



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

Lunes 31 de enero del 2022

2do año A

Docente Guía:

Jeslhor Brito

Proyecto de Aprendizaje

Título: Actividades recreativas como estrategia para fortalecer los vínculos familiares en tiempos de pandemia.

Tema Generador

La Recreación

Referentes Teóricos-Prácticos

Juego y recreación para el aprovechamiento del tiempo libre en tiempos de cuarentena.



Desarrollo del Tema



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

➤ *Orientación y convivencia*

Es el área de formación para la orientación y el acompañamiento de los y las estudiantes en su proceso educativo en un clima escolar de convivencia. Ambas están centradas en el desarrollo moral, de valores, motivación al logro, así como el desarrollo personal y social de nuestros estudiantes.

En este sentido, y de acuerdo a la realidad actual (tiempos de pandemia) en cual estamos llevando a cabo la educación (a distancia), se considera oportuno que los padres, representantes o responsables de los estudiantes deben trabajar de manera articulada con el docente guía para realizar la valoración en cuanto a esta área de formación.

➤ *La 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 recreación se basa en las actividades agradables que escogemos para realizar en el tiempo que está libre de obligaciones o compromisos y que nos ayudan a obtener desarrollo integral. Las personas obtienen beneficios emocionales, sociales, físicos, intelectuales y espirituales.

➤ *Beneficios de la recreación en tiempos de pandemia*



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Gran cantidad de estudios han identificado los beneficios que la recreación brinda y que mejoran la calidad de vida. Esas investigaciones han reportado que las personas mejoran su estado sociopsicológico, su satisfacción por la vida, se deprimen menos o se recuperan más rápidamente de la depresión, recobran el humor y el deseo de compartir con otros, mejoran la capacidad de atención, la concentración y los procesos de pensamiento, encuentran paz y tranquilidad, experimentan autorrealización y bienestar espiritual, mejoran o mantienen su condición física, controlan el peso, entre muchos otros beneficios.

La recreación es un factor protector para la salud personal y pública.

Estudios científicos afirman que, cuando se lleva a cabo una actividad nueva, donde todos cumplen un rol de importancia, es posible profundizar la unión familiar. Por lo tanto, al realizar diversas actividades para hacer en familia, estarás fortaleciendo los vínculos que te acercan con tus padres, abuelos, hermanos o hijos.

A veces, no nos damos cuenta, pero, cuando estamos en compañía de nuestros familiares, compartiendo historias, haciendo bromas o viendo una película; lo que estamos haciendo, en realidad, es crear recuerdos que permanecerán con nosotros para siempre.

Por ello, si fortalecemos nuestras relaciones familiares a través del juego tendremos experiencias amenas y divertidas que, con el tiempo, se convertirán en momentos reconfortantes. Entonces, ¿estás listo para descubrir las actividades para hacer en familia más entretenidas que puedes poner en práctica hoy mismo?

- *Actividades recreativas que puedes realizar en familia durante la pandemia:*

1. Juegos de mesa.
2. Cuentacuentos o taller de lectura.
3. Hacer ejercicio en familia.
4. Cocinar juntos
5. Hacer manualidades.
6. Organizar una sesión de fotos.
7. Karaoke.
8. Sembrar plantas o semillas.
9. Experimentos caseros.
10. Bailoterapias.

Entre otras actividades...



Actividades de Evaluación

Realizar y grabar una actividad deportiva-recreativa (Bailoterapia, rutina de entrenamiento, juegos de mesa, yincanas, excursiones, juegos pre-deportivos) donde participe el mayor número de integrantes de la familia.

Nota: También debes enviar 3 fotos de la actividad realizada.

Orientaciones Generales

- ✓ El estudiante debe identificar con nombre apellido, año y sección la actividad.
- ✓ La actividad debe ser enviada por whatsapp o correo electrónico.



Educación Media General



Ministerio
del Poder Popular
para la **Educación**
Inclusión y Calidad



- ✓ El video debe tener una duración mínima de 2 minutos y máxima de 3 minutos.
- ✓ El estudiante debe explicar brevemente la actividad al inicio del video.
- ✓ Cualquier duda e inquietud será aclarada por la docente guía.

Profesora Jeslhor Brito

Tlf: 04129487630

Correo: jeslhorcita@gmail.com