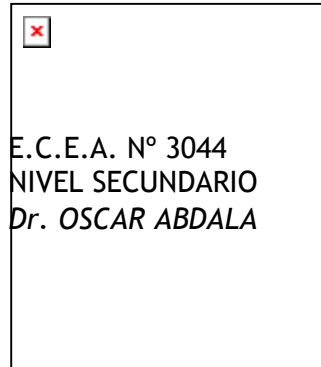




CUADERNILLO EDUCACIÓN FÍSICA

**EDICIÓN ESPECIAL
2012**



5to año secundaria

ALUMNO:.....

Profesor:.....

Curso:.....

Test postural

Altura:..... Peso:.....

Se detectó:

.....

Fundamentación del área

La educación Física forma parte de lo que denominamos el proceso educativo integral e interactúa con las demás áreas del conocimiento debido a que las habilidades motoras favorecen los desarrollos cognitivos.

El movimiento es la principal herramienta con que cuenta el área para lograr sus fines educativos y solo se llega a concienciar el cuerpo, cuando éste está en movimiento y exterioriza motivaciones y necesidades, permitiéndonos expresarnos, relacionarnos, conocernos y reconocernos. Por lo tanto no se reducirá la práctica en mero hacer motriz, sino que buscaremos promover la reflexión sobre el Hacer del alumno y sus implicancias sociales, favoreciendo la elaboración de conceptos que enriquezcan el conocimiento de su propio cuerpo, su motricidad. Colaborando así en la formación de personas saludables, sociales y activas.

Contenidos a trabajar y desarrollar en el año

Olimpiadas 2012

Técnica y táctica de Voley

Actividad de investigación sobre defectos posturales, puesta en práctica en alumnos para el descubrimiento o no de los mismos.

Formas de programación de diversas actividades:

*Organización y confección de juegos para una kermes a desarrollarse con alumnos de nivel primario.

*Selección de grupos y actividades para armar un campamento tipo.

Forma de evaluación:

- Presentación con el uniforme.
- Asistencia a clase (80%).
- Participación activa en clase.
- Evaluaciones escritas y/o prácticas de los contenidos de cada año.
- Presentación de trabajos prácticos en tiempo y forma.



JUEGOS OLÍMPICOS. Símbolos, Ceremonias y más.



E.C.E.A. N° 3044
NIVEL SECUNDARIO
Dr. OSCAR ABDALA

El primer premio para el ganador de los antiguos juegos olímpicos fue una corona de olivo sagrado. Hoy es la medalla de oro.

Las pruebas otorgan tres medallas a los tres primeros puestos de cada prueba: Medalla de Oro, de Plata y de Bronce al primero, segundo y tercero, respectivamente. En el momento de subir al podio los vencedores, se izan las banderas de los países a los que representan los tres atletas y se entona el Himno del país que obtuvo medalla de Oro.

La Ceremonia.

Los Juegos Olímpicos en la actualidad se abren con una ceremonia muy organizada previamente.

Se realiza el desfile de atletas que van entrando al campo de atletismo y deportes. Siempre encabeza el desfile el equipo griego, por ser Grecia el país en que se originaron estos juegos en la antigüedad. Y la marcha se cierra con la presentación en último lugar, de los representantes del país organizador.

Seguidamente se ejecuta el himno olímpico y se iza la Bandera Olímpica.

A continuación hace la entrada el atleta portador de la antorcha olímpica, encendida en Olimpia (Grecia) y transportada por relevos.



La ceremonia hace su cierre con suelta de palomas que simboliza la paz que es el espíritu de estos juegos.

La primera ceremonia fue en Berlín 1936.

Jesse Owens, de EEUU, de raza negra, logró en Berlín 1936, 4 medallas de oro. Los juegos Olímpicos de Berlín de 1936 fueron los primeros en ser transmitidos por televisión.



La Ceremonia de apertura de los [XXX Juegos Olímpicos](#) se planificó para [27 de julio](#) de [2012](#) en el [Estadio Olímpico de Londres](#), construido especialmente para los Juegos.

LA ANTORCHA OLÍMPICA

La primera llama olímpica se encendió en los juegos en Ámsterdam en 1928, trasladada por corredores de



realizados relevo.

