PROPÓSITO:

Promover las actividades recreativas como la herramienta para el desarrollo de cualidades motoras y como medio para promover la sana convivencia

MOTIVACIÓN:

MOTIVACION:

Estimados estudiantes, en la siguiente guía va a encontrar actividades que se van a realizar durante las próximas dos semanas, dentro de la misma van a encontrar los textos o contenidos con el fin de apoyar el desarrollo de la misma y favorecer la comprensión del tema.

- Que observas en la imagen
- Que movimientos se están ejecutando

EXPLICACIÓN:

EL JUEGO

El juego es, además de una actividad natural consustancial al desarrollo de procesos psicológicos básicos, una actividad educativa de enculturación social. En los juegos se aprende, como afirmaba Sutton Smith en 1980 lo más ambiguo y lo más precioso de la naturaleza humana: el ser y la posibilidad del no-ser.

Diferencia entre juego y deporte

Sintetizando, se puede definir deporte y diferenciarlo del juego como sigue:[*cita requerida*]

El deporte es un conjunto de situaciones motrices e intelectuales, diferenciado del juego en el hecho de que busca la competición con otros o consigo mismo, y que precisa reglas más concretas, además de estar institucionalizado

Según Moreno Palos los juegos se pueden clasificar así

- De locomoción: carreras, saltos, equilibrios.
- De lanzamiento a distancia: a mano, con otros elementos propulsivos.
- De lanzamiento de precisión: bolos, discos, monedas...
- De pelota y balón: baloncesto, fútbol.
- De lucha: lucha, esgrima.
- De fuerza: de levantamiento, transporte, de tracción y empuje...

Tipos de juegos

Juego simbólico

Entre los 2-7 años. Estadio preoperacional. Consiste en simular situaciones reales o imaginarias, creando o imitando personajes que no están presentes en el momento del juego. Los beneficios del juego simbólico son:

- Comprensión y asimilación el entorno.
- Aprendizaje de roles establecidos en la sociedad adulta.
- Desarrollo del lenguaje.
- Desarrollo de la imaginación y la creatividad.

JUEGOS COLECTIVOS

Los deportes **colectivos** son aquellos en los que existe cooperación entre dos o más compañeros y oposición a los deportistas contrarios, realizando una participación simultánea o alternativa de los jugadores, pudiendo compartir un espacio común y utilizar un objeto móvil. ... Se oponen a otros jugadores.

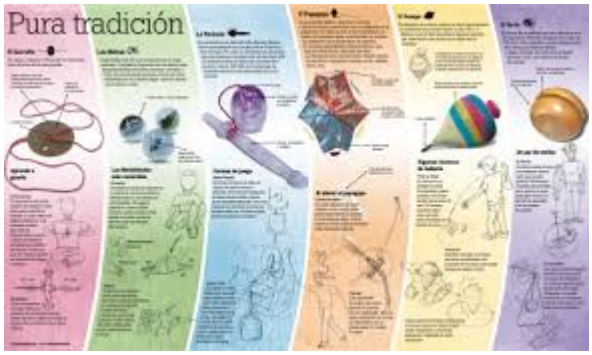
LOS JUEGOS EN LA EDUCACION FISICA

https://imgv2-2-f.scribdassets.com/img/document/397889445/original/feef58b7fe/1628478085?v=1

Juegos de carrera

Una carrera es una competición de velocidad, en la que los competidores tienen que completar un determinado trayecto o distancia empleando para ello el menor tiempo posible, o bien recorrer el mayor trayecto posible en cierto tiempo fijo.

Juegos populares



lo juegos populares están muy ligados a las actividades del pueblo llano, y a lo largo del tiempo han pasado de padres a hijos. De la mayoría de ellos no se conoce el origen: simplemente nacieron de la necesidad que tiene el hombre de jugar, es decir, se trata de actividades espontáneas, creativas y muy motivadoras.

Su reglamento es muy variable, y puede cambiar de una zona geográfica a otra con facilidad; incluso pueden ser conocidos con nombres diferentes según donde se practique.

Los juegos populares suelen tener pocas reglas y normalmente sencillas, y en ellos se utiliza todo tipo de materiales, sin que tengan que ser específicos del propio juego. Todos ellos tienen sus objetivos y un modo determinado de llevarlos a cabo: perseguir, lanzar un objeto a un sitio determinado, conquistar un territorio, conservar o ganar un objeto, etc. Su práctica no tiene una trascendencia más allá del propio juego, no está institucionalizado, y el gran objetivo del mismo es divertirse.

Juegos tradicionales

Son juegos más solemnes que también han sido transmitidos de generación en generación, pero su origen se remonta a tiempos muy lejanos.

No solamente han pasado de padres a hijos, sino que en su conservación y divulgación han tenido que ver mucho las instituciones y entidades que se han preocupado de que no se perdieran con el paso del tiempo. Están muy ligados a la historia, cultura y tradiciones de un país, un territorio o una nación. Sus reglamentos son similares, independientemente de donde se desarrollen.

Juegos tradicionales:

son aquellos juegos típicos de una región o país, que se realizan sin la ayuda o intervención de juguetes tecnológicamente complicados, solo es necesario el empleo de su propio cuerpo o de recursos que se pueden obtener fácilmente de la naturaleza (piedras, ramas, tierra, flores, etc.), u ...

El material de los juegos es específico de los mismos, y está muy ligado a la zona, a las costumbres e incluso a las clases de trabajo que se desarrollaban en el lugar..

Algunos de estos juegos tradicionales con el tiempo se convirtieron en deportes, denominados tradicionales, de modo que la popularidad que tienen entre los habitantes de un territorio o país compite con la popularidad de otros deportes convencionales. Algunos ejemplos: la petanca, el chito, los bolos, la rana, etc.

