PASIÓN POR GUATEMALA

mi amigo olímpico

COMPARTE E INSPIRA

Programa de Educación Olímpica Escolar

MANUAL DE MAESTROS

OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

CLASSROOM CHAMPIONS
how better gets better and better

OLYMPIC VALUES EDUCATION PROGRAMME

I'mPOSSIBLE

Índice

PASIÓN POR GUATEMALA

Presentación 01

Estructura de la guia 02

Relación con el Currículo Nacional Base (CNB) 03

Relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) 07

Lección 1: Olimpismo 365 y Desarrollo Sostenible 11

Lección 2: Plan de Vida / Liderazgo 16

Lección 3: Comunidad / Trabajo en Equipo 20

Lección 4: Vida Saludable 24

Lección 5: Respeto / Inclusión 29

Lección 6: Excelencia / Emociones 33

Lección 7: Amistad / Equidad 38

Impacto Mi Amigo Olímpico 42

Material Complementario 43

Agradecimientos 44

mi amigo olímpico
COMPARTE E INSPIRA

Presentación

La Carta Olímpica dictamina el siguiente mandato educativo: “Promover los principios fundamentales y valores del Olimpismo en sus países, especialmente en el ámbito del deporte y de la formación, apoyando los programas de educación olímpica a todos los niveles en los centros de enseñanza primaria y secundaria”.

Para el Comité Olímpico Guatemalteco la Educación Olímpica a nivel escolar vinculada al Currículo Nacional Base (CNB), del Ministerio de Educación de Guatemala, es un proyecto que aporta al objetivo de construir “Una Guatemala mejor y más pacífica”.

Nuestro país necesita que todos los sectores sociales se involucren, para ello el Comité Olímpico Guatemalteco a través de su programa “Mi Amigo Olímpico”, busca integrar el deporte con la cultura y la educación, como una poderosa herramienta catalizadora de cambios sociales especialmente en nuestra juventud.

Con la visita en el 2015 de Steve Mesler Campeón Olímpico y Fundador de Classroom Champions a Guatemala se comienzan las pláticas para implementar este programa en Guatemala adaptándolo al contexto Guatemalteco en alianza con UNICEF se realizaron los primeros Manuales didácticos del programa alineados al CNB.

“Mi Amigo Olímpico”, busca integrar el deporte con la cultura y la educación, como una poderosa herramienta catalizadora de cambios sociales especialmente en nuestra juventud.

Luego se hizo una alianza con el MINEDUC para poder trabajar en las escuelas a nivel nacional utilizando la voz del atleta como mentor para las escuelas durante todo el año lectivo con diferentes lecciones de valores y habilidades para la vida que imparten los atletas. Interactuando con los estudiantes por medio de retos que los atletas dejan en cada lección, los estudiantes deben cumplir con los retos para al finalizar el año tener la visita del atleta al centro escolar. El programa lleva funcionando desde el 2016 y hemos podido medir el impacto que el mismo tiene en los estudiantes y ha sido muy satisfactorio e inspirador las respuestas recibidas tanto por estudiantes como por maestros y atletas.

GERARDO AGUIRRE OESTMANN

Presidente Comité Olímpico Guatemalteco

Estructura de la guia

Esta guía didáctica va dirigida a docentes de primaria y secundaria, en ella se explican las lecciones y las diferentes actividades de aprendizaje para el desarrollo de Valores Olímpicos en la planificación, con el propósito de ayudar al maestro en el aula.

Su estructura responde al proceso metodológico que se ha definido para implementar el programa “Mi Amigo Olímpico”.

Son 7 lecciones a implementar, cada una de las lecciones contempla un valor o tema relacionado con el Movimiento Olímpico y cómo se relaciona a los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Cada lección tiene la duración de un mes, en la cual se desarrollan diferentes actividades relacionadas al tema.

La guía de cada lección se presenta de la siguiente manera:

- Video del atleta
- Soporte del contenido de la lección
- Hojas de trabajo divididas por grados

RELACIÓN CON EL CURRÍCULO NACIONAL BASE (CNB)

El Programa “Mi Amigo Olímpico” se implementa en centros escolares, con el propósito de que los alumnos de primaria y secundaria conozcan y vivan en el aula y la escuela los principios fundamentales y valores del Olimpismo, mediante un programa estructurado acorde al Currículo Nacional Base (CNB), cuyo fin será buscar una sociedad mejor y más pacífica.

Para la realización del presente material, se tomaron como referencia competencias de diferentes áreas del currículo, que deben de fortalecerse a través de la temática de la filosofía y Valores Olímpicos. En el desarrollo de las actividades de aprendizaje se integran diferentes áreas curriculares. Los indicadores de logro permiten hacer un aterrizaje más directo a la temática del Programa.

En el desarrollo de las 7 lecciones que contempla el Programa Mi Amigo Olímpico, van a encontrar competencias que se mantienen en las diferentes lecciones y otras que se encuentran solo en algunas lecciones. Es importante aclarar que las competencias e indicadores descritos se van a fortalecer con el desarrollo de las actividades de aprendizaje, ya que las mismas se logran durante el año escolar.

Este programa complementa las acciones formativas realizadas por los docentes, no va dirigida a un área en especial sino a todas las que intervienen en la temática del Programa.

RELACIÓN CON EL CURRÍCULO NACIONAL BASE (CNB)

PASIÓN POR GUATEMALA

Área del Currículo	Competencias	Indicadores de Logro
Formación Ciudadana	1. Participa en relaciones sociales que inciden en los derechos y responsabilidades necesarias para una cultura de paz en el contexto nacional e internacional. 2. Fomenta actitudes y acciones orientadas a erradicar la discriminación y exclusión para fortalecer la solidaridad y las culturas de los pueblos. 4. Promueve acciones para fortalecer la existencia de actitudes y prácticas de cultura de paz en diferentes espacios y situaciones de la vida grupal. 5. Planifica el futuro personal y comunitario a partir del análisis crítico del pasado y del presente.	Aprende sobre lo que es la paz y la Tregua Olímpica y cómo esta afecta tanto nacional como internacionalmente a la hora de la realización de los Juegos. Aplica la solidaridad y el compañerismo para evitar la discriminación y la exclusión y de esta forma generar mejores lazos de amistad con las personas que lo rodean. Reconoce que la Filosofía y Valores Olímpicos, contribuyen a construir una sociedad mejor y más pacífica a través del deporte. Utiliza su propio criterio basándose en lo que conoce del pasado y presente para establecer sus metas personales y grupales en este año.
Comunicación y Lenguaje	3. Interpreta información transmitida por sistemas de comunicación verbal y no verbal y los procedimientos de persuasión y disuasión utilizados por los medios de comunicación masiva. 4. Lee con sentido crítico identificando ideas y datos importantes que le permiten comunicarse de manera funcional e informarse, ampliar y profundizar sus conocimientos.	Analiza mensajes enviados por Atletas Olímpicos, a través de los medios de comunicación. Valora el significado de los Símbolos Olímpicos y su incidencia en los Juegos Olímpicos Aplica destrezas de lectura comprensiva al leer las lecturas relacionadas con el Olimpismo.

mi amigo olímpico
COMPARTE E INSPIRA

RELACIÓN CON EL CURRÍCULO NACIONAL BASE (CNB)

