



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

Las habilidades de relación y la construcción de relaciones

Semana del 25 de mayo

1. Completa la lección y actividad de esta semana ¡enfocada en las habilidades de relación y las construcción de relaciones!

2. Completa el Juego con un amigo: ¡desafío virtual!

3. No olvides enseñarles a otros en tu casa algunos juegos nuevos esta semana del **DESAFÍO DEL JUEGO DEL DÍA SEMANAL**.
 - Esta semana el desafío incluye:
 - Huckle Buckle Beanstalk
 - I See I See
 - Hopscotch
 - Lava
 - Spike Ball



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

Las habilidades de relación

Definición: *implica la capacidad de crear y mantener relaciones saludables*

Preguntas:

Responde las siguientes preguntas mientras miras dos videos cortos sobre las habilidades de relación

[Video de habilidades de relación 1](#)

[Video de habilidades de relación 2](#)

Responde las siguientes preguntas en función de lo que ve y escucha en el [video 1](#).

Las habilidades de relación implican comunicarse con claridad, tratar con _____ pacíficamente, _____ activa, pedir ayuda cuando sea necesario y _____ la presión de grupo.

Considera el escenario sobre Alex. Ella tiene muy pocos amigos. Ella es muy tímida y no sabe cómo hacer amigos.

1. ¿Cuáles son algunas formas nuevas en que Alex puede hacer nuevos amigos?
2. ¿Cómo podría Alex unirse a una conversación con sus compañeros de clase?
3. Menciona 2-3 formas en las que podrías fortalecer una amistad que tengas

Responde las siguientes preguntas en función de lo que ves y escuchas en el [Video 2](#)

1. ¿Cuál crees que es una relación saludable?
2. ¿Cómo equilibras tus amistades y relaciones mientras practicas el distanciamiento social?



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

Construyendo relaciones saludables

Esto puede ser complicado mientras se practica el distanciamiento social, pero es aún más importante que lo habitual cuidar nuestras relaciones durante este tiempo. Para esta actividad, queremos que contactes, conectes y reflexiones (¡como escuchaste en el video!) para que puedas practicar la construcción de relaciones saludables.

CONTACTA: Contacta a un amigo o familiar. ¡Envíale un mensaje de texto, correo electrónico o llama por teléfono a alguien con quien desees ponerte al día! Escribe a continuación tu plan para registrarte con un amigo o familiar:

- ¿Quién?
- ¿Cuándo?
- ¿Cómo?

CONÉCTATE: Conéctate con alguien a quien Te gustaría conocer un poco mejor. Escribe a continuación tu plan para conectarte con esta persona y sobre desees hablar con él/ella.

- ¿Quién?
- ¿Cuándo?
- ¿Cómo?
- ¿Qué les podrías preguntar o de qué podrían hablar?

REFLEXIONA: ¿Cómo podrías mejorar y convertirte en un mejor amigo? Menciona algunas cosas específicas que podrías hacer para crecer como amigo. Haz un plan sobre cómo / cuándo trabajarás en estas cosas esta semana. ¡Escribe tu plan a continuación!



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

Juega un juego con un amigo: desafío virtual

Jugar con amigos es una excelente manera de construir relaciones positivas. Aunque jugar puede ser un poco diferente ahora, hay muchos juegos que puedes jugar virtualmente con un amigo.

¡A continuación hay 5 juegos que puedes jugar virtualmente con uno o más amigos! **Te retamos a que te comuniques con alguien esta semana y encuentres un tiempo para jugar al menos uno de los siguientes juegos de manera virtual. ¡Puntos extras si juegas todos!** Haz clic en el título del juego para ir directamente a las instrucciones del juego sobre cómo jugar virtualmente.

<i>Nombre del juego</i>	<i># de jugadores</i>	<i>¿Dónde jugar</i>
<u>¿Qué cambió?</u>	2+	Video
<u>Charades</u> (Charadas/Mimicas)	2+	Video
<u>Seven (Siete)</u>	2+	Video o teléfono
<u>Esta es mi nariz</u>	2+	Video
<u>Did Ya Ever? (Alguna vez haz?)</u>	2+	Video o teléfono



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

¿Qué cambió?

Configuración

- Juega piedra, papel, tijeras (Rock, Paper, Scissors) para ver quién jugará cada rol (jugador congelado o adivinador).

Cómo jugar

- El jugador congelado se parará en una postura congelada a la vista de la cámara y el adivinador memorizará cómo están posicionados.
- Luego, el adivinador se da vuelta y el jugador congelado cambia una cosa sobre su postura o apariencia.
- Cuando este listo, los adivinadores se dan la vuelta.
- Si esa persona acierta, intercambia lugares con el jugador congelado.
- Si juegas con solo 2 jugadores, puedes hacer que el jugador congelado realice más de 1 cambio en su posición o apariencia y le dé al adivinador una cantidad de tiempo determinada para adivinar cada cambio. Una vez que se acabe el tiempo, haz que los jugadores cambien de roles.
- Si tienes más de 2 jugadores, puedes elegir cuántos jugadores congelados y cuántos adivinadores hay.
- Asegúrate de que cualquier cambio en la pose o apariencia de un jugador congelado pueda verse dentro del marco de la cámara.

