Segundo Taller Vacacional SED – Programa Jóvenes Embajadores del Bilingüismo

Taller: *Fitness and Wellbeing*

Descripción: Este taller está enfocado en ver el liderazgo desde el ángulo del bienestar y el *fitness*, temas que son esenciales para el programa SED Jóvenes Embajadores. Con ello se pretende activar otras habilidades blandas y para el siglo XXI, fortaleciendo el rol de los estudiantes como líderes a través de la comunicación efectiva y la promoción de un estilo de vida saludable.

Objetivos:

- Aprender actividades que sean útiles fuera y dentro del espacio de clase para aumentar la concentración.
- Desarrollar estrategias para gestionar las emociones
- Usar adjetivos para describir partes del cuerpo, movimientos, y mandalas.
- Fortalecer habilidades globales como liderazgo, creatividad, trabajo en equipo, y pensamiento crítico.

1. **Detalles de la logística**

- **Plataforma:** Zoom Pro y YouTube

Nivel básico (A1): https://zoom.us/j/98310867134
Nivel intermedio (A2): https://zoom.us/j/94516869847
Nivel avanzado (B1 + B2): https://zoom.us/j/95239489925

Streaming: El streaming de YouTube se hará con un sólo nivel, el más inferior (A1) con el fin de dar cobertura a todos los estudiantes que no se logren conectar a las sesiones de zoom. El enlace de conexión es:
https://youtube.com/live/vyt441rjxVs?feature=share

- **Convocatoria de Estudiantes**: Los estudiantes serán convocados mediante correo electrónico y mensajes vía WhatsApp, considerando que están en vacaciones. De igual manera se enviaron notificaciones y recordatorios por parte de los profesores directamente mientras estuvieron en clase.

- **Número de Estudiantes Esperados: 900** estudiantes conectados a las sesiones en Zoom que corresponde al 60% de la población registrada actualmente en el programa. Para quienes no se puedan conectar a la sesión de Zoom, haremos un

streaming por YouTube del nivel básico con el fin de dar cobertura a los 1550 beneficiados del programa.

- **Registro de Asistencia:** La asistencia se registrará a través de un formulario de Google Forms que los estudiantes completarán al finalizar la sesión. Aquí pueden encontrarlo: https://forms.gle/8HzCL3muYLzLbNou5

- **Número de Docentes/Mediadores:** 3 docentes/mediadores, uno para cada sesión ofrecida por niveles. Adicionalmente, contaremos con una persona atenta al chat del streaming para ser resueltas en la sesión.

- **Estrategias para el Control de la Audiencia Masiva:** Utilización de salas de espera para admitir a los estudiantes de forma ordenada. Desactivación del micrófono de los participantes al entrar y activación cuando sea necesario para evitar interrupciones. División de los estudiantes en *breakout rooms* para actividades en grupos pequeños e interacción.

- **Gestión del Chat:** El chat estará activo y será gestionado por el mediador, quien se encargará de responder preguntas y moderar comentarios.

- **Actividades en Grupos:** Las actividades en grupos se realizarán mediante la función de *breakout rooms* de Zoom. Los estudiantes serán divididos en grupos de 10 personas cada uno. Para las personas conectadas al link de YouTube no habrá actividades grupales; ellos tendrán interacción escrita por medio del chat.de YouTube.

- **Consideración para Estudiantes Rurales:** Se enviará el link de YouTube a aquellos que tengan dificultades de conexión. Sin embargo, la sesión está pensada en dar cobertura a quienes tengan o no cámara, micrófono y/o la conectividad en vivo no sea la mejor.

2. **Descripción del Uso del Idioma**

- **Niveles de Uso del Idioma:** La sesión se llevará a cabo en español e inglés para los todos los niveles desde el A1 hasta el B2. La PPT está completamente en inglés para dar input, pero se aclararán conceptos usando el español.

- Se contempla dividir la población en niveles Básico, Intermedio y Avanzado para mejorar la comunicación entre pares. No obstante, los estudiantes son libres de escoger el nivel al que quieran ingresar. Recordar, que hay un límite de aforo establecido por defecto por la plataforma Zoom (300 estudiantes).

3. **Detalle del Desarrollo de las Actividades**

I**nstrucciones a los Docentes:** Cada diapositiva de la PPT incluye instrucciones específicas para los docentes; sin embargo, se presentan a continuación de manera generalizada. Es importante recordar que a la sesión se debe llevar a cabo en español e inglés teniendo en cuenta la diversidad de niveles de la población asistente.