PASIÓN POR GUATEMALA

Área del Currículo	Competencias	Indicadores de Logro
Ciencias Sociales	1. Compara las características geográficas relevantes de los continentes del mundo, para el aprovechamiento sostenible de sus recursos. 3. Argumenta sobre las actividades económicas, étnicas y culturales y su incidencia en la calidad de vida de las personas y pueblos del mundo. 6. Relaciona los procesos históricos relevantes con los cambios significativos que se han impulsado en el mundo. 7. Participa en la promoción de valores para la convivencia armónica en su entorno y en su relación con otros pueblos y culturas del mundo..	Relaciona las características y ubicación geográfica de los continentes responsables de los Juegos Olímpicos a través de la historia. Identifica las diferentes culturas que participan en los Juegos Olímpicos y cómo se respetan todos los atletas a pesar de las diferencias culturales y cómo esto puede enriquecer su forma de ser. Identifica el proceso histórico de los Juegos Olímpicos de la antigüedad a lo moderno Identifica el significado del valor de la excelencia y lo transmite a través de las actividades cotidianas de la vida.
Matemáticas	2. Aplica el pensamiento lógico, reflexivo, crítico y creativo, para impulsar la búsqueda de solución a situaciones problemáticas en los diferentes ámbitos en los que se desenvuelve.	Analiza el entorno de un problema para encontrar una solución viable y por medio del liderazgo resolver el problema con los recursos que se tengan.
Ciencias Naturales y Tecnología	4. Emite juicio crítico acerca del impacto del consumo de drogas en la salud humana.	Generando conocimiento y conciencia sobre el dopaje en el deporte y cómo este afecta a los atletas.

mi amigo olímpico
COMPARTE E INSPIRA

RELACIÓN CON EL CURRÍCULO NACIONAL BASE (CNB)

Área del Currículo	Competencias	Indicadores de Logro
Productividad y desarrollo	2. Establece la relación entre la aplicación de medios de investigación social y los métodos de resolución de problemas para la mejora permanente de su entorno inmediato. 4 . Ejecuta actividades orientadas a innovar procesos productivos y de servicio en la comunidad. 5 . Participa en equipos comunitarios que promueven el rescate y la protección de los bienes naturales de su entorno.	Entiende lo que es el voluntariado y propone ideas productivas para el mejoramiento de su comunidad utilizando los métodos para resolver problemas comunitarios. Pone en práctica un proyecto de voluntariado en conjunto con su clase y su familia. Se une con su clase en un equipo para la puesta en práctica de un proyecto de voluntariado el cual puede estar relacionado al cuidado del medio ambiente.

RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

Existen 17 ODS y 169 metas en total.

El deporte es un excelente catalizador para alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas los cuales fueron establecidos para buscar un mundo mejor a través de distintas metas e indicadores que se miden a nivel global y es de gran importancia el que nos apropiemos de estos objetivos para que todos y todas podamos vivir en un mundo mejor, por lo que este programa en sus distintas lecciones se alinea a varios de dichos objetivos impactando directamente en las metas que a continuación se describen.

¡Trabajemos juntos para lograr el alcance de los Objetivos de Desarrollo Sostenible!

RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

Existen 17 ODS y 169 metas en total.

ODS SALUD Y BIENESTAR

Meta 3.4. De aquí a 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante su prevención y tratamiento, y **promover la salud mental y el bienestar**

Meta 3.5. Fortalecer la **prevención** y el tratamiento del **abuso de sustancias adictivas,** incluido el uso indebido de estupefacientes y el consumo nocivo de **alcohol**

ODS EDUCACIÓN DE CALIDAD

Meta 4.1. De aquí a 2030, asegurar que **todas las niñas y todos los niños terminen la enseñanza primaria y secundaria,** que ha de ser gratuita, equitativa y de calidad y producir resultados de aprendizaje pertinentes y efectivos

Meta 4.7. De aquí a 2030, asegurar que todos los alumnos adquieran los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para p**romover el desarrollo sostenible**, entre otras cosas mediante la educación para el desarrollo sostenible y los **estilos de vida sostenibles**, los derechos humanos, la **igualdad de género,** la **promoción de una cultura de paz** y no violencia, la ciudadanía mundial y la valoración de la diversidad cultural y la contribución de la cultura al desarrollo sostenible

ODS IGUALDAD DE GÉNERO

Meta 5.1. Poner fin a todas las formas de discriminación contra todas las mujeres y las niñas en todo el mundo

Meta 5.2. Eliminar todas las formas de violencia contra todas las mujeres y las niñas en los ámbitos público y privado, incluidas la trata y la explotación sexual y otros tipos de explotación

RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

Existen 17 ODS y 169 metas en total.

ODS TRABAJO DECENTE Y CRECIMIENTO ECONÓMICO

Meta 8.3. Promover políticas orientadas al desarrollo que apoyen las actividades productivas, la creación de puestos de trabajo decentes, el emprendimiento, la creatividad y la innovación, y **fomentar la formalización y el crecimiento** de las microempresas y las pequeñas y medianas empresas, incluso mediante el acceso a servicios financieros.

ODS REDUCCIÓN DE LAS DESIGUALDADES

Meta 10.2. De aquí a 2030, potenciar y **promover la inclusión social**, económica y política de todas las personas, **independientemente de su edad, sexo, discapacidad, raza, etnia, origen, religión o situación económica** u otra condición

Meta 10.3. Garantizar la **igualdad de oportunidades** y reducir la desigualdad de resultados, incluso eliminando las leyes, políticas y prácticas discriminatorias y promoviendo legislaciones, políticas y medidas adecuadas a ese respecto

ODS CIUDADES Y COMUNIDADES SOSTENIBLES

Meta 11.7. De aquí a 2030, proporcionar acceso universal a **zonas verdes y espacios públicos seguros, inclusivos y accesibles,** en particular para las mujeres y los niños, las personas de edad y las personas con discapacidad.

RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

Existen 17 ODS y 169 metas en total.

ODS PRODUCCIÓN Y CONSUMO RESPONSABLES

Meta 12.5. De aquí a 2030, **reducir considerablemente la generación de desechos** mediante actividades de prevención, reducción, **reciclado** y reutilización.

ODS PAZ, JUSTICIA E INSTITUCIONES SÓLIDAS

Meta 16.1. Reducir significativamente todas las formas de violencia y las correspondientes tasas de mortalidad en todo el mundo.

Meta 16.7 Garantizar la adopción en todos los niveles de **decisiones inclusivas, participativas y representativas** que respondan a las necesidades.

ODS ALIANZAS PARA LOGRAR LOS OBJETIVOS

Meta 17.6. Aumentar el apoyo internacional para realizar actividades de creación de capacidad eficaces y específicas en los países en desarrollo a fin de respaldar los planes nacionales de **implementación de todos los Objetivos de Desarrollo Sostenible, incluso mediante la cooperación** Norte-Sur, Sur-Sur y triangular.

Meta 17.16. Mejorar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible, complementada por alianzas entre múltiples interesados que movilicen e **intercambien conocimientos, especialización, tecnología y recursos financieros**, a fin de apoyar el **logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible** en todos los países, particularmente los países en desarrollo.

