

Valor satelital: Responsabilidad

Tema: **Pensamiento critico**

Nombre de la Técnica:

Objetivo: Fomentar en los participantes el análisis crítico del desarrollo de cada una de las actividades realizadas o propuestas.

Descripción: Saludo de bienvenida, llamado de asistencia y explicación de la actividad.

Calentamiento: Los participantes se dividen por parejas. Cada pareja deberá tomar dos conos y un plato.

El ejercicio estimulara la atención y la coordinación de los participantes.

Los participantes colocaran en un punto centro el plato y a 5 metros de este colocaran cada uno un cono.

A la voz del formador los participantes deberán realizar el ejercicio indicado eje: elevación de talones. Y cuando el formador diga los siguientes números los participantes deberán realizar las siguientes acciones.

- 1- Correr hasta el plato y regresar
- 2- Correr hasta el plato y adquirir la posición de sentadillas.
- Tomarse la cabeza
- Tomarse las rodillas
- Tomarse los tobillos
- Gol el que coja primero el plato anotara.

Estiramiento: Realizar ejercicios de amplia movilidad articular tanto de extremidades inferiores, extremidades superiores y el tronco en el siguiente orden:

Abductores.

Isquiotibiales.

Cuádriceps.

Dorsal ancho.

Flexores de rodilla.

Extensores de rodilla.

Hombros y brazo.

Actividad 1

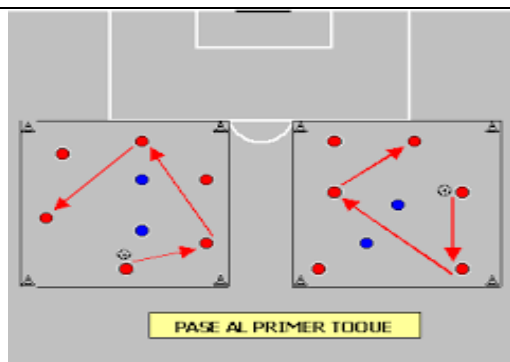
Se sub divide el campo de juego en varios cuadrados de 10 metros por 10 metros .de forma en cada cuadrado se ubiquen 4 participantes .e

Tarea 1- lanzar el balón con la mano 3 contra 1 sin dejarlo caer- si el que se encuentra en la mitad toca el balón saldrá y entrara otro participante-

Variante 1: devolver el balón con la cabeza.

Tarea 2- en el mismo cuadrado deberán jugar 3 contra 1 son el pie a dos jugadas paro y hago pase. Regla. No elevar el balón ni dejarlo salir del cuadro.

La comunicación entre cada uno de los grupos.

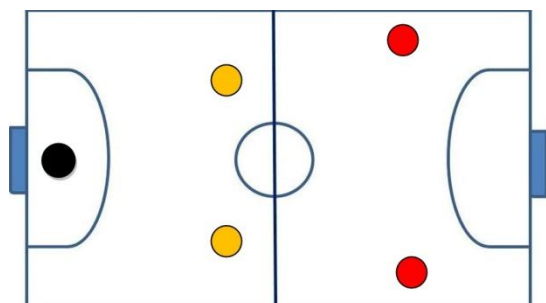


Hidratación y Reflexión de las actividades: durante 10 minutos los participantes hacen una pausa en la que se hidratarán y se realizan preguntas de lo realizado en esta parte de la actividad.

Actividad 2

Tarea 3 2 contra 2:

Dos participantes intentaran anotar mientras que otros dos defenderán evitando la anotación. Regla: a la pareja que le anoten deberá seguir defendiendo y la pareja que anote podrá seguir atacando.



Actividad 3

Partido recreativo “triangular”: se organizara 3 equipos de igual número de participantes donde jugaran durante 6 minutos. El equipo ganador seguirá en el campo y el que pierda saldrá y entrara el otro equipo. En caso de empate se definirá por t1 tiro penalti por cada equipo.

Retro alimentación: se realizaran preguntas de lo vivenciado durante el taller.

Firma de los participantes, entrega de refrigerios e invitación próxima sesión.

Normas:

- Escucha y participación activa
- Respeto por la experiencia y palabra del otro
- Responsabilidad y compromiso
- Trabajo en equipo
- Buena comunicación

se presento un accidente con dos de los participantes. El cual uno de ellos se vio afectado.

COMPETENCIAS CIUDADANAS Y HABILIDADES PARA LA VIDA		
(marca con una X la competencia y las habilidades a fortalecer con la técnica central)		
Cognitivas	Manejo de las Emociones	Sociales o interpersonales
Conocimiento de sí mismo	Manejo Emociones y sentimientos x	Comunicación Asertiva x
Toma de decisiones x		Relaciones interpersonales x
Solución de conflictos		
Pensamiento crítico x	Manejo de tensiones y estrés x	Empatía
Preguntas Reflexivas: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el pensamiento crítico? • ¿par que nos sirve esta habilidad? • ¿Qué elementos son necesarios para realizar un buen análisis? • ¿Qué fin tiene las actividades tanto en lo deportivo como en lo social? 		
Recurso Físico: Espacio cerrado; Unidad Deportiva Aurelio Mejía.		
No. de participantes: 25 participantes		
Recursos por subgrupo: balones, conos, platos, pito, tabla de apoyo y petos.		
Variable:		
OBSERVACIÓN		
Hace referencia al nivel de participación del coordinador en el desarrollo, seguimiento y evaluación de la técnica.		
Nivel 1:	Nivel 2: X Es la participación indirecta pero permanente del coordinador en la técnica le permite observar la dinámica de los participantes.	Nivel 3:
FIGURA O GRÁFICO		
Bibliografía – Autor – Anexos		
EQUIPO DE TRABAJO FUNDACION CONCRETO		