

**INFORME FINAL PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE**

**AULA ESPECIALIZADA AURORA**

**WILL BREYNER NORIEGA ATENCIA**

**CC 1007814736**

**ASESOR**

**CARLOS ALBERTO MORENO VILLAMIZAR**

**FACULTAD DE LA EDUCACIÓN**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN**

**FISICA RECREACION Y DEPORTES**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

**PAMPLONA NORTE DE SANTANDER**

**2022**

**INFORME FINAL PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE**

**AULA ESPECIALIZADA AURORA**

**WILL BREYNER NORIEGA ATENCIA**

**CC 1007814736**

**ASESOR**

**CARLOS ALBERTO MORENO VILLAMIZAR**

**FACULTAD DE LA EDUCACIÓN**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN**

**FISICA RECREACION Y DEPORTES**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

**PAMPLONA NORTE DE SANTANDER**

**2022**

## TABLA DE CONTENIDO

1.	CAPITULO I.....	5
1.1	OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO .....	5
1.2	Reseña Histórica .....	5
1.3	CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN DE LA SEDE AURORA: .....	6
1.3.1	.....	7
1.3.2	1.1.2 Proyecto Educativo Institucional (PEI).....	7
1.4	1.3 Marco Legal .....	10
1.4.1	1.3.1 Política de Calidad la Escuela Normal Superior de Pamplona .....	10
1.4.2	1.3.2 Órganos, Funciones y Forma de Integración del Gobierno Escolar .....	10
1.5	1.4 Horizonte Institucional .....	12
1.6	1.4 Principios Institucionales .....	13
1.6.1	1.4.1 Fundamentos .....	15
1.7	1.5 Visión.....	16
1.8	1.5 Misión .....	17
1.9	1.7 Filosofía.....	17
1.10	1.7.1 Horizontes .....	17
1.11	1.8 Perfil .....	19
1.11.1	1.8.1 Organigrama Institucional .....	20
1.11.2	1.8.2 Simbolos Institucionales.....	26
1.11.3	1.8.3 Manual de Convivencia.....	27
1.8.4	Objetivos Institucionales .....	33
1.11.4	1.8.5 Derechos y Deberes de Estudiantes, Docentes y Padres de Familia. ....	34
1.11.5	.....	41
1.11.6	1.8.6 Uniformes .....	41
1.12	1.9 Inventario de Infraestructura.....	45
1.12.1	1.9.1 Salón de Deportes.....	45
1.12.2	1.9.2 Horarios .....	47
1.12.3	1.9.3 Matriz DOFA.....	48

2.	CAPITULO II.....	49
2.1	TITULO.....	49
2.2	OBJETIVO GENERAL .....	49
2.3	OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	49
3.	BASE TEORICA .....	50
3.1	ANTECEDENTES .....	50
3.1.1	INTERNACIONAL.....	50
3.1.2	NACIONAL .....	51
3.2	BASES LEGALES .....	51
4.	DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA .....	52
5.	JUSTIFICACIÓN.....	54
6.	POBLACIÓN .....	56
7.	MARCO TEORICO .....	56
8.	CAPITULO III.....	58
8.1	CRONOGRAMA .....	58
8.2	EJECUCIÓN O METODOLOGÍA.....	58
8.2.1	VALORACIONES .....	59
9.	EVALUACIÓN CUALITATIVA.....	77
10.	CAPITULO IV .....	77
10.1	ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES .....	77
11.	CONCLUSIONES .....	80
12.	CAPITULO V .....	82
12.1	FORMATOS DE EVALUACIÓN.....	82
13.	REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....	89

## **1. CAPITULO I**

### **1.1 OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO**

#### **1.2 Reseña Histórica**

El instituto la Aurora se creó bajo ordenanza 07 del año 1979, por un grupo de personas que vieron la necesidad de crear una institución para atender la población vulnerable como era en ese momento la población con Retardo Mental. Una vez creada la institución no solo se atendió a niños y jóvenes con esta discapacidad, sino también a estudiantes con discapacidades auditivas, motoras y múltiples. Inició su funcionamiento en calidad de arriendo en diferentes sedes en la ciudad de Pamplona, y en el año 2.004 con ayuda de la Gobernación se contó con la sede propia en predios de la Escuela Normal Superior a la cual fue funcionada. Se contaba con el equipo interdisciplinario completo conformado por Psicóloga, Fonoaudióloga, T. Ocupacional, Fisioterapia, Instructora de Taller, Apoyo Pedagógico y Docentes en Educación Especial. Luego esta población con Necesidades Educativas especiales continuó siendo atendida por dos docentes María Gertrudis Jaimes Cote (Educadora Especial) y Lucy Patricia Vergel Leal (Fonoaudióloga).

El Rector de la E.N.S. de Pamplona estableció convenios con la Universidad de Pamplona con el fin de desarrollar las prácticas correspondientes a Psicología, Fonoaudiología, Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Educación Física, Pedagogía Infantil. Artes Visuales, música entre otras. De igual manera con el SENA para los talleres de panadería. Y estudiantes de la formación complementaria de la E.N.S.

Todos ellos atendiendo de manera consecutiva a los Estudiantes con Necesidades Educativas Especiales de la Sede Aurora.

Las actividades realizadas en la Sede Aurora contemplaban áreas como:

- ✓ Actividades Básicas Cotidianas
- ✓ Áreas pedagógicas y académicas
- ✓ Talleres productivos como huerta escolar, panadería y manualidades
- ✓ Actividades lúdico-recreativos
- ✓ Participan Olimpiadas de FIDES en Atletismo, Boliche, Ciclismo
- ✓ Convenio con los municipios para la atención de la población con discapacidad desplazando a los estudiantes con N.E.E. hasta Pamplona.
- ✓ Escuela de padres
- ✓ Capacitación sobre Discapacidad y procesos de Inclusión a instituciones que lo requieran tanto de Pamplona como del sector rural.

### **1.3 CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN DE LA SEDE**

#### **AURORA:**

Se atendían 42 estudiantes de los cuales tres se desplazan de Pamplonita. En su mayoría pertenecían a un estrato socio-económico bajo, procedentes de los barrios Cristo Rey, Simón Bolívar y Santa Marta. Sus familias estaban constituidas principalmente por madres cabeza de familia, quienes realizaban trabajos de oficios varios en casas. Los estudiantes presentaban discapacidades múltiples entre ellas tenemos las siguientes: Discapacidad Cognitiva, Motora, Auditiva, Múltiple, Autismo con Psicosis Infantil, Síndrome Rett, Síndrome de Down, Esquizofrenia, Microcefalia, Trastornos Severos del Aprendizaje, Trastornos de Conducta.

En noviembre del año 2016 los estudiantes mayores de 18 años con discapacidades severas fueron entregados a la Alcaldía de Pamplona con el fin de desarrollar un proyecto dirigido a esta población, asistiendo a la sede aurora en las horas de la tarde con el fin de recibir atención de

Rehabilitación, talleres y atención especializada. El rector de la E.N.S.P. **Oscar Fabián Cristancho Fuentes** facilitó algunas aulas de la sede en calidad de préstamo a la alcaldía para poder desarrollar las actividades y atención a la población con discapacidad de la ciudad de Pamplona.

