



Guías y Scouts
de Costa Rica
INSTITUCIÓN BENÉVOLENTA

DESAFIOS BAJO TECHO

FASCÍCULO 1





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.

TODO SOBRE MÍ

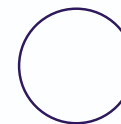
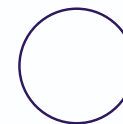
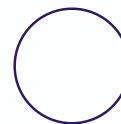
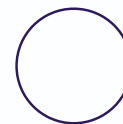
Nombre: _____

Grupo

Edad

Mido

Peso



Color de Seisena:



Etapas: _____

Mi Manada se llama: _____

MIS COSAS FAVORITAS

Juguete: _____

Color: _____

Animal: _____

Comida: _____

Programa de TV: _____

Película: _____

Libro: _____

Actividad: _____

Lugar: _____

Canción: _____

MIS MEJORES AMIGOS

CUANDO CREZCA QUIERO SER:



¡HOLA, HOLA A VOS QUE ESTÁS EN LA MANADA!

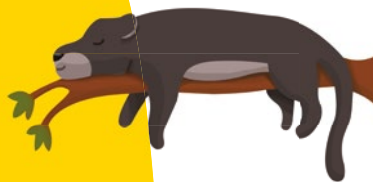
Nos encanta que formes parte de la Asociación de Guías y Scouts de Costa Rica y queremos que eso continúe así por mucho tiempo más.

Te queremos dar la bienvenida a esta guía llamada Desafíos bajo Techo. Sabemos que estos días no han sido fáciles, y que las reuniones como se han realizado siempre no han sido posibles y probablemente extrañes mucho a la manada y los viejos lobos. ¡Pero queremos motivarte! ¡Ánimo! Porque eso no significa que no puedas seguir divirtiéndote mucho y realizando actividades al mejor estilo Guía y Scout.

Hemos diseñado una serie de actividades. Así como cuando te reúnes con tus demás amigos lobatos y lobatas. Sólo que ahora debes ser el líder y realizarlas vos mismo, también puedes pedir ayuda a los viejos lobos o a familiares.

Esperamos realmente que disfrutes haciendo estas actividades, recordando que vos sos el protagonista principal de esta gran aventura que es el Movimiento de Guías y Scouts. Deseamos motivarte a que cumplas cada uno de los retos aquí propuestos, pero sobre todo a que dejes volar la imaginación, pienses y hagas tus propias actividades

Siempre Mejor



GUÍA DE USO

A continuación vas a encontrar 10 actividades, compuestas por diferentes acciones para que realices a lo largo de esta cuarentena. Es importante que tomes en cuenta lo siguiente:



1

Te sugerimos realizar al menos una actividad semanal.



2

Cada actividad puede realizarse a su propio ritmo, puede durar en cada actividad tanto tiempo como crea necesario.



3

Algunas actividades cuentan con un espacio que se llama "llévalo más allá", el cual no es obligatorio que lo haga. Pero si tiene las herramientas le puede ayudar a desarrollar más el tema.



4

Te sugerimos tomes en cuenta a tus familiares para realizar las que quieras con ellos, todas son muy divertidas y haciéndolo con ellos, les demostrarás lo que haces en la manada y sabrán el por qué te gusta tanto compartir con lobatos y lobatas de tu comunidad.

ACTIVIDAD 1

NUEVAS PALABRAS PARA MOWGLI

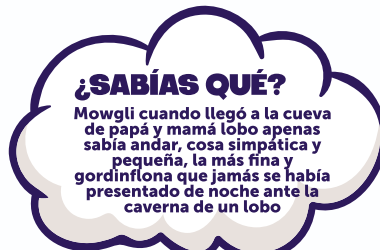
MOTIVACIÓN

En la selva de Seonee hay muchas cosas que Mowgli, recién llegado a la Manada y sobre todo al cubil con mamá loba (Raksha) y de las cuales él como nuevo miembro de esta gran familia debe empezar a conocer, al igual que para vos deben ser nuevas algunas palabras o cosas. Descubre junto con Mowgli una serie de frases para que tanto vos como él puedan aprender más sobre los elementos que se encuentran en la selva. Cuando tengas la respuesta, búscala en esa gran hoja de Mowa con símbolos (llamados letras en la aldea de los hombres). Con un trozo de liana de color, preferiblemente, colorea siguiendo el camino hasta completar la palabra.