Lección 1

Olimpismo 365 y Desarrollo Sostenible

Atleta mentor:

ADRIANA RUANO

Tiro con Armas de Caza

- (2021) Atleta Olímpica Tokio 2020.
- (2019) Medalla de bronce en el Campeonato Iberoamericano de Lima, Perú.
- (2019) Quinto lugar en mixto en los Juegos Panamericanos de Lima, Perú.
- (2018) 3er lugar por equipos mixtos en el Campeonato de las Américas (CAT)
- (2018) Tercer lugar por equipos en el Campeonato de las Américas (CAT)
- (2018) Segundo lugar individual en el Campeonato de las Américas (CAT)
- (2018) Medalla de bronce en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Barranquilla, Colombia.
- (2016) Primer lugar en el Campeonato Nacional de Escopeta de Estados Unidos.
- (2015) Participación en su primer Campeonato Mundial de Tiro en Acapulco.
- (2014) 3er lugar por equipos en el Campeonato de las Américas (CAT)
- (2014) Participación en los Juegos Centroamericanos y del Caribe Veracruz, Mex

Frase favorita:

¨La felicidad está en el camino, no en el destino¨

@adrianaruano95

https://www.facebook.com/adrianaruano95

Lección 1

Olimpismo 365 y Desarrollo Sostenible

Video de la Lección 1

Contenido

¿Qué es el Olimpismo?

El Olimpismo se inicia en la Antigua Grecia, hace más de 2,500 años cuando se celebraban los Juegos Olímpicos de la Antigüedad en la ciudad de Olimpia, en los que se disputaban varios eventos deportivos, entre ellos boxeo, lucha, carrera, pentatlón, etc estos juegos se realizaban en honor a su Dios Zeus.

En 1894, el Olimpismo moderno fue creado por Pierre de Coubertin, al formar el Comité Olímpico Internacional y realizar los primeros Juegos Olímpicos de nuestra era, en Atenas, Grecia, 1896.

En la actualidad se considera al Olimpismo como una filosofía de vida que promueve el desarrollo armónico del cuerpo, la voluntad y la mente.
El Olimpismo considera la práctica del deporte para todos, debe ser accesible, sin discriminación de ningún tipo y se debe practicar con juego limpio.
Bajo estos principios, el objetivo del Movimiento Olímpico es contribuir a la construcción de un mundo mejor y más pacífico, educando a la juventud practicando el deporte conforme al Olimpismo y sus valores.

Los tres valores del Olimpismo son la excelencia, el respeto y la amistad. Constituyen la base sobre la que el Movimiento Olímpico construye sus actividades para promover el deporte, la cultura y la educación buscando construir un mundo mejor.
El Movimiento Olímpico alcanza su punto culminante en el gran festival del deporte que son los Juegos Olímpicos, cuyo símbolo está constituido por los cinco aros entrelazados.

Lección 1

Olimpismo 365 y Desarrollo Sostenible

El Comité Olímpico Internacional ha creado la estrategia Olimpismo 365, para conectar a las personas con los valores olímpicos en todos los lugares y todos los días, para que podamos vivir y celebrar el Olimpismo los 365 días del año.
A través del Olimpismo 365, el Movimiento Olímpico se compromete a reforzar el papel del deporte para apoyar los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de las Naciones Unidas.

¿Cuáles son los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de las Naciones Unidas, y para qué sirven?

Las Naciones Unidas es una organización que nació después de la segunda guerra mundial, en busca de la paz del mundo. En las Naciones Unidas todas las naciones del mundo pueden reunirse, discutir problemas y encontrar soluciones para un mundo mejor.
Es así, que en el año 2015, los países miembros de las Naciones Unidas aprobaron los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), que son objetivos para poner fin a la pobreza, cuidar al planeta, mejorar las vidas de las personas y fomentar la paz en todo el mundo.
Cada uno de los Objetivos de Desarrollo Sostenible tiene metas específicas para evaluar su avance, y se espera se puedan cumplir para el año 2030.

Estos son los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible

Lección 1

Olimpismo 365 y Desarrollo Sostenible

En resumidas cuentas, con los Objetivos de Desarrollo Sostenible tenemos la oportunidad definitiva para mejorar la calidad de vida de todas las personas.

¡Ahora es tiempo de que tu y yo trabajemos para lograr estos objetivos!

¿Cómo puede contribuir el deporte a los Objetivos de Desarrollo Sostenible?

Los beneficios e impacto de la práctica del deporte son muchos, haciendo y promoviendo el deporte podemos contribuir al cumplimiento de algunos de los Objetivos de Desarrollo Sostenible entre ellos:

- Mejora de la salud y el bienestar físico y mental,
- Impulsa la educación y el desarrollo de habilidades,
- Promociona la igualdad de género, la participación activa de mujeres y niñas,
- Promueve la integración social de todas las personas sin discriminación alguna,
- Promueve la construcción de la paz y crea espacios seguros para reducir la delincuencia.

¿Cuál es nuestro rol?

Las escuelas son la base de nuestra sociedad, el mundo confía en las escuelas para preparar a los niños y niñas para el futuro. Hoy en día, las escuelas y los educadores están reconsiderando ser agentes de cambio para crear un mundo mejor.

El rol de los profesores es fundamental en la formación de jóvenes ciudadanos comprometidos, que conozcan su entorno y tomen decisiones en beneficio de sus comunidades. Las escuelas deben asumir nuevos roles de liderazgo, deben encontrar formas innovadoras de involucrar a los estudiantes en la educación para el desarrollo sostenible.

Necesitamos desarrollar y entrenar el pensamiento crítico de los estudiantes, buscando que sean proactivos y ayuden a transformar su entorno de forma creativa e innovadora.

Lección 1

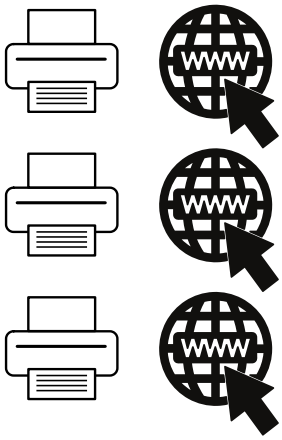
Olimpismo 365 y Desarrollo Sostenible

En este contexto, debemos preguntarnos ¿qué hacemos en nuestras clases para reflexionar sobre los retos sociales, económicos, ambientales y culturales actuales? ¿Cómo estamos preparando a los alumnos para convivir de forma positiva en la sociedad?
¡Todas y todos podemos ayudar a cumplir los Objetivos de Desarrollo Sostenible!
El reto para ustedes maestros, es poder llevar a cabo este programa, con el apoyo de nosotros los atletas.

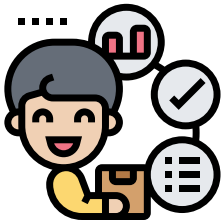
Reto 1

Que los estudiantes graben un vídeo diciendo cómo pueden aplicar el Olimpismo en su día a día y enviaro al atleta encargado.