En febrero del año 2017 la secretaría de Educación del Norte de Santander permite la creación de **la sede AULA ESPECIALIZADA DE LA E.N.S.P.**, en la cual se atienden estudiantes de 5 a 17 años con discapacidad leve. En la actualidad asisten 26 estudiantes, atendidos por dos docentes en la jornada de la mañana. Este trabajo es apoyado por estudiantes de práctica de la Universidad de Pamplona tales como Educación Física, Psicología, Pedagogía Infantil etc.

### **1.3.1**

### **1.3.2 1.1.2 Proyecto Educativo Institucional (PEI)**

La institución la ENSP se encuentra ubicada en el área urbana al sur de la ciudad ocupando un espacio de 11.4 hectáreas, bañada por las quebradas Cariongo y Rosal que al unirse forman el glorioso río pamplonita a la salida de la Normal. Su edificio fue construido en terrenos cedidos por el municipio y diseñado por el arquitecto alemán Leopoldo Rother. Posee una planta física conformada por bloques en donde se encuentran las aulas de clase, laboratorios, talleres de música y dibujo, biblioteca, salas de cómputo, teatro, capilla, cafetería, enfermería, salón cultural y restaurante, posee también amplias zonas verdes, bosques y jardines en donde se trabajan los proyectos de aula; y campos deportivos que sirven de recreación y esparcimiento a los estudiantes

y comunidad en general. Es un espacio bastante amplio, siendo una fortaleza el contacto con la naturaleza que estimula el aprendizaje. El personal docente está organizado en áreas, Núcleos de Formación y por conjunto de grados según la estructura organizacional dada en el P.E.I

Las familias que conforman la ENSP en un 80% pertenecen al estrato 1 y 2. La comunidad de padres y madres de familia, provienen de la zona urbana marginal, zona rural o del casco urbano y se desempeñan en diferentes oficios y profesiones acorde a las oportunidades que les brindan la economía de la región y la ciudad. Las familias que son parte de la comunidad normalista en algunos casos presentan conflictos de convivencia, ausencia de afectos, violencia intrafamiliar, maltrato, ausencia de patrones de autoridad, falta de tiempo para compartir y orientar a sus hijos, con dificultades socio-económicas; existen familias recompuestas y hogares disfuncionales. Muchos padres de familia, tienen procesos en el ICBF. También se cuenta con padres con estudios profesionales y consientes del proceso formativo de sus hijos, asisten a convocatorias, escuelas de padres, acciones pedagógicas, y cumplen con la función social de formar e impartir normas y llevarles un seguimiento a sus hijos. POBLACION ESCOLAR. Las niñas, niños y adolescentes, en un alto porcentaje son estudiantes que llegan motivados y con expectativas para su proyecto de vida, son alegres, espontáneos, puntuales, con deseos de aprender, de participar, de convivir, de ser aceptados, con sentido de pertenencia y deseos de superación personal entre otros. Sin embargo existen varios casos focalizados de estudiantes que son intolerantes, agresivos, muestran desmotivación, hacia el futuro sin anhelos de un proyecto de vida, irreverentes ante la autoridad, algunos con hogares sustitutos de ICBF, matoneo, ciber-acoso, con vulnerabilidad hacia el inicio de las relaciones sexuales a temprana edad, a la fármaco dependencia y se tiene que en la institución el índice de casos de consumos de sustancias psicoactivas se ha disparado y se dan algunos casos de micro tráfico. Por estas razones, es difícil y compleja la convivencia escolar, la

vivencia de competencias ciudadanas y por su puesto el ejercicio de los DDHH y DHSR y el logro de un buen rendimiento académico. Las circunstancias familiares y lo descrito anteriormente influyen notablemente en la respuesta del estudiante a sus compromisos académicos, al buen desempeño escolar y obviamente en la edificación de su proyecto de vida. La ENSP es una institución inclusiva por lo tanto atiende y está en capacidad de atender población desplazada, estudiantes afectados por la problemática de frontera con el vecino país Venezuela, afro-colombianos, población indígena, población diversa, LGBTI y población con NEE. A los estudiantes con NEE se les atiende en dos escenarios: en la sede la AURORA y en el AULA REGULAR.

Según el tipo de situación que presenten sus actividades pedagógicas se orientan acorde a las adaptaciones curriculares. Lógicamente la ENSP también está preparada para manejar el postconflicto. LA FORMACION DE MAESTROS La ENSP en el programa de Formación complementaria atiende estudiantes provenientes de diversas regiones del departamento y de la nación y egresados de la Escuela Normal Superior de Pamplona, de otras Normales y de diferentes modalidades de bachillerato caracterizados por su vocación y deseo de ejercer la profesión docente para acceder rápidamente al campo laboral y mejorar su calidad de vida. Los estudiantes pertenecen a los estratos 1 y 2, en su mayoría son mujeres: algunas de ellas casadas, con hijos y con responsabilidades laborales.

**OBJETIVOS INSTITUCIONALES:** La Normal Superior como institución Formadora de Maestros para el preescolar y básica primaria de los sectores rural, urbano y urbano marginal persiguen sus objetivos.



## **1.4 1.3 Marco Legal**

### **1.4.1 1.3.1 Política de Calidad la Escuela Normal Superior de Pamplona**

Se compromete a ofrecer un servicio educativo de calidad, en la formación de maestros con altas competencias pedagógicas, investigativas y de proyección comunitaria, para preescolar y básica primaria en los sectores rural, urbano y urbano-marginal, capaces de re significar las prácticas sociales, respondiendo a las necesidades y expectativas del contexto y a las políticas emanadas del MEN, dentro de un marco de desarrollo sostenible global e implementando y manteniendo el sistema de gestión de calidad, fundamentado en la norma ISO: 9001: 2008 para el mejoramiento continuo en la prestación del servicio educativo.

### **1.4.2 1.3.2 Órganos, Funciones y Forma de Integración del Gobierno**

#### **Escolar**

El Gobierno escolar como la establece la Ley 115 está conformado por los siguientes órganos: El rector como representante legal del establecimiento educativo, el Consejo Directivo y el Consejo Académico. Decreto 1075/2015. Título 3. Capítulo 1. Sección 5. *Artículo 2.3.3.1.5.3.*

La Escuela Normal Superior de pamplona cuenta con un gobierno escolar debidamente conformado quien actúa como máxima autoridad y como última instancia escolar, para articular los procesos administrativos, académicos y de proyección comunitaria. El rector de la E.N.S.P

convoca al proceso de elección del gobierno escolar mediante un acta en la cual establece los criterios, fechas y responsables para la elección del G.E.

Consejo Directivo: Organismo del gobierno escolar, concebido como la instancia que facilita, lidera y contribuye a la construcción y / o re significación del PEI. Su planeación, ejecución, evaluación y proyección. Su integración está regulada por el Decreto 1075/2015 Título 3. Capítulo 1. Sección 5. *Artículo 2.3.3.1.5.4*

Consejo Académico: Decreto 1075 de 2015, *Artículo 2.3.3.1.5.7*. Está integrado por Rector quien lo preside, los directivos docentes y un docente por cada área definida en el plan de estudios. La escuela normal superior elige dos docentes representantes por cada núcleo de formación cada uno se organiza para efectuar su elección interna, certifica su representante y diligencia el acta que se entrega a secretaria.