MATERIALES

Hoja impresa, lápiz de color, crayola (lo que tengas a mano).

***Esta actividad la podés encontrar en el anexo que viene junto con esta guía.**



ACTIVIDAD 2

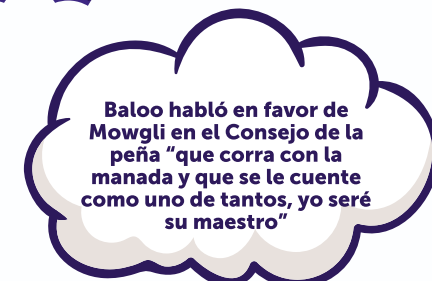
LAS ENSEÑANZAS DE BALOO

MOTIVACIÓN

Una vez que Mowgli fue aceptado en la manada, Baloo le cuenta a Mowgli que muchas veces deben hablar en clave para que Tabaqui, que siempre aprovechaba el momento por interés de adular a los lobos, no le cuente a Shere Khan dónde van a ir a cazar, por lo que le enseña la más fácil para los lobos cachorros. El siguiente mensaje es uno de los más importantes que Baloo le puede enseñar al cachorro humano. Te damos una pista de cómo puedes, desde la suavidad de tu cueva, aprender cómo Mowgli lo va a hacer. Para poder descifrar el mensaje que Baloo le va a enseñar a Mowgli, te vamos a dar la palabra MURCIÉLAGO, cada letra tiene un número asignado, por ejemplo, la M es el 0, la U el 1 y así sucesivamente hasta llegar al 9 que sería la O. Cambia las letras del mensaje por cada una de las letras de la palabra antes mencionada, si la letra no estuviera, la dejas igual. Haremos una palabra de práctica: escribimos la palabra Hermano gris, la cual quedaría h5207n9 824s y si tienes clave y la quieres descifrar, sería algo así: t7b7q14 que significa Tabaqui. Inténtalo con diferentes palabras de las dos formas para que practiques, cuando estés listo, descifra el mensaje de Baloo.

MATERIALES

Lápiz





56 69b7t9 y 67 69b7t7:

1. 5s313h7 y 25sp5t7 7 69s 9t29s

2. D435 67 v52d7d

3. 5s 765825 y 70487b65

4. 390p72t5 39n s1 f704647

5. 7y1d7 7 69s d507s

6. 314d7 67 n7t12765z7

7. D5s57 7p25nd52

ACTIVIDAD 3

LOS MENSAJES DE IKKI

MOTIVACIÓN

Ikki el puerco espín, es el secretario de la selva, le llevaba a Mowgli unas fotos con las imágenes de algunos miembros de la selva, hizo mucho viento y le salieron volando todos. El pobre de Ikki se puso muy triste, pero Mowgli le dio ánimos, le dijo vamos amigo, recuerda que el lobato se vence a sí mismo, mientras me los vas describiendo y yo los dibujo, Ikki le dijo listo toma una hoja de papel blanco y un lápiz. Dibuja una pantera negra, tan negra como la noche, ella es Bagheera, luego tienes que pintar un oso pardo, ese el Baloo tan gordo como puedas, porque es el que siempre se come la miel de la selva, vamos con Akela, una hermosa loba gris; Raksha es otra loba, pero un poco más viejita y su pelaje es café, no nos puede faltar la ingeniosa Kaa, una enorme serpiente pitón y el hermano Francisco, que es el que nos recuerda que también en la selva se debe tener fe y llevar un modelo de vida espiritual.

Ya tienes el dibujo listo, puedes pintarlo a tu gusto, luego si tienes a mano un pedacito de cartulina del tamaño del dibujo, pégalo en ella y con la ayuda de algún miembro de la familia lo pueden recortar como un rompecabezas y ahora es momento para jugar con toda la familia para que lo armen y así ellos también aprendan sobre algunos habitantes de la Selva.

