



Institucion Educativa

JUAN PABLO I

La Llanada Nariño.

Modulo Educativo

Educación Física.



GRADO 6.



ALCALDÍA MUNICIPAL

LA LLANADA

NIT: 800.149.894-0

Comprometidos con la comunidad

MUNICIPIO LA LLANADA



Colombia aprende
La red del conocimiento



El futuro es de todos

Gobierno de Colombia



Gobernación de Nariño
EN DEFENSA DE LO NUESTRO!



INSTITUCION EDUCATIVA JUAN PABLO I

Autorizado por Resolución No. 940 de julio 11 de 2003
Municipio de La Llanada – departamento de Nariño.

GUIA DE TRABAJO PARA ENTREGA A ESTUDIANTES. RESPONDIENDO A CIRCULAR N°. 021- TRABAJA EN CASA SECTOR EDUCATIVO.

Partamos de tus ideas.

Dentro de la casa juega a lo que quieras y responde llenado el siguiente cuadro.

¿Cuántos participaron en el juego?	¿Cuáles son las reglas?	¿Quiénes ganaron y quienes perdieron ¿	¿Cómo te sentiste jugando?	¿Hubo alguna cosa que lo le gusto del juego?

Teniendo en cuenta la actividad anterior y con tus propias palabras responde ¿Qué son los juegos?

Aprendamos algo nuevo. Observemos el siguiente video y responde a las siguientes preguntas.

<https://www.youtube.com/watch?v=KKcyXJl4IY>

<https://www.youtube.com/watch?v=UATxQmKSJZE>

Usemos lo que aprendemos. En base a los videos respondemos las siguientes preguntas.

- ¿Cuáles son las partes del juego?

- Describe y grafica los 5 mejores juegos que te gustan.

- Identifica los valores y beneficios del juego.

- Realiza juegos tradicionales con su familia dentro de casa descríbelos como son.



INSTITUCION EDUCATIVA JUAN PABLO I

*Autorizado por Resolución No. 940 de julio 11 de 2003
Municipio de La Llanada – departamento de Nariño.*

Aprendamos.

JUEGOS PEDAGÓGICOS

Se denomina juego a todas las actividades que se realizan con fines recreativos o de diversión, que suponen el goce o el disfrute de quienes lo practican. El juego establece diferencias con el trabajo, el arte e incluso el deporte, por lo que no supone una obligación necesaria de concretar.

El juego puede ser una de las maneras de disfrutar el tiempo de ocio, como un modo de entretenimiento. Si bien el juego tiene reglas específicas (cualquiera de ellos que se practique), su diferencia con el deporte radica en que éste último no sólo posee reglas claras si no que se practica dentro de una institución deportiva y requiere constancia, trabajo en equipo y fijación seria de objetivos.

En cambio, el juego es diferente. Pensemos por ejemplo en un juego de mesa donde sólo juegan dos participantes: pueden hacerlo cuando quieran, no necesitan entrenar para jugar tal día de la semana, e incluso si bien el objetivo es ganar, si no se gana, no es una derrota significativa. El mismo ejemplo sirve para cualquier otro juego, como los que se organizan en festejos de cumpleaños.

Como casi todos los aspectos de nuestra vida, el avance tecnológico también transformó las maneras de jugar, primero, con los videojuegos, esos aparatos que se llamaban “consola” y unos cassettes que se insertaban para comenzar a jugar. Luego, lo mismo pero en versiones “de mano”: pequeños aparatos como los de Nintendo. Por último, la computadora, y hoy hasta podemos jugar mediante aplicaciones en redes sociales como Facebook.

Los juegos de mesa han sido desde siempre populares, en cuanto exigen un esfuerzo mental no sólo para comprender el juego si no para desarrollarlo, y en el mejor caso, ganar.

Por último, los juegos tradicionales son aquellos que se practican desde hace tiempo y en general no necesitan de soportes electrónicos ni de un tablero. Sus reglas son archi conocidas, como la rayuela, la carrera de bolsas o el “ponerle la cola al burro”.

