



NOTE INICIES  
SIN COCO

# ACTIVIDADES



Financiado por:



# ACTIVIDADES



## ACTIVIDAD “NO QUIERO Y PUNTO”

### SCOUTS Y ESCULTAS/PIONEROS

Duración: 1 hora

Destinatarios/as: Niños y jóvenes de 11 a 17 años

#### DESCRIPCIÓN

Muchos chavales se encuentran presionados socialmente, o por su entorno más cercano a la hora de disfrutar de ciertas modalidades del ocio nocturno. A través de esta dinámica trataremos de ver las formas de responder ante una oferta de consumo de alcohol.

#### OBJETIVOS:

Favorecer la producción de argumentos y recursos (habilidades sociales) que pueden utilizarse para rechazar ofertas de consumo de alcohol por parte de conocidos y amigos.

Valorar lo difícil que, a veces, resulta mantener un criterio diferente al de la mayoría.

#### CONCEPTOS:

Decir "NO"

Bebida

Pandilla/Grupo de amistades

Miedo

#### HABILIDADES:

Capacidad crítica de los chavales ante situaciones cotidianas de sus vidas.

Desarrollo de la creatividad.

Análisis de diferentes situaciones de riesgo.

#### ACTITUDES:

Crítica ante casos expuestos.

Positiva ante el diálogo.

#### DESARROLLO:

No es necesario ningún tipo de preparación. Se hará una situación de role playing. Para ello, se dividirá a los participantes en grupos de 6 personas. En cada uno de ellos, hará de un adolescente de su edad al que el resto de los participantes ("sus colegas de la pandilla") le insisten, con toda clase de manipulaciones, para que acepte consumir alcohol.

Habrán tres partes:

En la primera, se deja al educando al que sus amigos tratan de convencer para que consuma alcohol "sólo ante el peligro", es decir, no se le da ninguna pauta a seguir y se deberá enfrentar a las presiones de sus amigos.

En la segunda, al educando que "está solo ante el peligro", se le dan habilidades sociales para hacer frente a la presión de sus compañeros, (sin que éstos lo vean) y para que las ponga en práctica en la conversación.

En la tercera parte todos los participantes explicarán cómo se ha sentido en sus papeles, y se analizarán los comportamientos de ambas partes.

Las pautas a dar a los participantes para que cada uno represente su papel, podría ser:

Pautas para el participante que se enfrenta a la presión del grupo:

# ACTIVIDADES



- Aprende a decir no, para ello:

No justifiques tu respuesta, ni expongas tus motivos. Simplemente di no.

Si por decir "no", te critican o desvalorizan, acéptalo como posible.

Si se quejan o te hablan de sus sentimientos, compréndelos, pero no cedas.

Si te hacen preguntas, responde que no quieres hablar del tema.

Vuelve siempre a decir no.

- Disco rayado:

Repetir el punto de vista una y otra vez con tranquilidad sin entrar en discusiones ni provocaciones: "ya, pero yo prefiero no beber... sí..., te entiendo, pero prefiero no beber;...ya, me parece bien, pero no quiero beber..."

- Banco de niebla:

Dar la razón a la persona en la parte que se considera que tiene razón de la crítica o bien en admitir la posibilidad de que su crítica sea cierta, pero negándose a la vez en entrar en más discusiones: "... es probable que tengas razón, pero Prefiero no beber, quizás sea un desgraciado o soso, pero prefiero no hacerlo..."

## MATERIALES

Papel y boli.

Fotocopias de las fichas.

## EVALUACIÓN

A través de las diferentes situaciones y planteamientos que presentamos, ¿Habéis logrado reflejar lo más fielmente posible, situaciones cotidianas? ¿Qué tipo de respuestas o soluciones se han planteado? ¿Realmente son todas factibles o reales?

FUENTE: ASDE-Scouts de España.

## ACTIVIDAD: EL ÁRBOL

### DESTINATARIOS: SCOUTS

DURACIÓN: 40 minutos.

DESTINATARIOS/AS: Niños/as de 11 a 14 años

### DESCRIPCIÓN:

A través de esta dinámica se pretende tomar conciencia de nuestra personalidad y nuestra capacidad de alcanzar metas.

### OBJETIVOS

Hacer conscientes a los educandos de las capacidades que poseen, así como de los logros y éxitos que han conseguido y que pueden conseguir.

Relacionar los recursos con la consecución de los logros, aumentando de este modo la sensación de control interno sobre las metas alcanzadas.

Desarrollar la confianza en uno mismo.

Desarrollar la identidad personal.

### CONCEPTOS

Comunicación verbal y no verbal.

Personalidad.

# ACTIVIDADES



Cualidades.  
Autoestima.  
Metas.

## **HABILIDADES:**

Reflexionar sobre nuestra personalidad y nuestras actitudes.

Capacidad para hacer y aceptar críticas constructivas.

Elaborar metas potencialmente alcanzables.

## **ACTITUDES:**

Respeto hacia los demás.

Escucha.

Tolerancia.

Crítica.

Reflexiva.

## **DESARROLLO:**

Los educandos una vez sentados en círculo, de modo que todos puedan verse, tienen que dibujar en un folio, que les habrá dado el educador junto con pinturas y un bolígrafo, un gran árbol, con gran cantidad de ramas, de raíces y con un fuerte tronco. Una vez dibujado y pintado el árbol, deben escribir su nombre en el tronco con letras grandes. En las ramas deben colocar todas sus cualidades, habilidades, destrezas (por ejemplo, habilidad atlética, simpatía, tenacidad, etc.). A continuación, deberán dibujar una manzana en la punta de las ramas, tantas como logros consideren importantes y hayan conseguido hasta ahora (por ejemplo, tener buenos amigos, sacar buenas notas, etc.). En las raíces deberán poner las metas que quieren alcanzar en un tiempo determinado que cada uno fije o que decidan en común, de modo que

cuando lo consigan, deberán colocar los logros en un fruto.

Posteriormente, se reúnen en pequeños grupos y cada uno cuelga su árbol en la pared y se lo muestra a sus compañeros, comentando cómo consideran que sus logros están relacionados con sus habilidades, porque han escrito en las manzanas esos logros, por qué los consideran como tales, cuáles son sus metas, cambios o propósitos, por qué los quieren alcanzar y cómo creen que lo pueden conseguir.

A continuación, sus compañeros pueden añadir alguna cualidad sobre él y apuntarla en el árbol y hacer sugerencias sobre cómo alcanzar las metas.

Además, se puede sugerir a los educandos que conserven su árbol y continúen durante algún tiempo ampliando cualidades y logros en sus raíces y ramas.

## **MATERIALES**

Folios.

Bolígrafos y/o rotuladores.

Pinturas de colores.

Chinchetas o cinta adhesiva.

## **EVALUACIÓN**

¿Cómo te has sentido al expresar a los demás cómo se ve?, ¿y cómo lo has hecho cuando tus compañeros te han dicho cómo te ven?, ¿coincide la opinión que tú tienes de ti mismo con la que tienen los demás sobre ti?, ¿sabes plantear tus metas y cómo llevarlas a cabo?