



Guías y Scouts
de Costa Rica
INSTITUCIÓN EDUCATIVA



DESAFIOS
BAJO **TECHO**

FASCÍCULO 1



Nombre: _____

Grupo: _____ Edad: _____

Etapa en la que te encuentras: Durá Durá Dariri Tsurí

Equipo: _____ Nombre de la Wak: _____



¡Hola, hola saludos a vos que estás en la Wak!

Nos encanta que formes parte de Guías y Scouts, y queremos que eso continúe así por mucho tiempo más.

Sabemos que estos días no han sido fáciles, y que nuestra vida ha cambiado mucho, así como las reuniones de la Wak. ¡Pero queremos motivarte! Esta es una gran oportunidad para que sigas trabajando en la progresión personal y realizando actividades al mejor estilo Guía y Scout.

Hemos diseñado esta Guía de Desafíos bajo techo con una serie de actividades pensando en vos. Queremos motivarte a que cumplas cada uno de los retos aquí propuestos, pero sobre todo, que vos también dejes volar la imaginación, pienses y hagas tus propias actividades.

Todas estas actividades las puedes realizar desde la comodidad de casa y al ritmo que desees, además puedes incluir a amigos, compañeros de la wak y familiares.

Esperamos realmente que las disfrutes.

Siempre listos para Servir.



DERECHOS DE AUTOR Y DE USO

Todos los contenidos de este documento (Incluyendo, pero no limitado a, texto, logotipos, contenido, fotografías) están sujetos a derechos de propiedad por las leyes de Derechos de Autor.

En ningún caso se entenderá que se concede licencia alguna o se efectúa renuncia, transmisión, cesión total o parcial de dichos derechos ni se confiere ningún derecho, y en especial, de alteración, explotación, reproducción, distribución o comunicación pública sobre dicho contenido sin la previa autorización expresa de la Asociación de Guías y Scouts de Costa Rica

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de este documento sin la autorización previa por escrito. Sin embargo, usted podrá descargar el material a su computadora para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. El usuario no podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.

Guía de Uso

A continuación vas a encontrar
10 propuestas de actividades,
Es importante que tomes en cuenta lo siguiente:

-  Te sugerimos realizar al menos una actividad semanal
-  Cada reto lo puedes realizar a tu propio ritmo, puedes durar tanto tiempo como creas necesario.
-  Algunas actividades cuentan con un espacio que se llama "llévalo más allá", el cual No es obligatorio que lo hagas. Pero si tienes las herramientas te puede ayudar a desarrollar más el tema.
-  Recordá que estas son sugerencias, y que vos podés generar muchas más actividades ya sea solo o con tu wak.

¡Te deseamos muchos éxitos!



1 De trillo en trillo

Materiales: Guía Desafío bajo Techo lápiz o lapicero.
Opcional: Celular para grabar e internet.

¿Sabes qué son los Trillos?

Probablemente si apenas estas iniciando en la Wak aún no lo tengas muy claro. Si ya tienes tiempo en esta sección, probablemente ya hayas realizado algunos.

Los trillos de Superación son una propuesta de experiencias que te permiten desarrollar distintas habilidades como liderazgo, aire libre, valores u otros. Se tienen que trabajar según el orden previsto, es decir no puede trabajarse en el segundo trillo hasta que no haya concluido el primer trillo. Por cada trillo superado obtienes la insignia que lo representa.



Te mostramos el orden correcto:



Te retamos a que obtengas el primer trillo Basú. Si ya tienes más tiempo en la Wak, y ya tienes este trillo puedes aprovechar y realizar un repaso por estos temas que siempre son valiosos.

SABER HACER

Es importante que comprendas el significado de los siguientes aspectos y además que los sepas realizar. Por lo cual la misión es buscar el significado, escribirlo y practicarlo hasta aprenderlo.



1- Saludo Guía y Scout

Historia: _____

Listo Me falta práctica

2- Apretón de mano

Historia: _____

Listo Me falta práctica

3- Lema de la Wak

Historia: _____

Listo Me falta práctica

4- La Promesa Guía y Scout

Historia: _____

Listo Me falta práctica

5- La Ley Guía y Scout

Historia: _____

Listo Me falta práctica

6- La Oración Tsurí

Historia: _____

Listo Me falta práctica

Debes conocer

Ahora debes buscar el significado o historia de cada uno de los siguientes aspectos y tomar nota.

