



NOMBRE DEL DOCENTE: ISABEL CRISTINA ROJAS ALVAREZ

ÁREA O ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA GRADO: __7__ GRUPO (S): _1- 2- 3__

TEMA(S): JUEGOS TRADICIONALES

INDICADOR(ES) A DESARROLLAR:

- **CARACTERIZA E IDENTIFICA LOS JUEGOS TRADICIONALES**

1. DESARROLLO TEÓRICO DE LA TEMÁTICA CON SUS RESPECTIVOS EJEMPLOS

¿Qué son los juegos tradicionales?

Los juegos tradicionales son los que se transmiten de generación en generación (padres a hijos, niños mayores a niños pequeños...), teniendo cierta continuidad a lo largo de un periodo histórico. Hay juegos ancestrales que gracias a la tradición se conservan hasta nuestros días.

Características de los juegos tradicionales

- Responden a necesidades básicas de los niños
- Practicables en cualquier momento y lugar
- Pueden ser tanto individuales como colectivos

2. ENLACES Y/O TEXTOS PARA PROFUNDIZAR LA TEMÁTICA

3. EJERCICIOS DE REPASO

ANIMATE Y PONTE EN MOVIMIENTO REALIZANDO LAS SIGUIENTES ACTIVIDADES CON ALGUIEN DE TU FAMILIA.

EJERCICIOS DE MOVILIDAD ARTICULAR (10 minutos)

- Ejecuto movimientos de cabeza arriba y abajo.
- Ejecuto movimientos de cabeza en forma circular
- Ejecuto movimientos de hombros hacia adelante y atrás.
- Ejecuto movimientos de circunducción (circulo) de brazos hacia adelante y hacia atrás.
- Ejecuto movimientos de flexión y extensión de codos
- Ejecuto movimientos rotativos de tronco hacia un lado y hacia el otro.
- Ejecuto movimientos de inclinaciones laterales del tronco

Posterior a la etapa de ejercicios de movilidad articular con duración de 10 minutos como se menciona en el párrafo anterior, es momento de darle paso a las actividades principales de la sesión. Al inicio de esta sesión se mencionó, es momento de poner en práctica los juegos tradicionales que a continuación se describen.

Actividad #1: Carretillas

Fomentar el trabajo en parejas y mejorar la actividad física. Un niño se sostiene con sus manos sobre el piso mientras le sube los pies a su compañero a la altura de la cadera, haciendo una especie de carretilla y se inicia una carrera, quien llegue a la meta sin caer gana. Dialoguen con los participantes la distancia apropiada para realizar la carrera según el espacio con el que se cuente en casa. (Duración de 5 minutos).

Variantes:

Cambiar de pareja
Incrementar la distancia de desplazamiento
Transportar un implemento

Actividad #2: El sombrero

Consiste en tener un sombrero o gorra en la cabeza y correr para quitar el sombrero a los demás sin que te quiten el tuyo, vence el que más sombreros tengan y conserve el suyo. (Duración de 5 minutos).

Variantes en los desplazamientos:

Saltando con un pie



Saltando con pies juntos

Envía fotos o videos cortos como evidencia de la actividad desarrollada, tanto de la parte práctica como teórica.

Puedes enviar el taller al correo electrónico isabelrojas954@gmail.com o al grupo de whatsapp 3147812832 escribiendo nombre completo y el grado al que perteneces.