Todas las sociedades del mundo tienen sus juegos típicos y sus maneras específicas de jugar, de acuerdo a tradiciones, pero también a las condiciones del clima y el relieve del territorio donde viven. No podemos pensar que un juego tradicional de urbes como Nueva York o Madrid sería el mismo de aldeas rurales de Colombia o tribus indígenas de Kenia. Cada sociedad, a su modo, disfruta de su tiempo libre a través del juego

Partes del juego

Nombre.

Objetivo.

Clase.

Organización. (Demostración)

Reglas.

Materiales.

Desarrollo.

Pasos metodológicos enseñanza del juego
Enunciación del Juego: Dar a conocer el nombre del juego que se va a desarrollar
Motivación y Explicación: Se realizará inmediatamente después de la enunciación, consiste en la conversación o cuento que hace el profesor con el fin de interesar a los alumnos por la actividad,
Organización y Formación: En este caso se incluye todo lo concerniente a la distribución, selección apropiada de los guías del grupo y formación de equipos desnivelados y que decaiga el interés por el juego.
Demostración: Consiste en aclarar los objetivos del juego y explicar de forma más sencilla,
Práctica del Juego: Una vez que se ha demostrado el juego debemos llevarlo a la práctica, Aplicación de las Reglas
Desarrollo:



INSTITUCION EDUCATIVA JUAN PABLO I

*Autorizado por Resolución No. 940 de julio 11 de 2003
Municipio de La Llanada – departamento de Nariño.*

Consiste en la ejecución del juego Variantes Evaluación

IMPORTANCIA VALORES Y BENEFICIOS DEL JUEGO

Fortalece la autoestima: En el juego se activan todos los recursos y capacidades del individuo, siendo un mecanismo de autoafirmación de la personalidad. El juego permite a los más pequeños conocerse mejor, ver sus fortalezas y debilidades y contribuir en la construcción de su autoestima.

BENEFICIOS DEL JUEGO



El juego adquiere una importancia vital, dado que permite al niño explorar el entorno y favorecer las interacciones con los objetos, con el medio, con otras personas y consigo mismo.

Y es que el juego es un asunto muy serio. Los más pequeños se comunican y se expresan a través del juego, se trata de una de las principales formas que tienen de relacionarse con los demás, por lo que será un elemento clave en la definición del comportamiento social de la persona.

A continuación, te resumimos

brevemente los beneficios que el juego aporta a los más pequeños, ¿los conocías todos?:

1. Contribuye al desarrollo físico: Todos los juegos de movimiento tienen un papel relevante en el desarrollo psicomotor de los más pequeños, contribuyendo a la maduración nerviosa y estimulando la coordinación de las diferentes partes del cuerpo. Es a través del juego como se ejercitan la motricidad gruesa y fina, y se desarrollan las capacidades sensoriales.
2. Es un interesante medio de socialización: Mediante las relaciones con otros niños y con los adultos, es como los más pequeños aprenden a conocerse a sí mismos, a construir su representación en el mundo y aprenden las normas sociales necesarias para integrarse en la sociedad. Interesante, ¿verdad?
3. Fomenta la creatividad y la imaginación: Muchos juegos permiten a los más pequeños estimular su pensamiento abstracto y aprender a resolver problemas imaginando posibles soluciones. En este aspecto, destaca el juego simbólico, en el que el niño se inventa su propio mundo a partir de aquello de lo que vive, adaptándolo a sus necesidades.
4. Fomenta el desarrollo intelectual: Jugando se obtienen nuevas experiencias, se cometen aciertos y errores, se aplican los conocimientos adquiridos y se resuelven problemas. El juego estimula el desarrollo de las capacidades de pensamiento, de la creatividad infantil, y crea zonas potenciales de aprendizaje. ¡Todo son ventajas!
5. Permite la adquisición de valores: Como muchas veces hemos comentado en otros artículos, la mejor forma de transmitir valores es mediante la práctica. ¿Y que hay más práctico que vivir un juego, en el que todo nuestro cerebro se concentra en una misma actividad?
6. Fortalece la autoestima: En el juego se activan todos los recursos y capacidades del individuo, siendo un mecanismo de autoafirmación de la personalidad. El juego permite a los más pequeños conocerse mejor, ver sus fortalezas y debilidades y contribuir en la construcción de su autoestima.
7. ¡Y todo mientras lo pasan en grande!: La principal característica que define al juego es la diversión. Para los niños y niñas debe ser un momento de placer, en el que disfruten con otras



INSTITUCION EDUCATIVA JUAN PABLO I

Autorizado por Resolución No. 940 de julio 11 de 2003

Municipio de La Llanada – departamento de Nariño.

personas y su entorno, y que se base en una experiencia de libertad. ¡Solo así aprovecharán completamente el aprendizaje del juego!

¿Te ha hecho reflexionar este artículo? ¿Le otorgabas al juego la importancia que se merecía?

¡Comparte tus ideas y propuesta

Clases de juegos

Existen muchas clasificaciones de juegos atendiendo a numerosos criterios, pero nos centraremos en la que establece Piaget en función del tipo de pensamiento que tiene el niño en cada una de sus etapas evolutivas. Así, Piaget distinguió tres grandes tipos de juegos que aparecen según el niño va pasando de un estadio del pensamiento a otro más evolucionado como estructuras cognitivas que se van superponiendo.

Piaget en su Teoría del desarrollo del juego distingue entre:

Juegos de ejercicio: Son los primeros que realiza el niño. En ellos se repite una y otra vez una acción por el placer de los resultados inmediatos. Estos le pueden ofrecer experiencias auditivas, visuales, táctiles, olfativas, gustativas, de movimiento o de manipulación.

Juegos simbólicos: Aparece sobre los 18 meses-2 años. El niño atribuye toda clase de significaciones, más o menos evidentes, a los objetos: simula acontecimientos imaginarios; interpreta escenas verosímiles por medio de roles y de personajes ficticios y reales. Es el juego de “hacer como si...”, de la imitación de los adultos, es el juego de las muñecas, de papás y mamás, de jugar a médicos, tiendas, coches...

El juego de reglas: Aparece sobre los 6-7 años. Son los juegos en los que existen una serie de reglas o normas que los jugadores deben conocer y respetar para conseguir el objetivo previsto. Aunque son considerados familiarmente como juegos de mesa, no se reducen a éstos, ya que también son juegos de reglas los deportivos, de estrategia, de reflexión...

Juegos de construcción o ensamblaje: Se dan paralelamente a los otros tipos de juegos. Son aquellos que incluyen piezas para encajar, ensamblar, apilar, coser, juntar, etc. Se dan cuando el niño se fija una meta – la de construir – y con un conjunto de movimientos, de manipulaciones o acciones suficientemente coordinadas, la consigue.

Tipos de juego

Por la forma de participar: Individuales o Colectivos, respondiendo a como se obtiene el triunfo, si es de un solo participante ejemplo: “Los agarrados” o de un equipo.

Por la ubicación: Interiores: Área techada, ejemplo (gimnasios, salas polivalentes, etc) o Exteriores (áreas al aire libre).

Por la intensidad del movimiento: Alta, Media o Baja Alta juegos de larga duración, media, a los juegos que requieren alguna preparación física y algunas habilidades básicas, juegos de poca duración y muy sencillos

Los juegos son pre deportivos (parecidos al deporte) y son deportivos (hacen referencia al deporte con sus reglas).

ATLETISMO: para qué mejorar la técnica de carrera

- Reducir el riesgo de sufrir cualquier tipo de lesión
- Conseguir mayor velocidad y mejorar el rendimiento
- Economizar al máximo la energía entrenando
- Retrasar al máximo la aparición de la fatiga muscular
- Aumentar la agilidad y la coordinación de nuestro cuerpo



INSTITUCION EDUCATIVA JUAN PABLO I

*Autorizado por Resolución No. 940 de julio 11 de 2003
Municipio de La Llanada – departamento de Nariño.*

- Mejorar la eficiencia y eficacia de nuestros movimientos
- Adquirir una postura más cómoda y elegante al correr

Ejercicios para Mejorar tu Técnica de Carrera

Estos son algunos de los más básicos:

