

Talleres de Capacitación ACT4SDGs proyecto

Cada mañana, antes de comenzar con el taller, se le pide a una persona que resuma el día anterior y sus actividades. Este documento sirve como una guía para aquellos que presentan el resumen cada mañana. Siéntanse libres de inspirarse en la pregunta de abajo o de crear la suya propia. Además, intenten incorporar una pequeña actividad dentro de su resumen para despertar a todos y prepararlos para el próximo día del taller. También encontrarán algunas ideas para actividades a continuación. Gracias.

Le proponemos tomar alrededor de 5 minutos para el resumen y 5 minutos para una actividad rompe hielo. Si no te sientes cómodo(a) haciendo esta actividad, puedes obviarla y tomar más tiempo para el resumen.

Pregunta para guiar su resumen:

- ¿Cuáles fueron los temas principales tratados ayer?
- ¿Cuáles fueron las conclusiones clave de cada sesión?
- ¿Qué conceptos o ideas generaron más discusión o debate?
- ¿Cómo se conectan los temas de ayer con el tema general del taller?
- ¿Qué preguntas o áreas de incertidumbre surgieron durante las sesiones de ayer?
- ¿Cómo se puede aplicar la información de ayer en contextos prácticos?
- ¿Cuáles fueron las ideas más sorprendentes o inesperadas de las discusiones de ayer?

Actividades de calentamiento:

1. Triángulo Mágico

- Esta actividad requiere mucho espacio, preferiblemente realizarla al aire libre.
- Todos los participantes se dispersan. Cada persona elige en silencio y para sí misma a dos personas del grupo.
- El objetivo es posicionarse de manera que se forme un triángulo equilátero con las dos personas elegidas.
- Importante: No se permite hablar durante todo el ejercicio.
- Todos se mueven hasta que la tarea esté resuelta y el grupo se estabilice.

2. El sol brilla...

- Los participantes se colocan en un círculo. Una persona se sitúa en el centro y debe hacer una afirmación del tipo: "El sol brilla para todas las personas que...".
- Todos los jugadores a quienes les corresponda la frase buscan un nuevo lugar en el círculo..
- La persona que se quede sin lugar al final formula la siguiente afirmación.

3. Contar

- Todos se colocan en un círculo. El objetivo del grupo es contar en voz alta hasta 20.
- Las reglas: Solo puede hablar una persona a la vez, y no se puede planificar el orden de participación.
- Si dos personas dicen el mismo número al mismo tiempo, se empieza de nuevo desde el principio.

4. Salta hacia adelante

- Todos los participantes se colocan en un círculo.
- **Fase 1:** El entrenador da una orden, los participantes repiten la orden y la ejecutan. Las órdenes son:
 - Salta hacia adelante
 - Salta hacia atrás
 - Salta a la izquierda
 - Salta a la derecha
- Después de practicar varias combinaciones de órdenes, se pasa a las siguientes fases
- **Fase 2:** El entrenador da una orden, los participantes dicen lo contrario y hacen lo contrario.
- **Fase 3:** El entrenador da una orden, los participantes dicen lo contrario, pero hacen lo que dice el entrenador.
- **Fase 4:** El entrenador da una orden, los participantes repiten lo que dice, pero hacen lo contrario.



Co-funded by
the European Union