Juegos infantiles

Juego funcional o de ejercicio

Entre los 0-2 años. Son propios del estadio sensorio motor. Consisten en repetir acciones por el placer de obtener un resultado inmediato. Los beneficios del juego funcional son:

- Desarrollo sensorial
- Coordinación de los movimientos y los desplazamientos.
- Desarrollo del equilibrio estático y dinámico.
- Comprensión del mundo que rodea al bebe.
- Auto superación.
- Interacción social con el adulto de referencia.
- Coordinación óculo-manual.

Una modalidad de juego de ejercicio es el juego turbulento. Es un juego motor que consiste en carreras, saltos, persecuciones, luchas, etc.

Juegos infantiles exteriores

Los juegos infantiles exteriores se encuentran en parques o centros recreativos, estos juegos tienen la tarea de ser duraderos, divertidos, resistentes y sobre todo seguros debido al público al que van dirigidos, los cuales son niños menores de 10 años en su mayoría.

Estos existieron a partir de la necesidad de tener un entretenimiento más activo y seguro para los niños pequeños donde puedan entretener varios niños a la vez.

La mezcla de materiales es por lo general metal y plástico, pero dependiendo del diseño temático podría incluir otros materiales como madera, así como los colores que este pudiera contener.

Una de las ventajas más notables de estos juegos se encuentra:

- Interacción con otras personas de la misma edad que el niño
- Promueve la amistad con los demás niños.
- Demanda de mejoramiento de seguridad
- Cuidados y mantenimientos a parques más frecuentes
- Mayor número de personas en los parques

- **Juego de mesa**

Los juegos con tablero, que utilizan como herramienta central un tablero en donde se sigue el estado, los recursos y el progreso de los jugadores usan símbolos físicos. Muchos también implican dados o naipes. La mayoría de los juegos que simulan batallas son de tablero, y este puede representa un mapa en el cual se mueven de forma simbólica los contendientes. Algunos juegos, como el ajedrez y el go son enteramente deterministas, basados solamente en la estrategia. Los juegos infantiles se basan en gran parte en la suerte, como la Oca, en el que apenas se toman decisiones, mientras que el parchís (parqués en Colombia, ludo en Chile), es una mezcla de suerte y estrategia. El Trivial es aleatorio en tanto que depende de las preguntas que cada jugador consiga. Los juegos de mesa, son antiguos o tradicionales, pero son considerados de la nueva época o actuales debido a que han ido mejorando su diseño, complementaciones y características.

Recreación

La recreación se define como la acción y efecto de recrear, por lo tanto, hace referencia a crear o a producir de nuevo algo, también se refiere a divertir, alegrar, deleitar, en una búsqueda de distracción en medio del trabajo y de las obligaciones cotidianas.

La educación recreativa procura el empleo del tiempo libre en actividades lúdicas con un sentido no solo recreativo, sino de desarrollo colectivo e individual sano para los estudiantes..

Tipos de recreación

Recreación pasiva

Esta es una recreación que se basa en actividades poco o para nada físicas y más de contemplación. Este tipo de recreación ayuda a esparcir la mente, como distracción y a modo de relajación. Algunos ejemplos son mirar un paisaje como la puesta del sol, las estrellas, el mar y otros.

Recreación activa

Este es un tipo de recreación que implica una actividad física ya se individual o en su mayoría, de manera interactiva con otras personas. Esta recreación aparte de esparcir la mente, también ayuda a mantener la salud corporal por el ejercicio físico que conlleva.

Recreación ambiental

Esta recreación comprende todo tipo de actividad que se haga comprometer a sus participantes con el cuidado del medio ambiente.

Por lo general este tipo de actividades se planifican de tal manera que exista una preparación y un orden en el proceso. Se verifica con anterioridad cuales son los lugares en condiciones ecológicas desfavorables aptas para este tipo de jornadas.

Entre este tipo de recreación encontramos la siembra de árboles, el riego a las plantas, la recogida de basura. También se encuentran las charlas para crear conciencia y otras actividades en el mismo contexto ambiental.

Recreación comunitaria

En esta recreación se llevan a cabo actividades dentro de un sector, en donde sus habitantes desarrollan la integración con los demás. Este tipo de actividades son muy importantes pues acerca a las personas de un mismo entorno. Es en la comunidad donde viven y pasan la mayoría de tiempo, por lo cual es bueno tener armonía entre todos.Estas actividades son normalmente propuestas por algún grupo organizativo dentro de la misma comunidad, y pueden comprender cenas, almuerzos, juegos, y demás.

Recreación cultural

La recreación cultural es aquella que integra en sí, actividades que aporten al desarrollo cultural y promueva el movimiento artístico. Entre estas actividades podemos encontrar obras de teatro, películas, el baile, conciertos musicales y otros.

Recreación deportiva

Este tipo de recreación conjuga actividades deportivas que no necesariamente se realicen con fines competitivos o profesionales. Es una recreación de ocio, de integración, que ayuda tanto a despejar la mente como a mantener el cuerpo activo y en buenas condiciones físicas.

Es un

EJERCICIOS:

ACTIVIDAD

- Realiza un esquema conceptual de tema
- Describe el juego:

    El yoyo
    El ludo
    La yermis
    Policías y ladrones

- Realiza un mapa mental de los tipos de recreacion
- Escribe las caracteristicas y beneficios de la recreacion en un cuadro sinóptico
- Dibuja el tablero y ubica las fichas
- Escribe las reglas del juego de damas

EVALUACIÓN:

Se evalua la actividad propuesta en clase

BIBLIOGRAFÍA: