



Deportes



Nota:

- Usando como modelo, la especialidad de Atletismo, del área de Deportes, podrán desarrollar otras especialidades como:

Aeróbicos
Béisbol
Buceo
Canotaje
Esgrima
Esquí
Gimnasia Deportiva
Lucha Libre
Motonáutica
Navegación a Vela
Paddle
Polo
Serf
Skating
Ski Acuático
Squash
Zumos, etc.



DEPORTES

-  Ajedrez
-  Andinismo
-  Arquería
-  Atletismo
-  Basquet
-  Ciclismo
-  Defensa Personal
-  Defensa Personal Nota
-  Equitación
-  Fútbol
-  Golf
-  Handball
-  Hockey
-  Natación
-  Patinaje
-  Pesca
-  Ping Pong
-  Remo
-  Rugby
-  Softball
-  Tenis
-  Voleibol



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos para el desarrollo de la disciplina.
- Participa de eventos realizados por ajedrecistas y comenta lo observado.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Registra tus progresos.
- Grafica las jugadas realizadas.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, grupo de amigos, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga sobre el equipo apropiado para practicar andinismo de media montaña considerando el clima y características del terreno.
- Averigua las normas, requisitos y técnicas básicas para practicar andinismo.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Utiliza la brújula y dos medios naturales para orientarte.
- Prepara un plan de excursión con escalamiento, utilizando mapas topográficos para el diseño de la ruta y muéstrasela al Experto.
- Participa de excursiones de un club de andinismo reconocido, y completa un recorrido mínimo de 10 km. en media montaña con tu Experto.

Desafío:

- Organiza con la ayuda de tu Patrulla y el apoyo de un adulto experto, un recorrido de media montaña por el día, para jóvenes de tu grupo. escuela, barrio, etc.



Exploración:

- Averigua sobre:
 - los reglamentos para el desarrollo de la disciplina
 - las partes que componen un arco
 - los diferentes tipos de arcos y flechas
 - y maderas que se utilizan para su fabricación.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente..
- Practica la disciplina regularmente.
- Demuestra que mantienes en buen estado: el arco, la cuerda y las flechas.
- Participa en competencias organizadas por una institución habilitada.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Mantén un registro sobre el desarrollo de la disciplina elegida en el ámbito local, nacional e internacional (datos, recortes, fotografías, etc.)
- Investiga las normas que rigen la disciplina.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Diseña un plan de entrenamiento para ti mismo y practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado y registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga reglamentos y normas para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga:
 - las normas de tránsito que debe respetar un ciclista
 - los materiales y herramientas necesarios para el arreglo y mantenimiento de una bicicleta.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Desarma y arma una bicicleta, indicando la función de cada una de sus partes.
- Efectúa reparaciones simples por ejemplo emparchado, cambio de frenos, ajuste de cadena, centrado de ruedas, etc.
- Utiliza la bicicleta, en tus actividades cotidianas.

Desafío:

- Organiza y realiza una actividad en bicicleta con tu Unidad, grupo scout, patrulla, escuela, barrio, etc.



Nota:

- Dentro de la especialidad Defensa Personal entran diferentes modalidades

Artes Marciales

Boxeo

Esgrima de Bastón

Lucha, etc.

- Cualquiera de ellas, es válida para los requisitos de la misma.



Exploración:

- Investiga sobre el desarrollo de la disciplina elegida en el ámbito local, nacional e internacional (datos, recortes, fotografías, etc.)
- Infórmate de las normas que rigen la disciplina.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente, en un centro de deportes habilitado.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado por tu entrenador.
- Participa de competencias, acordes a tu nivel.

Desafío:

- Organiza una competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos, condiciones físicas y normas de seguridad para el desarrollo de la disciplina, lo principal acerca de un caballo, las enfermedades más comunes y las atenciones que deben darse en caso de cojera.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente junto a un instructor.
- Demuestra a tu Unidad, los cuidados que debes realizar en los arneses y como se colocan correctamente.
- Alimenta, da de beber agua, como también las demás atenciones apropiadas a un caballo.

Desafío:

- Visita con tu patrulla, Unidad, o grupo de amigos, un establo y organiza en el mismo una exhibición de equitación.



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos y normas que rigen para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos, normas y elementos, para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga los reglamentos y/o normas que rigen la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga los reglamentos y/o normas para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos, condiciones físicas y normas de seguridad que rigen para el desarrollo de la disciplina.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente junto a un instructor.
- Demuestra al Experto, que sabes hacer una maniobra de salvataje, con salvavidas y cuerda.
- Junto al Experto, salta correctamente al agua y nada 300 metros, empleando tres estilos diferentes y nada quince metros bajo el agua.

Desafío:

- Anima a los integrantes de tu patrulla, Unidad o grupo de amigos a que aprendan a nadar. En caso de que sepan, realicen una actividad acuática junto a un instructor.



Exploración:

- Averigua las normas de seguridad, que rigen la disciplina, como también las condiciones físicas necesarias para practicar patinaje.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Demuestra al coordinador u experto que has participado regularmente en alguna de estas disciplinas: patinaje artístico, patinaje sobre hielo, hockey sobre patines, competencia de skate.
- Demuestra al Experto que eres capaz de: Avanzar y detenerte correctamente, retroceder, en uno y dos pies, girar sobre ti mismo, saltar un obstáculo pequeño y hacer rebotar una pelota mientras avanzas.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de habilidades sobre patines para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga:
 - Diferentes métodos para la pesca deportiva y comercial
 - El fundamento de las principales disposiciones vigentes que regulan la pesca en tu zona.
 - Y las cañas, líneas, anzuelos, plomadas, carnadas y señuelos que se utilizan según el tipo de pesca.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Pesca e identifica distintos tipos de ejemplares de peces.
- Prepara y demuestra que cuidas tu equipo de pesca.
- Utiliza la técnica adecuada, para liberar un pez del anzuelo y devolverlo al agua.

Desafío:

- Organiza una actividad para tu patrulla, grupo scout, barrio, escuela, etc., donde la pesca sea el objetivo principal.



Exploración:

- Investiga los reglamentos y/o normas para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga diferentes tipos de embarcaciones, señalando sus usos, ventajas e inconvenientes.
- Averigua las medidas de seguridad que debe tenerse a bordo.
- Visita un Club en donde practiquen habitualmente ese deporte y participa de él.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Demuestra al Experto que sabes bogar, pivotar y cinglar con remos apropiados; como también botar, atracar y desatracar un bote a remos.
- Demuestra que sabes remolcar y ser remolcado; como también actuar en forma apropiada en caso de volcamiento, varadura, averías en el casco y hombre al agua.

Desafío:

- Organiza una competencia de boga, para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos y/o normas que rigen para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos y/o normas que rigen para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos y/o normas que rigen para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.



Exploración:

- Investiga sobre los reglamentos y/o normas que rigen para el desarrollo de la disciplina.
- Diseña un plan de entrenamiento, junto a tu entrenador.

Taller:

- Expone ante tu Unidad, patrulla, grupo de amigos, etc., de la manera que creas más conveniente, lo investigado anteriormente.
- Practica la disciplina regularmente.
- Cumple con el plan de entrenamiento diseñado.
- Registra tus progresos.

Desafío:

- Organiza una actividad o competencia de la disciplina para tu Unidad, grupo scout, barrio, escuela, etc.