



XIX JUEGOS PANAMERICANOS SANTIAGO 2023

Guía de Educación Olímpica





Directora del proyecto:

Silvia Dalotto – Marcó

Textos y actividades:

Graciela D´Amato (AOA 2004)

Julio Bastias (AOA 2007)

Tomás Rodríguez Couto (AOA 2014)

Laura Spaccarotella (AOA 2016)

Karina Daciuk (AOA 2018, MOSO 2017)

Verónica Briozzo (MOSO 2020)

Walter Gorena (AOA 2022)

Silvia Dalotto - Marcó (Directora AOA,
MOSO y Educación Olímpica)

Dirección de arte y diseño editorial:

Morocho Estudio - morochoestudio.com

Fotografías:

Comité Olímpico Argentino

Panam Sports

AUTORIDADES

Mesa Directiva

Presidente: Mario Moccia

Vicepresidente 1º: Alicia Masoni de Morea

Vicepresidente 2º: Walter Pérez

Vicepresidente 3º: Marcelo Achile

Secretario General: Víctor Sergio Groupierre

Prosecretario: Mariano Rodríguez Giesso

Tesorero: Carlos Gabriel Ferrea

Protesorera: Laura Martinel

Secretaria de Actas: Mabel Roca

Vocal 1º: Gregorio Werthein

Vocal 2º: María Julia Garisoain

Vocal 3º: Anibal Domingo Fernández

Representante Atletas: Paula Pareto

Presidente Honorario y Miembro COI: Gerardo Werthein

Gerente general: Martín Bonjour

Presidente de la Comisión de Educación

Deportiva y Academia Olímpica Argentina: Carlos Alberto Marino

Directora de Educación Olímpica

y Academia Olímpica Argentina: Silvia Dalotto - Marcó

BIENVENIDA

Mario Moccia
Presidente

Estimados docentes y alumnos,

Gracias por sumarse a esta propuesta destinada a promover valores a través del deporte.

Trabajar en la iniciación deportiva, en el desarrollo del deporte de base y en la promoción de hábitos de vida saludable es fundamental en la construcción de una sociedad más sana.

El deporte como la educación es una oportunidad para que nuestros niños y jóvenes descubran un talento, una destreza, una opción de vida diferente.

Este año decidimos trabajar con los **XIX Juegos Panamericanos** que se realizarán en Santiago de Chile.

¿A qué nos referimos cuando mencionamos “Educación Olímpica”?

A enseñar valores a través del deporte tomando como marco lo que sucede en los Juegos que forman parte del Ciclo Olímpico.

Los XIX Juegos Panamericanos son un evento multideportivo internacional que se celebrará entre los días 20 de octubre y 5 de noviembre de 2023 en el cual participarán atletas que representarán a 41 países de América.

Les presentamos algunas actividades para que **todos** seamos parte de la educación a través del deporte y en el apoyo a nuestros atletas.

¡El Comité Olímpico Argentino les da la **bienvenida** y los invita a trabajar con este material!

INTRODUCCIÓN

En el año 2009 el Comité Olímpico Argentino instauró el Programa de Educación Olímpica a través del cual trabaja con instituciones educativas y deportivas en la promoción de valores a través del deporte.

Los Juegos Olímpicos, los Juegos Panamericanos y todos los grandes eventos deportivos son una excelente herramienta para trabajar con los niños y jóvenes.

Los Juegos Panamericanos de Santiago 2023 nos brindan una excelente oportunidad para volver a poner en valor a nuestros atletas, a los atletas del continente, a esta gran fiesta deportiva y para realzar el valor educativo del deporte.

Las actividades que aquí se presentan fueron creadas desde el área de Educación Olímpica del C.O.A. con la colaboración de alumnos egresados de la Academia Olímpica Argentina y del Curso Avanzado en Gestión Deportiva (MOSO por sus siglas en inglés) a quienes agradecemos su tiempo, compromiso y creatividad.

Les presentamos esta Guía con actividades donde los niños y jóvenes pueden directamente realizarlas, pero donde también los docentes pueden aplicarlas, modificarlas, adaptarlas o crear otras de acuerdo a inquietudes, realidades, entorno, materiales y grupos etarios.

¡Bienvenidos al mundo de la Educación Olímpica!
¡Bienvenidos los XIX Juegos Panamericanos Santiago 2023!

Silvia Dalotto – Marcó
**Directora de Educación Olímpica
y Academia Olímpica Argentina**

Carlos Alberto Marino
**Presidente de la Comisión de
Educación Deportiva y A.O.A**

CONOCIENDO EL MUNDO PANAMERICANO

Autor

Tomás Rodríguez
Couto

¿Qué son los Juegos Panamericanos?

Los Juegos Panamericanos son la máxima cita deportiva del continente; es el evento multidisciplinario más importante de América.

Allí, cada cuatro años, los mejores exponentes del continente compiten en busca de la excelencia deportiva en la escala inmediatamente previa a los Juegos Olímpicos.

La primera edición de los Juegos Panamericanos se realizó en 1951, en Buenos Aires. Se disputaron 18 deportes y participaron 21 Comités Olímpicos Nacionales, plasmando una idea que ya tenía 19 años. De hecho, hubo una primera organización en Dallas en 1937, aunque no se considera oficial.

Santiago 2023

Desde el 20 de octubre hasta el 5 de noviembre, Santiago 2023 será la XIX edición de los Juegos Panamericanos. La capital chilena, sede de los Juegos por primera vez en la historia, espera más de 7000 deportistas de toda América provenientes de 41 países para disputar un total de 39 deportes.

Más de 20 deportes serán clasificatorios a París 2024, la próxima cita Olímpica. Mientras algunos obtendrán su clasificación de acuerdo con su posición final, otros lo lograrán según las marcas que realicen en la competencia.

Panam Sports

Fundada en 1948, la Organización Deportiva Panamericana lleva más de 70 años liderando el Movimiento Olímpico de las Américas.

La misión principal es organizar los Juegos Panamericanos cada cuatro años. Panam Sports (con nueva imagen, estilo y nombre desde 2018) tiene como objetivo impulsar el desarrollo del deporte y apoyar el trabajo de los 41 países miembros para inspirar a la siguiente generación de atletas del continente.

ÍNDICE



Pág. 11

**JUEGOS
PANAMERICANOS**



Pág. 24

JUEGO LIMPIO



Pág. 12

¿CUÁNTO SABEMOS?