- Las Virtudes y los Principios Guías y Scouts

-El significado de las insignias que se utilizan en la vestimenta y de la pañoleta de tu Grupo.

-La historia y la estructura de los Movimientos Guía y Scout a nivel mundial y nacional.

-La historia de tu Grupo

-La estructura de la Wak y su historia a nivel nacional y de Grupo

LLÉVALO
MÁS
ALLÁ...

te invitamos a realizar un video

máximo 15 segundos donde nos cuentes qué significa la pañoleta del grupo a que perteneces, luego lo compartas con la wak. ¿Qué te parece si además, lo subes a alguna de las redes sociales y nos etiquetas?

Instagram: @Guiasyscoutscr Twitter: @Guiasyscoutscr
Facebook: Asociación de Guías y Scouts de Costa Rica



2 Hagamos ecobloques

Materiales: botellas desechables con capacidad de 2 litros o más, un palito de 50 cm aprox resistente que entre en la botella y desechos inorgánicos no reciclables.

La mayoría de las cosas que compramos y usamos tienen plástico y, por lo tanto, mucho de lo que tiramos a la basura está compuesto de este material que tarda siglos en descomponerse. Es por eso que aprovechando que estás en casa, te queremos desafiar a que involucres a tu familia en este reto y realizar ecobloques.

¿Qué tienes que hacer?

Paso 1: Debes aprender qué son los ecobloques y cómo se hacen



Lavar bien y secar la botella PET.
¡Ojo! Es importante guardar la tapa para cuando el ladrillo esté terminado.



Cuando tengas los residuos plásticos

(paquetes de galletas, confites, la envoltura de rasuradoras, los tubos de la pasta dental y también podés usar papel aluminio), depositalos en la botella. Vas a necesitar una varilla para compactar el material dentro. ¡Asegurate que todo esté limpio y seco!



Una vez que el material esté bien compacto

Y cuando ya no entre nada más, volvé a tapar la botella y guárdala para llevarla a algún centro que las reciba.



Paso 2: Explícales a todos los miembros de la familia que comparten la casa que es un ecobloque.

Paso 3: Es necesario establecer juntos un lugar donde mantendrán la botella para hacer el ecobloque, te aconsejamos que sea un lugar accesible para todos y que les recuerde la tarea de rellenar el ecobloque. Puede ser en la cocina.

Paso 5: Es muy importante decidir la vida útil que le darán a los ecobloques, te dejamos algunas sugerencias.

1. Podés llevarlos a centros de acopio

En este artículo vas a encontrar los contactos

<https://www.lanacion.com.ar/li-festyle/ecoladrillos-que-son-como-se-hacen-y-para-que-sirven-nid1661187>

2. También puedes hacer tus propias construcciones

También puedes hacer tus propias construcciones con ecobloques, como jardineras, cercas, muros u otros.

Pequeñas acciones pueden generar grandes cambios, así que animate a ser parte del cambio e involucra a tus seres queridos y amigos en esto. Puedes realizar la cantidad de ecobloques que desees.

LLEVALO MÁS ALLÁ...

Si quieres continuar cambiando el mundo te invitamos a que busques más iniciativas desarrollando los Objetivos de Desarrollo sostenible, visita nuestra página y podrás conocer más

<http://siemprelistos.com/objetivos-desarrollo-sostenible/>



3 ¡Un nuevo equipo!

Materiales: Esta guía de Desafíos bajo Techo y lápiz o lapicero.

Como ya sabes en la Wak nos organizamos en pequeños grupos en donde compartimos, nos conocemos y conocemos el mundo que nos rodea, y descubrimos un poco más sobre la cultura indígena. Probablemente en la Wak a la que perteneces, ya eres parte de un equipo y cada equipo tiene su propio nombre.

Así como en la Wak, también existe un equipo en el cual compartes, te conoces y conoces el mundo: **La familia.**

Ahora te retamos a buscar junto con tu familia un nombre para este nuevo equipo. Recordá que al igual que en el equipo de la wak, el nombre lo deben escoger entre todos y debe reflejar las cualidades que representan los miembros de ese equipo, o sea su familia.

Nombre de Tu nuevo equipo: _____

Significado: _____



LLEVALO MÁS ALLÁ...

