

F.55 TÉCNICA RECREATIVA

Nombre de la técnica: Propongo y Actúo (la Silla)

Habilidad para la Vida: Solución de Problemas y conflictos.

Valor: Perseverancia

Objetivo: Promover en los participantes la búsqueda de diferentes alternativas para resolver aquellos conflictos que pudieran darse en el ámbito de una pequeña colectividad.

Actividad de Ambientación:

Los participantes forman un círculo y se entrelazan los brazos fuertemente, uno de los participantes o varios están en el centro del círculo, se le indica que tienen 5 minutos para intentar salir del círculo como pueda sin afectar a los compañeros.

A las personas que conforman el círculo se les explica que tienen que evitar las salidas "por todos los medios posibles", pero que llegado el caso en que una de las personas que están al interior pide verbalmente que POR FAVOR se le deje abandonar el círculo, éste se abrirá y se le dejará salir.

Socialización: determinar que se generó en la actividad inicial, cómo se han sentido las participantes, que estrategias utilizó cada participante para salir

Actividad central:

- Disponer en el espacio una silla por persona, los participantes se ubican en círculo detrás de la silla.
- Todos ubicados en la misma dirección, sujetan la silla con la mano izquierda.
- La actividad consiste en avanzar de silla en silla sin dejarla caer hasta lograr llegar a la silla con la que iniciaron.
- Se elige un compañero quien tendrá la función de dirigir al grupo, cuando este compañero dé la señal, todo el grupo debe buscar la manera de hacer el cambio de silla al tiempo hasta lograr el reto.

Normas del juego

- Si la silla se cae o toca el suelo, se devuelven a la silla inicial, es decir iniciar de cero.
- La silla solo se coge con la mano izquierda, evitar usar otra parte del cuerpo (valor de la honestidad)
- Ninguna persona debe tener dos sillas, solo una.

Aportes para el facilitador: Tener en cuenta en la ejecución de la actividad y retomar en el momento de la reflexión.

- Observar actitudes y emociones.
- Quién asume el liderazgo.
- Que comentarios se generan en la actividad.
- Tolerancia a la frustración.
- El papel que juega la comunicación y la escucha.

Preguntas para el cierre

¿Qué generó la actividad?

¿Qué dificultades se presentaron?
¿Cómo lo resolvieron?

En el momento del cierre, el facilitador hace la devolución de acuerdo a lo observado durante la actividad

Normas:

- Participación activa
- Actitud positiva y disposición para el taller
- Escucha activa
- Respeto por el otro y por la palabra del otro
- Seguir las instrucciones

COMPETENCIAS CIUDADANAS Y HABILIDADES PARA LA VIDA.

Cognitivas	Manejo de las emociones	Sociales o interpersonales
Conocimiento de sí mismo	Manejo emociones y sentimientos	Comunicación asertiva
Toma de decisiones		Relaciones interpersonales
Solución de problemas y conflictos x		
Pensamiento creativo	Manejo de tensiones y estrés	Empatía
Pensamiento crítico		

Preguntas Orientadoras:

¿Qué generó la actividad?
¿Qué dificultades se presentaron?
¿Cómo lo resolvieron?

Aportes para el facilitador: Tener en cuenta en la ejecución de la actividad y retomar en el momento de la reflexión.

- Observar actitudes y emociones.
- Quién asume el liderazgo.
- Que comentarios se generan en la actividad.
- Tolerancia a la frustración.
- El papel que juega la comunicación y la escucha.

Recurso físico: Abierto

No. de participantes: mínimo 15 máximo 50 personas

Materiales:

- Sillas 1 por persona
- Espacio amplio

Variable: Se puede reemplazar las sillas por palos.

OBSERVACIÓN

Nivel 1: __

Es la participación directa y continua del coordinador en la técnica.

Nivel 2: **X**

Es la participación indirecta pero permanente del coordinador en la técnica le permite observar la dinámica de los participantes.

Nivel 3: __

Es la participación externa del coordinador, donde solo se observa el desarrollo de la técnica, permitiéndole esto analizar la dinámica grupal

FIGURA O GRÁFICO



Bibliografía – Autor – Anexos

Definición de perseverancia como valor moral :

“La perseverancia es un esfuerzo continuo, supone alcanzar lo que se propone y buscar soluciones a las dificultades que puedan surgir, un valor fundamental en la vida para obtener un resultado concreto. Con perseverancia se obtiene la fortaleza y esto nos permite no dejarnos llevar por lo fácil y lo cómodo”.

Consultado en: <https://www.guiainfantil.com/1218/educar-en-valores-la-perseverancia.html>

Definición de Solución de Problemas y conflictos

“Habilidad para buscar la solución más adecuada a un problema/conflicto, identificando en ello oportunidades de cambio y crecimiento personal y social”

Tomado de: Encuesta de Habilidades para la Vida de la Fundación Concreto.