Pág. 25

**USO RESPONSABLE
DE REDES SOCIALES**



Pág. 15

EMBLEMA



Pág. 26

TRABAJO EN EQUIPO



Pág. 16

**EMBLEMA Y SENTIDO
DE PERTENENCIA**



Pág. 28

**DEPORTES
PANAMERICANOS Y
PARAPANAMERICANOS**



Pág. 17

**LA MASCOTA Y
LA SUSTENTABILIDAD**



Pág. 29

**EQUILIBRIO ENTRE
CUERPO, MENTE Y
VOLUNTAD**



Pág. 19

**EL DEPORTE COMO
HERRAMIENTA PARA
LA CULTURA**



Pág. 31

**ELIGE TU CANCIÓN
FAVORITA**



Pág. 20

TU DEPORTE



Pág. 32

**LA IMPORTANCIA DE
LOS SÍMBOLOS PARA
TRANSMITIR MENSAJES**



Pág. 22

**LA DANZA EN LA
HISTORIA DEPORTIVA**



Pág. 33

MEMOTEST



Pág. 35

**LOS VALORES
OLÍMPICOS**



Pág. 45

**RESILIENCIA
E INCLUSIÓN**



Pág. 36

**LA MASCOTA QUE
MÁS TE GUSTE**



Pág. 45

**LA EXCELENCIA
ES UN PROCESO**



Pág. 37

**¿CUÁLES SON LOS
DEPORTES ENCONDIDOS
EN LA SOPA DE LETRAS?**



Pág. 49

**SUMANDO AÑOS,
SUMANDO HISTORIA**



Pág. 38

¿CREAMOS UN #?



Pág. 49

**RESPECTO A
LOS DEMÁS**



Pág. 39

**EL FUEGO
PANAMERICANO**



Pág. 52

**IGUALDAD
DE GÉNERO**



Pág. 41

**LAS MEDALLAS
PANAMERICANAS**



Pág. 54

**ALFABETIZACIÓN
FÍSICA Y DEPORTES**



Pág. 42

**LOS PICTOGRAMAS
DE SANTIAGO 2023**



Pág. 56

**CONOCIENDO
AMÉRICA Y SUS
JUEGOS**



Pág. 44

**IDENTIFICANDO LOS
PICTOGRAMAS CON
LOS DEPORTES**

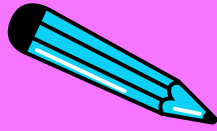


Pág. 57

SOLUCIONES



XIX JUEGOS PANAMERICANOS



ACTIVIDADES

GUÍA DE EDUCACIÓN OLÍMPICA

S2023



JUEGOS PANAMERICANOS

Autora

Silvia Dalotto – Marcó

Lectura:

Entre los días 28 y 31 de agosto de 1940 se reunieron en la ciudad de Buenos Aires representantes de Argentina, Bolivia, Brasil, Costa Rica, Chile, Ecuador, El Salvador, Estados Unidos, Guatemala, Haití, México, Nicaragua, Paraguay, Perú, Uruguay y Venezuela a los que hay que sumar Colombia y Cuba que adhirieron, sin enviar delegados.

Quienes fueron parte de ese Congreso representaban a los Comités Olímpicos y a organismos nacionales o privados rectores del deporte en cada país.

En este primer Congreso Panamericano se establecieron las normas de los Juegos de la misma denominación y se estableció que éstos se celebrarían cuatrienalmente a partir de 1942.

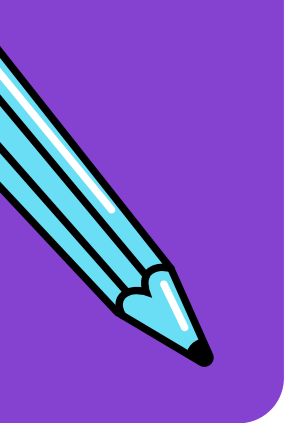
Las dificultades a raíz de la Segunda Guerra Mundial motivaron sucesivas postergaciones.

Finalmente, en el mes de marzo de 1951, en la ciudad de Buenos Aires se llevaron a cabo los Primeros Juegos Deportivos Panamericanos.

Investiga:



¿Qué países recibieron los Juegos Panamericanos en más de una oportunidad?



Autora

Silvia Dalotto – Marcó

El mundo del deporte está organizado y regido por instituciones a nivel nacional, regional, continental y mundial.

Además, todos los eventos deportivos pertenecen al ciclo olímpico o al ciclo federativo.

Los Juegos Panamericanos entran en la clasificación de eventos que pertenecen al ciclo olímpico.

Te desafiamos a que realices una autoevaluación para que conozcas tu nivel de conocimientos acerca de los Juegos que componen el ciclo olímpico.

¡Es un desafío a tus propios conocimientos!



1. ¿Cuál es el evento multideportivo a nivel mundial más relevante en el ciclo olímpico?

- a. Los Juegos Suramericanos
- b. Los Juegos Olímpicos
- c. Los Campeonatos Mundiales de un deporte
- d. El Campeonato Mundial de Fútbol



2. Los Juegos Panamericanos se realizan cada:

- a. 2 años
- b. En períodos indeterminados
- c. 4 años
- d. El año después de los Juegos Olímpicos



3. Los eventos que reúnen a muchos países en un solo deporte se denominan:

- a. Juegos
- b. Campeonatos
- c. Desafíos
- d. Ninguna denominación en particular



4. Los Juegos Panamericanos de Invierno:

- a. Nunca se realizaron
- b. Se realizan cada 4 años
- c. Se realizaron en una sola oportunidad
- d. Se realizan con los Juegos Olímpicos de Invierno



5. No son parte del ciclo olímpico:

- a. Los Juegos Olímpicos de la Juventud
- b. El Campeonato Mundial de Básquet
- c. Los Juegos Olímpicos de Invierno
- d. Los Juegos Suramericanos de Playa



6. En los Juegos Panamericanos participan:

- a. La misma cantidad de deportes que en los Juegos Olímpicos
- b. La misma cantidad de deportes que Comités Olímpicos
- c. Más deportes que en los Juegos Olímpicos
- d. Sólo los deportes ampliamente practicados en América



7. Participan en los Juegos Panamericanos:

- a. 206 Comités Olímpicos Nacionales
- b. 14 países
- c. 41 Comités Olímpicos Nacionales
- d. 15 deportes



8. Los eventos multidisciplinarios se denominan:

- a. Juegos
- b. Campeonatos
- c. Desafíos
- d. Ninguna denominación en particular



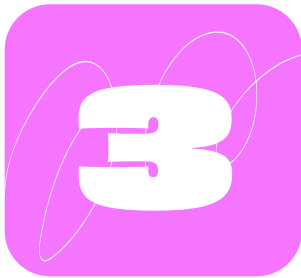
9. No es un valor que promueva el Movimiento Olímpico:

- a. La amistad
- b. La violencia
- c. El respeto
- d. La excelencia



10. Los Juegos Panamericanos son un evento de carácter:

- a. Regional
- b. Mundial
- c. Continental
- d. Nacional



EMBLEMA

Autora

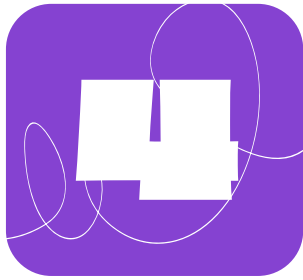
Silvia Dalotto – Marcó

- En la [Guía de Educación Olímpica 1](#) podrás encontrar el significado de los símbolos del Movimiento Olímpico, al cual adhiere la organización que rige los Juegos Panamericanos (Panam Sports).

