



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA NÚCLEO ESCOLAR “EL GUADUAL”**  
**ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**  
**EDUCACIÓN NO PRESENCIAL**



**Fecha:** Mayo del 2020

**Grado:** 10°

**SESIÓN 3**

**Unidad de aprendizaje:** Fundamentos básicos sobre recreación dirigida.

**Desempeño:** Conoce y aplica los aspectos teóricos de la recreación.

**Resultado de aprendizaje:** Desarrolla y diferencia actividades de tipo recreativo, lúdico, deportivo, etc.

**Pregunta problematizadora:** ¿Cómo contribuye el juego en mi formación?

**Transversalidad inglés:** Jugar=play reir=laugh cantar=sing familia=family

**D.B.A y/o estándar:** Aplica en su comunidad los conocimientos de recreación, deportes y uso del tiempo libre.

**INTRODUCCIÓN**

El actual momento por el que las familias colombianas están atravesando de cuarentena o permanencia en casa, demanda la realización de una serie de actividades de esparcimiento que contribuya a su integración y entretenimiento. Por lo anterior es necesaria la implementación de estrategias tales como juegos, concursos, competencias, con lo cual podamos generar un ambiente entretenido en familia.



**PARA RECORDAR**

**Lúdica:** etimológicamente la lúdica, viene del francés “*ludique*”, “*ludicer*”, “*ludicrus*”, que hace referencia al juego; del latín “*ludus*” que lo aplica al acto lúdico; en castellano se emplea el término lúdico o lúdica para designar el acto libre y voluntariado que elude la seriedad de la vida y que no busca una finalidad creativa, sino que tiene un fin en ella misma, de allí que el acto lúdico es referido a esa actitud o postura trascendente que tiene el ser humano frente a los fenómenos de la vida. Es un acto integral, es una unidad de ser, es el hombre mismo, que juega, que integra la familia y que construye sociedad.

*Tomado de: Dimensión lúdica en la vida del ser humano.*

*Rosa Elena Perez Atehortua “Rossy”*

## IDENTIFIQUE EL DEPORTISTA



Nombre:

Deporte:



Nombre:

Deporte:



Nombre:

Deporte:



Nombre:

Deporte:



Nombre:

Deporte:



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA NÚCLEO ESCOLAR "EL GUADUAL"**  
**ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**  
**EDUCACIÓN NO PRESENCIAL**



**ACTIVIDAD: SOPA DE LETRAS**

**DESCRIPCIÓN:** ENCONTRAR LOS NOMBRES DE LOS EQUIPOS DE FUTBOL PROFESIONAL COLOMBIANO QUE SE ENCUENTRAN RELACIONADOS EN LA PARTE INFERIOR DE LA HOJA.

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| M | I | L | L | O | N | A | R | I | O | S | R | B | Q | H |
| I | P | A | T | R | I | O | T | A | S | V | D | O | I | H |
| F | I | N | J | A | G | U | A | R | E | S | D | N | E | D |
| E | J | U | N | I | O | R | P | A | S | T | O | C | V | H |
| N | A | D | A | T | Q | K | M | P | H | K | S | E | T | Z |
| V | N | A | C | I | O | N | A | L | S | V | L | C | J | M |
| I | C | A | L | I | O | K | J | S | A | N | T | A | F | E |
| G | A | R | Y | K | S | E | K | A | G | O | R | L | C | D |
| A | K | G | G | L | P | A | Q | K | G | D | Y | D | Z | E |
| D | U | O | P | S | F | X | M | U | C | U | J | A | D | L |
| O | P | H | G | E | X | R | U | E | I | S | I | S | F | L |
| Z | E | H | M | J | X | O | X | U | R | D | N | L | V | I |
| T | O | L | I | M | A | P | U | P | B | I | A | E | A | N |
| U | P | O | T | J | F | K | O | M | X | M | C | D | K | S |
| B | U | C | A | R | A | M | A | N | G | A | T | A | F | U |

NACIONAL  
CALI  
TOLIMA  
BUCARAMANGA  
ENVIGADO

AMERICA  
MEDELLIN  
ONCE CALDAS  
EQUIDAD  
JAGUARES  
SANTAFE

MILLONARIOS  
JUNIOR  
PASTO  
PATRIOTAS  
AGUILAS



## MOMENTOS DE OCIO FAMILIAR



El disfrutar en familia de momentos de esparcimiento que contribuya al mejoramiento de las relaciones de sus integrantes al igual que la comunicación mediante la realización de juegos compartidos.



## JUEGOS, CONCURSOS Y COMPETENCIAS

De los juegos ya relacionados en clase, adaptaremos algunos a manera de ejemplo para realizar en casa en compañía de mis seres queridos.

**Juegos:** Juegos de mesa, juego de parques, dominó, ajedrez, lotería, monopolio, bingo, etc.

**Concursos:** karaoke, stop, adivinanzas, esconder objetos, encontrar palabras en el diccionario, encontrar nombre de poblaciones en el mapa, imitaciones disfraces, trabalenguas, triqui.

**Competencias:** Salto de soga, la 21, volar avión, la gallina ciega, encestar bolas de papel, etc.

### GLOSARIO

**OCIO:** Comúnmente se llama ocio al tiempo libre que se dedica a actividades que no son ni trabajo ni tareas domésticas, y que pueden ser consideradas como recreativas. Es un tiempo recreativo que se usa a discreción. Es diferente al tiempo dedicado a actividades obligatorias o esenciales, como comer, dormir, hacer tareas vinculadas a cierta necesidad, etc.

**RECREACIÓN:** el termino recreación se aplica a divertir, entretener o alegrar, a un determinado grupo de personas por medio de actividades que distraen de las obligaciones cotidianas. La recreación por lo tanto es una actividad que se puede considerar terapia para el cuerpo y la mente, aunque el ocio es relajación, pueden estar relacionados.

**TALENTO:** El talento, como aptitud, es la capacidad para desempeñar o ejercer una actividad. Está vinculada a la aptitud o la inteligencia. Se trata de la capacidad para ejercer una cierta ocupación o para desempeñar una actividad. El talento suele estar asociado a la habilidad innata y a la creación.

**HABILIDAD:** Habilidad deriva del latín “*habilitatis*” que indica la cualidad de hábil. Hábil, a su vez, tiene su origen en el latín “*habilis*” cuyo significado inicial se refería a las competencias que alguien puede adquirir. Luego, el significado evolucionó para significar una persona con diversas capacidades.

### EVALUACIÓN

- Mencione y explique un juego de mesa practicado compartido en familia.
- Realizar juegos, concursos, competencias y disfrutar en unión familiar. En no más de una hoja comentar la experiencia.

### BIBLIOGRAFÍA

Alternativa curricular de educación física-USCO.