**Nom de l’activitat: XXX**

|  |  |
| --- | --- |
| **Resum** | Cadascú farà una valoració de la resta per escrit. Després farem una posada en comú. |
| **Tipologia** | x Activitat interior □ Activitat exterior □ Transversal □ Dinàmica □Altres |
| **Branca** | □ Colònia □ Estol □ Secció x Unitat □ Clan □ Consell □ Famílies  |
| **Durada** | 120 min | **Horari programat** | 24/03/2024 a les 19:00 h |
| **Participants** | 10 | **Espai** | Indiferent |
| **Material** | * Sobres
* Papers
* Bolis
 |
| **Objectius** | * Avançar en el progrés personal.
* Obrir-se en qüestions relacionades en com se senten amb elles mateixes i amb les persones amb qui es relacionen.
 |
| **Desenvolupament de l’activitat** | Cadascú decora el sobre d’una altra persona i li posa el nom. Es col·loquen totes en rotllana, amb espai suficient entre una i l’altra. Un cop ho tinguem, els donarem un temps perquè escriguin coses positives i coses a millorar a la resta de persones. A poc a poc s’aniran aixecant i posant aquestes coses al sobre de les altres. Per cada idea ha d’haver-hi un paper. A l’altra banda del paper han de posar a quina dimensió del creixement personal està vinculat. Recordo que les dimensions són:* **Pista del Turó (desenvolupament intel·lectual):** Les accions plantejades van destinades a ampliar els coneixements i habilitats. En aquesta àrea se cerca informació que permet conèixer millor el món que t’envolta, analitzar-la des d’un vessant crític i extreure’n conclusions i opinions. S’aprèn, a més, a contrastar fonts, evitant estereotips socials.
* **Pista de la Vall (desenvolupament social):** En aquesta pista les accions van destinades a mantenir canals de comunicació, treball i convivència òptims amb les persones de l’entorn: amistats, famílies, companyes i altres vincles. Així, les accions es destinen a millorar el treball en grup i el compromís amb la teva Unitat, comprometent-se amb els projectes tirats endavant.
* **Pista del Camí (desenvolupament físic):** Les accions marcades estan destinades a cuidar el cos, ja sigui per mitjà de l’activitat física, la higiene, l’alimentació o la salut. Així, es treballen els hàbits saludables i es coordinen les accions amb les necessitats del cos i els ritmes naturals. Tot plegat implica establir rutines saludables.
* **Pista del Pont (desenvolupament afectiu):** Les accions ideades es destinen a ser capaç de reconèixer i acceptar les emocions i sentiments propis i aliens. Així, la jove ha de ser capaç d’entendre com totes aquestes emocions influeixen en les altres persones. Dins d’aquesta pista s’inclou la cura de les persones més properes. Finalment, es treballa la diversitat de cossos, gèneres i orientacions sexuals, així com la sexualitat, el desig, els límits, el consentiment i les relacions sanes.
* **Pista de la Tartera (desenvolupament del caràcter):** En aquesta pista les accions han d’anar encarades a descobrir les seves aptituds, interessos i limitacions amb una actitud positiva. A més, s’han d’emprendre accions per a aconseguir una coherència entre els principis, ideals o creences, els pensaments i les accions, tot sent capaç de valorar la informació que arriba. Finalment, en aquesta pista es treballa el sentiment de pertinença i la cohesió del grup.

Després, cadascú farà cinc piles amb les coses que hagi rebut, segons la pista a la qual correspon. Cadascú ho llegirà i farem rotllana. Tothom explicarà què ha rebut. Després tenim un lloc per fer progrés en l'àmbit personal. |

****