



TECNOLÓGICO
UNIVERSITARIO
PICHINCHA



GUÍA PRÁCTICA ASIGNATURA JUEGOS AUTÓCTONOS, ANCESTRALES, TRADICIONALES Y POPULARES

Tema:
Juegos y Tradiciones.



Carrera:

Tecnología Superior en Actividad
Física Deportiva y Recreación

Número de práctica: 1

1.- Datos generales:



1.1 Asignatura: Juegos Autóctonos, Ancestrales, Tradicionales y Populares

1.2 Nivel académico: Cuarto

1.3 Docente Responsable: MSc. Pablo Dávila

2.- Datos específicos:



2.1 Título de la Práctica: Juegos y Tradiciones.



2.2 Tiempo de duración: 60 min.



2.3 Objetivo de la práctica: Fortalecer las tradiciones lúdicas mediante la práctica de diferentes juegos propios de cada región y de esta forma, la masificación lúdica se verá reflejado desde edades tempranas.



2.4 Resultado de aprendizaje de la asignatura que tributa a la práctica: Preserva los valores que hacen necesario que el deporte recupere algunos de sus elementos tradicionales y que, por tanto, el respeto al contrincante, a las reglas del juego, al reglamento, la lealtad, la ética y el juego limpio sean elementos de primer orden de prioridades y de necesidades espirituales y físicas de vertebración de los participantes en el mismo.





3.- Materiales, recursos y equipos



- Canicas
- Trompos
- Cuerdas
- Sambos Parlante
- Cintas
- Palos de pincho
- Tiza de polvo
- Monedas
- Tomates

4.- Normas de seguridad:



- ▶ Que los elementos, tales como vallas o cercos, que delimitan los juegos se encuentren en buenas condiciones. Esto es especialmente importante en las ciudades, para evitar que los niños salgan corriendo hacia el tráfico.
- ▶ Que la superficie donde se encuentra ubicado el o los juegos se encuentre en óptimas condiciones.
- ▶ Que los juegos estén fijos, estables, sin partes sueltas o rotas. También, verificar que no se encuentren astillas, partes oxidadas o bordes afilados.
- ▶ Que las superficies de los juegos no estén mojadas, porque podrían ser resbaladizos.
- ▶ Evitar exponer a los estudiantes a altas temperaturas en días muy calurosos, dado que las barandas y las superficies pueden estar muy calientes, produciendo quemaduras.
- ▶ **ESTUDIANTE**
- ▶ Deberá respetar las normas generales de comportamiento.
- ▶ Mantendrá una actitud correcta en todo momento de duración de la práctica
Usará los uniformes limpios
- ▶ Debe tener gorra, protector solar, hidratación
- ▶ Mantener una actitud positiva en el momento de la duración de la práctica.
Usar el uniforme correcto del instituto.
- ▶ Debe tener gorra, protector solar, hidratación
- ▶ Llevar todos los materiales correspondientes a la materia y la clase que va a impartir.

LEER NORMAS

5.- Preparación previa:



- ▶ Entendemos por juego didáctico el método de enseñanza que se emplea para fomentar el conocimiento de una forma lúdica y educativa. El objetivo es que el niño desarrolle sus habilidades cognitivas y sociales. Hay un gran abanico de juguetes educativos que incorporan el refuerzo de conocimientos. Los juegos de mesa, los puzzles, los juegos de memoria o los juegos recreativos son algunos de los ejemplos más representativos.
- ▶ El juego es una de las técnicas de aprendizaje más tradicionales y efectivas. Y es que, según se ha comprobado, los niños aprenden mejor si sienten inquietud y diversión por lo que les rodea. La motivación se incrementa y las capacidades se refuerzan. A la vez que se estimulan la atención, la autoestima, la memoria, el desarrollo social, la creatividad..., entre otros valores y aptitudes.

6.- Fundamentos teóricos:



- La recreación, el uso del tiempo libre es un derecho que ampara a todos los ciudadanos, derecho a vacaciones, velar por el estado emocional de la persona. Según (Gerlero, 2011) "Tiempo Libre es el concepto que irrumpe tempranamente en las distintas formulaciones normativas internacionales.
- La recreación, el uso del tiempo libre es un derecho que ampara a todos los ciudadanos, derecho a vacaciones, velar por el estado emocional de la persona. Según (Gerlero, 2011) "Tiempo Libre es el concepto que irrumpe tempranamente en las distintas formulaciones normativas internacionales.
- (Dumazedier, 2002) "es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales ". (p.4)
- (Cuenca 2000) "El ocio surge cuando se realizan las actividades satisfactorias y gratificantes que posibilita el tiempo liberado, de forma libre, decididas por uno mismo y gestionada autónomamente."



