

MEDIA GENERAL



Viernes 12 de febrero de 2021. Educación física

1^{er} a 5^{to} año

Tema indispensable: Conocimiento del espacio geográfico e historia de Venezuela.

Tema generador: Seguimos invictos en Carabobo, hacia el Bicentenario.

Referentes teórico-prácticos:

1er, 2do y 3er año: Actividad física y disfrute con la naturaleza.

4to y 5to Año: Promoción de la actividad física, el deporte y la recreación para el vivir bien.

Desarrollo de la actividad:

1er, 2do, 3er, 4to y 5to año:

¿Qué es la recreación?

El concepto de recreación, entendido como actividad de distracción, implica la participación activa y voluntaria, tanto a nivel físico como mental, del individuo. En este sentido, la recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo de una persona en su tiempo libre. Por otro lado, la recreación también puede estar relacionada con la acción de recrear o reproducir cosas, por ejemplo: podemos hacer la recreación de una batalla histórica para recordar más vivamente la significación de ese acontecimiento.

Ley Orgánica de la Recreación.

El 28 de diciembre del 2015, se aprueba la ley Orgánica de Recreación que regula el derecho constitucional a la recreación, sustentándose en los principios y valores histórico-sociales de libertad, justicia, democracia, igualdad, no discriminación, paz, solidaridad, honestidad, espiritualidad, respeto a la vida y a la naturaleza, así

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** www.me.gob.ve y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve

MEDIA GENERAL



como la identidad nacional, la dignidad, la ética, responsabilidad, corresponsabilidad, cooperación y conservación de la biodiversidad, participación protagónica, multiétnicidad y pluriculturalidad de la sociedad; que contribuyen a una formación ciudadana integral y a establecer relaciones armoniosas entre los seres humanos en su condición histórica.

Tipos de recreación.

Entre los tipos de recreación podemos conseguir: activa, pasiva, ambiental, cultural, deportiva, laboral, al aire libre, comunitaria, entre otras. Una actividad recreativa puede estar vinculada a varios tipos de la misma.

Áreas de la recreación.

Las áreas de la recreación son las siguientes: físico-deportiva, lúdica, al aire libre, social, manual, acuática, artística, conmemorativa y literaria. Una actividad recreativa puede estar ligada a varias áreas de la recreación y a uno o varios tipos.

Tiempo libre.

Se conoce como tiempo libre a aquel periodo de tiempo en el cual una persona se dedica a realizar actividades que no corresponden a un trabajo formal, labores domésticas o tareas escolares esenciales.

Vida al aire libre.

Son aquellas actividades que se desarrollan en un medio natural permitiendo la integración del individuo con la naturaleza, preservando el medio ambiente, cuidando los recursos naturales y haciendo buen uso del tiempo libre.

Plan nacional de recreación para el buen vivir.

El Plan Nacional de Recreación para el BUEN VIVIR se concibe como un espacio de articulación donde los Ministerios del Poder Popular y otros entes gubernamentales desarrollan, desde sus ámbitos, acciones en materia de recreación para promover el fortalecimiento de la cultura preventiva en las comunidades, alcanzando la venezolanidad y garantizando la participación del poder popular en el ejercicio de valores para la transformación de la realidad de la colectividad bajo la concepción de una nueva oferta de vida.

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del Ministerio del Poder Popular para la Educación www.me.gob.ve y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve

MEDIA GENERAL



Actividades del plan nacional de recreación para el buen vivir.

Juegos deportivos, recreativos y tradicionales, obras teatrales, conciertos, danzas tradicionales, clases grupales y muchas más, son el conjunto de actividades que impulsa el gobierno bolivariano y permiten brindar alternativas recreativas, culturales y deportivas a un sector importante de venezolanos y venezolanas durante los días de asueto (carnaval o semana santa, también en vacaciones escolares y días festivos). en los principales espacios públicos y naturales del país (playas, ríos, balnearios y parques del país, entre otros).

Espacios donde se desarrolla el plan nacional de recreación.

El plan nacional de recreación se desarrolla en los principales espacios públicos y naturales del país (playas, ríos, balnearios, parques, plazas, teatros y museos).

Importancia de la recreación.

La recreación es fundamental para la salud física y mental. Por esta razón, es aconsejable practicar actividades recreativas de vez en cuando que nos proporcionen la posibilidad de despejar la mente y dedicar nuestro tiempo libre a cosas que disfrutemos realmente. En este sentido, la recreación sirve para romper con la rutina y las obligaciones cotidianas, y así aliviar el estrés acumulado.

Experiencias vividas (actividad de evaluación):

1er, 2do y 3er año: Explique, qué es Plan Nacional de Recreación Para el Buen Vivir.

4to y 5to año: Explique:

a. ¿Qué es el Plan Nacional de Recreación para el Buen Vivir?

b. Qué actividades se realizan?

c. ¿En qué espacio se desarrolla?

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** www.me.gob.ve y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve

MEDIA GENERAL



Ministerio
del Poder Popular
para la **Educación**
Inclusión y Calidad

d. Relaciona este contenido con las actividades que observas en tu comunidad.

Materiales o recursos a utilizar:

- Hojas blancas (pueden ser recicladas).
- Lapicero.
- Creyones o marcadores.

Orientaciones a la familia:

Orientar a la o el estudiante en la investigación que va a realizar.

Fuentes interactivas:

- www.uideporte.edu.ve
- www.efedeportes.com
- www.es.wikipedia.org

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** www.me.gob.ve y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve



Gobierno Bolivariano
de Venezuela