Al momento de crear un emblema, al igual que lo hace el Comité Olímpico Internacional, Panam Sports le pide al Comité Organizador del evento que el mismo tenga un “contenido”, un “significado”.

- 🔍 **Te invitamos a que investigues qué representaba el Emblema de los Juegos Panamericanos de Lima 2019 y qué significa el de los Juegos Panamericanos Santiago 2023.**





EMBLEMA SENTIDO Y PERTENENCIA

Autora

Silvia Dalotto – Marcó

Históricamente los seres humanos hemos desarrollado una identidad. Pertenecer a un grupo, a una institución, a un equipo, a un club, a una familia, nos marca a cada uno de una manera diferente.

Es el gran trabajo de un docente, de un entrenador, posicionar a sus alumnos tras una meta en común, logrando una “identidad” para y entre sus jugadores. Identidad en la que deberemos identificar valores compartidos y sobre los cuales nos comprometemos a trabajar día a día.

Si nos apartamos de los valores, la actividad deportiva deja de ser significativa y formativa.

A la identidad la refuerza un emblema, representado por sus colores y su significado. Es el patrimonio de creencias, forma de ser, de actuar y pensar del grupo.



1. ¿Tiene tu grupo de trabajo, tu equipo, tu club un emblema con el cuál se sientan representados? ¿Cuál es? ¿Qué significa?



2. ¿No tiene un emblema que los identifique? ¿Por qué?

Si la escuela, el club, el gimnasio y/o cualquier otra institución a la que perteneces tiene un emblema, por favor presta atención que no incluya los anillos olímpicos, porque la **Ley de Protección de Marcas y Símbolos Olímpicos N° 24.664 del 26.07.96** indica las restricciones que determinan su uso.



LA MASCOTA Y LA SUSTENTABILIDAD

Autora

Karina Daciuk

“FIU” es un pájaro de siete colores que fue elegido mascota de los Juegos Panamericanos 2023, a través de una votación en la que participaron cerca de 50 mil personas:

“Mis colores representan la diversidad de los seres humanos y sobre todo a los deportistas, con sus diferencias y contrastes”.



Te proponemos realizar a FIU en 3D, tratando de utilizar la mayor cantidad de material reciclado, colaborando así a sustentar nuestro planeta tierra.

El día **5 de octubre**, fecha en la que se conmemora el Día Nacional del Ave, postea fotos de la mascota FIU que realizaste con [@PrensaCOA](#) y [@coargentina](#).

Nota: Se conocen como materiales reciclables productos u objetos a los cuales se les puede dar un provecho distinto luego de ser usados y que no siempre se limitan a ser transformados en su mismo producto.



Posibles ideas:

Botellas descartables, papel de diarios viejos, hilos, goma de pegar, tapas de gaseosas, etc.



EL DEPORTE COMO HERRAMIENTA PARA LA CULTURA

Autora

Silvia Dalotto – Marcó

El Comité Olímpico Internacional impulsa la unión “deporte + arte + cultura” a nivel mundial y Panam Sports trabaja en consonancia para los eventos en América.

En relación con estos tres pilares, en ocasión de cada Juego se crea un Lema. Para Lima 2019 fue **Jugamos Todos**.



Te invitamos a que veas el siguiente video:

<https://www.youtube.com/watch?v=wBZWkMSO3bl>

En el mismo podrás observar el vínculo que establece el Comité Organizador de los Juegos con el deporte, la cultura local, la integración de los pueblos de América y la historia.

Te proponemos que reflexiones acerca de:



1. ¿Cuál es el pueblo originario de Perú?



2. ¿Qué mensaje quiso transmitir el Comité Organizador de los Juegos a través de este video?



3. ¿Qué representaba/significaba la estatuilla que se repite en el video y fundamentalmente al final?

Nota: Luego se transformó en la mascota de los Juegos.



Indica la opción correcta

El lema de Santiago 2023 es:

- NUESTRO PUNTO DE ENCUENTRO**, pues estos Juegos aspiran a ser un espacio para que nos enfoquemos en lo que nos hace bien y nos une.
- SOÑAR, JUGAR, GANAR** pues estos Juegos tienen el propósito de descubrir lo que significa la lucha del deporte y lo que se logra con esfuerzo por medio de su práctica.



TU DEPORTE

Autora

Silvia Dalotto – Marcó

Te invitamos a que ingreses a la página oficial de los Juegos Panamericanos Santiago 2023 y te proponemos que:



1. Descubras si tu deporte favorito forma parte del programa de los Juegos Panamericanos.

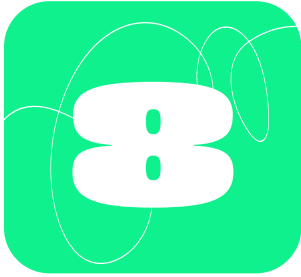


2. Dibuja su pictograma.



3. Completa la siguiente tabla:

Deporte	¿Estará en Santiago 2023?	Valores que identifico en ese deporte	¿Contribuyen esos valores a construir una sociedad mejor? ¿Por qué?



LA DANZA EN LA HISTORIA DEPORTIVA

Autor

Julio Bastias

Los Juegos Olímpicos (en su tradición antigua y contemporánea) fueron y son mucho más que un mero evento deportivo.

Todas las expresiones artísticas en la cultura griega estaban conectadas entre sí por conceptos propios tales como “mousike”, “harmonia” o “kalokagathia” que significaban armonía entre cuerpo y mente.

A similitud de los Juegos Olímpicos, la danza engalana las ceremonias de apertura y de clausura de los Juegos Panamericanos.

Estas ceremonias son una composición de fiesta y ritual que invitan a descubrir la cultura del país anfitrión a través de la creatividad que se manifiesta con música, canto, baile, efectos especiales y fuegos artificiales, combinados con los rituales propios del protocolo deportivo.

¡Desafío!



1. Nombra tres danzas tradicionales chilenas.



2. ¿Sabías que en el continente americano hay danzas que tienen el mismo origen y pueden bailarse en más de un país? Anímate a descubrir cuáles son.



3. Lista los deportes de los Juegos Panamericanos Santiago 2023 donde la disciplina danza está presente.



4. ¿Conoces el deporte “Breaking” que se suma a esta edición de los Juegos? Investiga su reglamento.

Sugerencia: A esta propuesta temática **danza** la puedes abordar de manera transversal con los docentes de Historia, Música (quien puede enseñar a bailar las danzas) e incluso Geografía.



JUEGO LIMPIO

Autor

Walter Gorena

En el deporte, como en la vida, se debe buscar cumplir los objetivos con todas las herramientas posibles, siempre de forma lícita y sin buscar lastimar al otro ni hacer trampa.

Cuando se obtiene un resultado positivo con acciones ilícitas, no sólo se perjudica al otro sino también a uno mismo.