Hojas de Trabajo



- Hoja de Trabajo - 1ero a 3ero Primaria
- Hoja de Trabajo - 4to a 6to Primaria
- Hoja de Trabajo - Secundaria



Encuesta Lección 1

Lección 2

Plan de Vida / Liderazgo

Atleta mentor:

JUAN IGNACIO MAEGLI

Navegación a Vela

- (2021) 4ta participación en Juegos Olímpicos Tokio 2020
- (2016) Octavo Lugar en Juegos Olímpicos Río 2016
- (2015) Medalla de Oro de los Juegos Panamericanos de Toronto.
- (2014) Medalla de Plata en el Láser Midwinters East de Clearwater, USA
- (2014) Medalla de Oro en los Juegos Centroamericanos y del Caribe en Veracruz
- (2014) Quinto lugar en el Garda Trentino Olympic Week de Italia.
- (2012) Puesto 9 en Londres y portador de la bandera en el desfile de clausura.
- (2011) Medalla de Bronce en los Juegos Panamericanos de Guadalajara.
- (2010) Medalla de Oro en Juegos Centroamericanos y del Caribe de Mayagüez
- (2008) Puesto 33 en las Olimpiadas de Pekín.
- (2007) Medalla de Oro en los Juegos Panamericanos de Río de Janeiro.
- (2006) Medalla de Plata en los Juegos Centroamericanos y del Caribe
- (2004) Cuarto lugar en Hobie 16 Worlds.
- (2003) Medalla de Bronce en los Juegos Panamericanos de Santo Domingo.

@juanimaegli

https://www.facebook.com/jimaegli

Lección 2

Plan de Vida / Liderazgo

Video de la Lección 2

Contenido

¿Qué es el plan de vida?

La construcción de un plan de vida para nuestro futuro, es tener una guía que nos ayude a tomar decisiones adecuadas para ser mejores personas en todas las áreas de nuestra vida.

El liderazgo es una habilidad que se logra mediante la confianza, autoestima y valores. Aprender a tener confianza en sí mismo, confiar en el trabajo en equipo y ser una persona con valores es muy importante para lograr las metas que queremos alcanzar en nuestras vidas.

¿Qué es una meta?

Una meta es un fin al cual se dirigen las acciones y deseos de una persona.
Las metas se pueden dividir en tres grandes grupos: metas a corto plazo, metas a mediano plazo y metas a largo plazo.

A corto plazo: son las metas que se definen para realizarse en menos de 1 año. Son acciones concretas que apoyan las metas de mediano y largo plazo.

A mediano plazo: son las metas que se definen para realizarse entre 1-3 años.

A largo plazo: son las metas que se definen para realizarse luego de 3 años, normalmente son metas de estilo de vida.

Lección 2

Plan de Vida / Liderazgo

Contenido

Para plantear las METAS de una forma sencilla y eficiente debemos considerar su acrónimo MARTE, que por sus siglas quiere decir “M” de medible, “A” de alcanzables, “R” de realistas, “T” de tiempo determinado y “E” de específicas.

Recuerda que tus metas pueden alinearse a los Objetivos de Desarrollo Sostenible para un mundo mejor y más pacífico.

¡Es muy importante que traces tus metas en la vida y lo más importante que te guste lo que estás haciendo para hacerlo de la mejor manera!

Lección 2

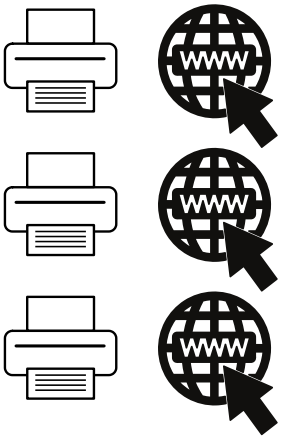
Plan de Vida / Liderazgo

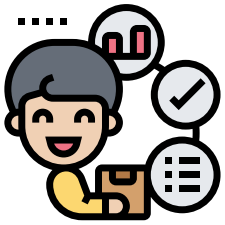
Reto 2

Los estudiantes debes establecer 3 metas a corto plazo y una a largo plazo para este año. Es muy importante que las 3 metas de corto plazo aporten al cumplimiento de la meta a largo plazo. Luego que graben un vídeo contándole al atleta cuáles son estas 4 metas.

Hojas de Trabajo

- Hoja de Trabajo - 1ero a 3ero Primaria
- Hoja de Trabajo - 4to a 6to Primaria
- Hoja de Trabajo - Secundaria





Encuesta Lección 2

Lección 3

Comunidad / Trabajo en Equipo

Atleta mentor:

DALIA SOBERANIS

Patinaje de velocidad

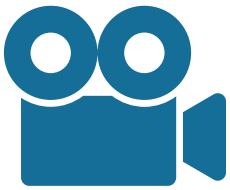
- En 2020 comenzó a entrenar patinaje de hielo, con el objetivo de representar en un futuro a Guatemala en los Juegos Olímpicos de Invierno.
- (2019) Medalla de Plata en Juegos Panamericanos de Lima 2019
- (2019) Medalla de bronce en el II World Roller Games Barcelona, España
- (2019) Medalla de bronce en el Internationales Kriterium Speed Skating Gross Gerau, Alemania
- (2019) Séptimo lugar en el Arena Geisingen International Geisingen, Alemania
- (2018) Medalla de oro en Juegos Centroamericanos y Del Caribe, Barranquilla
- (2018) Medalla de oro en el Campeonato Panamericano de Naciones Monterrey
- (2018) Medalla de oro en 100m y 45. BMW Berlin-Marathon Berlín, Alemania
- (2018) Medalla de oro en el Engadin Inline 100m y Marathon, Suiza
- (2018) Medalla de oro en la I Válida Nacional 2018-2019 Medellín, Colombia
- (2018) Medalla de bronce Holland Cup Powered by UNIVÉ Heerde, Holanda
- (2018) Medalla de plata en el XV Terras do Infante Lagos, Portugal
- (2017) Séptimo lugar en los Juegos Mundiales de Wroclaw 2017, en Polonia
- (2013) Participación en el Mundial de Bélgica

@daliasoberanis

https://www.facebook.com/DaliaSoberanis

Lección 3

Comunidad / Trabajo en Equipo



Video de la Lección 3

Contenido

¿Qué es una comunidad?

Una comunidad es un grupo de personas que tienen algo en común, como vivir en la misma área, trabajar juntos o compartir un interés común.

Las comunidades de personas que viven cerca unas de otras, como en su vecindario, ciudad e incluso en su estado o país, se denominan comunidades geográficas. Tu escuela también es una comunidad geográfica.

Las comunidades sociales están formadas por personas que comparten intereses comunes, pero que pueden no vivir cerca unas de otras. Las comunidades sociales pueden ser personas que apoyan el mismo equipo deportivo, aman la misma música o juegan los mismos juegos. Los amigos y la familia también son comunidades sociales, porque pueden vivir cerca o lejos.

Puedes ser parte de varias comunidades al mismo tiempo, ¡y algunas de tus comunidades probablemente sean tanto sociales como geográficas!

Pertenecemos a varias comunidades. Por ejemplo, el atleta mentor es parte de la comunidad deportiva a nivel local y mundial. Esta sería una comunidad social porque compartimos intereses comunes. La comunidad geográfica puede ser mi país Guatemala.

¡También tú y yo somos parte de la comunidad de Mi Amigo Olímpico!

Lección 3

Comunidad / Trabajo en Equipo

Contenido

¿A menudo, nos beneficiamos u obtenemos algo positivo de nuestras comunidades. Por ejemplo, si perteneces a un equipo deportivo, te beneficias al divertirte y hacer ejercicio. Si perteneces a un club de lectura, tienes excelentes conversaciones y aprendes mucho. Como parte de la comunidad de Mi Amigo Olímpico, tienes todo un grupo de personas que creen en ti y quieren apoyarte para que tengas éxito.

