TROPA

**15**



Scouts de Colombia

Región Scout de Nariño

Ficha REME

**Código**

**Rama**

CORPORABILIDAD

**Área**

**06**

**13**

**Fecha**

FORMATO DE ACTIVIDAD

**CUIDANDO MI CUERPO**

# NOMBRE:

Tropa Brownsea

2 HORAS

Colegio Mixto San Felipe Neri

**Materiales**

Responsabilidad personal por el desarrollo del cuerpo

El cuidado de la Salud

Cuidado e Higiene de las Uñas de las manos y de los pies

Aprender la Manera Correcta de alimentarnos

Aprender la manera correcta de Ejercitar el cuerpo

Cronometro

**Objetivos de la Actividad**

Uniforme

Cuerda para Saltar

Conocimientos Previos de Higiene, Salud y una correcta alimentación

1 Fruta (Favorita de cada Scout)

**Esta actividad contribuye al logro de los siguientes objetivos educativos**

**Duración**

**Participantes**

**Lugar**

Una vez terminado el Protocolo de izada de bandera por parte de la jefatura de grupo, se procede a dar las indicaciones.

En la Primera etapa procedemos hacer un estiramiento de los músculos y extremidades del cuerpo, para dar inicio a las pruebas físicas individuales, se realizara una carrera de relevos donde se sumara el tiempo final de cada integrante de la patrulla. Luego se observara quienes tiene mayor habilidad para el atletismo, miraremos cual patrulla pensó en equipo para desarrollar la prueba, luego se hará saltar la soga donde demostraran las actitudes individuales de coordinación, al finalizar la actividad se procederá a revisar las medias y las uñas de los pies y manos al observar el aseo personal de cada miembro de la tropa se le dictara una pequeña charla acerca de la importancia del cuidado e higiene personal.

En la siguiente etapa en patrullas procederán a comer el refrigerio que por lo general es poco saludable y posteriormente se aprovechara la oportunidad para hablarles acerca de comer saludable al momento de ejercitarse.

Una vez finalizada la charla se procede hacer una ensalada de frutas recalando la importancia que tiene cada una de ellas y crear el hábito de consumir frutas aunque sea la que más les agrada.

**Descripción de la actividad**

Preparar una charla que sea dinámica sobre la Higiene y la correcta manera de alimentarse a esta edad porque el cuerpo sufre cambios importantes

Evitar el ridiculizar a los integrantes de la tropa que presenten una forma incorrecta de higiene personal

**Recomendaciones para el mejor desarrollo de esta actividad**

**Comentarios, Resultados y Modificaciones**

Tener en cuenta que todos hagan el calentamiento para evitar dolores musculares

**Evaluación Cualitativa**

5

5

5

5

5

Leandro Moran Jefe De Tropa – Grupo Mafeking No 9 Ipiales

Juan Carlos Vergel P. Jefe de Grupo – Grupo Mafeking No 9 Ipiales

5

5

5

**5**

**5**

Aprendimos que al ejercitarme debo calentar primero

Aprendimos la forma correcta de consumir alimentos

Aprendimos que debemos probar los alimentos primero antes de decir que no nos gustan

Adaptado de la Ficha de Actividad elaborada por el REME (Red de Elaboración de Material Educativo) de la Oficina Scout Interamericana, por el Scouter: Alexander Argoti Alvarez, ADF, Comisionado de Recursos Adultos, Región de Nariño, Asociación de Scouts de Colombia, 2009

**Cumplimiento de objetivos**

**Recursos físicos y materiales**

**Programación oportuna**

**Coordinación y logística**

**Exitosa**

Idea Original - Grupo

**Evaluación cuantitativa 1 a 5**

**DURA**

**Atractiva**

**Recompensante**

**Desafiante**

**Útil**