Variación del juego!

- En lugar de usar jugadores congelados, puedes jugar lo que ha cambiado en tu casa. *Asegúrate de preguntarle a tus padres primero y encuentra una habitación adecuada para jugar.*



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

Charadas/Mimicas

Antes de comenzar

- Haz que cada jugador cree una lista de palabras que quiera representar.

Configuración

- Identifica un espacio que permita amplios movimientos.

Cómo jugar

- Haz que los jugadores usen piedra, papel o tijera para decidir quién irá primero.
- Establece un temporizador en tu reloj o teléfono y haz que el jugador comience a actuar mientras los otros jugadores tratan de adivinar. Una vez que el temporizador haya terminado, cuenta cuántas palabras se adivinaron correctamente. Esa es la puntuación del actor!
- Haz que otro jugador comience a actuar su lista.
- ¡Ve qué actor puede obtener la puntuación más alta (palabras adivinadas) en una ronda!

Variaciones del juego

- Si un "actor" omite una palabra o frase, todo su equipo tiene que hacer 5 saltos (o cualquier ejercicio que sea seguro) antes del turno del siguiente equipo / jugador.



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

Siete

Antes de comenzar

- Elige un jugador para comenzar el juego (¡o elige el orden si está jugando con más de 2 jugadores!)

Cómo jugar

- El objetivo del juego es trabajar juntos como un grupo y contar hasta 7.
- Comenzando con el número 1, ve alrededor del grupo y cuenta hasta 7 haciendo que cada persona diga un número.
- Cuando llegues a 7 deja de contar. A la siguiente persona en el círculo se le ocurrirá un sonido o acción para reemplazar uno de los números entre 1 y 7.
 - Por ejemplo, en lugar de decir el número 3 haz el sonido de una vaca, o en lugar del número 5, salta .
- Cuando el grupo conozca la nueva regla, comienza a contar nuevamente desde 1.
- Cuando se trata del número para el que se creó una regla, haz el sonido o realiza la acción en lugar de decir ese número.
- Si alguien olvida el sonido o la acción de un número digan "buen trabajo, buen intento" y el grupo comienza de nuevo desde 1.
- Cada vez que lleguen a 7 sin cometer un error, agreguen otra regla (cada nueva regla se agrega a sus reglas actuales, y no reemplazan las reglas que ya tenían).

Ideas de desafío

- ¿Puede su grupo establecer una regla para cada número?
- Intenta jugar con más números que siete (10, 15 o 20). ¿Cuántas reglas puede recordar el grupo?

Variaciones del juego

- Para un toque divertido, si alguien se ríe o se equivoca, haz que le de una vuelta al grupo antes de continuar.



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

Esta es mi nariz

Configuración

- Identifica quién será el líder de la primera ronda

Cómo jugar

- El líder llama el nombre de otro jugador y señala su codo y dice: "Esta es mi nariz".
- El jugador debe señalar su nariz y decir: "Este es mi codo".
- El líder llama el nombre de otro jugador, señala a otra parte del cuerpo y lo nombra mal.
- Para moverse fuera del medio, la persona central debe hacer que un jugador en el círculo se equivoque y diga o señale la parte incorrecta del cuerpo.
- Cuando esto sucede, intercambien lugares.
- Si juegas con solo dos jugadores, ve cuántas veces seguidas puede ir un jugador sin cometer un error. ¡Entonces cambia de lugar!

Ideas desafiantes

- Juega mientras estás parado sobre una pierna!
- Haz una consecuencia (5 saltos) cuando cometes un error.



Desarrollo de liderazgo virtual

Lecciones semanales de liderazgo para estudiantes de 4to y 5to grado

¿Alguna vez haz?

Set Up

- ¿Alguna vez haz? es un juego de palabras que se puede jugar en cualquier lugar, ¡incluso virtualmente!
- ¡Decide quién irá primero!

Cómo jugar

- El objetivo del juego es crear historias tontas y ridículas, una palabra a la vez.
- Una persona comienza el juego diciendo "¿Alguna vez haz?"
- La siguiente persona dice una palabra para continuar la oración.
- La siguiente persona dice la siguiente palabra y así sucesivamente ... ¡
- Sigue agregando palabras a la historia y mira a dónde va! Cualquiera puede comenzar una nueva historia diciendo "¿Alguna vez haz?"

Variaciones del juego

- Permite que cualquiera agregue a la historia en lugar de ir en orden.