Arrancaba de la piel de sus amigos las largas espinas que se les habían clavado en ella, los lobos sufren mucho, pero él estaba ahí



MATERIALES

Una hoja blanca, un pedazo de cartulina del tamaño de una hoja, tijeras, goma.

ACTIVIDAD 4

LA EXTINCIÓN

MOTIVACIÓN

A Hermano Gris le gusta apoyar a los que lo necesitaban. Siempre está al servicio de los demás y más si se trata de conservar la selva y sus habitantes. ¿Sabías que este mes se celebra el mes del planeta?, si tienes acceso a internet puedes investigar un poquito, puedes también ver el canal NatGeo o buscar en periódicos o revistas, te sorprenderá lo que vas a descubrir. Te damos una ayudadita de lo que puedes investigar: averigua cuáles son las especies de animales y vegetales en peligro de extinción de nuestro país y en especial de la comunidad donde vives. Elige uno de cada uno que te llame la atención y crea un cartel en el que invites a conservar esas especies, dibuja ambos y averigua cuáles son sus características, su hábitat, su nombre científico y por qué se están extinguiendo. Comparte tu diseño con tu familia, guárdalo y cuando te sea posible compartelo con tus compañeros de Manada.

MATERIALES

1 cartulina (puede ser de reutilización), lápiz, lápices de color, marcadores o crayolas.



ACTIVIDAD 5

COCINANDO CON BAGHEERA

MOTIVACIÓN

Aunque Bagheera nos enseña a cazar para alimentarnos, hay otras formas de obtener alimento para crecer fuertes y sanos, esta es una forma nueva, la usan en la aldea de los humanos y es muy rica y fácil de preparar. Para poder realizarla de forma segura y limpia, haremos lo siguiente primero: deberás lavarte las manos muy bien con bastante agua y jabón, lavar bien todos los recipientes que vas a usar.

Y ahora sí, a preparar ... Te sugerimos que por tu seguridad le pidas a algún adulto que te acompañe mientras preparas los alimentos.

- Se lavan 4 cucharadas de lentejas, se ponen en una olla con agua y se revuelven con la mano.
- Se bota esa agua.
- Luego se colocan en el colador.
- En el recipiente hondo se echa agua limpia, de manera que cuando coloque el colador, apenas toque el fondo del colador. Las lentejas no deben estar dentro del agua.
- Con el pañito húmedo debes cubrirlas.
- Cada 12 horas debes cambiar el agua y echar sobre el colador agua, no las muevas.
- Ir observando los cambios cada día.
- Tómales foto todos los días, una foto por día. (si es posible, si no tuvieras acceso a esto, puedes ir dibujando lo que vas viendo identificando cada día). Notarás los cambios.
- Al cuarto día han crecido, puedes lavarlas y dejarlas escurrir.

"PREPARACIÓN DE RECETA"

Sirven para acompañar carnes, o ponerlas en la ensalada.

- Se pica una especie que les guste, cómo ajo muy majado, chile dulce, cebolla, por ejemplo.
- Se calienta el sartén y se agregan unas gotitas de aceite, el ajo y tiritas de chile dulce o cebolla. (Acá te puede ayudar algún miembro de la familia).
- Se agregan las lentejas nacidas y revuelve hasta incorporar las especias! Puede agregar salsa de soya y una pizca de sal.

¡Listas para disfrutar!

Investiga qué otros usos tienen, también acerca de lo nutritivas que son, guarda la información y las fotos o dibujos y luego lo compartes con tu Manada u otros miembros de la familia.

MATERIALES

Lentejas, agua, un colador grande, sal, un pañito (limpión) para cocina, aceite, un recipiente más grande que el colador, una tabla para picar o un plato plano, un cuchillo (debes tener mucho cuidado de no cortarte), chile dulce, ajo, cebolla, salsa soya (opcionales), un sartén.



Que les crezcan fuertes dientes y que nunca en este mundo, se les olvide tener hambre, aliméntese bien para que crezcan sanos y fuertes.