Ésta es encendida cada cuatro años por los rayos del sol en la ciudad sagrada de Olimpia, Grecia.

Simboliza la evocación del espíritu olímpico de la antigüedad. El fuego encendido es llevado por los relevos de corredores hasta el estadio de la ciudad organizadora.

El encendido de la llama olímpica constituye un aviso a todos los atletas del mundo de que los Juegos están a punto de empezar. También representa el aviso de que todo debe estar preparado para los miles de personas involucradas en la organización de los Juegos.



Antorcha olímpica y recorrido 2012 La antorcha olímpica fue presentada el 8 de junio de 2011. El diseño asemeja a una malla dorada, y contiene ocho mil agujeros que representan el número de portadores y la distancia en millas del recorrido hasta el día de la inauguración (12.800 km). Su forma triangular tiene varios significados: los valores olímpicos de «*respeto, excelencia y amistad*»; el lema olímpico «*más rápido, más alto, más fuerte*»; el número de ocasiones que la ciudad ha acogido los Juegos Olímpicos; y las áreas de trabajo de Londres 2012: «*deporte, educación y cultura*». Sus creadores fueron Edward Barber y Jay Osgerby.

A diferencia de ediciones anteriores, la antorcha no tendrá una trayectoria internacional y será trasladada directamente desde Grecia al Reino Unido. En Grecia se llevará a cabo la ceremonia del encendido del fuego olímpico el 10 de mayo y arribará al Estadio Panathinaikó el día diecisiete. El 18 de mayo llegará al Reino Unido, y el siguiente día iniciará el recorrido de setenta días desde Land's

JURAMENTO

Desde el comienzo de los Juegos Olímpicos Modernos se fueron agregando ceremonias y elementos que exaltaron algún significado: desde los aros olímpicos, hasta la antorcha, la Bandera, el Himno, todos fueron diseñados para resaltar el espíritu de competencia entre los participantes, continuando con el lema del Barón de Coubertín, de que "lo importante es competir, no ganar".

El Juramento se realizó por primera vez en 1920, en los juegos de Amberes. Durante la ceremonia inaugural un solo deportista, que representa a la totalidad de atletas, jura comprometerse a cumplir las reglamentaciones que rigen las competencias.

LA BANDERA OLÍMPICA Y EL HIMNO

La Bandera Olímpica fue diseñada por el Barón Pierre de Coubertín en 1913.

Su Lema es la frase: "Citius, Altius, Fortius" (más rápido, más alto, más fuerte) con el significado de que se llevará los lauros el competidor más alto, más rápido, más fuerte, en cada una de las disciplinas olímpicas.

Esta Bandera está diseñada sobre fondo blanco sin orla, sobre el que se insertan en el centro, cinco aros entrelazados (tres arriba y dos abajo), representando a los cinco continentes en unión, hermanos.



Los cinco aros entrelazados son de distintos colores, representando el de color amarillo a Asia, el azul a Europa, el negro a África, el verde a Australia y el rojo a América, simbolizando a los cinco continentes participantes.

La Bandera se utilizó por primera vez en los Juegos de París en 1914.

El Himno El Himno fue compuesto por los griegos Spiros Samaras (música) y Costis Palamas (letra). Dicho himno olímpico se interpreta en la inauguración de los juegos, en el momento en que se entra al estadio anfitrión.

MASCOTA OLIMPICA

Las [mascotas](#) de los [Juegos Olímpicos](#) o Mascotas Olímpicas son uno de los principales símbolos de cada uno de los eventos olímpicos. Las mascotas son, usualmente, animales o figuras antropomórficas representativas de la zona de realización de los Juegos o del evento en sí. En la actualidad, las mascotas son elementos de gran importancia para los diversos [productos licenciados](#) que se generan en torno a los Juegos.



