



Ministerio  
del Poder Popular  
para la Educación  
Inclusión y Calidad



## Educación Media General

Viernes 06 de Noviembre 2020

Docentes: Vanessa Urrieta.

4to Año "A - B"

### Área de formación: Educación física.

#### Tema Indispensable

Actividad física, deporte y recreación.

#### Tema Generador

Actividades deportivas y recreativas en diferentes ambientes (escuela, comunidad y en la naturaleza)

#### Referentes Teóricos-Prácticos

Bases de planificación y organización de actividades grupales.

#### Desarrollo del Tema



### ¿Que son juegos pre-deportivo?

Son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, lanzamientos, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como preparación para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos.



Ministerio  
del Poder Popular  
para la Educación  
Inclusión y Calidad



*Educación Media General*

## **¿Que es una disciplina deportiva?**

Es capacidad que puede ser desarrollada por cualquier ser humano y que implica, para toda circunstancia u ocasión, la puesta en práctica de una actuación ordenada y perseverante, en orden a obtener un bien o fin determinado.

### **Tipos de disciplinas deportivas.**

- Baloncesto.
- Fútbol sala.
- Voleibol.
- Tenis.
- Natación.
- Atletismo.
- Gimnasia.
- Fútbol Campo.
- Softbol.
- Ciclismo.

**Entre otros**

## **¿Que es una clase grupal?**

Es un proceso de interacción e influencia mutua en el que intervienen en interjuego dinámico, los miembros del grupo, el profesor, las actividades conjuntas, los métodos y técnicas grupales y los contenidos que se han de asimilar.

## **¿Que es una Organización grupal?**

Es un recurso didáctico que nos facilita lograr los objetivos propuestos y que favorece las actuaciones del profesor y de los alumnos. La organización



Ministerio  
del Poder Popular  
para la Educación  
Inclusión y Calidad



## Educación Media General

debe estructurarse teniendo en cuenta los objetivos, contenidos y las actividades de enseñanza-aprendizaje.

### **Estructura de una clase de educación física.**

1. Preparatoria, inicial o calentamiento: introduce la activación o preparación para el trabajo posterior.
2. Es la básica o principal actividad ejecutoria y comprende la realización de la mayoría de las tareas propuesta.
3. Parte final o vuelta a la calma: el profesor mediante tareas de intensidad decreciente, intentara retornar a los alumnos a la normalidad.

### **¿Que es un plan de acción?**

Es una herramienta de planificación empleada para la gestión y control de tareas o proyectos. Como tal, funciona como una hoja de ruta que establece la manera en que se organizará, orientará e implementará el conjunto de tareas necesarias para la consecución de objetivos y metas.



- Elaborar un plan de acción en grupos de 3 personas, referente a los juegos pre-deportivos, utilizando como tema central la recreación, con un tiempo determinado de 1 hora, el cual deben administrar en las diferentes fase. **(20 puntos)**



Ministerio  
del Poder Popular  
para la Educación  
Inclusión y Calidad



*Educación Media General*

Plan de acción					
Fase	Participante	Disciplina/contenido	Actividad	Material	Tiempo
I					
II					
III					
Propósito de la clase					

Este formato es un ejemplo, también pueden realizar el plan de acción de forma vertical, siguiendo el orden del formato horizontal.

### Pasos a seguir:

#### Primera fase (I):

- **Participante:** Colocar el nombre del estudiante encargado en la primera (I) fase.
- **Disciplina y contenido:** Colocar el nombre del calentamiento a utilizar (acondicionamiento neuro o elongación muscular).
- **Actividad:** Plasmar en orden el tipo de calentamiento (descendente o ascendente), que se va aplicar antes de la segunda (II) fase.
- **Material:** Colocar el material que se va a utilizar para el calentamiento.
- **Tiempo:** Consiste en la duración que debe tener la ejecución de un calentamiento.

#### Segunda fase (II):

- **Participante:** Colocar el nombre del estudiante encargado en la segunda (II) fase.



Ministerio  
del Poder Popular  
para la Educación  
Inclusión y Calidad



## Educación Media General

- **Disciplina y contenido:** Colocar la disciplina deportiva (Atletismo, gimnasia, fútbol) seguido con el contenido de esa disciplina. Ejemplo: Atletismo (salto largo).
- **Actividad:** Describir un juego pre-deportivo relacionado al contenido.
- **Material:** Colocar el material que se va a utilizar para realizar el juego pre-deportivo.
- **Tiempo:** Consiste en la duración que debe tener la ejecución del juego pre-deportivo.

### Tercera fase (III):

- **Participante:** Colocar el nombre del estudiante encargado en la tercera (III) fase.
- **Disciplina y contenido:** Colocar el nombre de la actividad, (movimientos de relajación o preguntas y respuesta).
- **Actividad:** Plasmar una actividad de relajación (vuelta a la calma) o preguntas, a cerca del juego pre-deportivo de la II fase, que serán dirigidas a los estudiantes.
- **Material:** Colocar el material que se va a utilizar para finalizar la clase.
- **Tiempo:** Consiste en la duración que debe tener una actividad de relajación, o las preguntas y respuestas.



- La asignación tiene que ser enviada por correo.
- Enviar el documento en PDF (Informe).



Ministerio  
del Poder Popular  
para la Educación  
Inclusión y Calidad



## Educación Media General

- Identificar con nombre, apellido, año y sección el informe y el vídeo.
- La dinámica en grupo consiste en dividir la actividad, luego delegar a un estudiante, que se va a encargar de armar la información y enviarlo.

<https://www.ejemplos.co/14-ejemplos-de-juegos-predeportivos/>

<http://petitionedufisica.blogspot.com/2016/11/los-juegos-predeportivos.html>

**Correo:** vaneurrieta7@gmail.com

**Tlf:** (0416)1818173

**Fecha de entrega:** 09 al 18/11/2020

### HORARIO DE ATENCIÓN, REPRESENTANTES Y ESTUDIANTES:

De lunes a viernes: 8:30 a 11:30 am y de 2:00 a 5:00 pm