### **Organizaciones o Instancias de Participación:**

- Consejo de Estudiantes (Decreto 1075/2015 Título 3. Capítulo 1. Sección 5. *Artículo 2.3.3.1.5.12*): Órgano colegiado de participación de los estudiantes en la vida institucional. Está conformado por un estudiante de cada grado entre los que se elige el representante al Consejo Directivo.
- Consejo de Padres de Familia. De conformidad con la parte 3, Título 4, del Decreto 1075/2015, que define la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos oficiales y privados se establece que el Consejo de Padres es un órgano de participación de los padres de familia del establecimiento educativo, que sirve como medio para asegurar la continua participación de los padres y acudientes en el proceso pedagógico del establecimiento. Estará integrado

por mínimo (1) y máximo tres (3) padres por cada uno de los grados que ofrezca el establecimiento definido en el PEI. Art 2.3.4.5 Título 4. Libro 3. Decreto 1075/2015.

- **Personero Escolar:** El personero de los estudiantes en todos los establecimientos educativos será un alumno que curse el último grado que ofrezca la institución, encargándose de promover el ejercicio de los deberes y derechos de los estudiantes consagrados en la Constitución Política, las leyes, los reglamentos y el Manual de Convivencia Decreto 1075/2015 Título 3. Capítulo 1. Sección 5. Artículo 2.3.3.1.5.11.

- **Contralor Estudiantil:** En la escuela Normal Superior de Pamplona la figura de Contralor Estudiantil se establece atendiendo a las exigencias de la ordenanza N° 011 de 2012 y a la resolución 01084 de 2013, la cual reglamenta dicha figura. Se realiza una jornada de sensibilización que permite la capacitación y la orientación del ejercicio del control social y fiscal.

**1.5 1.4 Horizonte Institucional**

Nombre	Escuela Normal Superior de Pamplona, Sede “Aurora”
Dirección	Avenida Santander
Teléfono	5686308 – 3118482460
Página WEB	<a href="http://www.ienormalsuperiorpamplona.edu.co">www.ienormalsuperiorpamplona.edu.co</a>
Municipio	Pamplona
Departamento	Norte de Santander

Carácter	Oficial
Calendario	“A”
Verificación de Condiciones de Calidad	Resolución 12658 de diciembre 27 de 2010 por el MEN
Jornadas	Diurna
Niveles	Preescolar (x) Básica Media (x) PFC (X)
Licencia de Funcionamiento	Resolución 03126 de septiembre 7 de 2015 de la SED
DANE	154518000265
NIT	800197417-5

## 1.6 1.4 Principios Institucionales

Atendiendo al documento: “Naturaleza y Retos de las Escuelas Normales Superiores” (Ministerio de Educación Nacional 2015), La Escuela Normal Superior de Pamplona asume como principios pedagógicos la Educabilidad, Enseñabilidad, Pedagogía y Contextos, así como elementos referidos a la educación inclusiva, la interculturalidad, los proyectos pedagógicos transversales, el aprendizaje de una lengua extranjera, el uso de las TIC, las tendencias pedagógicas para la formación de maestros del siglo XXI y la Investigación Educativa los cuales confluyen en la Práctica Pedagógica.

- **La educabilidad:** La formación de la Escuela Normal Superior de Pamplona se fundamenta en la concepción integral de la persona humana, sus derechos, deberes y posibilidades de formación y aprendizaje.
- **La Enseñabilidad:** La Escuela Normal Superior de Pamplona garantiza que el docente sea capaz de diseñar y desarrollar propuestas curriculares pertinentes para la educación preescolar y básica primaria. Proyecto Educativo Institucional Página 17 de 107
- **La pedagogía:** La Escuela Normal Superior de Pamplona Entiende la pedagogía como la reflexión del quehacer diario del maestro a partir de acciones pedagógicas que favorezcan el desarrollo equilibrado y armónico de las habilidades de los educandos.
- **Los contextos:** La Escuela Normal Superior de Pamplona lo Entiende como un tejido de relaciones sociales, económicas, culturales, que se producen en espacios y tiempos determinados abordados mediante la investigación educativa.
- **Educación Inclusiva:** La educación inclusiva da la posibilidad de acoger en la institución educativa a todos los estudiantes, independientemente de sus características personales o culturales. Parte de la premisa según la cual todos pueden aprender, siempre y cuando su entorno educativo ofrezca condiciones y provea experiencias de aprendizaje significativas; en otras palabras, que todos los niños y niñas de una comunidad determinada puedan estudiar juntos.
- **La Investigación Educativa:** La Escuela Normal Superior de pamplona, la asume como eje en la formación del maestro que le permite identificar potencialidades entre los estudiantes, adelantar procesos que motivan la reflexión sobre sus propias

prácticas pedagógicas, plantear propuestas innovadoras y desarrollar una actitud reflexiva en los futuros docentes y en los docentes de la normal.

### **1.6.1 1.4.1 Fundamentos**

En la Escuela Normal Superior de Pamplona la escuela se concibe como un espacio abierto y contextualizado, es decir se reconoce la naturaleza de su entorno y la importancia de interactuar con él. Se vienen promoviendo prácticas pedagógicas en contexto, ya sean de orden natural o social según la naturaleza del conocimiento que se quiera estudiar / trabajar. Es decir, en el aula, al iniciar el estudio o trabajo de un tema, acción o proceso de pensamiento y cada vez que sea necesario, los docentes y/o los estudiantes se convocan a un espacio físico - natural, social o cultural que tenga una relación pertinente y coherente con dichos procesos, o en su defecto, se acude a técnicas, instrumentos o medios que les permita el acercamiento más posible a la situación o fenómeno en mención. En estos procesos se enfatiza el aprendizaje colaborativo, promoviendo procesos que realmente se afiancen, interesen y comprometan al estudiante y de paso potencialicen poco a poco sus habilidades, destrezas, y/o competencias pedagógicas, investigativas productivas y tecnológicas. Por otro lado, como lo plantea Piaget, que no se pierda de vista los esquemas, conocimientos y nivel operativo previo que le darán significación al nuevo conocimiento Siguiendo la dinámica que se lleva en aula, mediante este juego de pensamientos, ideas, y aportes de la interacción con los estudiantes y el maestro, si se requiere se identifican los problemas que se tiene en el aula o fuera de ella, ya sean de tipo técnico, científico o social según la intensidad del docente. Una vez identificado y seleccionado dicho problema, de manera conjunta se decide plantear ya sea, un proyecto pedagógico, un proyecto de aula o un proyecto de investigación según la magnitud o naturaleza del caso; para cualquier decisión que se tome existen las condiciones necesarias. Ahora, el estudiante es el protagonista del proceso educativo en general y del proceso

pedagógico en particular; un sujeto activo no solo desde la perspectiva física sino desde su pensamiento que asume diferentes niveles de complejidad que se ponen en juego en los procesos de aprendizaje con base en la naturaleza del objeto del cual aprende y de los medios a través de los cuales aprende. En consecuencia, en la Normal no sólo se tienen en cuenta estrategias lúdicas logrando un ambiente ameno y agradable sino también estrategias que despiertan y desarrollan procesos mentales, como la observación, la reflexión, la argumentación, la confrontación, el análisis crítico, la síntesis entre otros. Los maestros y maestras de la Escuela Normal en su mayoría son profesionales con postgrados en las diferentes áreas del conocimiento lo que permite desarrollar proceso de orden interdisciplinario especialmente en los niveles de pre escolar y básica primaria dada la distribución y organización de la asignación académica, ya en la básica secundaria, media y PFC se dan estos procesos en formas más aisladas; en la valoración sobre si se aprendió o no se aprendió, sobre qué tanto se aprendió y a qué nivel de calidad se aprendió; la evaluación se toma como un proceso sistemático, dinámico, integral, de corte cualitativo donde se hace lo posible de comprender el mundo complejo infantil y juvenil de principios del siglo XXI en una ciudad pequeña invadida por un cruce de culturas que provienen de diferentes lugares del país. Evidenciado en los registros en las técnicas e instrumentos adoptados por la institución educativa.