- Skipping hacia delante (bajo, medio y alto): dar zancadas elevando las rodillas junto con un braceo enérgico.
- Impulsiones Alternas: saltar hacia delante subiendo la rodilla hasta la horizontal. El pie se prepara para dar un potente impulso.
- Skipping a una pierna (alternando): el mismo ejercicio hacia delante pero levantando una pierna y luego con la otra.
- Impulsiones de Tobillos: dar saltos hacia delante flexionando muy poco las rodillas y potenciando el impulso desde los tobillos.
- Talones al glúteo: correr levantando los talones hasta tocar el glúteo (sin elevar las rodillas). Este ejercicio también se puede realizar a una pierna e ir alternando.
- Skipping hacia atrás (bajo, medio y alto): el mismo ejercicio que el primero, pero de espaldas en lugar de hacia delante.
- Batidas o Multisaltos: dar zancadas muy potentes hacia delante.
- Carrera Lateral y Saltos Laterales: correr de forma lateral cruzando las piernas o dar saltos enérgicos de forma lateral cruzando los brazos. Primero se haría hacia un lado y luego hacia el otro.

Trabajemos lo que aprendimos.

En relación al texto anterior cual consideras que son los mejores beneficios que se obtiene del juego.

De los diferentes tipos de juegos que se mencionan en el texto ¿Cuáles consideran que son los que más nos divierten y al mismo tiempo nos sirven para nuestra salud?

Aprendamos algo nuevo.

Realiza las siguientes actividades en casa con la asesoría de tu profesor.

Información gráfica

En cada ficha se señalan los factores más relevantes para la organización del juego, los cuales son determinantes para el desarrollo de las didácticas de manera instantánea y espontánea.

SÍMBOLOS

A través de su forma no-verbal transmiten la información de manera más rápida. La simbología creada es la siguiente:

Duración del juego: Está dado por tiempos estimados, sin embargo, queda en manos del profesor decidir el periodo adecuado de juego para cada momento, tomando en cuenta las características del curso.



5 min o menos

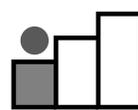


10 min o menos

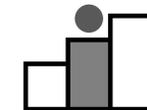


15 min o menos

Nivel de complejidad: Tiene que ver con la elaboración y esfuerzo que necesita el juego para ser ejecutado. Además, se relaciona con los conocimientos previos que deban tener los alumnos.



Dificultad baja



Dificultad media

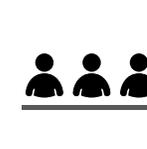


Dificultad alta

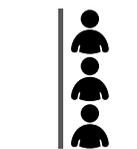
Organización espacial: Es el ordenamiento de los niños. Para los juegos de interior se intentará mantener el orden habitual, realizando los juegos en el espacio disponible detrás de los pupitres (en filas).



En círculo



En línea



En filas

Número de jugadores: Este factor determina si el trabajo se hará de forma individual o compartida. Los juegos de interior suelen ser individuales o en duplas, y los de exterior en grupos.



Trabajo personal



Trabajo en duplas



Trabajo grupal

Información gráfica

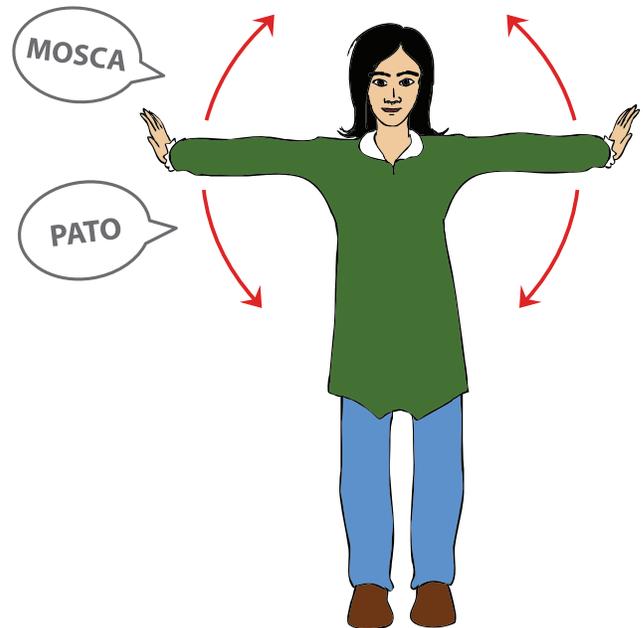
ILUSTRACIONES

Entregan un mensaje claro y crean un buen proceso mental para el lector en cada fase del juego. Las ilustraciones muestran las distintas etapas y posiciones que se adoptan.