7.- Descripción de la actividad práctica o descripción de procedimientos



▶ PARTE INICIAL

El zorro, los pollitos y su mamá protectora

- 5, 7 o más alumnos forman una fila y se agarran por la cintura (son los pollitos).
- Un compañero libre se la queda (el zorro) y trata de tocar al último de la fila, el cual, sin soltarse del compañero de delante intenta evitarlo desplazándose.
- El primero de la fila (la mamá) también trata de impedirlo obstaculizando el paso al zorro.
- Cuando el zorro consigue tocar al último pollito, se incorpora a la fila y pasa a ser último pollito de la fila, y quien hacía de mamá se suelta y se convierte en zorro.



▶ PARTE PRINCIPAL

CARRERA DE SAMBOS

- Con la cabeza transportamos el sambo por el piso hasta dar la posta al siguiente compañero



FLORÓN

- “El florón que está en mis manos, de mis manos ya pasó. Las monjitas carmelitas se fueron a Popayán, a buscar lo que han perdido, debajo del arrayán.



TROMPO

- Para el juego se necesita materiales: trompo, pita y tapas o corchos. Las tapas se colocan en las líneas de salida, se hace girar el trompo y en la mano se levanta el trompo para ir empujando la tapa, el recorrido es ida y vuelta. El primero que llega, gana.



RAYUELA

- Saltando en una pierna (por eso pata coja) o en dos según los casilleros de ese nivel (dependiendo del dibujo hecho) se debe evitar pisar el casillero donde está la piedra. Una vez superado, se detiene uno en un descanso, retira la piedra y se sigue saltando hasta el cielo.



CANICAS

- El juego comienza lanzando una canica hacia el agujero. El jugador, cuya canica esté más cerca al agujero, decidirá quién comienza el juego. Una vez que todos han lanzado en su primera ronda, se determina aquel que más cerca del hoyo se haya quedado, el cual comenzará a lanzar la canica en la siguiente ronda.



SALTAR LA CUERDA

- Juego que consiste en que uno o más participantes saltan sobre una cuerda que se hace girar de modo que pase debajo de sus pies y sobre sus cabezas. Este juego consta de por lo menos tres personas, dos que voltean la cuerda mientras que una tercera salta.



SAN BENITO

- El diablito se cansa del largo interrogatorio y selecciona a uno de los niños para sacarlo del grupo. Entonces los niños gritan en coro: ¡San Benito, San Benito, ¡me coge el diablito! San Benito avanza despacito, cojeando y en este tiempo el diablito lleva uno a uno a los niños o niñas.



"EL BAILE DEL TOMATE"

Se organiza al grupo en parejas.

- Sosteniendo un tomate colocado en la unión de las frentes, deben bailar al ritmo de la música. Además, los brazos deben estar detrás de la espalda y no deben topar al tomate. Ganan la pareja que logra terminar el baile sin hacer caer el tomate.





LA VACA LOCA

- La vaca loca no puede faltar en todas las fiestas de pueblo, y por supuesto los niños son los que más disfrutan en la plaza al son de la banda de músicos en la víspera de la fiesta. Se elige a un jugador que hace las veces de "vaca loca". Esta persigue para lanzarse al resto de compañeros. Estos toreadan a la "vaca loca" improvisando una capa. El que es topado por la vaca loca hará las veces de esta. Cada vez que la vaca loca tope a unos compañeros, todos tendrán que decir en qué parte del cuerpo lo tocó



► PARTE FINAL

Ejercicios de estiramiento: Brazos, Tronco y Piernas



8.- Mecanismo de evaluación y anexos:



Realizada por: MSc. Pablo Dávila

Fecha:

Lugar:

Instrucciones:

La valoración es la siguiente:

Siempre: 2 Puntos

Casi siempre: 1,50 Puntos

A veces: 1,00 Puntos

Casi nunca: 0,50 puntos

Nunca: 0 Puntos

8

INDICADOR	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA
1. Participa activamente en el juego propuesto.					
2. Comprende las instrucciones y reglas del juego.					
3. Cumple las normas establecidas para llevarlo a cabo.					
4. Generaliza contenidos trabajados previamente.					
5. Utiliza estrategias comunicativas para interactuar con el grupo.					