## **1.7      1.5 Visión**

La Escuela Normal Superior de Pamplona se visiona como Institución Educativa que lidera programas de formación inicial y continuada de Maestros en el marco de la integración curricular y humana donde los profesionales de la educación re contextualizan y producen saber pedagógico para el mejoramiento de la calidad educativa desde los derechos humanos en los sectores rural, urbano y urbano marginal, en el ámbito local, regional y nacional.

## **1.8 1.5 Misión**

Formar maestros de alta calidad, desde preescolar al Programa de Formación Complementaria, con competencias investigativas, productivas, tecnológicas y ciudadanas en el marco de la pedagogía, y la proyección social para desempeñarse en los niveles de preescolar y básica primaria, de los sectores rural, urbano y urbano marginal.

## **1.9 1.7 Filosofía**

La institución Educativa Normal Superior de Pamplona, considera a el joven dentro de objetivos claves que incluyen su calidad dentro de la misma y en la sociedad, dentro de los cuales se requiere cumplir con los siguientes puntos: Formar seres humanos con altas competencias pedagógicas, investigativas y comunitarias; establecer programas de educación pedagógica y académica; mejorar el desempeño académico en los estudiantes por medio de estrategias que respondan a las necesidades y expectativas del contexto; disminuir la deserción escolar por medio del mejoramiento en las áreas que presentan mayor dificultad en los estudiantes; realizar en forma continua, socialización de experiencias pedagógicas significativas que motiven al estudiante para su ingreso al Programa de Formación Complementaria.

## **1.10 1.7.1 Horizontes**

La Escuela Normal Superior Pamplona ofrece los niveles de enseñanza: Preescolar, Básica Primaria y Secundaria, Media Académica con profundización en Pedagogía, Programa de formación complementaria en cuatro semestres para estudiantes con título de bachilleres con profundización en pedagogía y Cinco semestres para bachilleres con otras modalidades La Normal otorga el título de Bachiller Académico con profundización en Pedagogía y el Título de Normalista

Superior al culminar el Programa de Formación Complementaria lo cual lo habilita para laborar en los niveles de preescolar y básica primaria.

Adicional a esto cuenta con unas políticas de acceso, las cuales están conformadas de la siguiente manera: para el nivel de preescolar, tener cinco años de edad o cumplirlos en el primer semestre del año lectivo; cumplir con los requisitos de edad de la siguiente manera:

Primero: 6 - 7 años

Segundo: 7 - 8 años

Tercero: 8 - 9 años

Cuarto: 9 - 10 años

Quinto: 10 - 11 años

Sexto: 11 - 12 años

Séptimo: 12 - 13 años

Octavo: 13 – 14 años

Noveno: 14 - 15 años

Decimo: 15 - 16 años

Del mismo modo, cumplir con el protocolo de matrícula; de preescolar a Décimo grado el estudiante nuevo podrá matricularse en cualquier época del año; para Undécimo grado solo se reciben estudiantes nuevos si provienen de otra escuela normal; para los estudiantes con Necesidades Educativas Especiales y discapacidades no severas presentar el diagnóstico del médico especialista con el fin de determinar el ingreso al aula regular o a la sede Aurora y debe encontrarse en el rango de edad de 5 a 17 años

## **1.11 1.8 Perfil**

- **Perfil del bachiller con profundización en educación**

La Institución busca formar un ser humano integral constructor de conocimiento, promotor de valores ecológicos, éticos y morales, promotor de ciencia e Proyecto Educativo Institucional  
Página 18 de 107 investigación, con fundamentos básicos de pedagogía que le propicien un acercamiento a las diversas opciones profesionales, con un proyecto de vida que impacte su medio social y le facilite la continuidad de su formación profesional.

- **Perfil del normalista superior**

Profesional de la Educación con altas competencias pedagógicas, investigativas, personales y sociales capaz de diseñar, administrar, y desarrollar un currículo que favorezca el desarrollo integral; autónomo y líder en procesos de convivencia y de equidad social, en el marco de los derechos humanos, para el mejoramiento de la educación en los niveles de preescolar y básica primaria de los sectores rural, urbano y urbano marginal.

- **Perfil del maestro formador de maestros**

El maestro formador de formadores debe ser un ser humano integral, idóneo en lo ético, lo moral, sensible, comunicador de sus experiencias y vivencias, democrático y solidario. Igualmente, con identidad definida hacia el ejercicio de su profesión, con profunda formación humanística y pedagógica fundamentada desde la historia y la de su praxis. Debe ser un maestro amante del arte y sus diversas manifestaciones, un profesional con visión globalizada y prospectiva de la sociedad y su desarrollo. Un maestro interesado en reconstruir permanentemente su identidad en la actualización de su quehacer pedagógico. Un maestro que se asuma como un ser histórico en permanente proceso de cambio, logrado en el diálogo relacional con su entorno. Un maestro que

valide la investigación como proceso más útil para describir su inserción y articulación en el medio social que le ha correspondido vivir, formando, consecuentemente, competencias para su transformación.

### 1.11.1 1.8.1 Organigrama Institucional

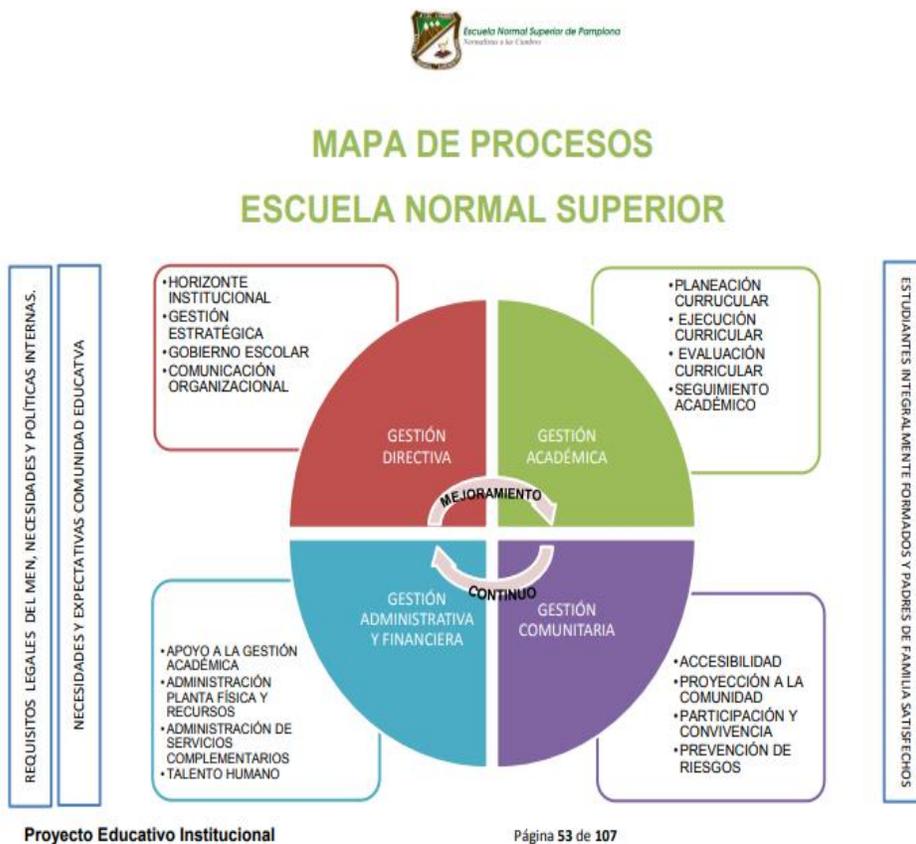


Figura 1. Organigrama Institucional

- Rectoría
- Coordinación

- Secretaría General
- Pagaduría
- Enfermería
- Servicios generales
- Celaduría
  
- Restaurante escolar

### 1.6.2 Cronograma Institucional

<b>Cronograma Institucional Sede La Aurora 2022</b>		
<b>Fecha</b>	<b>Actividad</b>	<b>Responsable</b>
21 Enero	Iniciación primer periodo academico	Rector y docentes
21 y 23 Enero	Inducción de primer periodo academico	
25 de Enero	Entrega de actas de plan de mejoramiento final	Docentes
31 de enero	Reunión de padres de familia grado undecimo	Rector y titulares del grado undecimo

4 de febrero	Lanzamiento concurso del cuento	Núcleo 2
6 de Febrero	Día internacional de los humedales	Núcleo 1
19 de Febrero	Jornada Pedagógica	Rector y Coordinador
26 de febrero	Reunion de padres de familia	Rector y titulares
4 al 8 de Marzo	Revisión del planteamiento curricular	Coordinador
5 de Marzo	Jornada Pedagógica	Rector y coordinador
6 de Marzo	Miercoles de ceniza-eucaristía institucional	Núcleo 2
8 de Marzo	-Entrega de Formatos PAIR  -Día internacional por los derechos de la mujer.	Doceentes y directivos
15 de Marzo	Elección del gobierno escolar-acto civico	Núcelo 3

19 de Marzo	Jornada pedagogica	Rector y Coordinador
2 de Abeil	Jornada pedagogica	
1-12 de Abril	Aplicación de trimestrales	Docentes
12 de Abril	Terminación de primer trimestre	
22 de Abril	Iniciación de segundo trimestre	
23 de Abril	Primera izada de bandera: día del idioma	Núcleo 2
23 de Abril	Jornada pedagogica	Rector y coordinador
6-10 de Mayo	Semana Cultural: Efemerides fundación de la escuela normal superior	Rector y nucelos de formación
15-16 Mayo	Entrega de informes academicos	Docentes
17 de Mayo	Día del maestro	Núcleo 4
28 de Mayo	Jornada pedagogica	Rector y coordinador

5 de Junio	Día del medio ambiente	Núcleo 1
14 de Junio	Inicio de vacaciones	-
16 de Junio	Presentación de pruebas TyT	Rector
8 de Julio	Reinicio de actividad académica	-
11 de Junio	Ceremonia de graduación PFC	Rector y coordinador
30 de Junio	Jornada pedagógica	
2 de Agosto	Finalización de segundo trimestre	-
5 de Agosto	Inicio de primer trimestre	-
6 de Agosto	Izada de bandera: celebración bicentenario eucaristía institucional	-
13 de Agosto	Jornada pedagógica	Rector y coordinador

25 de Agosto	Presentación de pruebas Saber 11	Rector
28 y 29 de Agosto	Entrega de informes academicos	Docentes
10 y 24 de Septiembre	Jornada pedagogica	Rector y Coordinador
7 y 11 de Octubre	Sema de desarrollo institucional	Directivos
17 y 18 de Octubre	Consejo academico y directivo	Rector
22 de Octubre	Jornada pedagogica	Rector y Coordinador
24 de Octubre	Festival de la canción, exposicion artistica	Nucleo 2
5 de Noviembre	Jornada pedagogica	Rector y Coordinador
7 de Noviembre	Dia del Aire	Nucleo 1
12 y 29 de Noviembre	Proceso de evaluación	Docente
29 de Noviembre	Culminación del año escolar	
2 y 6 de Diciembre	Semana Institucional	Rector y Coordinador

4 de Diciembre	Clausura Primaria	Rector, Coordinador y Docentes de primaria
5 de Diciembre	Clausura secundaria y media	Rector y Coordinador y Docentes de primaria
6 de Diciembre	Acto de graduación bachilleres y Normalista	Rector- Secretaria general

### 1.11.2 1.8.2 Simbolos Institucionales

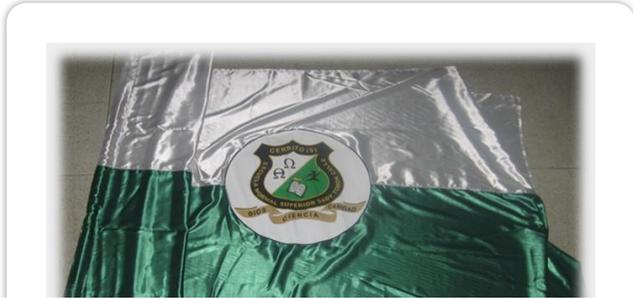
#### *El escudo*



<http://ienormalsuperiorpamplona.edu.co/la-aurora/>

Figura 2. Escudo Institucional

## La bandera



<http://ienormalsuperiorpamplona.edu.co/simbolos-y-distintivos-de-la-institucion/>

