

JUEGOS Y REGLAS

Material de apoyo 4° 4 y 4° 5 Liceo Libertad

Profesora Cristina Méndez

EL TIEMPO HUMANO

- **TIEMPO DE OCIO:** es en el cual la persona tiene la posibilidad de realizar actividades que conduzcan al desarrollo de sus potencialidades más allá de las necesidades básicas. Se caracteriza por la ausencia de obligaciones, ser voluntario, placentero y contribuir al crecimiento personal.
- **TIEMPO DE TRABAJO:** es la carga horaria dedicada a las actividades laborales y de formación educativa tanto formal como no formal.
- **TIEMPO OCUPADO:** son todos los segmentos de tiempo dedicados a realizar actividades fundamentales para la vida (necesidades básicas, transporte, etc) o para la persona en sí (práctica religiosa, política, etc)
- **TIEMPO LIBRE:** es el tiempo que nos queda, el que resta de tiempo de trabajo y el tiempo ocupado.

QUÉ ES LA RECREACIÓN?

- Es un conjunto de actividades optativas, voluntarias o casuales que dan placer al individuo. No tiene límites en la edad, el espacio o el tiempo, aunque las formas de recrearse dependen del contexto socio-cultural y de las formas particulares de vida. A través de estas actividades necesarias, consciente o inconscientemente se logra la libre expresión, la liberación de las tensiones, el escape al tedio, la búsqueda de la reestructuración personal y la comunicación.
- La recreación es importante en sí misma asociada al placer y la satisfacción que brinda al individuo en su experiencia; además contribuye al desarrollo integral del individuo junto a otros aspectos como el crecimiento intelectual; además de ser importante para el mejoramiento del desempeño del individuo en otras actividades como el trabajo y el estudio.

QUÉ ES EL JEGO?

- El Juego es una actividad que se realiza generalmente para divertirse o entretenerse y en la que ejercita alguna capacidad o destreza.
- Características que definen un juego:
 - Produce placer: sus participantes disfrutan.
 - Contiene y debe contener un marco normativo: las reglas constituyen un elemento esencial para cualquier juego.
 - Es una actividad espontánea, voluntaria y escogida libremente.
 - Es una finalidad en sí mismo: la principal finalidad la constituyen las acciones propias de la actividad.
 - Es acción y participación activa: los participantes deben estar activos mentalmente y dar respuesta a los retos que supone el juego.
 - Es autoexpresión: durante el juego se ponen de manifiesto los diferentes comportamientos y actitudes de los participantes, son una fuente de información de su personalidad.



JUEGO Y RECREACIÓN

JUEGO	RECREACIÓN
Es un instrumento de la Recreación	Incluye Juegos
Tiene REGLAS	No tiene REGLAS
Predomina en la Niñez	Se manifiesta de diferentes maneras a lo largo de toda la vida
Es espontáneo	Es planificada

- La Educación Física está muy identificada con la RECREACIÓN porque es una de sus principales áreas de acción. Así como también se identifica plenamente con los JUEGOS, como método educativo, pero de todas maneras es necesario idear y aplicar técnicas y actividades para desarrollar o reanimar la CAPACIDAD DE JUGAR.

JUEGOS TRADICIONALES

- Son aquellos juegos típicos de una región o **país**, que se realizan **sin la ayuda o intervención de juguetes tecnológicamente complicados**, solo es necesario el empleo de su propio cuerpo o de recursos que se pueden obtener fácilmente de la naturaleza (piedras, ramas, **tierra**, flores, etc.), u objetos domésticos como botones, hilos, cuerdas, tablas, etc.
- **Permiten a las personas conocer un poco más acerca de las raíces culturales de su región**; contribuyendo a la preservación de la cultura de un país, y en donde quedan resumidas las experiencias colectivas de generaciones, creando un medio bonito de enseñanza en donde se enriquecen jugando.
- Son una fuente de transmisión de conocimiento, tradiciones y cultura de otras épocas; el **hecho** de reactivarlos implica profundizar en las raíces y **poder** entender mejor el presente.
- Su práctica consecuente tanto en la comunidad como en la escuela, **es considerada como una manifestación de independencia infantil** que coopera con el desarrollo de las habilidades y capacidades motoras al promover el juego activo y participativo entre los niños y niñas, frente a una cultura tecnológica que incita al sedentarismo corporal y la cual impulsa el incremento de la obesidad infantil.
- Su objetivo puede ser variable y **se pueden ejecutar de forma individual o colectiva**, aunque comúnmente se fundamenten en la interacción de dos o más jugadores; sus **regla** son básicamente sencillas.

QUÉ ES EL DEPORTE?

- El DEPORTE es un JUEGO, caracterizado por la idea de confrontación o competencia, aunque ésta pueda tener un sentido recreativo.
- Es un juego motor, donde el objetivo es la superación de un contrario o los propios límites personales dentro del marco de reglas específicas, regidas por reglamentos oficiales.
- Se organiza institucionalmente, es decir, hay organismos que lo representan.

JUEGO Y DEPORTE

	JUEGO	DEPORTE
REGLAMENTO	No existe	Siempre hay uno
INSTALACIONES	Cualquier espacio libre	Espacio reglamentario
COMPETICIÓN	No es esencial	Es la motivación principal
ÁRBITRO	No existen, todos deciden	Es elemento imprescindible
PUNTOS Y TANTEO	Lo acuerdan los jugadores	Están reglamentados
PREMIOS	No existen, normalmente	Hay premio o gratificación