Aprovecha para investigar sobre alguna de nuestras comunidades indígenas, costumbres, dialectos, qué es el concepto de interculturalidad y cualquier otro dato que te llame la atención, esto te servirá para comprender más todos los símbolos que usamos en la

Wak.

4 ¡A mover el esqueleto!

Materiales: Computadora con internet y celular para grabar video.

La cuarentena no debe ser una excusa para quedarnos todo el día en el sillón o la cama. Hacer actividad física contribuye con el bienestar de tu cuerpo y mente.

Así que ¡A MOVER EL ESQUELETO!

¿Cómo?

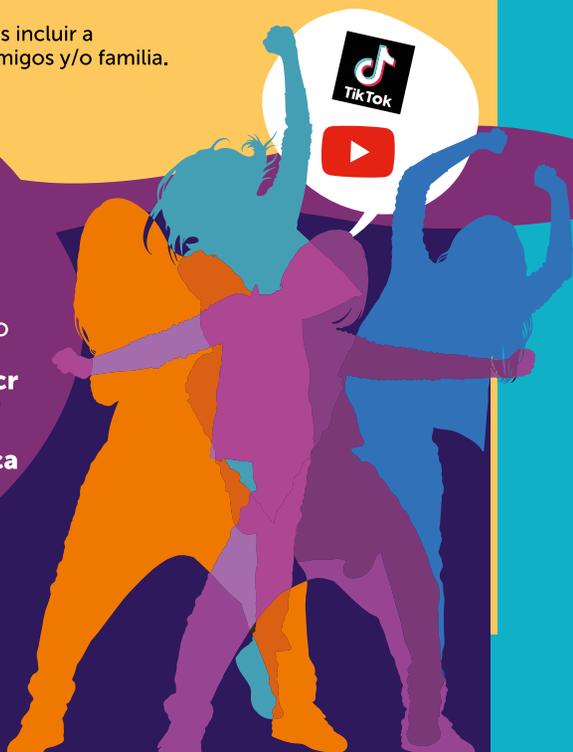
Te desafiamos a escoger una coreografía en Tik tok, si no utilizas esta app, puedes buscar alguna coreografía en Youtube, puedes usar tutoriales o alguna de Just Dance, o por qué no, crear una coreografía propia.

Una vez que ya hayas escogido y aprendido la coreografía, debes hacer un video y compartirlo con tu wak. Juntos deben escoger el video que más les guste entre todos los miembros de la Wak.

Sería genial que también puedas incluir a otras personas en este video: amigos y/o familia.

**LLEVALO
MÁS ALLÁ...**

Te invitamos a que nos compartas lo que has hecho etiquetándonos en
Instagram: @Guiasyscoutscr
Twitter: @Guiasyscoutscr
Facebook: Asociación de Guías y Scouts de Costa Rica



5 ¡Amanecer!

Materiales: Reflexión de esta guía

Opcional: Refrigerio o desayuno, Cámara para tomar fotografía.

Ver el amanecer puede ser una experiencia única y maravillosa. Por eso nos gustaría que la vivas! usualmente lo hacemos cuando vamos de campamento, de viaje a la playa o la montaña, pero ahora te motivamos a que lo hagas desde la casa. Para ello sugerimos lo siguiente:

- Prepara un lugar donde puedas disfrutar del amanecer en silencio y seguro, puede ser cerca de alguna ventana, en el corredor de la casa, en el patio, en la terraza, donde creas que te vas a sentir más cómodo o cómoda.
- Si deseas alista un bocadillo rápido
- Fija la alarma del reloj calculando poder levantarte a tiempo para ver el espectáculo del amanecer.

Cuando estés observando el amanecer, queremos invitarte a reflexionar sobre estas preguntas:

- ¿He sido agradecido con Dios o ese Ser Supremo en el que crees por todo lo que me ha regalado (familia, salud, amigos)?
- ¿He sabido apreciar lo que los demás han hecho por mí?
- ¿Me he puesto últimamente al servicio de los demás?



Te dejamos acá uno de los mensajes de nuestro fundador Baden Powell:

“Dejad que vuestras hazañas y vuestros pensamientos los dirija el Amor. Por Amor, con "A" mayúscula, no quiero decir enamorarse y todo aquello que se ampara vulgarmente con esa palabra. Lo que quiero decir es ese espíritu bondadoso que se hace patente al rendir un servicio a un semejante, cuando se es bondadoso y compasivo, cuando se demuestra gratitud hacia los demás por las bondades recibidas. Eso es buena voluntad y la buena voluntad es la voluntad de Dios.”