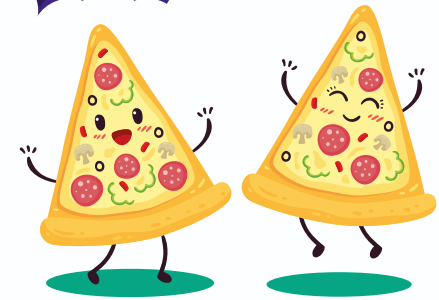
ACTIVIDAD 6

LOS SABORES EN LA SELVA

MOTIVACIÓN

Bagheera nos sigue enseñando cómo preparar alimentos diferentes, llenos de sabor y nutrientes. Pídele a un adulto de tu casa que te acompañe cuando realizas la preparación por si necesitas alguna ayuda, es muy importante tu seguridad. Para preparar algo delicioso y nuevo harás lo siguiente:

1. Agregar la harina, sal, polvo de hornear en un tazón y mezclar bien.
 2. Agregar aceite y el agua poco a poco hasta formar una masa (puede no ser necesaria toda el agua por eso la importancia de ir agregando poco a poco hasta formar una masa uniforme).
 3. Amasar por 5 minutos hasta lograr que la masa quede fina y elástica, seguidamente envolver en plástico o colocarla en una bolsa plástica limpia y refrigerar por 10 minutos para que sea más fácil de estirar.
 4. Espolvorear una superficie lisa con harina y estirar la masa con las manos hasta que esté delgada y pareja.
- Tip importante:** debe estirar la masa del tamaño del sartén que va a utilizar, de preferencia antiadherente.
5. Untar muy bien el sartén con aceite con ayuda de una brocha de cocina o con una servilleta. Luego colocar la masa estirada en el sartén, debe quedar al menos 1 dedo por encima de la base del sartén.
 6. Colocar el sartén a fuego bajo-medio y pinchar con un tenedor la masa y tapar por 1 o 2 minutos, cuando la masa comience a cambiar de color y comience a tener burbujas es momento de colocar la salsa, queso y demás ingredientes, una vez colocados los ingredientes tapar nuevamente y dejar cocinar hasta que la masa esté crocante y el queso se haya fundido.
- Tip importante:** estar atentos que no se vaya a quemar, tomar en cuenta que la masa no se va a dorar pues se está cocinando en un sartén.





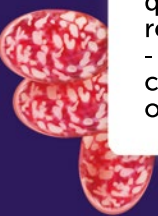
MATERIALES

Ingredientes para la masa:

- 1 taza de harina.
- 1/2 cucharadita de polvo para hornear.
- 1/2 taza de agua tibia.
- 1 cucharada de aceite.
- 1/4 de cucharadita de sal.

Ingredientes para cobertura de pizza:

- Salsa de tomate para pizza (puede usar tipo ranchera, sofrito o de su preferencia)
- Queso tipo mozzarella o cualquiera que se pueda derretir (puede usar de rebanadas)
- Hongos, jamón, vegetales frescos cortados finamente, pepperoni, entre otros, lo que le sea posible conseguir



La miel con nueces era la comida favorita de Mowgli, para obtener la miel trepaba a los árboles y ésto se lo enseñó Bagheera.



ACTIVIDAD 7

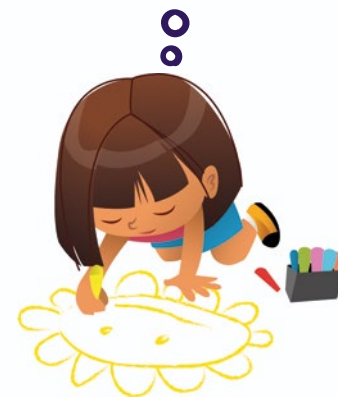
CONOCIENDO MI COMUNIDAD MOTIVACIÓN

Así como a Mowgli le muestran todos los rincones y secretos de la selva, vos puedes contarle a tus amigos qué hay en la aldea de los humanos. Te invitamos a que elabores una lista con los oficios más conocidos de las personas que viven en el lugar donde vives, empieza por los trabajos que desempeñan los miembros de tu familia, tanto los que están contigo en casa, como los más cercanos; enlista también los lugares donde ellos se desempeñan, por ejemplo: Fuerza Pública, Bomberos, Asociación de desarrollo, Clínica o Ebais, Cruz Roja, Supermercado o pulpería, Farmacia, Tienda, entre otros. Dibuja en una cartulina, con la ayuda de algún familiar si lo necesitas, la ubicación de cada uno de esos lugares, ubica las personas de tu familia y/o comunidad de acuerdo al oficio que desempeñan.