Te proponemos:

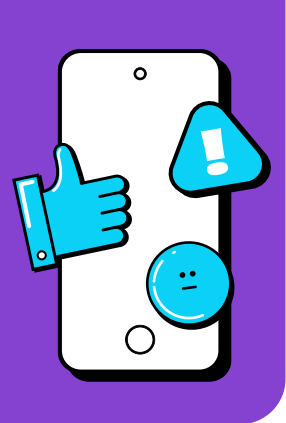


1. Buscar en el marco de Juegos Panamericanos:

- 3 casos en los que no hubo juego limpio.
- 3 casos en los que se haya destacado alguna acción de juego limpio.



2. Elegir una de las situaciones y referenciar brevemente lo que sucedió y tu reflexión al respecto.



USO RESPONSABLE DE REDES SOCIALES

Autor

Silvia Dalotto – Marcó

Todos los atletas que representan al país en un Juego Panamericano están sujetos a estrictas normas sobre el uso responsable de redes sociales.

Un mal uso de estas puede significar que los expulsen (tanto a atletas como a entrenadores) de los Juegos, tal como sucedería si incurrieran en dopaje o ante una falta ética grave como por ejemplo golpear a alguien.

¿A qué nos referimos con un buen uso de las redes sociales?

Un buen uso implica que las actividades en redes sociales deben cumplir con la Carta Olímpica y ser coherentes con los valores olímpicos de “amistad, excelencia y respeto”.

Es importante que tu actividad en medios sociales sea de buen gusto, digna y sin contenidos vulgares u obscenos.

También debes tener en cuenta que para el uso de la imagen de otra persona necesitas su permiso antes de su publicación.

¿A qué nos referimos con un mal uso de redes sociales?


Un mal uso de redes sociales por ejemplo es realizar publicaciones de carácter racista, discriminatorio u ofensivo hacia otros compañeros, equipos, personas del público, etc.

También implica un mal uso de redes sociales que reveles información confidencial o privada en relación con cualquier otra persona u organización.

 **Te invitamos a que reflexiones sobre este tema, tomando como modelo a atletas reconocidos.**

Por ejemplo: que investigues las redes de Emanuel Ginóbili, Lionel Messi u otros atletas a quienes admires. Observa el tipo de publicaciones que realizan para verificar si responden o no a este concepto de un buen uso de redes sociales.

Como resultado de esta reflexión puedes fijar pautas de publicaciones para ti mismo y por qué no consensuarlas también con tus amigos.

 Te proponemos que les envíes a aquellas personas con las que has podido reflexionar sobre este tema o que deberían hacerlo, este breve video (divertido y muy apropiado para un público joven) como cierre de la actividad.
<https://www.youtube.com/watch?v=rJqILcLrtp0>



**TRABAJO
EN EQUIPO**

Autor
Walter Gorená

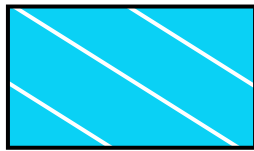
 **Te proponemos formar equipos de 5 integrantes cada uno.**

Cada equipo recibirá un texto con la historia de alguna de las sedes de los Juegos Panamericanos y tendrán 5 minutos para leerla.

Habrá una mesa y un aro por cada equipo.

Dentro del aro habrá palabras que corresponden a una frase de cada historia y palabras que no tengan relación con ella.

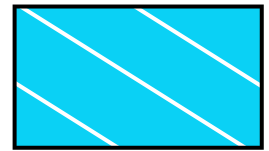
Estas palabras se colocarán boca abajo.



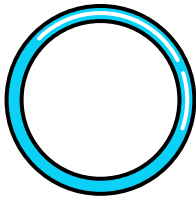
MESA



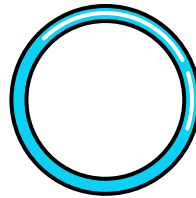
MESA



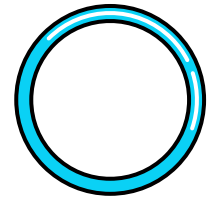
MESA



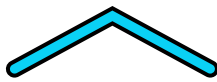
ARO



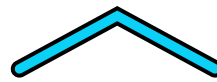
ARO



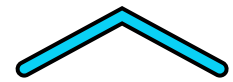
ARO



EQUIPO A



EQUIPO B



EQUIPO C

Cada equipo deberá desplazarse de a un integrante por vez hasta donde están las palabras, tomar una y colocarla en la mesa correspondiente a su equipo.

Deberán pasar todos los integrantes y formar la frase la mesa.

Si toma una palabra incorrecta el siguiente integrante que pase debe retirar una palabra del aro y devolver al mismo la incorrecta.

¡El equipo que primero arme la frase gana!

Es importante buscar frases inspiradoras por parte del docente a cargo para que luego del juego realicen una reflexión en grupo.

DEPORTES PANAMERICANOS Y PARAPANAMERICANOS

Autora

Karina Daciuk



Asigna verdadero (V) o falso (F) a cada consigna

 V F

1. El parapowerlifting es un deporte que se practica sujeto a un banco y se realizan tres levantamientos técnicos o press de pecho. El atleta que logra realizar un levantamiento válido con mayor cantidad de kilos es el ganador.

 V F

2. El breaking nació a partir de la propuesta de adultos mayores de América del Sur que formaban cuadrillas para competir en torneos de bailes callejeros.

 V F

3. El skateboarding ligado a la cultura urbana, consiste en deslizarse en una bicicleta y a la vez, realizar diferentes trucos.

 V F

4. Los atletas de paranatación, practican cuatro estilos: libres, crol, pecho, espalda y mariposa. Todas las carreras se disputan en piscinas de 50 metros y los atletas pueden salir de tres posiciones: de pie sobre la plataforma, sentados o directamente desde adentro del agua.

 V F

5. El parque deportivo Estadio Nacional será el corazón de los Juegos Panamericanos y Parapanamericanos. Además del tradicional coliseo que recibirá al atletismo, existirán otras 11 sedes entre nuevas y remodeladas, que serán uno de los grandes legados de Santiago 2023.



6. Las clases deportivas en el paraciclismo de pista se denominan con una letra y un número. En el caso de la competencia de pista, la letra **C** indica que es para bicicletas convencionales con adaptación y el número grafica el grado de discapacidad de los ciclistas.



EQUILIBRIO ENTRE CUERPO, MENTE Y VOLUNTAD

Autora

Laura Spaccarotella

Recalculando...el GPS de las emociones.

Así como el GPS nos orienta por la ruta más conveniente para llegar a destino ahorrando combustible, las emociones son motor y guía para alcanzar nuestras metas.

Es importante reconocerlas para poder expresar lo que se siente, llamarlas por su nombre y utilizarlas como aliadas para el entrenamiento, el juego y en la vida.

La alegría, la tristeza, el miedo, la ira, la sorpresa son algunas de ellas. Son contagiosas como un virus que nos enferma o pueden generar bienestar y salud.



Reflexiona acerca de cuál te parece la respuesta que te acerca a conseguir tus objetivos:



El entrenador decide que no jugaré el próximo partido:

- a.** Me decepciono y me siento triste.
- b.** Me digo con entusiasmo que voy a seguir entrenándome porque tendré otros partidos por jugar.
- c.** Me enoja mucho y termino ese día de entrenamiento peleándome con una compañera de equipo.