— Robert Baden-Powell,
Roverismo hacia el éxito



LLÉVALO MÁS ALLÁ...

Realiza esta actividad con tu familia, toma una foto donde guarden la memoria de este momento, y porque no, preparen después un desayuno juntos.

Disfrutar de las cosas simples de vida nos puede hacer tener una mejor percepción de la vida.

¡Que disfrutes de este y muchos amaneceres!

El Amuleto

Materiales: Lápiz o lapicero, esta guía Desafíos bajo Techo, Material de reciclaje para realizar manualidad (el material con el que hagas la manualidad es libre)

Probablemente cuando leas la palabra “amuleto”, pienses en amuletos de la suerte como pulseras u otros, pero en la Wak es diferente. El amuleto en la Wak está representado por un animal protector que escogen entre todos los miembros, de preferencia por un animal originario de nuestro país. Este animal protector lo utilizan todos los miembros de Wak en un collar y representa la pertenencia a ella.

Ahora te toca saber más sobre el animal protector de la Wak a la cual perteneces.

¿Cuál es?

¿Por qué lo escogieron y qué significa para la Wak?



Realiza con material de reciclaje y mucha creatividad la representación del animal protector de la wak. Esta representación la puedes usar como recuerdo, utilizarla de obsequio para alguno de tus compañeros Tsurís y/o utilizarla en las ceremonias.

7 ¡Llegó carta!

Materiales: Papel blanco o de colores, 2 sobres, lápices o lapiceros, estampillas (estas las adquieres en el correo cuando vayas a enviar la carta) /Opcional: stickers, fotografías, lápiz de color, escarcha, cintas.

¿Alguna vez has recibido una carta por correo?

Probablemente no, ya que estamos en una época donde por correo solo recibimos paquetes de Amazon, de Wish u otras compañías.

En esta actividad te proponemos 3 cosas por hacer.

- 1** Escribe una carta de tu puño y letra, para alguna persona dentro del movimiento que sea importante para vos, puede ser del mismo grupo, de otro grupo, de la misma sección, de otra sección, un dirigente, a quien vos quieras escribirle. Puedes agregar a la carta fotos, tarjetas, stickers lo que sea, que represente el cariño que le tienes a esa persona.
- 2** Una vez que haya pasado la cuarentena, ve a la oficina de correo más cercana y envía la carta. Los agentes en el correo te van a indicar qué necesitas para hacerlo. Recordá tener clara la dirección a la cual vas a enviar la carta, para que esta no se pierda. Te dejamos el link para que puedas descubrir la oficina de Correos de Costa Rica más cercana <https://correos.go.cr/oficinas/>

- 3** La última, pero no menos importante. Escribe una carta para el ser más importante en tu vida, ¡vos mismo!

Queremos que escribas una carta para vos,

donde le cuentes a tu yo del presente, todo lo que has logrado hasta hoy, las cosas que te hacen feliz, todo aquello que es importante para vos, lo que te motiva y cuáles son tus sueños, tus metas.

Decórala bien bonita, recuerda que es para la persona más importante. Si puedes agrega una foto importante para vos. Y guárdala en algún lugar importante en un sobre, fuera del sobre escribe: Abrir hasta Junio 2021. En junio 2021, te invitamos a abrir esa carta que con amor escribiste.

8 Cocinando con un Tsurí

Materiales: 1 Hoja de papel, lápiz o lapicero, los ingredientes de la receta que escojas para preparar y utensilios que necesitas.



Durante un campamento todos nos volvemos chefs y logramos realizar los mejores platillos. Pero es importante que nos alimentemos muy bien, para poder realizar las actividades.

Por eso te proponemos que realices una propuesta de menú saludable para el próximo campamento, que esperamos sea pronto después de esta cuarentena.

Pero además de realizar el menú, escoge el platillo que más te guste y cocínalo en tu casa e invita a comer a tu familia.

Dato curioso:

Sabías que uno de los objetivos de desarrollo sostenible es: Asegurar vidas saludables y promover el bienestar de todos en todas las edades. Este es el ODS número 3, el nuevo objetivo mundial de Buena Salud promueve estilos de vida saludables, medidas preventivas y una atención sanitaria moderna y eficiente para todos. Si querés conocer más de los ODS visitá <http://siemprelistos.com/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>

OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE



9 Ciberacoso

Materiales: Acceso a internet, celular para grabar video o realizar una imagen.