Debido a que obtenemos tanto de nuestras comunidades, es importante para nosotros contribuir o hacer servicio voluntario, de vez en cuando. Este intercambio es lo que mantiene a las comunidades fuertes y las convierte en lugares positivos para todos y todas.

Puedes contribuir a tu comunidad descubriendo una causa que te apasione dentro de tu comunidad y luego dedicando tiempo a ayudar con esa causa. Por ejemplo, si ves que tu escuela o calle está sucia, puedes ofrecer tu tiempo como voluntario para limpiar la escuela o calle, o hacer una campaña de reciclaje de basura.

Si realmente deseas ayudar a los menos afortunados, puedes contribuir a tu comunidad local, estatal o incluso en tu país recolectando alimentos enlatados para las personas que necesitan un poco de ayuda adicional.

Si todos cooperamos un poco, ¡nuestras comunidades se harán cada vez más fuertes!

Debemos involucrarnos en actividades de voluntariado en nuestras comunidades.

Lección 3

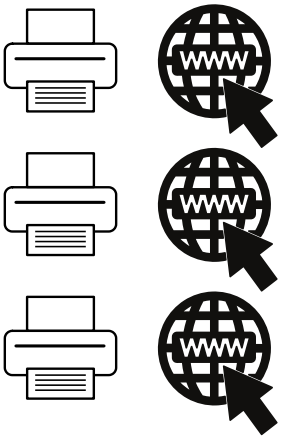
Comunidad / Trabajo en Equipo

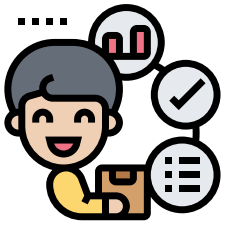
Reto 3

Como clase, completen al menos una actividad que ayudará a tu comunidad. Pueden hacer algo que ayude a tu escuela o vecindario. Pueden ofrecer su tiempo como voluntario en algún proyecto que trabaje con su comunidad. Enviar un vídeo explicando que hicieron al atleta.

Hojas de Trabajo

- Hoja de Trabajo - 1ero a 3ero Primaria
- Hoja de Trabajo - 4to a 6to Primaria
- Hoja de Trabajo - Secundaria





Encuesta Lección 3

Lección 4
Vida Saludable

Atleta mentor:

GABRIELA MARTÍNEZ

Raquetbol

- (2021) Bronce en parejas en el Campeonato mundial Absoluto
- (2019) Medalla de plata en parejas en los Juegos Panamericanos de Lima, Perú.
- (2018) Campeona del Mundo en el Mundial Absoluto de Raquetbol
- (2018) Plata en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Barranquilla
- (2018) Plata en parejas en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Barranquilla
- (2018) Medalla de bronce por equipos en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Barranquilla, Colombia.
- (2017) Plata en parejas en los Juegos Bolivarianos de Santa Marta, Colombia.
- (2017) Plata por equipos en los Juegos Bolivarianos de Santa Marta, Colombia.
- (2014) Bronce en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Veracruz, México.
- (2014) Plata en parejas en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Veracruz
- (2014) Plata por equipos en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Veracruz
- (2008-2017) 8 Medallas de oro en el Campeonato Mundial Juvenil.

@gabyrball

https://www.facebook.com/gabyrball

Lección 4
Vida Saludable

Video de la Lección 4

Contenido

¿Qué es una vida saludable?

Antes de definir que es una vida saludable vamos a definir lo que es un hábito. Un hábito es cualquier comportamiento repetido regularmente que es aprendido. Los malos hábitos que son perjudiciales son llamados vicios. Se menciona que se necesitan 21 días seguidos de hacer algo para que se vuelva un hábito.

La salud es un estado de bienestar físico, mental y social no solamente la ausencia de enfermedades o dolencias. Este es el significado de la Organización Mundial de la Salud. La salud es algo de gran importancia en nuestra vida por lo que debemos cuidar de prevenir las enfermedades que nos puedan dar, así como tratar las mismas cuando no las pudimos evitar.

Ahora que ya tenemos definido un hábito y lo que es salud definiremos cuáles son los hábitos de vida saludable que se deben de practicar. Entre ellos están:

- Dormir 8 horas al día
- Comer comida saludable
- Tomar 8 vasos de agua
- Realizar ejercicio, actividad física o deporte
- Cuidarnos de enfermedades
- Cuidar la dentadura
- No fumar, no beber y no drogas.

Lección 4
Vida Saludable

Contenido

En lo que consta a la nutrición se debe tomar en cuenta comer alimentos balanceados que nos provean las proteínas, carbohidratos y energía necesaria para que podamos tener un mejor desempeño y una mejor salud. Se deben evitar alimentos que contengan mucha grasa, aceite, etc. como lo puede ser la comida chatarra que hay que tratar de evitarla.

Nosotros los atletas siempre debemos de cuidar nuestra nutrición ya que es de vital importancia para estar más saludables, tengo una nutricionista que lleva mis planes de alimentación los cuales debo de cumplir. Otra cosa muy importante de la comida que comemos es que nos provee energía para nuestros entrenos y torneos por lo que es muy importante comer bien.

¿Qué nuevos hábitos saludables quieres tener?

Hay que hablar de un estilo de vida saludable en el que forman parte la alimentación, el ejercicio físico, la prevención de la enfermedad, el estudio, la relación con el medio ambiente y la actividad social.

Desde esta perspectiva se puede determinar que los hábitos necesarios para llevar una vida saludable conlleva varios aspectos, entre estos:

Dieta equilibrada: una alimentación saludable se rige por incluir todos los alimentos contemplados en la pirámide nutricional, pero en las proporciones adecuadas y en la cantidad suficiente (no más) para mantener las necesidades nutricionales del organismo en función del consumo energético que éste realiza con la actividad diaria.

Hábitos tóxicos: el tabaco, el alcohol y las drogas inciden de forma muy negativa sobre la salud, por lo que se deben de evitar y debemos alejarnos de los mismos.

Lección 4
Vida Saludable

Contenido

Ejercicio físico: las recomendaciones generales determinan unos 30 minutos diarios de actividad física, siendo suficiente caminar a paso rápido durante ese tiempo. Ello permite quemar las calorías sobrantes y fortalecer músculos y huesos, pero también ayuda a controlar la tensión arterial, el colesterol y los niveles de glucosa en sangre, además de contribuir a la eliminación del estrés y ayudar a dormir mejor, adquirir un estado de relajación y evitar cambios de humor, mejorar la autoestima y el estado de satisfacción personal. También puede ser un buen medio para desarrollar una actividad social saludable cuando el ejercicio se hace en compañía.

Higiene: una higiene adecuada evita muchos problemas de salud: desde infecciones a problemas dentales o de la piel. El concepto de higiene no sólo se refiere al aseo y limpieza del cuerpo, sino que afecta también al ámbito doméstico, por lo que debemos ayudar a mantener limpia nuestra casa y escuela.

Equilibrio mental: se refiere al estado de bienestar emocional y psicológico necesario para mantener y desarrollar las capacidades mentales, las relaciones sociales y el afrontamiento de los retos personales y profesionales de la vida diaria. El estrés, el cansancio, la irritabilidad, la ansiedad, son, entre otros, algunos de los signos que indican que el estado mental no es del todo saludable.