Anota en una hoja aparte si en tu comunidad existe algún tipo de mal manejo de desechos o contaminación, haz un plan describiendo cómo vos podrías colaborar en resolver la situación.

Guarda toda esta información y cuando te puedas reunir de nuevo con tu manada, muestra lo que hiciste, une tu propuesta de solución a las otras de tus compañeros y junto con tus Viejos lobos realicen una actividad para ponerlo en práctica. Completa la hoja que encontrarás abajo, al cabo del tiempo recordarás este tiempo con alegría.

Oh tú que eres cachorro humano, de la misma manera que yo volví a la selva, así tú deberás volver a donde están los hombres, los que son tus hermanos, le dijo Bagheera a Mowgli.



MATERIALES

Cartulina (puede ser de reutilización), lápiz, lápices de color o crayolas, hoja, hoja impresa.

***Esta actividad la podés encontrar el en anexo que viene junto con esta guía.**



ACTIVIDAD 8

LOS ANILLOS DE KAA

MOTIVACIÓN

Sabías que Kaa por ser una serpiente cambia de piel?, sabías que en muchos casos esta se encuentra formada por anillos? Sabías que Kaa es una serpiente pitón, la más vieja de la selva?. Qué te parece si dibujas en el cartón círculos utilizando un plato y una tapa como molde, coloque primero el plato y lo marca, luego coloca la tapa en el centro de éste y la marca, le quedarán dos círculos; con mucho cuidado recorte cada círculo, así quedará uno del tamaño del plato que usaste y luego recorte el centro para que quede como un aro.

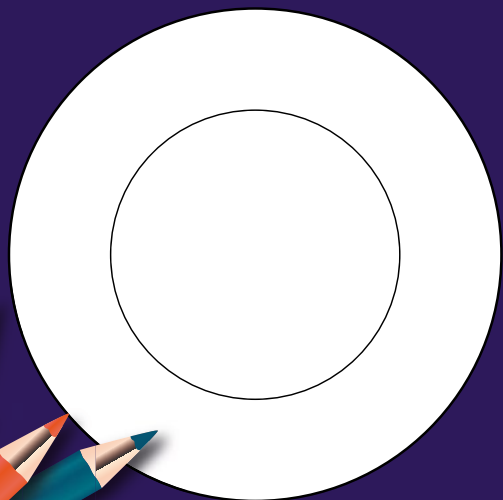
Con los elementos de color (lápices, crayolas o témperas) proceda a pintar de dos o tres colores diferentes, esto para que puedan jugar contigo una o dos personas más, a cada una se le asigna un color. Usando la cuerda (mecate, pabilo o lana) haga una cuadrícula en el suelo, cada cuadro tendrá más o menos 50 cms, en total serán tres líneas horizontales y cuatro verticales; fíjelos al piso con un trozo de cinta o masking. A cada espacio le darás un puntaje (como se ve en el ejemplo). Los participantes se colocarán más o menos a 5 mts de la tabla que acabas de elaborar en el piso. Por turnos lanzarán una anilla para intentar hacerla llegar al puntaje más alto (el cual puede cambiarlo a su gusto), cuando se les acaben las anillas, procederán a contar los puntos y ganará el que obtenga más. se sugiere invitar a los miembros de la familia a jugar con las anillas de Kaa, será muy divertido. En la hoja anotarán los puntos para llevar un control de los ganadores.

Empieza por hacer lo necesario, luego haz lo posible y de pronto estarás logrando lo imposible



MATERIALES

Cartón resistente, tijeras, lápiz, mecate, lana o pabilo, témperas, lápices de color o crayolas, pincel (si decides usar témperas), plato pequeño (como el que se usa con una taza para tomar té o café), cinta adhesiva o masking tape, una tapa pequeña (ésta debe ser más pequeña que el plato), hoja de reutilización, 5 círculos por cada color (esto dependerá de la cantidad que quieras hacer).