En algunas ocasiones éstas son acompañadas por flechas, las cuales indican un determinado movimiento del cuerpo o alguna trayectoria de desplazamiento a realizar por parte de los jugadores.

También se utilizan globos de texto, con mensajes que expresan los personajes cuando es necesario.

Las ilustraciones, tal como se mencionó anteriormente, presentan un grupo de personajes que se identifican con los usuarios de los juegos. Éstas son compuestas por una profesora, y por alumnos de variadas características.



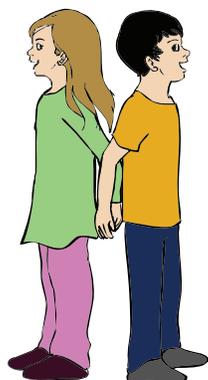
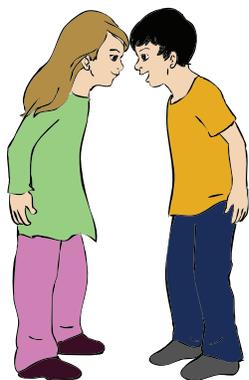
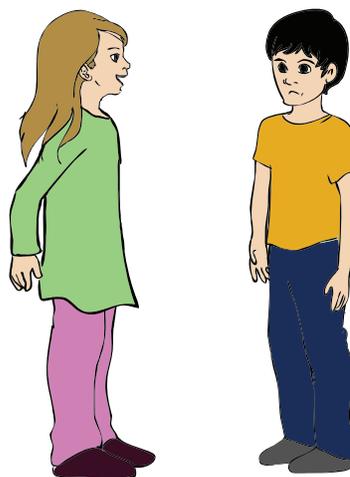
Bis a bis

Equilibrio estático / dinámico

Se invita a los niños a formar parejas de juego, las cuales pueden estar compuestas por su compañero habitual del puesto de al lado:

1

Las parejas se sitúan una frente a otra, manteniendo suficiente espacio con el resto de sus compañeros. El maestro les pide realizar movimientos en conjunto.



2

Un posible esquema es el siguiente: "frente con frente", "espalda con espalda", "pecho con pecho", etc.

3

Este tipo de rutina se puede complejizar con posiciones múltiples: "Pie derecho y mano derecha con pie derecho y mano derecha", "hombro izquierdo con hombro derecho", etc.



5 min o menos



Dificultad media



En filas



Trabajo en duplas

Juegos de Interior
Habilidades motoras



Las Estatuas

Vivenciar el cuerpo

Se invita a los niños a realizar figuras estáticas, las cuales pueden variar con cada juego. Una secuencia posible es la siguiente:

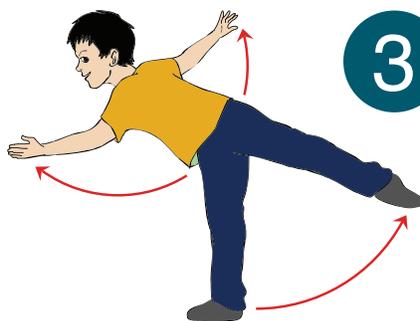
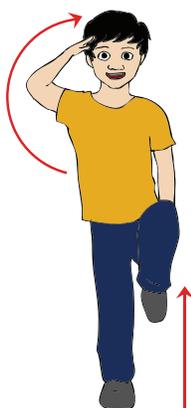
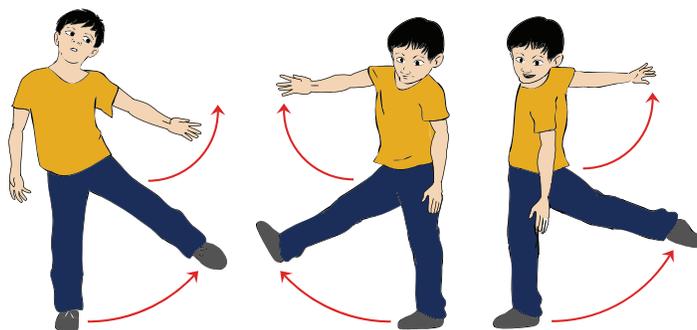