### 1.11.3 1.8.3 Manual de Convivencia

**LA INSTITUCION:** La Normal se encuentra ubicada en el área urbana al sur de la ciudad ocupando un espacio de 11.4 hectáreas, bañada por las quebradas Cariongo y Rosal que al unirse forman el glorioso río Pamplonita a la salida de la Normal. Su edificio fue construido en terrenos cedidos por el municipio y diseñado por el arquitecto alemán Leopoldo Rother. Posee una planta física conformada por bloques en donde se encuentran las aulas de clase, laboratorios, talleres de música y dibujo, biblioteca, salas de cómputo, teatro, capilla, cafetería, enfermería, salón cultural y restaurante. Posee también amplias zonas verdes, bosques y jardines en donde se trabajan los proyectos de aula; y campos deportivos que sirven de recreación y esparcimiento a los estudiantes y comunidad en general. El personal docente está organizado en áreas y por conjunto de grados, participan en la estructura organizacional dada en el P.E.I. La ENSP es una institución inmersa en la sociedad del siglo XXI con niños, niñas y adolescentes permeados por todas las influencias de esta vida moderna y que llegan a la institución educativa con debilidades en algunos de los aspectos que le permiten una sana convivencia y relación con los demás y con su entorno. Al igual que con la edificación de su proyecto de vida. Las familias que conforman la ENSP en un 80% pertenecen

al estrato 1 y 2. La comunidad de padres y madres de familia, en un alto porcentaje provienen de la zona urbana marginal, zona rural o del casco urbano y se desempeñan en diferentes oficios y profesiones acorde a las oportunidades que brindan la economía de la región y la ciudad. Las familias que son parte de la comunidad normalista en muchos casos presentan conflictos de convivencia, ausencia de afectos, violencia intrafamiliar, maltrato, ausencia de patrones de autoridad, falta de tiempo para compartir y orientar a sus hijos, con dificultades socio-económicas; existen familias recompuestas y hogares disfuncionales. También se cuenta con unos padres con estudios profesionales y conscientes del proceso formativo de sus hijos, asisten a convocatorias,

Escuela de padres, acciones pedagógicas, y cumplen con la función social de formar e impartir normas y llevarles un seguimiento a sus hijos.

**Población Escolar:** Las niñas, niños y adolescentes normalistas, en un alto porcentaje son estudiantes que llegan motivados y con expectativas para su proyecto de vida, son alegres, espontáneos, puntuales, con deseos de aprender, de participar, de convivir, de ser aceptados, con sentido de pertenencia y deseos de superación personal entre otros. Sin embargo existen varios casos focalizados de estudiantes que son intolerantes, agresivos, muestran desmotivación hacia el estudio sin anhelos de un proyecto de vida, irreverentes ante la autoridad, algunos con hogares sustitutos del ICBF, matoneo y ciber-acoso, con vulnerabilidad hacia el inicio de relaciones sexuales a temprana edad, a la fármaco dependencia y se tiene que en la institución el índice de casos de consumo de sustancias psicoactivas se ha disparado y se dan algunos casos de micro tráfico. Por estas razones, es difícil y compleja la convivencia escolar, la vivencia de competencias ciudadanas y por supuesto el ejercicio de los DDHH y DHSR y el logro de un buen rendimiento académico. Las circunstancias familiares y lo descrito anteriormente influyen notablemente en la respuesta del estudiante a sus compromisos académicos, al buen desempeño escolar y obviamente

en la edificación de su proyecto de vida. La ENSP es una institución inclusiva por lo tanto atiende población diversa y con NEE siendo estos atendidos en dos escenarios: unos en la sede AURORA y otros inmersos en el aula regular con las siguientes discapacidades: psicosis infantil con autismo, cognitivos, dislalia severa, síndrome de Rett, síndrome de Down con hiperactividad, parálisis cerebral y otros incluidos en el aula regular cuando presentan retardos leves, problemas de atención diversa y problemas de aprendizaje. Para estos casos se tienen las respectivas adaptaciones curriculares.

#### Tipos De Situaciones En La Convivencia Escolar Situaciones Tipo 1

Corresponden a este tipo los conflictos manejados inadecuadamente y aquellas situaciones esporádicas que inciden negativamente en el clima escolar, y que en ningún caso generan daños al cuerpo o a la salud física mental y psicológica. Se enmarcan en las situaciones Tipo I, las conductas que infrinjan las normas necesarias para garantizar la organización y desarrollo de la actividad escolar tanto en lo individual como en lo colectivo y aquellas que afectan DDHH y DHSR y el nivel académico institucional.

#### Marco De Las Situaciones Tipo 1

Las conductas que infrinjan las normas necesarias para garantizar la organización y desarrollo de la actividad escolar tanto en lo individual como en lo colectivo.

- Haber sido sorprendido cometiendo fraude en las evaluaciones de carácter individual, ya sea mirando las respuestas, preguntando o hablando a otro compañero durante la prueba, dar información no autorizada, tener y/o consultar textos, documentos o ayudas no permitidas. Salir del salón durante dicha evaluación sin previa autorización del profesor.

- Llegar a clase después del horario establecido o ausentarse del salón sin autorización del docente y/o coordinador.
- Traer al colegio, mirar o hacer circular dentro del mismo, revistas, libros, disquetes, videos, folletos o cualquier otro material con características pornográfico.
- Rayar murallas, baños y en general cualquier mobiliario o pared del colegio.
- No acatar orientaciones, observaciones, sugerencias, mostrando actitudes de rebeldía, grosería y desacato, ya sea en el aspecto comportamental o en las situaciones académicas.
- Salir del Colegio durante la jornada, sin previo conocimiento y autorización escrita de los padres y avalada por el coordinador o por otra instancia competente.
- Tomar las cosas y pertenencias de otra persona sin el debido permiso y autorización y no devolverlas.
- Realizar manifestaciones de índole amoroso excesivas con frecuencia dentro de la institución y fuera portando el uniforme institucional.
- Insultar, golpear o agredir verbalmente a compañeros o demás personas de la institución.
- Presentar **BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO SISTEMÁTICO** reflejado en los resultados de sus evaluaciones y en los boletines; que se considere amenace la promoción para el siguiente año lectivo.
- Incumplir con los demás deberes de los estudiantes citados en este manual.

## **Enfoques Orientadores de la Convivencia Escolar**

### **Enfoque de derechos:**

Las iniciativas que se desarrollan dentro de un marco de derechos reconocen la dignidad humana como valor supremo. Un proceso de formación conceptualizado con este enfoque, implica centrarse en el reconocimiento y el desarrollo de las capacidades de los sujetos de derechos. Desde esta mirada se integra la formación ciudadana al quehacer de la escuela, donde el proceso formativo parte de una postura apreciativa que facilita fomentar el desarrollo de competencias ciudadanas desde una perspectiva promocional, que brinda a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, herramientas prácticas para su vida social. La educación para el ejercicio de los derechos humanos impulsa la transformación del quehacer educativo, se fundamenta en la idea de desarrollar la capacidad de ser, saber y saber hacer en contexto, de movilizar actitudes, habilidades y conocimientos con la realización de acciones, de manera flexible, para que las personas en sus contextos (diversos, multiétnicos y pluriculturales) de interacción, puedan participar activa y responsablemente en decisiones colectivas de manera democrática, resolver conflictos de manera pacífica y respetar la diversidad humana

**Enfoque diferencial:** Desde la concepción de Desarrollo Humano Sostenible, el reconocimiento real de derechos está determinado, en mucho, por la prevalencia de la acción del Estado en favor de los grupos poblacionales más vulnerables en razón de sus especificidades de carácter social: étnico, de género, territorial (urbano rural) y necesidades educativas especiales.

### **Enfoque diferencial de género:**

En sociedades patriarcales como la colombiana, el enfoque de género ha priorizado la búsqueda de soluciones a problemas como: La disparidad entre hombres y mujeres, el acceso desigual e inadecuado a servicios, la violencia contra la mujer, la persistente discriminación y violación de los derechos de las niñas y la escasa participación política de ellas. La concepción de Desarrollo Humano Sostenible significa también el compromiso de lograr que la equidad de género se incorpore a todas las esferas de la vida, hacia la creación de condiciones para la igualdad, desde la diferencia, entre hombres y mujeres.