Actividad social: las relaciones sociales son un aspecto fundamental para la salud del ser humano y, en consecuencia, para un envejecimiento saludable. El aislamiento social puede llevar a un deterioro gradual e irreversible de las capacidades físicas y mentales.

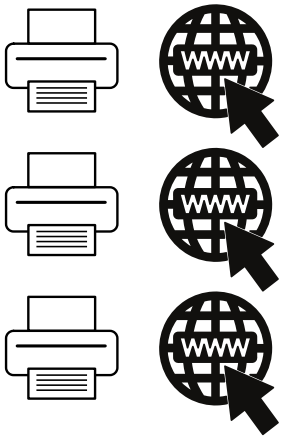
Lección 4
Vida Saludable

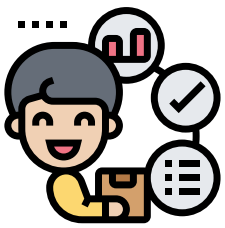
Reto 4

Que los estudiantes realicen un video realizando alguna actividad física o deporte que prefieran.

Hojas de Trabajo

- Hoja de Trabajo - 1ero a 3ero Primaria
- Hoja de Trabajo - 4to a 6to Primaria
- Hoja de Trabajo - Secundaria





Encuesta Lección 4

Lección 5

Respeto / Inclusión

Atleta mentor:

RAUL ANGUIANO

Para-Badminton

- Ganó la primera medalla de oro y única en la historia de Guatemala en los Juegos Parapanamericanos, en la clase SL4, en Lima 2019.
- No.1 del ranking mundial 2007, 2011 y 2013
- Vicepresidente de la Comisión de Atletas de la Federación Mundial de Bádminton.
- (2019) ganó el premio José Luis Campo al Mejor Paratleta de las Américas.
- (2018) Campeón Panamericano SL4 Perú
- (2016) Campeón Panamericano SL4 Colombia
- (2014) Campeón Panamericano SL4 Cuba
- (2012) Campeón Panamericano SL4 Guatemala
- (2011) Medallas de Campeonato Mundial Guatemala
- (2010) Campeón Panamericano SL4 Brazil
- (2009) Medallas de Campeonato Mundial Korea

@raulaa75

https://www.facebook.com/raul.e.araujo.1

Lección 5
Respeto / Inclusión

Video de la Lección 5

Contenido

¿Qué es el respeto?

El respeto es uno de los valores Olímpicos y consiste en tener consideración por uno mismo y por los demás. Es importante promover el respeto en el comportamiento, el vocabulario y la actitud, haciendo muestra del aprecio por uno mismo y los demás y reflexionando sobre emociones, decisiones del día a día y normas de convivencia.

En el deporte como en la vida, debemos respetar al rival, a los árbitros, las reglas de la competencia y competir sin hacer trampa.

En la escuela debemos respetar a nuestros compañeros, a los y las maestras, a los directores, padres, etc.

¿Qué es la inclusión?

La inclusión implica que todos y todas participen, que nadie se quede afuera. El principal objetivo es fomentar la participación de todos y todas, celebrar y valorar la diversidad, las diferencias que todos tenemos, sean pequeñas o grandes, por ello debemos de entender la inclusión y buscar soluciones para facilitar la accesibilidad en todos los aspectos.

En el deporte, podemos incluir a personas con alguna discapacidad en actividades físicas y ejercicios, ¿cómo? adaptando ciertos aspectos o reglas para que puedan practicar. ¿Cómo te sentirías si te dijeran que no puedes hacer lo que te gusta?

Lección 5

Respeto / Inclusión

Contenido

"Yo he vivido la inclusión en el deporte ya que desde pequeño estudie, entrene y competí con personas sin discapacidad, sintiéndome parte en todo momento sin ningún tipo de discriminación.

He conocido a muchas personas sin un brazo, sin una pierna, que no pueden ver o con alguna otra discapacidad practicando fútbol, atletismo, natación y muchos otros deportes más, no solo en los Juegos Paralímpicos, en Olimpiadas Especiales o en las Sordolimpiadas que son los eventos deportivos internacionales más grandes que existen, si no también de forma recreativa." - Raul Anguiano

¿Cómo puedes poner en práctica el respeto y la inclusión?

En el deporte jugar limpio es una parte importante de respetar a los demás y siempre debemos:

- Ser compañeros y amigos con los jugadores
- Aplaudir el buen juego y el esfuerzo
- Compartir el triunfo con los demás
- Es importante ganar, pero lo es más saber perder.
- Respetar a tus rivales, cumplir las reglas del juego
- Competir sin provocar lesiones y ayudar cuando se produzcan.

Para lograr la inclusión:

- Interactúa con las personas
- Acepta las diferencias
- Adapta las condiciones para que todos puedan participar.
- Ayuda a los demás
- Que nadie se quede atrás.

En el deporte y en la vida respeta para ser respetado, incluye para ser incluido.

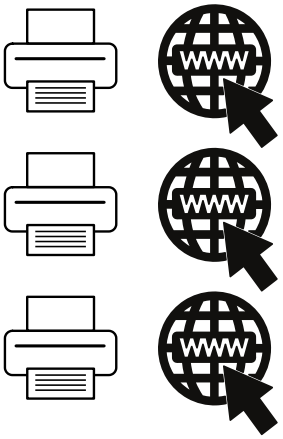
Lección 5
Respeto / Inclusión

Reto 5

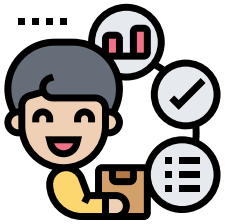
Que los estudiantes se pongan una venda o tapen los ojos por 10 minutos, e intenten hacer las actividades diarias que hacen, pueden comenzar con ayuda de otra persona. Que caminen, corran, jueguen fútbol y comprenderán de una mejor manera el tema de la inclusión, verán que es difícil pero lo podrán realizar.

Que graben un video realizando alguna de las actividades anteriores con el vendaje.

Hojas de Trabajo



- Hoja de Trabajo - 1ero a 3ero Primaria
- Hoja de Trabajo - 4to a 6to Primaria
- Hoja de Trabajo - Secundaria



Encuesta Lección 5

Lección 6

Excelencia / Emociones

Atleta mentor:

KEVIN CORDÓN

Badminton

- (2021) 4to Lugar Juegos Olímpicos Tokio 2020
- (2019) Medalla de bronce en los Juegos Panamericanos de Lima, Perú.
- (2018) Medalla de oro en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Barranquilla
- (2017) Medalla de oro por equipos en los Juegos Bolivarianos de Santa Marta, Colombia.
- (2016) 3era Participación en Juegos Olímpicos Rio 2016
- (2015) Medalla de oro en los Juegos Panamericanos de Toronto, Canadá.
- (2014) Medalla de oro en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Veracruz
- (2014) Medalla de oro en dobles de los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Veracruz
- (2014) Medalla de oro equipos de los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Veracruz
- (2012) 2nda Participación en Juegos Olímpicos Londres 2012
- (2011) Medalla de oro en los Juegos Panamericanos de Guadalajara, México.
- (2010) Medalla de oro en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Mayagüez
- (2010) Medalla de oro en dobles de los Juegos Centroamericanos y del Caribe
- (2010) Medalla de oro por equipos de los Juegos Centroamericanos y del Caribe
- (2008) 1era Participación en Juegos Olímpicos Beijing 2008
- (2007) Medalla de plata en los Juegos Panamericanos de Río de Janeiro, Brasil
- (2006) Medalla de en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Colombia

@kevincordon.gt

Fan Page: Kevin Cordón Oficial

Lección 6
Excelencia / Emociones

Video de la Lección 6

Contenido

¿Qué es la excelencia?

