

Piedra, papel o tijera humano

Factor de impacto: Trabajo en equipo / Calidad de vida laboral y estrés / Organización

Tamaño del grupo: Cualquier número de participantes

Objetivo: Gestionar el estrés dentro del espacio laboral a través de la movilidad y descanso mental promoviendo la interacción grupal

Material utilizado: Ninguno

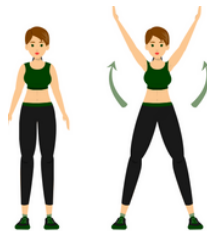
Tiempo requerido: 20 minutos

Método:

1. Deberán reunirse en un espacio que permita la interacción. La persona encargada de coordinar la dinámica explicará el objetivo y la metodología.
2. Las personas participantes formarán dos equipos. Jugarán piedra, papel o tijera con dos particularidades: se juega en equipo y se trabaja con todo el cuerpo.



Piedra



Papel



Tijera

3. En un lapso muy breve de tiempo cada equipo elegirá si hacer piedra, papel o tijera. Todos lo deben de hacer al mismo tiempo, en el momento que la persona coordinadora lo indique.

5. Recuerden enviar la evidencia de su participación al correo ecco@tribunalesagrarios.gob.mx con fecha límite al día 30 de mayo.