1

Llevar la pierna derecha hacia el lado, luego hacia adelante y atrás (también se pueden realizar los movimientos con las rodillas flexionadas si el espacio es limitado). Lo mismo con la pierna izquierda.

2

Repetir los movimientos anteriores acompañados por los brazos. Primero brazo y pierna derecha hacia el lado, adelante y atrás. Luego alternar extremidades de distintos lados para complejizar.



3

También se pueden imitar figuras siguiendo la dinámica de las estatuas, como por ejemplo un soldado, una paloma, etc. En el mismo ejercicio, se les invita a los niños a jugar "1, 2, 3 momias", mientras ellos realizan esta actividad.



5 min o menos



Dificultad baja



En filas



Trabajo personal

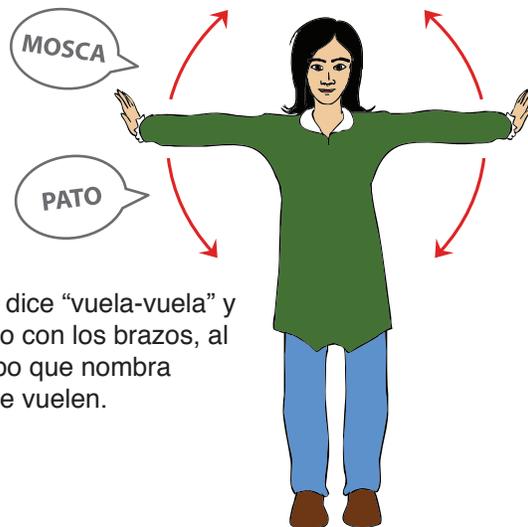
Juegos de Interior
Habilidades motoras



Vuela-vuela

Conocimientos y concentración

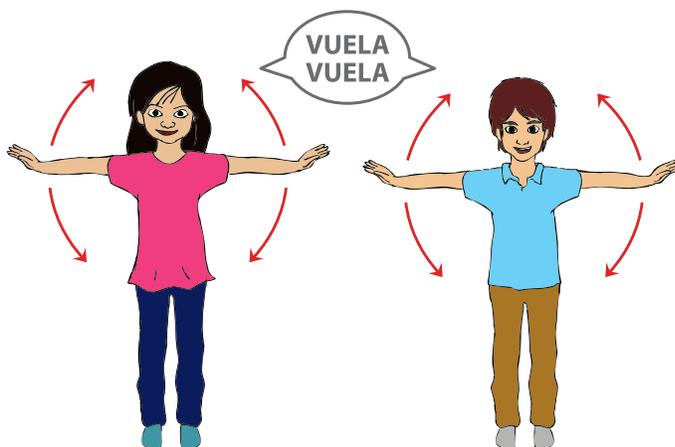
El animador les dice a los niños que deben imitarlo cuando represente animales que vuelen, pero cuando los animales sean incorrectos deben quedarse quietos y decir “no vuela”:



- 1 El animador dice “vuela-vuela” y hace el gesto con los brazos, al mismo tiempo que nombra animales que vuelen.

NOTA:

Esta actividad es ideal para reforzar las clases de Ciencias Naturales. También se pueden agregar otras características a los animales, como por ejemplo sonidos que emiten.



- 2 Los jugadores responden “vuela-vuela” y mueven los brazos cuando corresponda. El animador debe ir corrigiendo a los niños.



- 3 Se pueden agregar otros animales como por ejemplo “nada-nada” para los que nadan, “salta-salta”, etc.