NORMAS DE SEGURIDAD PARA ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y DEPORTES

1. Preparación antes de salir a Campo

- **Acceso Controlado.**- Solo estudiantes y personal autorizado pueden participar de las actividades programadas.
- **Identificación.** - Todos los usuarios deben portar la identificación visible de la institución.
- **Uniforme o Indumentaria adecuada.** – Los estudiantes usarán ropa y calzado apropiados para la actividad específica, esto puede incluir zapatillas deportivas, casos, rodilleras, trajes de baño etc.
- **Equipo de Protección Personal.** – El uso de guantes, cascos, rodilleras, coderas y protectores bucales según la actividad, además de protector solar que será obligatorio.
- **Estado de Salud.** - Se realizará una evaluación de salud básica para asegurarse de que los estudiantes se encuentren aptos para realizar actividades físicas. Aquellos con condiciones médicas, deben notificar al docente.

2. Seguridad en Campo

- **Supervisión.** - Deberá haber un docente o supervisor presente con el grupo de estudiantes.
- **Capacitación.** - Los estudiantes deben recibir capacitación sobre el uso seguro de equipos, materiales y accesorios, además deberán inspeccionar las mismas antes de usarlas y reportar cualquier daño o mal funcionamiento.
- **Alimentación e Hidratación.** - Los estudiantes deben mantenerse hidratados y consumir alimentos saludables durante las actividades físicas o de recreación.
- **Calentamiento y Enfriamiento.** - Los estudiantes recibirán indicaciones y realizarán ejercicios de calentamiento antes y de enfriamiento después de cada actividad física para prevenir lesiones.



NORMAS DE SEGURIDAD PARA ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y DEPORTES

3. Seguridad durante las actividades

- **Comportamiento.** - Los estudiantes deberán cumplir normas de conducta y fair play (juego limpio) durante todas las actividades para prevenir accidentes y conflictos.
- **Zonas de Seguridad.** - La supervisión deberá delimitar las áreas de juego y las zonas seguras, mismas que se mantendrán libres de obstáculos y peligros potenciales.
- **Clima y Condiciones Meteorológicas.** - Monitorear el clima y suspender actividades en caso de condiciones extremas como tormentas, calor excesivo o frío intenso.
- **Primeros Auxilios.** - Garantizar un botiquín adecuado y accesible, y personal capacitado para auxilios oportunos e inmediatos como reanimación cardiopulmonar (RCP).
- **Jornada laboral.** - Establecer límites de trabajo para evitar fatiga, los descansos periódicos serán necesarios y obligatorios.

4. Comportamiento en Emergencias

- **Emergencia.** - Desarrollar y comunicar el plan de emergencia que incluya rutas de evacuación, puntos de encuentro y contactos de emergencia.
- **Comunicación.** - Contar con medios efectivos de comunicación como teléfonos móviles, radios etc. disponibles y operativos.
- **Señalética.** - Señales y carteles serán necesarios para indicar áreas peligrosas, rutas de evacuación y puntos de primeros auxilios entre otros.



NORMAS DE SEGURIDAD PARA ACTIVIDADES DE RECREACIÓN Y DEPORTES

5. Responsabilidad Ambiental

- **Conservación.** - Las prácticas físicas y de recreación incluirán actividades educativas sobre la importancia de la conservación de la naturaleza y el impacto de las actividades humanas en el entorno.
- **Disposición de residuos.** - Los residuos durante las actividades seguirán una gestión incluyendo el reciclaje y la eliminación adecuada de desechos.

6. Educación Continua

- **Talleres.** - Realizar charlas o talleres periódicos sobre seguridad, salud y mejores prácticas en recreación y actividades deportivas.
- **Actualización.** - Revisar y actualizar normas de seguridad de acuerdo con nuevas investigaciones y cambios en la normativa legal.

<https://www.tecnologicopichincha.edu.ec/>



TECNOLÓGICO
UNIVERSITARIO
PICHINCHA