En estos tiempos, en que todo lo hacemos de manera digital: recibimos clases, hablamos con nuestros amigos y familiares por video llamadas y utilizamos más las redes sociales. No todo es tan bonito, también existen cosas que nos hacen sentir incómodos o incómodas como los es el **CIBERACOSO**.

Quando alguien utiliza la tecnología para ser deliberada y repetidamente cruel con alguien, eso se llama ciberacoso. A menudo no es con mala intención simplemente puede ser alguien que está bromeando. Pero si lastima a alguien, eso está mal.

Le puede suceder a cualquiera y deja a las personas sintiéndose solas e inseguras. Algunas maneras de ciberacoso son:

- Excluir a las personas de conversaciones en línea.
- Etiquetar imágenes de manera inapropiada.
- Enviar mensajes de texto o correos electrónicos crueles.
- Poner imágenes o mensajes desagradables en los sitios de redes sociales.
- Imitar a otras personas en línea.
- Cualquier otra que te haga sentir incómodo (a)

Ya ahora que sabes un poco más sobre el ciberacoso, en una hoja aparte te proponemos que respondas las siguientes preguntas:



Investiga más sobre el ciberacoso

¿Por qué crees que las personas pueden ser desagradables unas con otras en línea?

¿Cómo sucede y qué podrías hacer para evitarlo?

¿Sabrías qué hacer si tú, o un amigo, estuviera experimentando ciberacoso?

Ciberacoso



Haz un video, imagen, meme, tik tok o GIF para crear conciencia sobre el ciberacoso y recordar a las personas lo que deben hacer al respecto y compártelo con tu Wak.

Si deseas también lo puedes compartir con nosotros etiquetándonos en redes sociales Instagram: @Guiasyscoutscr Twitter: @Guiasyscoutscr Facebook: Asociación de Guías y Scouts de Costa Rica.

LLEVALO MÁS ALLÁ...

La Asociación Mundial de Guías y Guías Scouts. (AMGGS) cuenta con un Programa especial que te ayuda a conocer y protegerte cuando utilizas internet, te retamos a llevarlo más allá realizando las actividades de Surf Smart y así obtener la insignia.

Lo podés encontrar en el área de descargas, en Programas Especiales <http://siemprelistos.com/downloads/>.

10 ¿Cómo cambiar el Mundo?

Materiales: Guía Desafíos bajo techo, lápiz o lapicero. Los materiales que necesites al momento de la ejecución de tu proyecto.
(Tomado de www.puntojes.org)

¿Alguna vez has sentido la necesidad de cambiar el mundo?

Las personas que escuchan esa necesidad y pasan a la acción se llaman agentes de cambio. Son personas que ayudan a los demás, mejoran su barrio, su escuela, su pueblo, su país y vos como Tsurí podés ser agente de cambio.

Con esta actividad queremos que descubras tu capacidad para cambiar el mundo, y aprendas cómo realizar un proyecto.

Importante: Ser un agente de cambio no es sinónimo de ser un súper héroe, Nelson Mandela o la presidenta del país. Todos podemos cambiar el mundo. **¡Yo también puedo cambiar el mundo!**

¿Conoces a algún/a agente de cambio?

¿Qué características y atributos tienen estas personas? ej. valientes

¿Cuáles de esas características tienes tú?



LLUVIA DE IDEAS

Cambiar el mundo parece una cosa muy grande...

Pero seguro que ya has escuchado eso de pensar global y actuar local, aunque estemos pensando en retos de la humanidad como el hambre o la paz, queremos identificar esos retos en nuestra comunidad más cercana y empezar por allí.

Para identificar un reto al que enfrentarte pensá: en lo que no nos gusta las cosas que nos han pasado y no queremos le ocurra a otros los problemas a los que nos enfrentamos cada día o aquellas cosas que nos rompen el corazón.

**El mundo se cambia, cambiando lo que nos rodea
¡Piensa global, actúa local!**

¿Cómo es tu colegio, tu barrio, tu grupo, equipo deportivo, ciudad, etc.?

¿Qué retos y problema existen en tu comunidad? ej. bullying en mi clase

***Haz un círculo alrededor del reto que más te interese resolver**

¿Cómo podríamos solucionar / cambiar/ transformar escribe el reto que has elegido?