La excelencia es uno de los valores Olímpicos y consiste en dar nuestro mejor esfuerzo en todo momento. Es de vital importancia en el deporte ya que significa la cúspide mental y física de un deportista, la cual se llega luego de mucho esfuerzo y dedicación y es muy importante para conseguir las metas propuestas de los deportistas e intentar ser ejemplos a seguir.

Ahora reflexionaremos acerca de los valores más importantes para la excelencia.
La perseverancia es un valor muy importante que está relacionado con la excelencia de gran manera. Como dice su definición “Firmeza y constancia en la manera de ser o actuar” es lo que necesitamos para poder alcanzar la excelencia en algo ya que no es fácil y no debemos rendirnos hasta alcanzarla.
La determinación es lo que junto con la perseverancia nos permite llegar a ser excelentes ya que como se mencionó que la perseverancia es la firmeza o constancia en hacer algo la determinación es la motivación y las ganas que tenemos para realizar ese algo.

Por último el coraje que es uno de los valores Paralímpicos es la valentía, el valor, la decisión de realizar las cosas también es llamado fuerza de voluntad la cual nos sirve para nunca rendirnos con las metas y objetivos que tengamos a pesar de los obstáculos que se presenten.

Lección 6

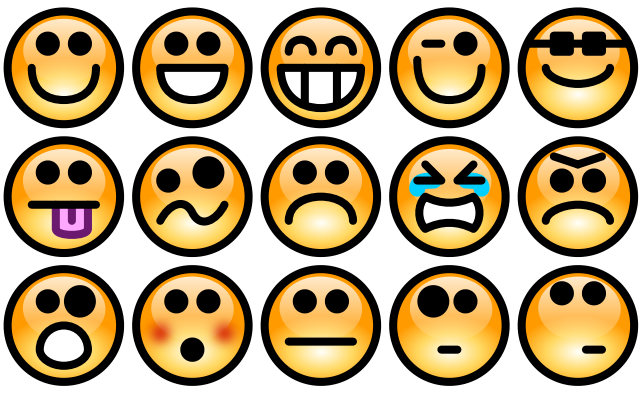
Excelencia / Emociones

Contenido

¿Qué son las emociones?

En el deporte vivimos muchas emociones mayormente positivas, pero también hay veces que nos toca enfrentar emociones como la tristeza o frustración por perder algún partido o torneo para el que nos preparamos mucho y deseábamos ganar. Por eso es muy importante que hablemos de cómo debemos manejar las emociones y cómo el deporte nos ayuda a ser personas emocionalmente más estables.

"En los Juegos Olímpicos he vivido muchas emociones como lo ha sido la felicidad de haber clasificado a los mismos, competir en el más alto nivel de mi deporte. También he vivido momentos de frustración ya que por una lesión en la rodilla me tuve que retirar luego de mi primer partido en los Juegos Olímpicos de Rio 2016 sin poder jugar los otros 2 partidos de mi grupo. Esto es algo que nos toca vivir a muchos atletas ya que las lesiones siempre están cerca debido a nuestras altas cargas de entrenamiento, pero siempre debemos saber cómo manejar estas emociones. El deporte al exponernos constantemente a diferentes emociones, cuando ganamos, cuando perdemos, cuando nos lesionamos, cuando nos sale algo bien, etc. nos hace personas más estables emocionalmente y nos prepara para otras áreas de nuestras vidas.
Hacer lo que nos gusta también nos genera muchas emociones positivas y mejor aún cuando las cosas nos salen bien, estoy muy contento con mi desempeño en los Juegos de Tokio 2020 en donde logré quedar 4to lugar y poner en alto el nombre de Guatemala. " - Kevin Cordón



Lección 6

Excelencia / Emociones

Contenido

¿Qué representa la excelencia y las emociones?

Las emociones es algo difícil de poner en práctica voluntariamente ya que estas se van dando según las acciones y acontecimientos que van pasando en nuestras vidas, pero como mencione anteriormente es importante que nos expongamos a diferentes emociones para que nos ayuden a saberlas enfrentar mejor en una próxima vez que sucedan.

Ahora para la excelencia te tengo algunos consejos para que tú la puedas poner en práctica en el día a día. Ya que sabemos que es dar lo mejor en todo lo que hagamos, entonces estas son algunas cosas que puedes hacer para mostrar la excelencia:

- Ser puntuales en la escuela
- Cumplir con todas las tareas y hacerlas lo mejor posible
- Ser ordenados y limpios en la casa y en la escuela
- Ayudar en los quehaceres de la casa
- Si hacen deporte entrenar lo mejor posible cada vez
- Ayudar a quien lo necesita

En el deporte y en la vida debemos dar siempre nuestro mejor esfuerzo e intentar ser ejemplo para los demás.

Lección 6

Excelencia / Emociones

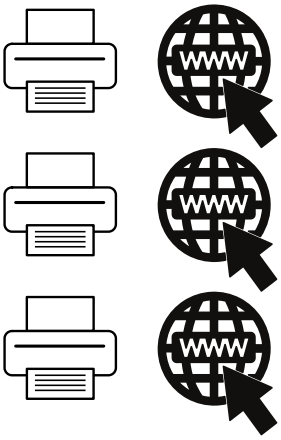
Reto 6

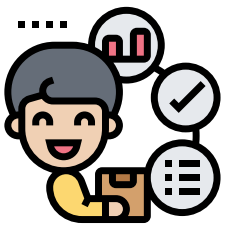
Pensar en cómo pueden los estudiantes aplicar la excelencia en el día a día, identifiquen qué cualidades tienen que tener para ser alguien excelente.

Que los estudiantes graban un video diciendo estas cualidades y digan qué emociones sienten al cumplir con estas cualidades en sus vidas.

Hojas de Trabajo

- Hoja de Trabajo - 1ero a 3ero Primaria
- Hoja de Trabajo - 4to a 6to Primaria
- Hoja de Trabajo - Secundaria





Encuesta Lección 6

Lección 7

Amistad / Equidad

Atleta mentor:

SCARLETH UCELO

Levantamiento de Pesas

- (2021) Atleta Olímpica Tokio 2020
- (2021) Participación en el Campeonato Panamericano en República Dominicana
- (2019) Participación en el Campeonato Panamericano de Halterofilia en Guatemala
- (2019) Participación en los Juegos Panamericanos celebrados en Perú
- (2018) Participación en el Campeonato Panamericano de Halterofilia en República Dominicana
- (2017) Participación en el Campeonato Panamericano de Halterofilia en USA
- (2016) Participación en el Campeonato Panamericano de Halterofilia en Colombia

Frase favorita:

Lo importante no es ser mejor que otros, sino mejor que ayer

@scarleth_ucelo

https://www.facebook.com/scarleth.ucelo.1

Lección 7

Amistad / Equidad

Video de la Lección 7

Contenido

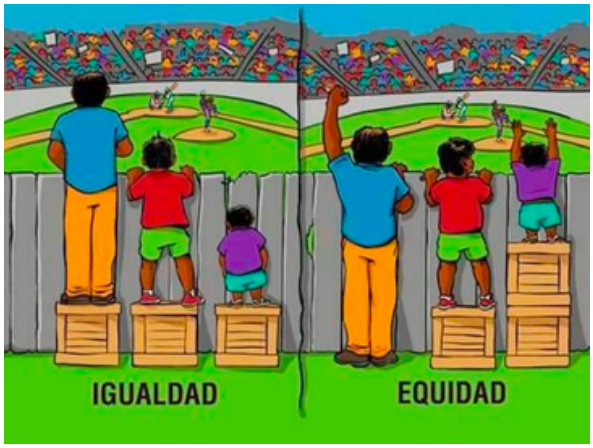
¿Qué es la amistad ?