Las mascotas oficiales de los Juegos Olímpicos y Paralímpicos son Wenlock y Mandeville. Fueron creadas por la empresa Iris y presentadas el 19 de mayo de 2010. De acuerdo al relato, ambos nacieron de las gotas de acero caídas de la construcción de la última viga de apoyo del Estadio Olímpico de Londres.¹⁶

Los nombres de las mascotas se refieren a dos localidades británicas de trascendencia para el olimpismo. El nombre de Wenlock está basado en la ciudad de Much Wenlock, situada en el condado de Shropshire, donde tuvieron lugar los Juegos Olímpicos de Wenlock, organizados por William Penny Brookes y una de las inspiraciones del barón Pierre de Coubertin, fundador del movimiento olímpico moderno. El nombre de Mandeville, en tanto, hace referencia a Stoke Mandeville, en el condado de Buckinghamshire. En ese lugar, en el año 1948 —el mismo día que eran inaugurados los Juegos Olímpicos de Londres— el doctor Ludwig Guttmann organizó una competencia para veteranos de la Segunda Guerra Mundial que padecían lesiones en la médula espinal, la cual sentó las bases para los Juegos Paralímpicos.

HISTORIA DE LAS OLIMPIADAS

OLIMPIADAS ANTIGUAS.

Si se quiere conocer el nacimiento de los deportes hay que remontarse a la historia de la Antigua Grecia. Aunque haya habido manifestaciones anteriores, los Primeros Juegos Olímpicos se realizaron en el año 776 antes de Cristo.

Los juegos Olímpicos se llamaron así porque se jugaban en el Santuario de Olimpia, en el Peloponeso, en honor de Zeus, y los juegos comenzaban con una ceremonia y un sacrificio al Dios Zeus. y se disputaban en un estadio de la vecina ciudad de Élide.

La primera edición consistió únicamente en una carrera de 185 o 190 metros (un largo de la pista de atletismo) por 32 de ancho; y el vencedor fue Coroebos de Élide. Posteriormente se fueron añadiendo carreras más largas, luchas y el pentatlón, que comprendía lanzamientos de disco y jabalina, carreras a campo traviesa, salto de longitud y lucha libre. Después se agregaron el boxeo, las carreras de carros, la forma de lucha violenta conocida como pancracia, y otros deportes. Otra de las primeras pruebas olímpicas fueron los saltos en largo, a causa de que los griegos acostumbraban saltar zanjas y arroyos, y estaban entrenados en eso.

Los juegos olímpicos se celebraban en verano y cada cuatro años, período que llamaban Olimpiada.

En ese período se paralizaban los conflictos bélicos. En honor a los Dioses y logrando la unión de los griegos en esas ocasiones, se celebraban los juegos antiguos. Eran cuatro: los juegos ístmicos, los píticos, los nemeos y los olímpicos.

La competencia deportiva era realizada sin ropa y con los pies descalzos. Se excluían a las mujeres e, incluso, les era vedada su participación como espectadoras. Cabe citar que la esposa de Diágoras, quien había sido un célebre campeón olímpico, se introdujo disfrazada con una túnica a un coso para ver triunfar a su hijo, pero al ser descubierta se le llevó a la corte, donde fue perdonada sólo por ser la madre de un campeón y por ser la esposa de Diágoras.

La Primera Maratón ocurrió cuando en 490 antes de Cristo un héroe griego: el soldado Filípides, recorrió 40 kilómetros con noticias de la batalla de Maratón.

El primer premio para el ganador de los antiguos juegos olímpicos fue una corona de olivo sagrado.

En el año 393, el emperador Teodosio abolió los Juegos Olímpicos. La concepción cristiana en la época consideraba inmoral el culto del físico.

OLIMPIADAS MODERNAS.

Los Juegos Olímpicos Modernos fueron creados por Pierre de Coubertín, el principal impulsor de la Educación Física en Francia, quien quería recuperar los ideales deportivos de la Grecia Clásica.

Para los Juegos Olímpicos de Londres, cada país participante tuvo la posibilidad de desfilar con sus respectivas banderas. En esa ocasión, el Barón Pierre de Coubertín expresó "*Lo importante no es ganar sino competir*", frase que quedó en la historia de los Juegos..

La misión pacificadora de los juegos sería la pauta -de especial atención prioritaria- para Coubertín, quien manifestaba: "Es preciso que cada cuatro años los Juegos Olímpicos restaurados den a la juventud universal la ocasión de un encuentro dichoso y fraternal, con el cual se disipara poco a poco esta ignorancia que mantiene los odios, acumula los malentendidos en el destino bárbaro de una lucha sin cuartel..." Coubertin no se desanimó tras el primer fracaso, y en 1894, en el mismo recinto, fue aprobado el proyecto por unanimidad, creándose el Comité Olímpico Internacional y designándose como primera sede de los juegos a Atenas, para 1896.