¡Llegó la hora de las ideas para dar solución al reto elegido!

Para poder tener una gran idea es importante dar prioridad a tus pasiones, las cosas que realmente te encantan y decir que si a todas las ideas, apuntarlas todas, sin excepción y construir.

Si seguís estas simples reglas podés decir que estás haciendo un proceso de innovación y te aseguramos que el resultado será divertido y fuera de lo habitual.



Escribe todas las ideas que te pasen por la cabeza para dar respuesta a esta pregunta.

Haz un círculo alrededor de la idea que te entusiasma más

¿Cómo podríamos solucionar / cambiar/ transformar el reto que has elegido?

Planifica ¡Ya casi puedes decir que tienes un proyecto!

Las ideas se convierten en proyectos cuando las ponemos por escrito. Los proyectos se convierten en realidad cuando le ponemos una fecha. Hacer esto nos ayuda a entender mejor qué queremos hacer.

Escribe ahora las actividades principales de tu proyecto, y a quién van dirigidas. ej: torneo de videojuegos para alumnado de 4to

¿Dónde vas a llevar a cabo tu proyecto? ej: El salón comunal

¿Qué recursos necesitas para sacar adelante la idea? ej: 2 computadoras por 5 horas, 1 aula con 20 sillas

¿Cómo conseguirás estos recursos necesarios? ej: venderé entradas a €1

¿Qué personas u organizaciones pueden ayudarte a poner en marcha tu proyecto? ej: La Asociación de Desarrollo, la Municipalidad, la Junta de grupo, el orientador del colegio etc

Dale un nombre a tu idea

¿Cuáles son los 3 primeros pasos para poner en marcha el proyecto?

Acá a poner en concreto como realizar el proyecto que acabas de escoger. Qué necesitamos hacer / Quién lo hará / Para cuándo

1. _____
2. _____
3. _____

Sabemos que esto de cambiar el mundo parece muy grande pero...
¡sólo hay que empezar!

Comunicar

Los emprendedores e innovadores sociales utilizan el formato elevator pitch para comunicar su proyecto. Este, sirve para comunicar la esencia de tu proyecto de forma breve y apasionada para convencer a quien te escucha

¡Y ahora a contarlo a todo el mundo!

¿Cuál es el reto que vas a solucionar?

¿Cuál es tu idea?

¿Cómo solucionas tu idea este reto?

¿Por qué tu idea es una genial idea?

¿Qué recursos necesitas y cómo los vas a conseguir?

¿Quién está en mi equipo?

Evaluar

Durante y después de cada actividad no dejamos de preguntarnos qué nos ha salido bien y qué nos ha salido regular... La evaluación y reflexión constante nos permite aprender y crecer en cada paso.

¿Qué nos ha salido bien?

¿Qué podemos mejorar?

¿Qué hemos aprendido?

¡Excelente! ¡Ya eres un agente de cambio!

Recuerda que este proyecto según lo que hayas elegido realizar lo puedes desarrollar durante la cuarentena o para cuando la cuarentena haya pasado.



Guías y Scouts
de Costa Rica
INSTITUCIÓN EDUCATIVA

Has logrado culminar estos retos, fue fácil no?

Ser parte de Guías y Scouts es sencillo, solo necesitas deseos de ser cada día mejor y pensar en dejar este mundo en mejores condiciones de como lo hemos encontrado. Vos tenés la capacidad de organizar muchas cosas más, solo déjate llevar por tu instinto y pedí ayuda o consejo cuando lo consideres necesario, pero lo más importante es que recuerdes que todo lo que hacemos en el Movimiento nos lleva a dar un paso más para estar más cerca de vos, por eso ya estamos preparando el siguiente fascículo con mejores retos... Espéralo y arma tu colección.

¡Siempre Listos para Servir!

DESAFÍOS BAJO TECHO





Guías y Scouts
de Costa Rica

BUENOS DÍAS BUENOS DÍAS



Dirección

Avenida 10, Calles 13 y 15 San José, Costa Rica

Teléfono

(506) 2223-2770

Fax

(506) 2222-9898

Apartado Postal

2223-1000 S.J.

Correo Electrónico

desarrollo@siemprelistos.org

siemprelistos.com



DESAFIOS
BAJO **TECHO**