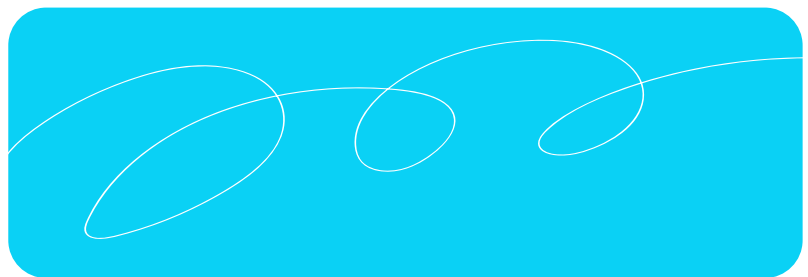


Estamos perdiendo en los últimos minutos de un partido:

- a.** Pienso en hacer bien los pases, concentrándome en el juego hasta último momento, disfrutándolo, y dando lo mejor de mí.
- b.** Las provocaciones del público y del rival me hacen sentir ira y reacciono cometiendo una falta que perjudica a todo el equipo.
- c.** Mi compañera comete un error y la animo diciéndole que la próxima jugada saldrá mejor, sintiéndome bien por alentarla.

Reflexión:

¿Sientes que pierdes el control de tus emociones frecuentemente?





ELIGE TU CANCIÓN FAVORITA

Autor

Walter Gorena

Cada Juego Panamericano tiene su canción. Sus letras y ritmos transmiten la identidad cultural del país o región en que se realizan y están vinculadas a la fiesta deportiva panamericana.

Elige la canción de alguno de los Juegos Panamericanos (Ej: “Unidos somos más” (Toronto 2015); “Jugamos todos” (Lima 2019) o de cualquier otro Juego Panamericano).



Selecciona dos estrofas. Luego busca y clasifica verbos, adjetivos, sustantivos propios y comunes.

Nota: Deberán escribir las dos estrofas y luego completar el cuadro.

Nombre de canción	Ciudad	Verbos	Adjetivos	Sustantivos propios	Sustantivos comunes



LA IMPORTANCIA DE LOS SÍMBOLOS PARA TRANSMITIR MENSAJES

Autora

Silvia Dalotto – Marcó

Todos los Juegos que forman parte del ciclo olímpico están cargados de un fuerte simbolismo, entre los que figuran las artes y las tradiciones locales.

Uno de esos símbolos es la mascota y respecto de Santiago 2023 conocis- te a FIU en la [Actividad 5](#).



Te proponemos los siguientes desafíos de acuerdo a tu edad (¡esto no implica que no aceptes otros!):

Entre 5 y 8 años: imagínate que se realizará un evento deportivo muy importante en tu ciudad. ¿Qué mascota diseñarías que represente el espíritu de tu pueblo? Dibújala y comparte con tus compañeros qué representa y por qué.

Entre 9 y 11 años: investiga sobre las mascotas panamericanas. Luego escribe una breve historia, incorporando los valores que para ti son importantes al momento de practicar un deporte.

Entre 12 y 14 años: ¿te animás a hacer un reel para redes con FIU?

Entre 15 y 18 años: ¿te animás a crear una mascota para los Juegos Panamericanos/Parapanamericanos del año 2027 (Barranquilla, Colombia) utilizando medios tecnológicos? No olvides explicar qué mensaje transmite y el por qué del diseño.

Fotografía la actividad y el **23 de junio**, fecha en que mundialmente se festeja el **Día Olímpico**, postea en todas las redes sociales (Facebook, Twitter, Instagram, entre otras) las fotografías utilizando: [#Santiago2023](#) [@PrensaCoa](#) [@coargentina](#).

16

MEMOTEST

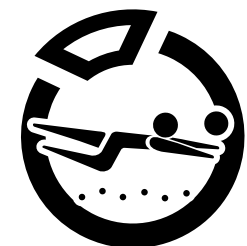
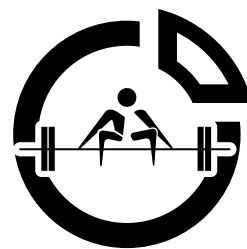
Autora

Karina Daciuk

El memotest es un juego de reconocimiento visual que permite desarrollar la memoria, orientarse en el espacio y divertirse mucho.



Los jugadores deben ir descubriendo las celdas de a una e ir recordando dónde está cada pieza del par. El jugador que reúne la mayor cantidad de piezas es el ganador.



LOS VALORES OLÍMPICOS

Autora

Silvia Dalotto - Marcó

Durante la Sesión del Comité Olímpico Internacional realizada en la ciudad de Guatemala en el año 2007 se definieron los tres valores que rigen al Movimiento Olímpico. Ellos son:

Excelencia:

Significa dar y ser lo mejor de uno mismo tanto en el juego como en la vida profesional. Lo importante no es solo ganar sino participar, progresar de acuerdo a los objetivos personales y reforzar la asociación sólida del cuerpo, la mente y el espíritu.

Amistad:

Es el valor que está en el corazón del Movimiento Olímpico, ya que apunta a percibir al deporte en el entendimiento mutuo entre personas y países de todo el mundo.

Respeto:

Incluye el respeto por uno mismo, su cuerpo y el de los demás, la gente, el deporte, los reglamentos y el medioambiente. Directamente ligado al deporte el respeto significa juego limpio, la lucha contra el dopaje y a todo aquello que contraría principios éticos.



Te proponemos:

- que veas [este video](#)
- que reflexiones acerca de qué entiendes por “respeto a los demás”
- que el día 8 de julio postes en redes una foto con la siguiente consigna:

En (ciudad) practicamos el valor del #respeto en (nuestro deporte) #EducacionOlimpica, [@PrensaCOA](#). Por ejemplo: En Bariloche practicamos el valor del #respeto en el ski #EducacionOlimpica, @PrensaCOA.

Nota: Recuerda cómo se usa el # y el @!, sin espacios entre los símbolos y las palabras.



LA MASCOTA QUE MÁS TE GUSTE

Autor
Walter Gorena



Te proponemos realizar en un afiche o cartón la figura de la mascota que más te haya gustado de todas las ediciones de los Juegos Panamericanos.

La propuesta es que formes esta figura con tapitas plásticas. También puedes agregar alguna figura deportiva o algún deporte.

El afiche debe contener el nombre de la mascota y el año del Juego al que representa.

Te invitamos a exponer este afiche en tu escuela o en tu club.