Desde 1936, diversos atletas se relevan para transportar la antorcha olímpica encendida en Grecia, hasta el estadio donde se celebran los Juegos. Allí permanece encendida durante todo el transcurso de los mismos.

Podían participar solamente deportistas aficionados. El primer premio para el ganador de los antiguos juegos olímpicos fue una corona de olivo sagrado. Hoy es la medalla de oro.

La primera llama olímpica se encendió en los juegos realizados en Ámsterdam en 1928, trasladada por corredores de relevo.

En 1932, se construyó en Los Ángeles la primera Villa Olímpica, con motivo de celebrarse allí los juegos. Jesse Owens, de EEUU, de raza negra, logró en Berlín 1936, 4 medallas de oro. Los juegos Olímpicos de Berlín de 1936 fueron los primeros en ser transmitidos por televisión.

En 1960, ganó su medalla de oro el primer africano negro (etíope), Abebe Bikila, quien ganó la maratón, habiendo corrido descalzo. Cuatro años después repitió en Tokio la hazaña, pero con zapatillas.

Las primeras olimpiadas para discapacitados se celebraron en 1960 en Roma. El récord en 400, 800, 1500 y 5000 metros en silla de ruedas lo obtuvo la atleta Louise Sauvage.

El 5 de septiembre de 1972, el mundo se estremece por el atentado terrorista ocurrido en Munich '72. El Grupo Septiembre Negro de la OLP asesina a once integrantes de la delegación israelí. En Montreal 1976, la gimnasta rumana Nadia Comaneci obtuvo los 10 puntos.

El 8 de marzo de 1999 fue presentado al público el diseño de la antorcha olímpica para Sydney 2000. Los anillos del símbolo olímpico representan los cinco continentes entrelazados.

Las Olimpiadas modernas no se realizaron en los años 1916, 1940 y 1944 por problemas bélicos, por estar el mundo en plenas guerras mundiales.

En 1924 tuvieron lugar por primera vez en Chamonix, Francia, los Primeros Juegos Olímpicos de Invierno, y desde entonces se realizan en forma separada, pero en los mismos años que los de verano.

El COI es el Comité Olímpico Internacional que regula estos juegos, y cada país que quiera participar, debe poseer un Comité Olímpico Nacional reconocido por el COI. (comité olímpico internacional)

Entre sus reglas está el NO PERMITIR NINGÚN TIPO DE DISCRIMINACIÓN ENTRE LOS PARTICIPANTES y las competiciones se consideran de carácter individual y no nacional, aunque la participación de algún país se haya prohibido por su política interna.

Quizás el punto que creó más conflictos era el carácter de aficionado que debían tener los competidores; lo que trajo más de una descalificación, y que obligó a rever las reglas.

Ante la evidencia de participación de atletas profesionales encubiertos, el COI varió en 1976 sus estatutos, y admitió que los participantes pudieran ser compensados económicamente por el tiempo que no estaban en sus trabajos para poder entrenar, y esto abrió la posibilidad de dedicarse exclusivamente a la práctica deportiva.

ATLANTA '96: LOS JUEGOS DEL CENTENARIO.

Lo que era para ser una fiesta de los 100 años en los Juegos Olímpicos fue resumida en una bomba. Todo iba bien en Atlanta hasta que estalló una bomba en medio de la multitud que asistía al show musical, en el parque Centenario en el centro de la ciudad.

El dinero que circuló en toda la Olimpiada llegó a números impresionantes: US\$ 4 billones. La organización de los juegos amenazó en quitarle el oro a la nadadora Cláudia Poll (quien ganó en los 200m libres) porque compitió con una gorra con el logo de Pepsi. El detalle es que Atlanta es la ciudad natal de la Coca-Cola.

