, lentes, sombreros, comidas, bebidas, etc.

Todas las actividades deben cumplirse lo más pronto posible y deben darse también muy rápidamente. Logrando así romper el hielo entre los participantes.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 12



### JUEGO DE LA MÍMICA

#### Objetivo

Integración grupal y espiritual.

#### Materiales

- Hojas de papel.
- Plumones.
- Pizarrón (Opcional).

#### Instrucciones

1. El facilitador previamente en una caja o recipiente deposita varias palabras o frases.
2. Posteriormente por turnos entrega una palabra escrita donde solo la vea un integrante del equipo quien dará a conocer la palabra o frase a sus demás compañeros, mediante mímica.
3. El resto del equipo tiene que adivinar lo que está haciendo el jugador que se ha levantado.
4. Este jugador no puede hablar y la demostración debe ser de ideas originales y quizá absurdas.
5. Gana punto el equipo que adivine la palabra o frase en menor tiempo.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 12



### JUEGO DE LA MÍMICA

#### Conclusiones

Este ejercicio en equipo inspira la creatividad, integración y trabajo en equipo.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 13



### LOS ESQUÍS

#### Objetivo

Que todos los emefecistas comprendan que, para lograr un resultado, es importante conocer el objetivo deseado, mediante el trabajo en equipo, utilizando todas las herramientas que el MFC nos ofrece.

#### Materiales

- Dos tablas de 2 mt de largo por 12 cm de ancho.
- Seis metros de hilo (cuerda), separada en dos porciones de 3 mts.
- Ambos pedazos de cuerda se sujetan a la tabla en cada orilla.
- Un silbato.

#### Instrucciones

- 1.- Formar dos equipos de 4 integrantes c/u.
- 2.- De cada equipo escoger un líder (un minuto para hacerlo).
- 3.- El líder pasa con el capacitador para recibir las instrucciones y conocer donde se inicia y termina la dinámica, y así, estar atento al ruido del silbato: *pitido largo* "estar atento" y *pitido corto* "inicio de dinámica".
- 4.- El líder regresa a el equipo y comparte las instrucciones dadas, junto con el material para realizar la dinámica.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 13



### LOS ESQUÍ

#### Conclusiones

El capacitador termina reafirmando la importancia de trabajar en equipo, de saber organizarse, de respetar tiempos, de escuchar y saber comunicarse.

Se toma como ejemplo el equipo que logró el objetivo:

- Contó con un buen líder que supo transmitir la información adecuadamente.
- Contó con un equipo que supo escuchar al líder.
- El equipo se supo organizar, utilizando las herramientas adecuadamente.
- El equipo supo comunicarse, ser cordiales, respetuosos, mostrar entusiasmo y sobre todo supieron apoyarse para lograr el objetivo planteado.

El equipo que llegó después ó tuvo dificultad para llegar y cumplir con el objetivo:

- Presentó varios obstáculos.
- Un líder que no supo compartir bien las instrucciones.
- Un equipo que no supo escuchar las indicaciones del líder y querían avanzar por su cuenta sin tomar en cuenta a los demás.
- Un equipo que no escuchó atento el llamado de inicio.

Reflexión y analogía con los equipos en MFC:

Así a veces pasa en el MFC, para lograr un crecimiento espiritual, para lograr seguir desarrollando las habilidades, los servidores deben estar atentos, ser obedientes y asistir a cada uno de los llamados que se les realice.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 14



### LOS GANCHOS DE ROPA

#### Objetivo

Que los participantes a través de un juego pongan en práctica el valor de la cooperación, reflexionando sobre su actuación en el mismo.

#### Materiales

- Ganchos de ropa.

#### Instrucciones

1. Se les pide a los participantes que formen un círculo y cierren los ojos.
2. El guía les coloca en la mano derecha de cada uno un gancho para ropa y les pide que sin abrir los ojos toquen el objeto, quien ya reconozca el objeto, levanten la mano, y diga que objeto es.
3. Una vez identificado el gancho de ropa se les pide abran los ojos y se les dan las indicaciones para el primer momento del juego: colóquense el gancho en un lugar visible de su ropa, se va a poner música, durante el tiempo que dure la música van a quitar el gancho de los otros compañeros, cuando termine la música se forman nuevamente en círculo.
4. Se les explica el segundo momento del juego: se les pregunta ¿cuántos ganchos obtuvieron?, después de escuchar las respuestas se les dice que en este segundo momento se va a saber quiénes ganan el juego, nuevamente se va a poner música, durante la música, van a poner un gancho a la vez a un compañero, en la ropa, no en el cuerpo para no lastimar a nadie y va a ganar el que se quede sin ningún gancho cuando se acabe la música. Al terminar la música todos se forman en el círculo nuevamente.
5. Se quita la música de preferencia antes que la totalidad de participantes se hayan quedado sin ganchos en la ropa, esto ayuda en la reflexión. Una vez que estén todos en el círculo se les pregunta a quien tiene más ganchos y a quien no tiene ganchos o al que tenga menos. ¿Qué sintieron cuando sabían que se tenían que deshacer de todos los ganchos?, ¿Por qué tenían tantos?, en algún momento, actuaron mal o bien.





