



SET DE ACTIVIDADES

Santiago

2023

Juegos PanAm | ParapanAm



GUÍAS Y SCOUTS
DE CHILE

**Juegos Panamericanos y
Parapanamericanos
Santiago 2023**

¿SABÍAS QUE?

Entre el 20 de octubre y el 5 de noviembre en Chile se realizarán los juegos panamericanos y Parapanamericanos 2023.

Los juegos panamericanos y parapanamericanos son el evento multideportivo más grande que ha realizado Chile en su historia, donde participan los mejores atletas de todo el continente. Se realizan cada cuatro años y Chile será el país anfitrión de la gran fiesta de América.

ABANDERADOS

En estos juegos panamericanos, los abanderados serán Kristel Köbrich y Esteban Grimalt (natación y voleibol) y en los parapanamericanos la seleccionada de para tenis de mesa, Tamara Leonelli y el representante en para natación, Vicente Almonacid,

JUGUEMOS EN CASA O EN NUESTRAS UNIDADES

Te invitamos a realizar este paquete de actividades inspirados en el programa internacional "olimpya" y nuestros juegos panamericanos y parapanamericanos junto a tu familia o unidad





VOLEIBOL SENTADO

Descripción:

El voleibol sentado es un deporte de los Juegos Paralímpicos. Cualquiera puede participar en este juego, así que tratemos de disfrutar cooperando con otros.

Preparación:

Pelota de playa, globo, etc.

¿Cómo Jugar?

Siéntate en el suelo. Usa tus manos para mantener la pelota en el aire y continúa el juego para que el globo o la pelota no caigan al suelo. Será divertido jugar entre equipos.





ARCO Y FLECHA

Descripción:

Realizaremos un blanco, también unos arcos y unas flechas con palos de maqueta, ya teniendo nuestros materiales listos podremos jugar, ubicaremos el blanco a cierta distancia de una línea para lanzar nuestra flecha.

Aquí tienes un ejemplo de cómo hacer un arco de pvc:

<https://youtu.be/I2LwXCSGR8Y>



ESGRIMA ADAPTADA

Descripción:

Para esta actividad necesitaremos Globos largos, sillas o pisos y círculos para marcarlos en nuestro cuerpo, ubicaremos los pisos separados a una distancia de 1 metro y solamente podremos mover nuestro tronco y brazos para hacer puntos y esquivar los golpes de la "espada"



CREA TU PODIO

Descripción:

Para esta actividad es importante ocupar nuestra creatividad y con materiales reciclados realizaremos un podio, pero este tiene una particularidad solamente tendremos el numero 1 ya que todos/as somos ganadores , también puedes realizar medallas con materiales que tengas y entregarle una a cada persona que participo de las actividades.



¡OLLA, OLLA!

Descripción

¡Agarren las manos y hagan un círculo de paz! Los Juegos Panamericanos y Parapanamericanos promueven la paz mundial y la amistad internacional. A través de deportes, nos reconocemos y honramos unos a otros independientemente de su raza, religión o nacionalidad.

Por esta actividad, podrá sentir la importancia de la "Cooperación" y la "Paz".

¿Cómo Jugar?

1. Hacen un círculo con todos unidos por las manos. Cantan una canción moviendo las manos.
2. En Japón, la gente tradicionalmente canta esta canción. "Nahbe, Nahbe, Soko-nuke,Soko-ga nuke-tara, Kawelimasho " (Significado: Olla, Olla, no tienes fondo, Ya nos vamos a casa si no tienes fondo.) Puedes elegir cualquier canción tradicional y / o canción infantil que todos conozcan. Al final de la canción, en la parte de la "Kawelimasho", todos se darán la vuelta manteniendo las manos con sus compañeros. ¡No suelten las manos, mantengan un círculo!
3. Repitan varias veces.





¡COMUNÍCATE CON NOSOTROS!

Te invitamos a participar del programa Olympia para mejorar tu actividad física y conocimiento de distintas culturas. Y también a conocer otros programas sobre vida sana.

Instagram:

[programas.internacionales](https://www.instagram.com/programas.internacionales)

vidasana@guiasyscoutchile.cl

CREDITOS

FABIÁN ROMAN

COORDINADOR PROGRAMA OLYMPIA

LUIS PADILLA

Responsable equipo Vida Sana

José Castro

Gráficas

Santiago

2023

Juegos PanAm | ParapanAm



**GUÍAS Y SCOUTS
DE CHILE**