### **Enfoque diferencial étnico:**

La etnia es otro componente del enfoque diferencial, con presencia de pueblos indígenas y comunidades afro-descendientes. Tiene que ver con la diversidad étnica y cultural. El respeto y valoración de las diferentes etnias, sus culturas, sus sistemas de gobierno, educación, salud y justicia propia, es fundamental en la construcción de paz y la gobernabilidad democrática. La Constitución Política reconoció como patrimonio de la Nación la diversidad étnica y cultural.

### **Enfoque diferencial por ciclos de vida:**

Responde a las necesidades específicas de las diferentes etapas de vida de los seres humanos, que se manifiestan en cambios físicos, mentales, emocionales y de interacción, que obedecen a las exigencias del propio organismo humano, así como a las exigencias de la cultura y de la sociedad en un momento histórico determinado.

### **Enfoque diferencial territorial (urbano-rural):**

Desde este enfoque se reconoce las especificidades de las dinámicas urbanas y rurales, sus condiciones y necesidades. Consiste en definir acciones a partir de las realidades, de los puntos

fuertes y débiles particulares de una zona. La población rural requiere de alternativas educativas pertinentes que tengan en cuenta características geográficas, sociales y culturales, con el fin de acercar la escuela a las comunidades y disminuir la brecha existente entre el campo y la ciudad.

**Enfoque diferencial por condiciones y/o vulnerabilidad con necesidades educativas especiales:**

Hace referencia al compromiso del Estado en la promoción de las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva para la población que presente necesidades educativas especiales, como las afectadas por algún tipo de discapacidad, o que presenten capacidades excepcionales.

**Enfoque participativo:**

Se trata de desarrollar procesos de democracia participativa, entendida como el ejercicio colectivo que permite a cada uno y a cada una representar sus propios intereses, presentar sus puntos de vista y propuestas, desde la diferencia, en condiciones de igualdad, tener el derecho a que sean tenidos en cuenta y participar en la discusión colectiva donde se someten a concertación los intereses particulares y los colectivos, dentro del marco de los principios de participación, autonomía, diversidad, integralidad y corresponsabilidad definidos en el artículo 5 de la Ley 1620.

**1.8.4 Objetivos Institucionales**

La Normal Superior como institución Formadora de Maestros para el preescolar y básica primaria de los sectores rural, urbano y urbano marginal persigue los siguientes objetivos.

- Fortalecer la naturaleza pedagógica de la Escuela Normal Superior como agente educativo, capaz de reinventarse a sí misma redefiniendo permanentemente su identidad.

- Desarrollar proyectos de investigación que contribuyan a la solución de las problemáticas de los sectores rural, urbano y urbano marginal, desde lo pedagógico, lo productivo y lo tecnológico desarrollando una pedagogía pertinente a través de semilleros, grupos y redes.
- Garantizar desde los procesos de planificación curricular una educación pertinente y de calidad a la población vulnerable y/o con discapacidad, a Proyecto Educativo Institucional Página 16 de 107 fines que se formen como personas útiles a la sociedad. Respetando los ritmos de aprendizaje la cultura de los derechos humanos,
- Incorporar las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación – TIC - en los procesos educativos, acorde con las tendencias del mundo actual.

#### **1.11.4 1.8.5 Derechos y Deberes de Estudiantes, Docentes y Padres de Familia.**

**Derechos de los (as) Estudiantes** Como miembro de la comunidad normalista, el estudiante tiene derecho a:

- Recibir una educación de calidad que le permita desempeñarse como ciudadano libre y responsable para su desempeño personal y profesional.
- Recibir una educación para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos.
- Conocer la organización, el funcionamiento, el Sistema de Evaluación y el Manual de Convivencia de la institución.
- Utilizar adecuadamente los servicios que la institución ofrece, previo cumplimiento de los requisitos exigidos.

- Representar a la institución en eventos para los cuales sea elegido o seleccionado, de acuerdo con las bases reglamentarias de cada uno de ellos.
- Expresar con libertad y respeto sus opiniones y sugerencias y presentar solicitudes, atendiendo el conducto regular.

**PARÁGRAFO 1:** Para los estudiantes del Programa de Formación Complementaria (PFC) se tendrán en cuenta los derechos anteriores más

- Recibir una formación de calidad que le permita desempeñarse como futuro profesional de la educación en los niveles de pre-escolar y básica primaria
- Recibir por parte de la Coordinación del Programa de Formación Complementaria, tutores y profesores las orientaciones y recomendaciones para un mejor desempeño académico y profesional como futuro maestro
- Recibir los beneficios contemplados en los convenios interinstitucionales suscritos y vigentes
- Participar de los procesos de práctica atendiendo al Manual de Práctica Pedagógica Investigativa de la Escuela Normal Superior de Pamplona.

**PARÁGRAFO 2:** Para la población vulnerable se tendrá en cuenta los mismos derechos más los que exijan su atención tanto en sus necesidades comunes como particulares. La institución educativa le garantizara a esta población el derecho a disfrutar de una planta física y un currículo adaptados a sus necesidades.

**Deberes De los (as) Estudiantes** El ejercicio de los derechos reconocidos en este Manual implica el cumplimiento de los deberes que favorecen la convivencia y el desarrollo de la

personalidad y a la vez constituyen normas de comportamiento, evaluables a través del proceso educativo.

- Acatar la Constitución Nacional, la Ley General de Educación y sus decretos reglamentarios, la Ley de Infancia y Adolescencia y las normas establecidas en este Manual.
- Asumir responsablemente las actividades académicas, deportivas y sociales programadas por la institución dentro de los plazos establecidos, sin plagios, suplantaciones o fraudes asistiendo puntualmente a su desarrollo.
- Cumplir con las recomendaciones y compromisos adquiridos para la superación de sus debilidades.
- Acatar, respetar y apoyar a los representantes y demás elegidos a los órganos del gobierno escolar.
- Responder por los daños que ocasione en la planta física, materiales, equipos, herramientas y demás elementos de la institución, de forma inmediata, asumiendo las consecuencias legales y disciplinarias previstas.

**PARÁGRAFO 1:** Para los estudiantes del Programa de Formación Complementaria se tendrán en cuenta los deberes anteriores más:

- Apropiar y acatar los lineamientos establecidos en el presente Manual de Convivencia en relación con los aspectos académicos, formativos, disciplinarios y administrativos, como marco de autorregulación.
- Respetar la identidad institucional y contribuir al mejoramiento del buen nombre de la escuela Normal Superior de Pamplona dentro y fuera de ella, desde las diferentes actuaciones, pero especialmente desde la práctica pedagógica investigativa.

- Abstenerse de actuar dentro de la Escuela Normal Superior de Pamplona / o en cualquier escenario de práctica docente en estado de embriaguez o bajo los efectos de sustancias psicoactivas, así como consumir; portar o traficar con elementos, sustancias o materiales que induzcan a los demás a dependencia.