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 14



### LOS GANCHOS DE ROPA

#### Conclusiones

La intención de la dinámica, es hacerles reflexionar sobre que, en la primera parte del juego tal vez actuaron abusivamente; solo querían ganar y no se detuvieron a pensar en la otra persona poseedora del gancho que querían quitar.

Al final comentar que el objetivo primordial del juego era compartir.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 15



### LA LINEA DE LA VIDA

#### Objetivo

Generar en el grupo un ambiente de confianza, interacción y conocimiento entre sí.

#### Materiales

- Hojas Blancas.
- Lápices.
- Sillas y Mesas.

#### Instrucciones

1. Organizar al grupo en parejas, a cada pareja se le dará una hoja y una pluma de manera individual.
2. Se pedirá que dividan la hoja en tres columnas; la primera columna se titulara "pasado", la siguiente "presente" y la última "futuro".
3. Explicar que en cada columna tendrán que dibujar algo sobre su pasado, su presente y lo que les gustaría lograr o hacer en el futuro. Cada pareja de manera individual realizará este dibujo.
4. Después de un tiempo considerable, dar la indicación, que cada una de las parejas debe compartir con su compañero qué fue lo que dibujaron.
5. Posteriormente, la pareja deberá buscar otra pareja para que entre ellos comenten sus dibujos, finalmente ese cuarteto irá en busca de otro grupo, para compartir sus dibujos de manera que al final 8 personas se habrán juntado para compartir algunas vivencias y sueños personales por medio de esta dinámica.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 15



### LA LINEA DE LA VIDA

#### Conclusiones

Para cerrar, se puede juntar a todo el grupo y preguntar: ¿Cómo se sintieron con la dinámica?, ¿Hubo cosas en común entre ustedes?, ¿qué aspectos les llamaron la atención de sus compañeros?, ¿Sintieron la confianza para contar un poco de ustedes a otros?. Felicitar al grupo por haber tenido la confianza de contar algunos aspectos de su vida a sus compañeros, mencionar que la construcción de la confianza ayudara al grupo a mantener un clima favorable durante su interacción y el conocimiento grupal puede ser el comienzo para crear un lazo de compañerismo y por qué no, de amistad.

#### ANEXO





# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 16



### EL PASEO EN EL CAMIONCITO DEL MFC

#### Objetivo

Que los participantes se conozcan en forma divertida.

#### Materiales

- Imagen del camioncito del MFC (cartulina, manta o cualquier otro material).
- Música de fondo alegre.

#### Instrucciones

- 1.- La actividad debe realizarse en un espacio despejado y abierto. Los participantes se colocarán en un solo círculo.
- 2.- El facilitador dará las instrucciones en voz alta, comentando a todos; que estén atentos porque deberán seguir las instrucciones en forma rápida.
- 3.- Al iniciar la dinámica, se requerirán dos personas (que harán de choferes del camioncito) dentro del círculo, que moverán la imagen del camioncito, recorriendo el círculo de participantes, al son de la música.
- 4.- Al parar el sonido, el camioncito se quedará frente a los siguientes dos participantes que deberán tomar el lugar de los que iniciaron.  
  
Pero subirán al camioncito del modo que el facilitador les indique.
- 4.- El facilitador, dirá: “se suben dos al camioncito” por ejemplo: “llevando una maleta muy pesada”. Los nuevos choferes harán la mímica de cargar una maleta pesada y reciben la imagen del camioncito. Y vuelve a sonar la música, recorriendo el círculo hasta que pare, frente a otros. Y así sucesivamente.
- 5.- El facilitador mencionará, distintos modos de subirse, he aquí unos ejemplos:  
  
En cámara lenta., caminar como pingüino. brincando, etc.



# MOVIMIENTO FAMILIAR CRISTIANO

Equipo Coordinador Nacional 2019-2022

## DINÁMICA 16



### EL PASEO EN EL CAMIONCITO DEL MFC.

#### Conclusiones

Que los participantes se integren, a través de una dinámica ágil y divertida. Ya que aunque no se conozcan participarán en parejas, rompiendo el hielo y propiciando el compañerismo.

#### ANEXO





“Que los obstáculos que encuentren sean piedras que como escalones les permitan ascender hacia Dios”.