Las mujeres fueron las principales destaques en los Juegos. Por primera vez el número de mujeres inscritas pasó de 3 mil, un número sorprendente para quien hace 100 años no podía ni soñar en tener una medalla. Una de ellas fue la francesa Marie-José Percec que ganó los 200m y 400m en el atletismo. Otras que brillaron fue la sudafricana Penny Heins que ganó la primera medalla de oro de su país después de 1952, y la nadadora irlandesa Michelle Smith, oro en los 400m, 400m libres, 200m medley y bronce en los 200m.

La Olimpiada le sirvió al mundo ver por última vez al norteamericano Carlos Lewis quien anunció su retiro definitivo después de conquistar 9 medallas de oro en estas Olimpiadas.

SYDNEY 2000: LA PISCINA, GRAN PROTAGONISTA.

Los de Sydney 2000 fueron los últimos Juegos de Juan Antonio Samaranch, que durante la celebración de los mismos además perdió a su mujer, como presidente del Comité Olímpico Internacional (COI) y pasaron, como él mismo dijo, como

"los mejores de la historia".

Los del 2000 tuvieron en las aguas del Acuatic Center de Sydney a sus grandes protagonistas, recogiendo hasta 14 plusmarcas. El pulso entre el héroe local Ian Torpe y el holandés Pieter van den Hoogenband marcaron las pruebas de natación. El 'Torpedo' sufrió una dolorosa derrota en los 200 metros libres a manos de 'VDH', que de paso le arrebató el récord mundial.

Ambos fueron dos de las grandes estrellas de la disciplina acuática, pues el australiano sumaría tres oros (dos por relevos y los 400 metros libres) y una plata. El 'oranje' firmó un 'doblete' en los 100 y 200 metros libres, con sendas plusmarcas incluidas, siendo además el primer hombre en nadar el hectómetro por debajo de los 48 segundos.

ATENAS 2004.

El [símbolo](#) del evento fue la [corona de laurel](#), dado su significado en la [antigua Grecia](#) y en sus primeros [Juegos Olímpicos](#); por ello se impuso una corona semejante a los tres medallistas de cada prueba.

La delegación de [Afganistán](#), ausente en los Juegos Olímpicos desde la llegada del movimiento [talibán](#) al poder, fue calurosamente recibida al igual que la delegación [iraquí](#); por el contrario, la delegación de [Estados Unidos](#) fue recibida entre rechiflas como forma de repudio a la actuación de ese país en la [Guerra de Irak](#). Las delegaciones de las dos Coreas marcharon juntas de manera simbólica dado que sus delegaciones participan de manera separada.

Michael Fred Phelps es un [nadador estadounidense](#). Ha ganado un total de 14 medallas olímpicas de oro en su carrera, más de las que ningún deportista olímpico ha conseguido hasta la fecha. De forma frecuente, se le menciona como el mejor nadador de la historia y como uno de los mejores deportistas olímpicos de todos los tiempos. Hasta el [2 de agosto](#) de [2009](#), Phelps batió 37 récords mundiales en natación.

Phelps ostenta el récord del mayor número de [medallas de oro](#) ganadas en unos juegos olímpicos, con sus ocho medallas de oro conseguidas los [Juegos Olímpicos de Pekín 2008](#), superando al nadador estadounidense [Mark Spitz](#) que obtuvo siete medallas de oro en los [Juegos Olímpicos de Múnich 1972](#).

En total, Phelps ha ganado 16 medallas olímpicas: seis oros y dos bronce en [Atenas 2004](#), y ocho oros en Pekín 2008.

LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE PEKÍN 2008 (OFICIALMENTE DENOMINADOS JUEGOS DE LA XXIX OLIMPIADA)

Se realizaron en Pekín capital de la República Popular China, entre el 8 y el 24 de agosto de 2008, aunque el torneo de fútbol comenzó dos días antes, el 6 de agosto. Tras su conclusión, se realizaron los XIII Juegos Paralímpicos, los cuales comenzaron el 6 de septiembre, siendo realizados en la misma ciudad, y con final el 17 del mismo mes.

El evento deportivo contó con 302 pruebas en 28 deportes en las que participaron unos 10.902 atletas.

Los Juegos Olímpicos de Pekín 2008 se convirtieron en el evento más costoso de la historia olímpica, alcanzando un costo que habría superado los 44.000 millones de dólares, casi triplicando el presupuesto final de su antecesor, los Juegos Olímpicos de Atenas 2004.