Creo que la amistad es un concepto que se habla porque está presente en la vida cotidiana. Se define por un sentimiento que une a dos personas que no son de la misma familia. Se logra teniendo simpatía y confianza con las personas.
Tener amigos y formar parte de un grupo de amigos nos permite jugar, reír, discutir, pero también encontrar ayuda en los momentos difíciles. Verás que la amistad te permitirá desarrollarte personalmente y crecer.

¿Pero cómo hacer amigos?

Un amigo es alguien que te quiere por lo que eres.
Para hacer amigos tienes que ser tú mismo, no tienes que ser como los demás. Lo bueno es que puedes tener muchos amigos con diferentes personalidades. Y para que una amistad se mantenga sólida hay que ser amable con esa persona y preocuparse por ella o el, aunque a veces no se esté de acuerdo, hay que ser capaz de admitir los errores y pedir disculpas cuando se ha hecho algo mal.

Ahora, hablemos de la equidad. No sé si sabes la diferencia entre equidad e igualdad, pero te voy a mostrar una imagen que explica cuál es la diferencia.



Lección 7
Amistad / Equidad

Contenido

Como se puede ver en la imagen, no somos todos iguales: ni fisiológicamente, ni psicológicamente, ni intelectualmente, ni emocionalmente. Todos somos únicos. La equidad es una forma de igualdad que permite la discriminación positiva, y aquí por ejemplo en la imajen las cajas se distribuyen para que toda la gente pueda ver el partido.

La equidad es importante porque tiene en cuenta la singularidad de cada persona y sus necesidades. Es muy importante que nos involucremos en nuestra sociedad y apoyemos a quien lo necesita, más en países como el nuestro que hay mucha desigualdad debemos promover la equidad para que todos vivamos de una mejor forma y nos ayudemos unos a otros.

¿Qué te gusta hacer con tus amigos? ¿Y por qué es importante para ti?

"Cuando me seleccionaron para participar en los Juegos Olímpicos de Tokio me sentí muy feliz y también un poco estresada, cuando me enteré de la noticia lo celebré con mis amigos, quería compartir con ellos esta gran noticia. Para mí era importante que estuvieran allí en ese momento y que me tranquilizaran y celebraran conmigo." - Scarleth Ucelo

Es muy importante que tengamos amigos en los diferentes ámbitos de nuestras vidas porque nos pueden apoyar en los buenos momentos pero también nos pueden ayudar mucho cuando estemos pasando por algún mal momento.

También es muy importante rodearnos de amigos que sean buenas personas y buena influencia para nosotros, ya que también hay unos amigos que no son buena influencia para nosotros y nos hacen hacer cosas que normalmente no haríamos.

Así que recuerda bien escoger bien a tus amigos y sobre todo que entre todos promuevan la equidad en el trato con las demás personas.

Lección 7

Amistad / Equidad

Contenido

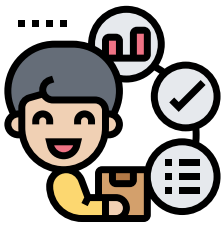
El deporte me ha permitido conocer a mucha gente de diferentes nacionalidades, géneros y niveles de educación. Porque el deporte une a todos con el mismo objetivo. Las personas que conocí en la escuela y en el deporte ahora son muy buenos amigos míos.Hoy soy muy feliz gracias a ellos, con los que me lo paso muy bien y que están ahí para ayudarme cuando las cosas no van bien. Creo que solos vamos más rápido pero juntos vamos más lejos.

Reto 7

Que los estudiantes se dividan en dos y graben un vídeo para describir a su pareja, sus cualidades, lo que gusta de ella/él y en los gustos que tienen en común. También pueden explicar por qué han elegido a ese compañero o contar algún momento que hayan pasado juntos.

Hojas de Trabajo

- Hoja de Trabajo - 1ero a 3ero Primaria
- Hoja de Trabajo - 4to a 6to Primaria
- Hoja de Trabajo - Secundaria



Encuesta Lección 7

Impacto Mi Amigo Olímpico

A continuación presentamos algunos datos de Impacto del programa

*Hasta Diciembre 2021

90,5 %

De los maestros mencionan que el programa les ayudó a ser mejores maestros.

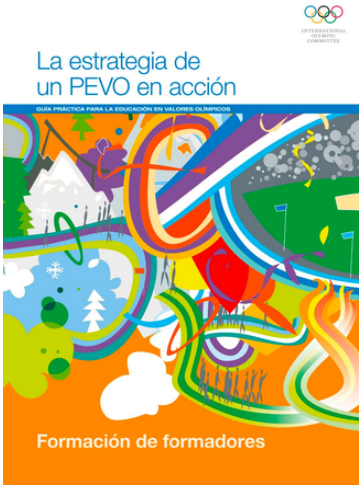
95,2 %

De los maestros mencionan que sienten una mayor motivación personal hacia la vida.

*Reporte Impacto 2021

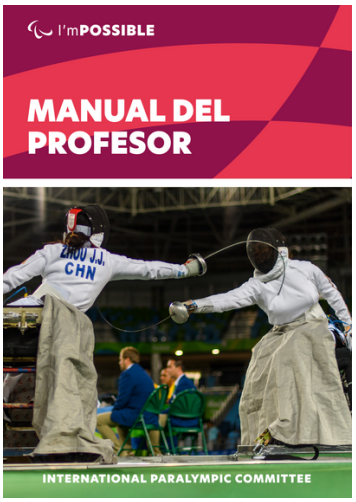
Materiales Complementarios:

A continuación presentamos unos materiales complementarios que pueden ser utilizados en clase. (Haz clic en la imagen)



Programa Educativo de Valores Olímpicos - COI

Los Valores del Deporte en Cada Aula - Varias Organizaciones



I´mPOSSIBLE - Programa Educativo de Valores Paralímpicos - CPI

El Deporte como herramienta para el desarrollo sostenible

Agradecimientos a:

Todas las escuelas, maestros, atletas y estudiantes que han formado parte del programa.

También a CLASSROOM CHAMPIONS how better gets better and better

Gracias por todo su apoyo y esfuerzo para lograr que Mi Amigo Olímpico sea una realidad.

El contenido de esta publicación puede ser reproducido en su totalidad o en parte con fines educativos únicamente. Haciendo reconocimiento al Comité Olímpico Guatemalteco

---

Contacto

Comité Olímpico Guatemalteco Calle Pierre de Coubertin 10 calle 2-28 zona 9, Guatemala, Guatemala

Correo: miamigoolimpico@gmail.com
www.aog.cog.org.gt