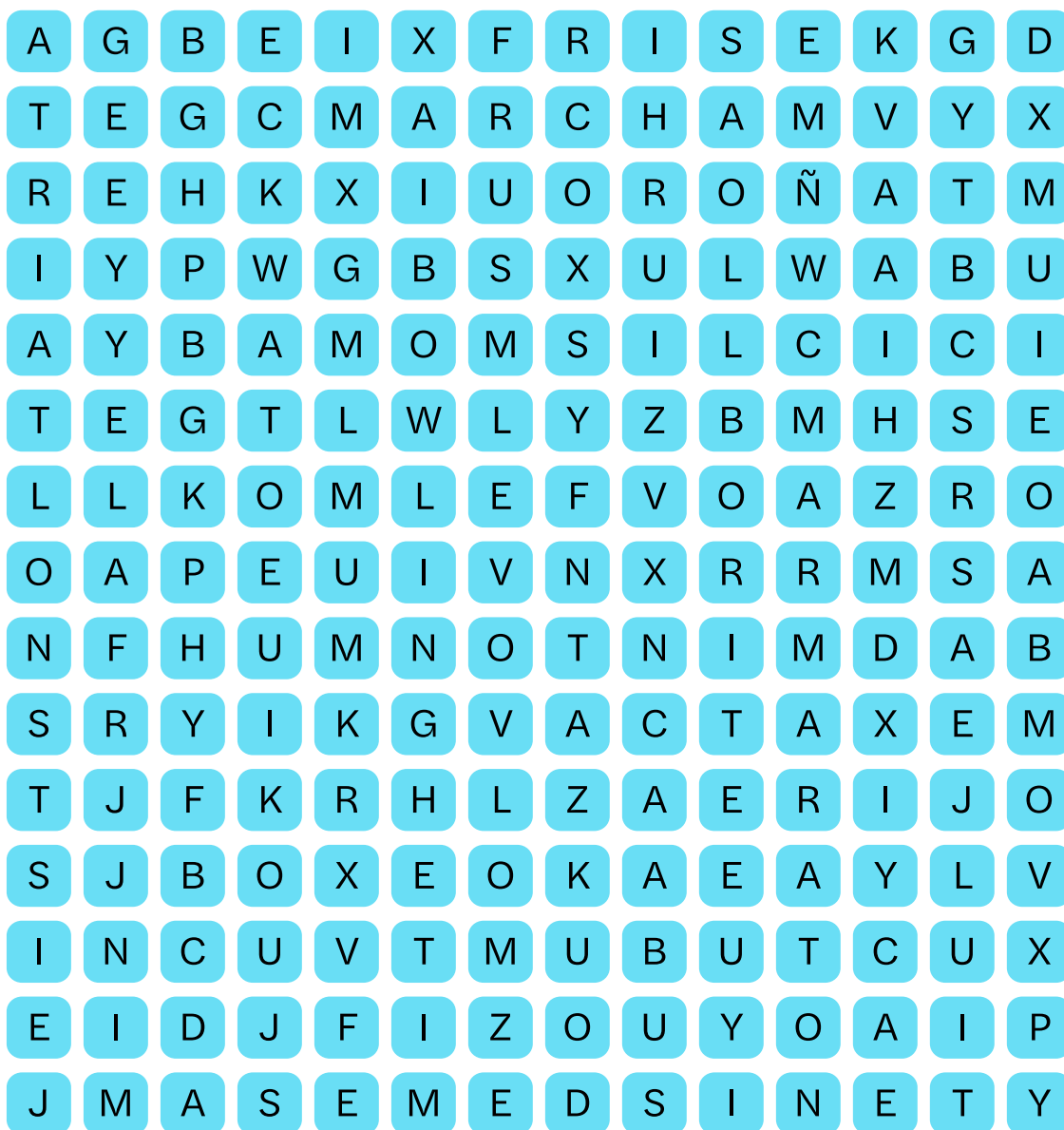
¿CUÁLES SON LOS DEPORTES ESCONDIDOS EN LA SOPA DE LETRAS?

Autora

Karina Daciuk



Los distintos deportes que participarán de los Juegos Panamericanos se encuentran escondidos de manera vertical, horizontal, diagonal y en cualquier sentido.





¿CREAMOS UN #?

Autora

Julio Bastias

Sugerencia: Revisá la actividad 10 antes de comenzar con esta.

El Comité Olímpico Internacional ha sido una de las primeras organizaciones en utilizar las redes sociales para canalizar la difusión de los valores e ideales Olímpicos.

A diferencia del formato televisivo, las redes sociales permiten adentrar a los usuarios en nuevas experiencias, con contenidos audiovisuales y otras herramientas digitales, logrando la interacción de los usuarios en tiempo real sumado a la capacidad de conectar audiencias a nivel mundial.

Te proponemos trabajar en los siguientes desafíos:



1. ¿Cuántas redes sociales oficiales difunden los Juegos Panamericanos Santiago 2023?



2. En tu opinión, ¿los deportistas pueden realizar cualquier comentario sobre un árbitro, juez o contendiente en sus redes sociales?



3. ¿Qué deporte te gusta a ti y a la mayoría de tus compañeros? ¿Se animan en grupo a crear un # para alentar a los atletas argentinos antes y durante los Juegos Panamericanos Santiago 2023?



21

**FUEGO
PANAMERICANO**

Autora

Silvia Dalotto - Marcó

La llama Olímpica es uno de los símbolos de los Juegos Olímpicos.

Conmemora el robo del fuego de los dioses por parte de Prometeo y su posterior entrega a la humanidad.

En la actualidad el fuego Olímpico se enciende en Olimpia (Grecia).

Los Juegos Panamericanos tienen su **Fuego Panamericano**.



1. ¿Dónde se enciende y por qué allí? - Ubica este lugar en el mapa.



2. ¿Cuál era el pueblo originario de esas tierras?

Empty box for answer.

LAS MEDALLAS PANAMERICANAS

Autora

Silvia Dalotto - Marcó

El símbolo de gloria que se llevarán los triunfadores de los próximos Juegos Panamericanos y Parapanamericanos Santiago 2023 vendrá del corazón de la tierra chilena.



1. ¿De qué material estarán hechas y por qué?



2. ¿Es importante este metal en la descontaminación de nuestras ciudades? Justifica tu respuesta.



3. Dibuja cómo te gustaría que fuera la medalla (el mismo diseño se utiliza para primero, segundo y tercer lugar) e indica qué te gustaría que represente.



Autora
Silvia Dalotto - Marcó



¡Qué lindos son los Pictogramas de Santiago 2023! ¿Los viste?



1. Responde verdadero (V) o falso (F)

 V F

1. La palabra pictograma proviene del idioma inglés.

 V F

2. El pictograma de Santiago 2023 está inspirado en la Cordillera de los Andes.

 V F

3. La palabra pictograma significa “palabra pintada”.

 V F

4. El pictograma de Santiago 2023 está inspirado en la flor Amancaes.



2. Elige el pictograma de tu deporte favorito y dibújalo.

24

IDENTIFICANDO LOS PICTOGRAMAS CON LOS DEPORTES

Autora

Karina Daciuk



Unir con flechas, según corresponda.



GIMNASIA TRAMPOLÍN

TRIATLÓN

GIMNASIA RÍTMICA

SKATEBOARDING

BMX FREESTYLE

HOCKEY

CANOTAJE SLALOM



RESILIENCIA E INCLUSIÓN

Autora

Laura Spaccarotella

En los Juegos de la XXXI Olimpíada Río 2016 participaron por primera vez un equipo de refugiados.