Como ocurrió en eventos anteriores, la organización de este evento enfrentó problemas de carácter político e ideológico desde su elección, el 13 de julio de 2001. Junto a las críticas respecto a los problemas de contaminación atmosférica que poseía la ciudad sede, las acusaciones de violaciones a los derechos humanos que ha recibido el régimen chino por una parte importante de la comunidad internacional provocaron diversas manifestaciones, que incluso afectaron el recorrido de la antorcha olímpica.

TÉCNICA ESPECIAL PARA LA ENSEÑANZA Y DIRECCIÓN DE JUEGOS

Extraído del libro "RECREACIÓN Fundamentos, didáctica y recursos" de Juan Carlos Cutrera - Editorial Stadium 1997 (con autorización)

Según el juego puede fijarse una serie de normas. En este caso tomaremos como juego-tipo el clásico sistema de relevos, juegos comunes en los patios, en el gimnasio o en las aulas, en los que cada uno de los integrantes del equipo sustituye a su antecesor en el desarrollo de la acción reglamentaria propuesta hasta que todos concluyan. Para esto sugerimos los siguientes pasos

- 1) **Presentación (motivación):** Motivar al grupo mediante una cortés invitación para que participe haciendo algún comentario relativo al tema. También es importante nombrar la actividad (el nombre del juego)
- 2) **Ubicación (formación):** Constituir los bandos o equipos y ubicarlos debidamente formados en el lugar del comienzo del juego.
- 3) **Explicación:** Debe ser clara y lo más sintética posible. Al formular mentalmente la esquematización de un juego, debemos colocar en primer lugar el objetivo mismo de la acción: concretamente, explicar cómo se gana el juego, cómo se obtienen los puntos Y cómo concluye la actividad. A partir de ahí, explicar cómo se desarrolla el juego y cuáles son sus reglas (Ejemplo este juego consiste en tratar de ser el equipo que corra más rápidamente esta distancia, en ida y vuelta, reemplazándose sucesivamente unos a otros hasta que todos corrieron. El equipo que gana es el que completa primero la carrera. Se puede correr libremente, pero no se puede (aquí se dice cuáles son las reglas)
- 4) **Demostración:** siempre que sea posible es conveniente ratificar lo que se explicó mediante una demostración a cargo de un participante, haciendo que se detenga en los puntos dificultosos del juego para que todos capten bien cuál es la dificultad. Eventualmente -la demostración podría ser realizada por el propio profesor.
- 5) **Pregunta: ¿Alguien tiene dudas?:** esta pregunta es fundamental para nuestra tranquilidad y para el buen desarrollo futuro del juego. Nunca debemos omitirla. Recordando lo que dijimos al referirnos a la constitución psicológica de los grupos humanos, no podremos desconocer que existen niños, jóvenes y adultos tímidos que, además de no haber comprendido la explicación, prefieren no ponerse en evidencia, quedándose con la duda. Esto complica el juego más tarde. Por ello, una vez formulada dicha pregunta, respondamos a todos, reiterando en voz alta bien fuerte, la duda planteada. Jamás respondamos solamente a quien hace la pregunta. Por (lo general, un "caradura")
- 6) **Señal concreta de comienzo:** después de un breve suspenso y luego de habernos asegurado de que todo está en orden formularemos una señal bien clara que evite cualquier clase de dudas.
- 7) **Control, participación, aliento, entusiasmo:** cuestiones muy importantes para el éxito de la dirección de juegos Una vez iniciada la actividad debemos unir a nuestra tarea de jueces (cordialísimamente severos y severísimamente cordiales.... jueces necesarios, precisamente para la lógica administración de la JUSTICIA que todo juego requiere, el aliento a los participantes, voces de estímulo y ayuda y nuestro entusiasmo delirante. ¡Nosotros debemos divertirnos mucho! Esto contagiará al grupo en su dinámica. La actitud contraria (lamentablemente observada muchas veces...) deprime a los competidores y les hace perder todo interés en el juego
- 8) **Concreción del final:** una objetiva y clara señalización de quien gana (a través de un destacado gesto de nuestra parte) indicará la conclusión del juego en su fase competitiva ¡Pero no de la actividad en sí! Precisamente, en cierto tipo de juegos -principalmente en los de relevo- es fundamental que todos lleguen a participar. Si procediésemos a detener todo el mecanismo de actividad cuando el primero de los equipos concluye, alguien (...o algunos..) quedarían sin participar. Es importante señalar la culminación de cada uno de los equipos e instar vivamente a que el resto continúe, estimulando en forma especial a los más lentos y atrasados.
- 9) **"Premio" a los ganadores:** el ansia de reconocimiento forma parte de las necesidades humanas que la ciencia ha investigado Y que, junto con las de correspondencia, de nueva experiencia y de seguridad, más las de desarrollo en los campos ético y estético, estimulan permanentemente al ser actor. Ser reconocido significa alentar, a través de la aprobación de terceros, nuestra satisfacción por una acción positiva. Mostrar un cuadro, exhibir una virtud, exponer una aptitud deportiva,, , ¡ganar un juego!, necesita finalmente ser retribuido con un reconocimiento. De aquí el "premio" al ganador, que alcance a destacar el mérito en forma simple, nunca material. Esto último trastrocaría la esencia del juego. Un breve batir de palmas, un aplauso especial ("de uñas", "mudo", "cruzado", "del indio", etc), "enfoque" a los ganadores (todos ponen sus manos sobre las cabezas simulando reflectores dirigidos hacia aquéllos). "puñados