- **Actividad 1**: Introducción (10 minutos)
    - Propósito: Presentar el tema, los mediadores y los objetivos de la sesión.
    - Metodología: El mediador hará una breve introducción utilizando la tercera diapositiva de la PPT y recogiendo algunas ideas de parte de la audiencia a modo competencia de reconocimiento de los contextos sociales.
    - Diapositivas utilizadas: 1, 2 y 3

- **Actividad 2**: Trabajo en equipo por parte de los estudiantes para recordar o aprender vocabulario sobre partes del cuerpo y movimientos. (20 minutos)
    - Metodología: Los estudiantes irán a BO rooms, usarán un link de wordwall, abrirán las opciones y mostrarán que parte de su cuerpo es o harán la demostración del movimiento. Aquellos que no tengan acceso a cámara o micrófono podran siempre usar el chat.
    - Diapositivas utilizadas: 4

- **Actividad 3**: Uso del Vocabulario aprendido (20 minutos)
    - Propósito: Demostrar liderazgo y seguimiento de instrucciones
    - Metodología: Cada integrante del grupo deberá tomar turnos para ser el o la líder que ejecutará una acción y velará por que todos la sigan. Si el participante no tiene cámara puede usar el chat para describir la acción que ve, o indicarle a sus compañeros. Adicionalmente, se ofrecen preguntas para ser discutidas y que conecten la actividad con el liderazgo
    - Diapositivas utilizadas: 5 y 6

- **Actividad 4**: Cosmic Yoga. (20 minutos)
    - Propósito: Aprender posturas que les ayuden a relajar tanto fisica como mentalmente.
    - Metodología: Los estudiantes, seguirán un video de Youtube enfocado en niñez que les permita estirarse, relajarse y ser conscientes de sí mismos.

- Diapositivas utilizadas: 7 y 8

- **Actividad 5**: Bienestar Mental (20 minutos)
  - Propósito: A través de pequeñas discusiones y el colorear un mandala, los estudiantes podrán expresar sus emociones y explicar lo que puede representar esta actividad en un momento de liderazgo.
  - Metodología: En grupos discutirán preguntas contextuales sobre mandalas y su liderazgo. Adicionalmente, como grupo pintarán un mandala.
  - Diapositivas utilizadas: 9, 10 y 11

- **Actividad 6**: Retroalimentación de la sesión (5 minutos)
  - Propósito: Conocer la opinión y perspectiva de los estudiantes mediante un sistema simple de puntuación y con un espacio para PQRSF. El link es el mismo presentado anteriormente en la sesión para la asistencia con el fin de no llenar a los estudiantes de tantos links.
  - Metodología: Los mediadores a través del chat de Zoom enviarán un link para rellenar el formulario. Igualmente, se proveerá un código QR el cual es fácilmente escaneable por los estudiantes.
  - Diapositivas utilizadas: 12

- **Actividad 7**: Cierre del taller e invitación al próximo (5 minutos)
  - Propósito: Concluir los contenidos del taller ofreciendo la visión del mediador en este caso e invitar a que hagan parte de los dos talleres adicionales de vacaciones.
  - Metodología: Los mediadores relatarán su experiencia, darán retroalimentación de la participación del taller e invitarán a las siguientes sesiones de los miércoles.
  - Diapositivas utilizadas: 13

4. **Grabación de la Sesión**

Provisión de Enlace: La sesión será grabada y se compartirá el enlace de la grabación con aquellos que no puedan asistir o tengan problemas de conectividad mientras el taller se esté llevando a cabo.

Referencias

Global skills
https://teachingenglishwithoxford.oup.com/2019/11/04/empowered-21stcentury-learners/

Leadership and Education
https://www.unesco.org/gem-report/en/leadership

Leadership and Wellbeing
https://www.ccl.org/articles/leading-effectively-articles/create-better-culture-the-keys-to-wellbeing-and-leadership/

Leadership Fitness
https://www.harvardbusiness.org/leadership-fitness-four-capacities-leaders-must-develop/

How can sport help youth well-being?
https://pjp-eu.coe.int/en/web/coyote-magazine/how-can-sport-help-youth-well-being-

How to develop young physical activity leaders? A Delphi study
https://www.researchgate.net/publication/374310614_How_to_develop_young_physical_activity_leaders_A_Delphi_study