

## PROYECTO COMUNITARIO JUEGOS OLIMPICOS COMUNITARIOS



**Problemática:** El sedentarismo en las y los estudiantes impide la práctica de un estilo saludable y limita la relación con su grupo social

**Propósito:** Favorecer en las y los estudiantes la práctica de una vida saludable a través de actividades lúdicas, deportivas y de promover en la comunidad el consumo de alimentos y bebidas saludables, para un impacto colectivo.

**Producto:** Promueve una vida saludable y participa en la realización de los juegos olímpicos escolares, con impacto en la comunidad.

**Fase:** 6

**Grado:** primer grado

### CAMPOS CONTENIDOS Y PDA'S

**Campo:** Saberes y pensamiento científico

**Contenido:** Extensión de los números a positivos y negativos y su orden.

**PDA:** Reconoce la necesidad de los números negativos a partir de usar cantidades que tienen al cero como referencia.

**Contenido:** Beneficios del consumo de alimentos saludables, de agua simple potable y de la práctica de actividad física.

**PDA:** Describe los alimentos y bebidas saludables que consume en casa, escuela y comunidad, y que junto con la práctica de actividad física le ayudan a crecer y a evitar enfermedades.

**Campo:** De lo Humano y lo Comunitario

Contenido: Estilos de vida activos y saludables

**PDA 1:** Participa en diferentes juegos para explorar alternativas que le permitan Mantener una vida activa y saludable.

**PDA 2:** Reconoce Propuestas lúdicas que fomentan su disfrute y práctica cotidiana para favorecer una vida activa y saludable.

**Ejes articuladores:** Igualdad de género, pensamiento crítico, vida saludable, inclusión y artes y experiencias estéticas.

### ¿Cuáles cambios le hicieron al proyecto?

Le agregue un Contenido y un PDA de la disciplina de matemáticas

### ¿Qué proponen para mejorarlo?

Incluir algunas actividades para que los alumnos diseñen una tabla de resultados como la de los juegos olímpicos comunitarios, de cada categoría y colocar los marcadores. También diseñar graficas de barras y circular para los resultados finales.

MEDALLERO				TOTAL	
5 DE AGOSTO					
1	CHINA	21	18	14	53
2	ESTADOS UNIDOS	20	30	28	78
3	AUSTRALIA	13	11	8	32
4	FRANCIA	12	15	18	45
5	GRAN BRETAÑA	12	13	17	42
6	REPÚBLICA DE COREA	11	8	7	26
7	JAPÓN	10	5	11	26
8	ITALIA	9	10	7	26
9	ALEMANIA	7	5	4	16
10	PAÍSES BAJOS	6	6	4	16
11	MÉXICO	0	2	1	3

- ¿Qué actividades físicas o deportivas se están realizando?
- ¿Cuáles conoces?
- ¿Qué tipo de actividades físicas o deportivas practican en tu escuela?
- ¿Cuáles practican en tu familia o tu comunidad?
- ¿Cuál crees que es la importancia de las actividades físicas y la práctica de los deportes?
- ¿Consideras que el ejercicio previene enfermedades?, ¿cuáles?



Lee el siguiente fragmento:

¿Qué es la actividad física?  
Organización Mundial de la Salud  
"Actividad física"

La Organización Mundial de la Salud define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse o determinadas labores y desde niños, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud.



En asambleas, compartan sus respuestas y conclusiones.

- ¿Cuáles actividades físicas o deportivas promoverían en la comunidad?, ¿por qué?

Ahora contesta en grupos pequeños:

¿Cuáles son los beneficios de realizar algún tipo de actividad física?  
¿Qué consecuencias tiene la falta de actividad física?  
¿Reconoces algún factor de riesgo a la salud en tu comunidad?



2-  
Lo que sé y lo que quiero saber

¿Cuáles conoces, prácticas o te gustaría practicar?

Artista	Danza	Esportista	Yoga	Tigre	Karate	Boxeo	Otro

Investiga la historia de los Juegos Olímpicos y sus símbolos: ¿qué significan los aros olímpicos, la antorcha, y el logo paralímpico?, ¿Qué es el deporte adaptado?



Propiciar la participación y expresión de ideas de las y los estudiantes

¿Cuál es la principal necesidad y qué hacer para satisfacerla?

¿Cuáles serían los beneficios para la comunidad al practicar esa actividad física o deporte?

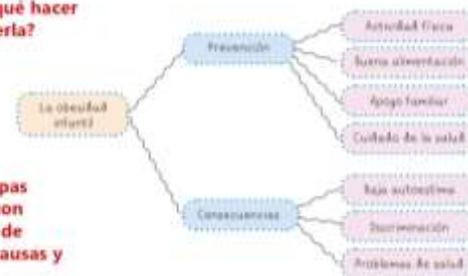
¿Cuál es la principal necesidad y qué hacer para satisfacerla?



En pequeñas comunidades, investiguen en el Centro de Salud de su comunidad, revistas científicas, internet o cualquier otra fuente de información, las enfermedades que se pueden prevenir gracias a la activación física y el deporte.

¿Qué importancia tiene la buena alimentación y consumo de agua?

Diseña mapas mentales con propuesta de solución, causas y efectos...



Realice actividad física en casa: caminar, bailar, jugar

### 3- Organícemos las actividades

Realice actividad física en casa: caminar, bailar, jugar

### 3- Organícemos las actividades

Lleva un registro de lo haces y cómo te sientes: dibújalo

Mide tu pulso antes y después de caminar o trotar

#### Pequeños grupos

¿A qué juegas y con quiénes?

¿Qué sucede en el cuerpo/organismo cuando haces ejercicio o actividad física?

Lleva un registro de lo haces y cómo te sientes: dibújalo

Mide tu pulso antes y después de caminar o trotar

#### Pequeños grupos

¿A qué juegas y con quiénes?

¿Qué sucede en el cuerpo/organismo cuando haces ejercicio o actividad física?

#### Planteamientos

- ¿Qué deportes van a hacer?
- ¿Dónde se llevarán a cabo los juegos?
- ¿Cuándo y a qué hora se realizarán?
- ¿Quiénes y cómo participarán en su preparación?
- ¿A quién invitarán?
- ¿A qué autoridades de la comunidad convocarán y solicitarán permiso?
- ¿Cómo se difundirá el evento?

#### Distribución de Tareas a equipos

#### Recursos

#### Tiempos

#### Monitoreo de avances

### Organícemos los Juegos Olímpicos

#### En asamblea

- En colaboración, diseñen un logotipo acorde con su evento.
- Elijan los deportes y las actividades que serán parte de los Juegos Olímpicos comunitarios. a) Incluyan juegos tradicionales de su comunidad que impliquen una actividad física o deportiva. b) Redacten el reglamento para cada deporte o actividad. c) Diseñen pictogramas para representarlos. Por ejemplo:



Integran actividades recreativas, lúdicas, artísticas y culturales en la apertura y cierre de sus Juegos Olímpicos comunitarios.

Definan qué reconocimientos darán en la premiación de cada deporte: medallas, regalos, diplomas, entre otros. a) Elaboren formatos para calificar y definir a los ganadores.

Seleccionen a las personas que fungirán como jueces, árbitros, ayudantes, entrenadores, etc.

Elaboren una invitación para dar a conocer el evento.

Tomen fotos y video de entrevistas y del evento.

### 4- Creatividad en marcha

### 5- Compartimos y evaluamos lo aprendido



En asamblea, reflexionen y comenten las respuestas a las siguientes preguntas: a) ¿Qué valores consideran que se practicaron durante los Juegos Olímpicos comunitarios? b) ¿Cómo influyeron en el bienestar y cuidado de la salud de la comunidad? c) ¿Cuáles prácticas saludables se integraron a la cultura cotidiana de la comunidad?

Pondere la evaluación formativa, utilice la autoevaluación, coevaluación y retroalimentación constructiva.

¿Qué de lo aprendido está al servicio para una mejor comunidad?

Heteroevaluación: ¿Cuáles habilidades adaptativas se favorecieron?