de felicitaciones" y muchas variantes ingeniosas al alcance de cualquiera. ¡O que los Perdedores lleven "a babuchas" a los vencedores! Todo, lo repetimos, dentro de la cordialidad y del inevitable afecto que debe imperar en el mundo del JUEGO POR EL JUEGO MISMO

10) Complementariamente... recordamos que el éxito de las actividades recreativas que proponemos, depende casi en su totalidad de nuestra actitud, de nuestra técnica y de nuestra habilidad para darnos cuenta cuando -en algún momento- las cosas no andan bien. Por ello se ha generalizado mucho aquella frase que dice "Mate el juego antes que éste muera". Debemos concluir rápidamente un juego (lógicamente, poniendo un motivo válido para ello) cuando observemos que no es satisfactorio. De no ser así, al decaer el entusiasmo del grupo, ese juego morirá, siendo necesario eliminar totalmente esa futura posibilidad en sus participantes. En esto tiene mucho que ver nuestra tarea selectiva para la debida adecuación de los juegos a los grupos que orientamos

observemos ahora la esencia de nuestra función: recreación es manifestación espontánea y placentera. ¡Nadie recrea a nadie! Todos nos recreamos. Niños, jóvenes y adultos se recrean. Una misma propuesta y un mismo espectáculo generan en sus participantes o espectadores actitudes receptivas, incorporaciones o vivencias totalmente diferentes en cuanto a calidad e intensidad. Por ello nos corresponde generar los impulsos necesarios para que todos y cada uno de nuestros discípulos hallen en la sugerencia o propuesta presentada, una incentivación atrayente, logrando que todos se recreen, y que el grado individual de esa captación apunte a lo más alto.

No tenemos duda de que para todo esto se necesita superar aquella dificultad inicial ya mencionada: quien acepte nuestra propuesta tendrá que hacerlo porque quiere, no porque se lo ordenan ¡Sería realmente ridículo pensar en alguien que obligue a otro a recrearse! Quien se recrea lo hace siguiendo los dictados de su propio interés Pero, lamentablemente, es cada vez más difícil hallar las motivaciones, o el ánimo necesario, o las condiciones ambientales favorables y pacíficas y/o ¿por qué no? ¡la solidez necesaria como para no sentirse inhibido! Es ahí donde el sutil estímulo del buen líder, promotor, maestro o guía se transforma en una poderosa fuente generatriz. Con una Planificación lógicamente fundada en la coherencia de los intereses propios de cada edad se podrán procesar de tal manera las inquietudes que todos, o casi todos sientan el deseo de actuar en la propuesta ¡DEL MISMO MODO QUE SI SE TRATASE DE UNA INICIATIVA PROPIA!