Tuvieron que regular muy bien sus emociones para luchar contra la mayor de las adversidades: huir de sus países por la guerra, abandonando a sus familias.

Algunos de ellos ni siquiera eran atletas, pero tenían el espíritu, el corazón y la voluntad para trabajar por sus sueños, mostrando al mundo la difícil situación de millones de refugiados a través del deporte.

Te invitamos a que veas la película “The swimmers” en la plataforma Netflix. ¡Es una historia real que te conmoverá!



LA EXCELENCIA ES UN PROCESO

Autora

Verónica Briozzo

La posibilidad de aprender destrezas físicas además de ser consecuencia de una práctica y entrenamiento sostenidos en el tiempo comienza con la alfabetización física y el conocimiento de que se puede practicar esa actividad en el barrio, localidad o ciudad de residencia.

Por ello es importante conocer cuál es la oferta deportiva con la que cuentas en tu entorno y difundirla para que un mayor número de personas tengan acceso a ella.



Busca la siguiente información para conocer las posibilidades deportivas en tu área de residencia.



1. ¿Donde vos vivís, se practican deportes en la montaña? ¿Cuáles?



2. ¿Cómo se llama el centro de ski más cercano y a cuántos km de tu lugar se encuentra?



3. ¿Cómo se llama el cerro o montaña más cercana donde se practica actividad física? ¿Qué tipo de actividades?



4. ¿Donde vos vivís, se practican deportes en el río o el mar? ¿Cuáles?



5. ¿Cómo se llama el río o la localidad marítima que más cerca está de tu residencia?



6. ¿Donde vos vivís, se practican deportes con caballos? ¿Cuáles?



7. ¿Cómo se llama el club o establecimiento más cercano?



8. ¿Donde vos vivís, se practican deportes adaptados?

Nota: Los deportes adaptados son aquellos que adaptan sus reglas, elementos, y/o espacios, etc. para que los practiquen personas con discapacidad física, visual o intelectual o bien específicos para ellas, ejemplo: boccia.



9. Nombra cinco deportes que forman parte de estos Juegos Panamericanos Santiago 2023 y que se practiquen en tu club, escuela o ciudad.



10. ¿Conocés algún referente de tu localidad, ciudad o provincia que participe en estos próximos Juegos? ¿Cómo se llama y en qué deporte nos representa?



SUMANDO AÑOS, SUMANDO HISTORIA

Autor

Walter Gorena

Te proponemos sumar todos los años en los que se realizaron los Juegos Panamericanos y obtener el total.



Sumar todos los años en los que se realizaron los Juegos Parapanamericanos y obtener el total.

Luego realizar una resta entre el resultado de los Juegos Panamericanos y Parapanamericanos.

Resultado Juegos Panamericanos:

Resultado Juegos Parapanamericanos:

Total:



RESPECTO A LOS DEMÁS

Autora

Graciela D'Amato

Después de organizar y celebrar 18 increíbles ediciones de Juegos Panamericanos que han unido a los mejores atletas del continente, hoy nos preparamos para tener por primera vez en la historia a la hermosa ciudad de Santiago de Chile como sede de esta fiesta multideportiva.




1. Investiga y responde: ¿Qué sabes acerca de lo que significa ser voluntario?



2. ¿Cómo podría un voluntario ser parte en Santiago 2023? Enumera posibles acciones.



3. ¿Cuáles serían los valores que se estarían cumpliendo al inscribir, aceptar y permitir la participación en el programa de Voluntariado a Adultos Mayores (+60 o sea, mayores de 60 años)?

 **4. Busca fotos o videos de deportes en donde observes a Adultos Mayores actuando como voluntarios. Imprímelas y colócalas en una cartelera, con un mensaje positivo.**

 **5. Encierra los conceptos comunes que comparten el Movimiento Olímpico con el programa de voluntariado y los Adultos Mayores.**

Nota: Si no sabes el significado de algún término búscalo en un diccionario o en internet

RACISMO

VIEJISMO

TOLERANCIA

RESPETO

VOLUNTAD

EXPERIENCIA

EDADISMO

 **6. ¿Cómo podrías vincular los Juegos Panamericanos y Parapanamericanos con la Convención Interamericana para la protección de los DDHH de las Personas Mayores y el Programa de Voluntariado?**

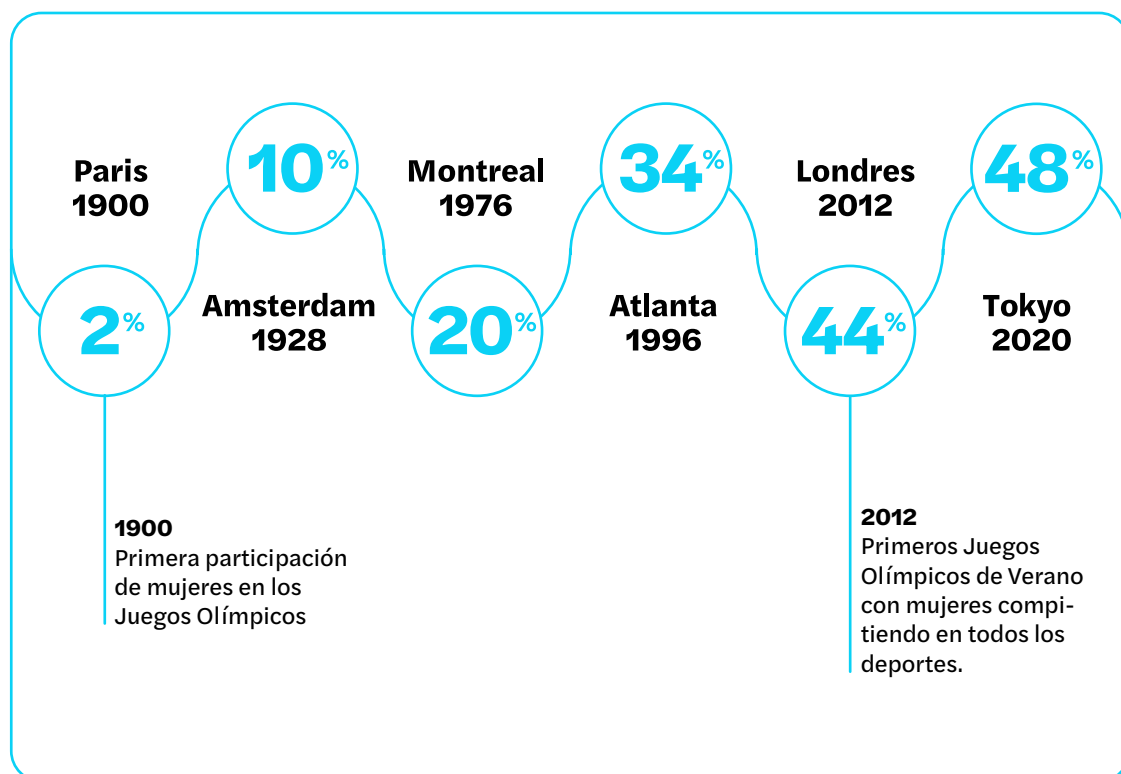
Autor

Julio Bastias

Cuestiones culturales propias de la época excluyeron a las mujeres en los primeros Juegos Olímpicos de la Era Moderna en Atenas 1896.