10	12	11
8	9	7
5	6	4
2	3	1

ACTIVIDAD 9

APROVECHANDO LO QUE LA NATURALEZA NOS DA

MOTIVACIÓN

Los lobos de Seonee sólo cazaban lo necesario, no desperdiciaban ni un trozo de la presa. Una manera de ayudar a reducir el desperdicio de comida es adquiriendo sólo los alimentos necesarios para que no se echen a perder, también sirviéndose sólo lo que comerás y si no terminas lo que te serviste, puedes guardarlo y comerlo en otro momento. Sabes cuáles son los grupos de alimentos?. Se te ocurren otras formas de evitar el desperdicio en tu casa?. Anótalas en una hoja y luego las puedes compartir con tus amigos de la Manada y tus Viejos lobos. Realiza el crucigrama que te adjuntamos y descubre cosas interesantes y útiles.

MATERIALES

Hoja, lápiz

***Esta actividad la podrás encontrar en el anexo que viene junto con esta guía.**

Mowgli cuando salgas de cacería, te abienes de matar ninguna cabeza de ganado, le dijo Bagheera; esto porque la propia vida de él había sido rescatada mediante la entrega de un toro.



ACTIVIDAD 10

LA NOCHE DE LAS LUCIÉRNAGAS

MOTIVACIÓN

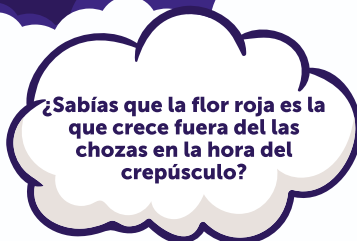
Durante una semana escogerás elementos o motivos de la naturaleza a través de los cuales descubras la presencia de Dios, cada día harás una manualidad con toda tu creatividad que lo represente. Te damos como sugerencia confeccionar faroles con materiales de reciclaje que encontrarás en tu misma casa, estos guardados con mucho cuidado te servirán para alumbrarte en una flor roja cuando te puedas volver a reunir con tus viejos lobos y tu manada.

Es importante desde tu forma de creer en un Ser Supremo el que agradezcas todos los días por todas las cosas lindas que te da. Para esto puedes hacerlo por medio de una oración con tus propias palabras, puedes hacer la oración de la manada, la de los alimentos o la de Francisco de Asís.

Comentemos con la familia el compromiso que cada uno de nosotros tenemos por cuidar la naturaleza, obra y regalo de Dios para la humanidad.

MATERIALES

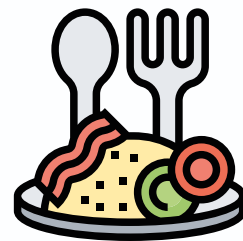
Papeles de diferentes texturas y colores, goma, tijeras, lápices de color o crayolas.



ORACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Señor,
tú que das el agua a los campos,
la tierra a las plantas,
el fruto a los hombres,
haz bendito este alimento,
para que vuelto fortaleza,
podamos servirte mejor.

Así sea.



ORACIÓN DE FRANCISCO DE ASÍS

Señor, hazme un instrumento de tú paz:
donde haya odio siempre yo tú amor,
donde haya injuria perdón,
donde haya duda fé,
donde haya desesperación esperanza,
donde haya oscuridad déjame traer la luz,
y donde haya tristeza alegría.

Oh divino Maestro, concédeme que no busque
ser soldado sino consolar;
ser comprendido sino comprender;
ser amad sino amar.

Es dando que recibimos;
es perdonando que somos perdonados;
y es muriendo que nacemos a la vida eterna.

Así sea.



¡LO LOGRASTE!

Y bien, has culminado estos retos, sencillo ¿no? En Guías y Scouts todo es sencillo, sólo 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, sólo dejate llevar por tu instinto y pide 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 Mejor.

Te pedimos, si tienes la forma de hacerlo o en el momento en que puedas nos hagas llegar la hoja que se adjunta junto con esta guía por medio de una foto al correo: desarrollo@siemprelistos.org, lo que nos sugieras será de gran valor para luego compartirlo con lobatos y lobatas de todo el país.



DESAFIOS BAJO TECHO



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