Para ello, el orientador debe adoptar una actitud (la actitud Positiva ya descrita) que podríamos expresar en las sugerencias que detallaremos a continuación en forma de "cualidades" o "normas":

- Sea siempre amable; la cortesía y la amabilidad son "lubricantes" de la convivencia. - invite; no "mande".
- Respete la personalidad de todos y cada uno, cualquiera fuere su edad. Recuerde que cada uno es un "yo" diferente, con sus propias angustias, alegrías y dificultades. ¡Sea indulgente!
- Mire a todos a los ojos.
- Anime permanentemente a sus discípulos ¡Aliéntelos!
- Tenga gestos de simpatía y afecto para cada uno toda la vez que pueda, ¡no olvide ni margine a nadie!
- ¡No parcialice su afecto!
- Destaque siempre los buenos ejemplos
- Sea USTED mismo un buen ejemplo en su puntualidad, en su sentido del humor, en su equidad, en su vocación de servicio, en su amabilidad, en su pulcritud. en su sobriedad y en su equilibrio emocional
- Converse mucho con sus discípulos
- Hable siempre en primera persona del plural ("vamos" a cantar, "vamos" a jugar, "nos estamos" equivocando... etc.)

Además de esto, recuerde:

- Que de su RESPONSABILIDAD y de su ENTUSIASMO ¡va a depender la felicidad de todos!
- Que no existen niños, jóvenes ni discípulos "malos" ni grupos desordenados ni indisciplinados
- Que quien participa en la acción recreativa halla casi siempre mucho de aquello que no tiene en su vida rutinaria y que, evidentemente, le gusta: espacios para saltar o moverse, elementos de juego, amigos o

compañeros de su misma edad e intereses similares, inexistencia de obligaciones...; entonces ¡aproveche y benefícelos!

- Que su obligación es cooperar para un mundo mejor. Y para que todos se acerquen a esto, usted debe "esparcir" felicidad. ¡Y para esto usted debe ser feliz! Todos tenemos dificultades y problemas. Los suyos no son mayores ni menores que los de nadie. Dale el lugar y el momento que les corresponde que ¡no es, precisamente, el encuentro recreativo! ¡Sus discípulos están muy necesitados de alegría y no son culpables de los problemas que usted tiene!

- Que si usted NO QUIERE a su tarea (y esto lo notará cuando sienta que la actividad le molesta, que sus discípulos son una carga y que si estuvieran ausentes sería mejor...) ¡lo más sensato es dejarla! De lo contrario ¡usted estará haciendo algo muy malo para si y, muy especialmente, para sus inocentes víctimas!

Al margen de lo expresado no dudamos que las posibilidades operativas en el campo de la recreación cambian sustancialmente según sea la personalidad de cada maestro. Muchas veces, los fracasos son producto de una falta de adecuación del líder a lo que su posibilidad o su condición personal alcanza. No es pecado alguno reconocerse imposibilitado de encarar determinados enfoques recreativos especiales, para los que se requiere una personalidad muy particular.

El mundo de la recreación presenta una larga escala para que cada uno de los maestros, profesores, líderes y promotores pueda escoger el peldaño a su alcance. a saber:

1) **Crear condiciones:** presentar material recreativo, preparar el terreno, provisión de elementos útiles, dar como obsequio (ejemplo, en cumpleaños de los niños) cosas incentivadoras (colección de sellos postales, etc...)

2) **Motivar, promover, sugerir:** acción indirecta, la sugerencia o invitación a personas o grupos -equipos deportivos, grupos escolares, grupos de colonia de vacaciones o Campamentos - pueden ser base de una acción de interés que, de otra manera no surgiría

3) **Instruir, capacitar:** preparar a uno o mas -en los cuales hallemos capacidad de liderazgo- para que ellos sean los puntales de actividades de interés general

4) **Organizar:** producir directamente la esquematización y el desarrollo operativo de actividades, teniendo el personal especializado en los diferentes ámbitos para la conducción específica

5) **Conducir, dirigir, liderar:** tarea directa frente a grupos, requiere capacidad, actitud especial y mucha experiencia

6) **Evaluar, corregir, mejorar:** Procurar permanentemente, basándose en análisis de los resultados, la jerarquización de las planificaciones propuestas, contemplando una constante superación.