5 min o menos



Dificultad media



En filas



Trabajo personal

Juegos de Interior
Desarrollo cognitivo



Teléfono sin hilos

Desplegar la memoria y el lenguaje



5 min o menos



Dificultad alta



En línea



Trabajo grupál

LOS
TRIÁNGULOS
TIENEN 3
LADOS

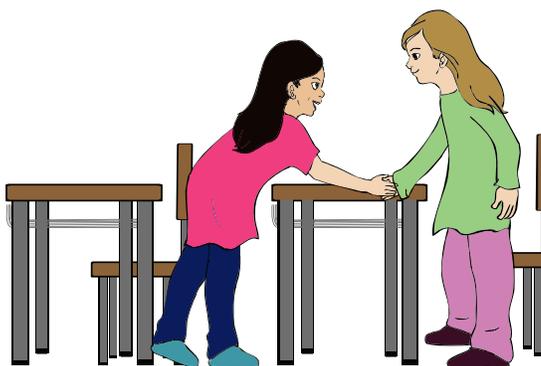


1

El maestro le enseña al primer alumno de cada fila la frase (ya sea diciéndosela al oído o mostrándosela escrita), y le pide que la retenga en la memoria.

2

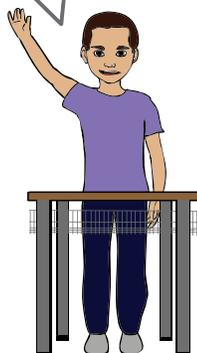
Al dar una señal, cada uno debe decir a su compañero de atrás la frase. El mensaje ha de pasar de oído a oído hasta el último de la fila.



3

Cuando la última persona oiga el mensaje, se levanta y lo dice en voz alta. El participante que diga primero la frase correcta ganará un punto para su fila.

LOS
TRIÁNGULOS
TIENEN 3
LADOS



LOS
CUADRADOS
TIENEN 3
LADOS



4

Luego de la primera ronda, otro mensaje se comienza de atrás hacia adelante. También se puede desordenar la disposición de los alumnos en la fila.

Juegos de Interior
Desarrollo cognitivo





INSTITUCION EDUCATIVA JUAN PABLO I

Autorizado por Resolución No. 940 de julio 11 de 2003

Municipio de La Llanada – departamento de Nariño.

Fortalezcamos nuestro aprendizaje.

Actividad 1.

1. Realiza algunos juegos con su familia.
2. Graba un video de 1 minuto y envíalo

Actividad 2.

1. Crea un material de juego y un juego. Video o dibujar y describir.
2. Crea un juego con el material creado. Video o dibujar y describir con sus partes.
3. Juega con su familia con el juego creado. Video o relata la experiencia (una página más dibujo).
4. Crea un circuito de juego. Relazando una caminata de exploración por la casa. (Crea 10 actividades para realizarlas por estaciones) video o dibujo y descripción de las actividades.

Actividad 3.

- Ejecuta con su familia el circuito de juego anterior. Video o dibujo y descripción de las actividades, los puntos, los ganadores y el tiempo empleado.
- Tomar frecuencia cardiaca inicial y final.
-

participante	Frecuencia cardiaca inicial	Frecuencia cardiaca inicial	Puntos	Tiempo Minutos, segundos
1				
2				

Actividad 4.

1. Ejecutar y Dibujar o grabarse realizando los ejercicios que mejorar la técnica de carrera. (Ver teoría abajo)
2. Tomar frecuencia cardiaca inicial y final.

Nombre estudiante	Frecuencia cardiaca inicial	Frecuencia cardiaca inicial

Actividad 5.

Actividades de carrera:

1. Describirlas, dibujarlas o grabar video y tomar frecuencia cardiaca inicial y final.
2. Relevos: trotar en el puesto 30 segundos, correr a dejar el testimonio (un palito) a la mesa o aun familiar, al otro extremo de la habitación. Hacer esto 5 veces
3. Saltos: realizar 10 saltos en el puesto, correr al otro extremo de la habitación y realizar otros 10 saltos. Hacer esto 5 veces.

Actividad	Frecuencia cardiaca inicial	Frecuencia cardiaca inicial
Relevos		
Saltos		