Hoy, la igualdad de género es un derecho humano y un principio fundamental del Olimpismo.

El objetivo del COI es construir un mundo mejor a través del deporte y es por ello que la igualdad entre hombres y mujeres sumado a la inclusión y a la diversidad son principios fundamentales contenidos en la Carta Olímpica.



Te proponemos:



1. ¿Por qué en los Juegos de la XXVII Olimpiada Sydney 2000 fueron sólo mujeres quienes portaron la antorcha olímpica durante la Ceremonia de Apertura?



2. Unamos con una flecha las medallistas panamericanas argentinas con su respectivo deporte

Eugenia de Armas	Atletismo
Leonela Sánchez	Esgrima
Giselle Soler	Ciclismo BMX (Libre)
María Belén Pérez Maurice	Boxeo
Agustina Roth	Esquí acuático
Belén Cassetta	Patinaje artístico



ALFABETIZACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

Autora
Verónica Briozzo

La **alfabetización física** permite el desarrollo de las habilidades, el conocimiento y los comportamientos que ayudan a llevar una vida activa. Involucra mucho más que el sólo aprendizaje de movimientos, sino que incluye a las capacidades psicológicas, cognitivas y sociales.

La variedad en la práctica deportiva en la niñez ayuda a una mejor alfabetización física y una mayor capacidad atlética de por vida.

 **Algunos de los deportes presentes en Santiago 2023 que se pueden practicar si:**

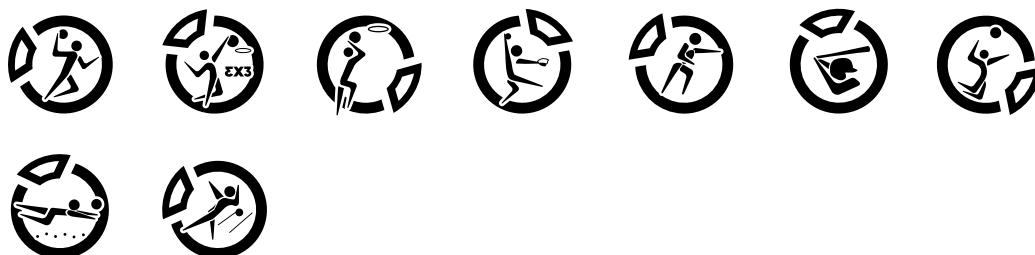
Se aprende a correr:



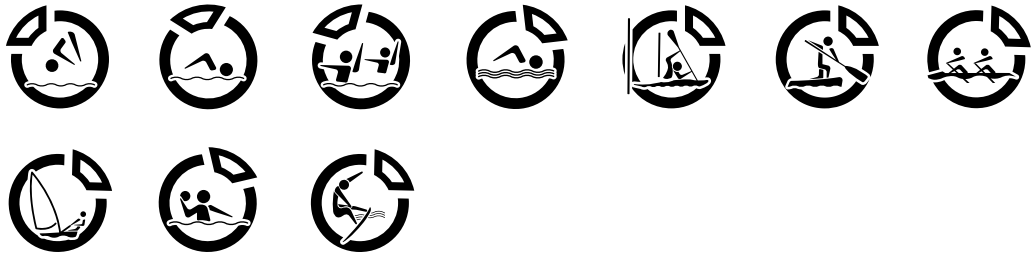
Se aprende a mantener el equilibrio:



Se aprende a arrojar o atrapar objetos:



Se aprender a nadar:



Se aprende a andar en bicicleta:



Se aprende a andar en skate o patinar se puede practicar:



Se aprende a montar a caballo luego se puede practicar:



También la posibilidad de tener destrezas en distintas disciplinas permite acceder a deportes como el Triatlón o Pentatlón Moderno:



Puedes encontrar las 60 disciplinas y una breve descripción de ellas en <https://www.santiago2023.org/es/deportes-panamericanos.html>



CONOCIENDO AMÉRICA Y SUS JUEGOS

Autor

Walter Gorena



En el siguiente mapa de América colorea los países que han sido sede de Juegos Panamericanos.



SOLUCIONES

Actividad 1

Argentina, Brasil, Canadá, Estados Unidos, México.

Actividad 2

1. **b.** Los Juegos Olímpicos
2. **c.** 4 años
3. **b.** Campeonatos
4. **c.** Se realizaron en una sola oportunidad
5. **b.** El Campeonato Mundial de Básquet
6. **c.** Más deportes que en los Juegos Olímpicos
7. **c.** 41 Comités Olímpicos Nacionales
8. **a.** Juegos
9. **b.** La violencia
10. **c.** Continental

Actividad 8

Nota: Existen numerosas danzas tradicionales en Chile, el listado debajo es meramente ilustrativo.

1. Cueca (Danza Nacional de Chile desde 1979),
Periconá (en otros países Pericón),
Sau Sau (originario de Isla de Pascua).

2. Al igual que la solución anterior el listado es sólo ilustrativo.
Cueca (Chile, Argentina, Bolivia y Perú, aquí se denomina “Marinera”),

Zamba, en Chile “Refalosa” (Chile, Argentina),
Carnavalito (Chile, Argentina, Bolivia y Perú),
Pericón (Chile, Argentina, Uruguay),
Gato (Chile, Argentina, Bolivia, Paraguay y Uruguay).

3. Deportes donde la disciplina danza está presente:
Gimnasia artística y rítmica,
Natación artística,
Patinaje artístico,
Breaking.

4. Reglamento de Breaking:
<https://olympics.com/es/deportes/breaking/>

Actividad 12

1. V, 2. F, 3. F, 4. V, 5. F, 6. V, 7. V

Actividad 18

Deportes: GOLF - BOWLING – BADMINTON – CICLISMO – VELA – SURF
– TENIS DE MESA – BOXEO – POLO – LUCHA – MARCHA – REMO – TRIAT-
LON – TIRO – MARATON.

Actividad 23

1. F, 2. V, 3. V, 4. F

Actividad 29

1. La elección de mujeres en los últimos relevos de la antorcha olímpica se debió a la celebración de los 100 años de participación femenina en los Juegos Olímpicos.

2. Eugenia de Armas: Esquí acuático
Leonela Sánchez: Boxeo
Giselle Soler: Patinaje artístico
María Belén Pérez Maurice: Esgrima
Agustina Roth: Ciclismo
Belén Cassetta: Atletismo



Comité Olímpico Argentino

Juncal 1662 – C1062ABV
CABA, República Argentina
Tel: +54 11 4819 1700
coarg@coarg.org.ar
www.coarg.org.ar

-  Comité Olímpico Argentino
-  @coargentina
-  @PrensaCOA
-  COA Comité Olímpico Argentino
-  Comité Olímpico Argentino