- Preservar, cuidar, mantener en buen estado y responder por daños y perjuicios que ocasione en las aulas, espacios físicos, libros, documentos de audio video, equipos (de filmación, audio y / o video grabadoras, televisores, computadores), y demás bienes de uso de la comunidad educativa normalista y del Programa de Formación Complementaria.

- Abstenerse de usar medios de comunicación informáticos y/o redes sociales para afectar el buen nombre de la Institución o de alguno de sus miembros.

- Respetar los derechos, la opinión y pautas de sus compañeros (as), docentes, directivos y demás personal que tenga que ver con el desempeño de su función como estudiante de la Escuela Normal Superior, y en especial los derechos de los niños y las niñas en los escenarios de práctica.

PARÁGRAFO 2: Para la población vulnerable se tendrán en cuenta los mismos deberes aplicables a los demás estudiantes de la Institución más los que requieran sus necesidades e intereses.

**Derechos de los Padres De Familia** Son derechos de los Padres de Familia, acudientes y/o representantes legales, además de los consagrados en la Constitución Nacional y las leyes Colombianas, los siguientes:

- Conocer al momento de la matrícula la organización del establecimiento educativo, el Proyecto Educativo Institucional, el Manual de Convivencia, el Plan de

Estudios, las estrategias pedagógicas básicas, el Sistema de Evaluación Escolar y el Plan de Mejoramiento Institucional.

- Participar en la elaboración, ejecución y evaluación del P.E.I. y del Manual de Convivencia.
- Representar a su hijo(a) o acudido en todas las actuaciones que sea necesario.
- Recibir respetuosa y oportunamente información académica y de comportamiento por el personal directivo, docente de la institución, en los horarios establecidos para tal fin.
- Expresar de manera respetuosa y por conducto regular sus opiniones sobre el proceso educativo de sus hijos (as).
- Acompañar el proceso evaluativo de los estudiantes.
- Recibir durante el año escolar información sobre el rendimiento académico, el comportamiento de sus hijos y sobre los resultados de las pruebas de evaluación de la calidad del servicio educativo brindado por la Institución.

**Deberes de los Padres De Familia** La familia, acudientes y/o representantes legales, como parte de la comunidad educativa, en el marco del Sistema Nacional de convivencia escolar y formación para los derechos humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar, además de las obligaciones consagradas en el artículo 67 de la Constitución Política, en la Ley 115 de 1994, la Ley 1098 de 2006, la Ley 1453 de 2011 y demás normas vigentes, deberá:

- Participar, a través de las instancias del gobierno escolar, en la definición de criterios y procedimientos de la evaluación y promoción de los estudiantes y en la revisión y ajuste del Manual de Convivencia.
- Participar en la formulación, planeación y desarrollo de estrategias que promuevan la convivencia escolar, los derechos humanos, sexuales y reproductivos, la participación y la democracia, y el fomento de estilos de vida saludable.
- Comprometerse con la formación personal, académica y social de su hijo(a) para lograr una educación de calidad.
- Acompañar de forma permanente y activa a sus hijos en el proceso pedagógico que adelanta el establecimiento educativo para la convivencia y la sexualidad y su formación académica.
- Apoyar al establecimiento en el desarrollo de las acciones que conduzcan al mejoramiento del servicio educativo y que eleven la calidad de los aprendizajes, especialmente en la formulación y desarrollo de los planes de mejoramiento institucional.
- Seguir el conducto regular y dirigirse de manera respetuosa al realizar sus reclamos y/o expresar a los docentes o directivas su punto de vista.
- Respetar la diferencia y la diversidad de los demás miembros de la comunidad educativa.
- Conocer y seguir la Ruta de Atención Integral cuando se presente un caso de violencia escolar, la vulneración de los derechos sexuales y reproductivos

**Derechos de los Docentes:** Los derechos de los Educadores se regirán por los consagrados en la Constitución Política, El Estatuto Docente 2277, El Estatuto Docente 1278 los contemplados

en las normas y leyes vigentes, y los estipulados en el presente Manual de Convivencia. Se consideran como esenciales los Derechos a:

- Conocer y participar en la revisión del Manual de Convivencia y el Proyecto Educativo Institucional.
- Recibir un trato digno y respetuoso por parte de toda la comunidad educativa. • Recibir su salario en el tiempo establecido.
- Recibir la capacitación profesional y acceder a los cursos de cualificación docente.
- Ser reconocidos sus esfuerzos, los valores y las aptitudes sobresalientes en el desempeño de su labor.
- Disfrutar de los estímulos que se establezcan.
- Elegir y/o ser elegido a los órganos del Gobierno Escolar.
- Participar en las deliberaciones y expresar su pensamiento contribuyendo a la filosofía y principios que rigen La Escuela Normal Superior.

### **Deberes de los Docentes**

- Conocer, analizar e implementar el Proyecto Educativo Institucional.
- Contribuir a la construcción y aplicación del manual de convivencia.
- Propender por la formación integral de los estudiantes.
- Utilizar óptimamente los medios disponibles para lograr la excelente formación y preparación de los estudiantes.
- Responder por los elementos de trabajo encomendados.

- Mantener en sus estudiantes la mejor actitud responsable, seria y objetiva ante las actividades diseñadas por la institución.
- Aplicar las sanciones a que haya lugar dentro de los procesos formativos, respetando el debido proceso y los derechos de los educandos.
- Cumplir en forma responsable con todas las actividades diseñadas por la Institución en beneficio de los estudiantes.
- Conocer el sistema de seguridad y salud en el trabajo del magisterio.

### 1.7.2 Ley del menor

Constituida por la Ley 1098 del año 2006, la cual se caracteriza y emerge la protección integral: dentro de ellas la prevalencia de los derechos de los niños, niñas y adolescentes, del mismo modo, la corresponsabilidad, la exigibilidad de todos los derechos, la perspectiva de género, las normas de orden público y finalmente la responsabilidad estatal.

#### 1.11.5

#### 1.11.6 1.8.6 Uniformes

UNIFORME DIARIO FEMENINO	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Camisa blanca cuello sport</li> <li>• Buzo azul marino en cuello V con franjas verde y blanca y</li> </ul>	 

con el nombre de la Escuela Normal

## UNIFORME DE GALA FEMENINO

*Agudelo, S. 2022. Fotografía Uniforme de  
Diario Femenino. Pamplona, Ns. Escuela  
Normal Superior: Sede Aurora.*

- Chaqueta azul marino en paño según modelo institucional
- Blusa blanca de dacrón seda cuello alto según modelo
- Falda de pliegues a cuadros en lino blanco y verde hasta la rodilla
- Medias blanca a la rodilla según modelo.
- Zapato negro de material según modelo Guantes blancos.

*Agudelo, S. 2022. Fotografía Uniforme de  
Gala Femenino. Pamplona, Ns. Escuela  
Normal Superior: Sede Aurora.*

## UNIFORME DE GALA MASCULINO

- Vestido completo azul marino según modelo Camisa blanca con cuello corbata Corbata vino tinto según modelo

- Medias azul marino
- Zapato negro de material según modelo
- Guantes blancos



## UNIFORME DE DIARIO MASCULINO

- Chaqueta azul marino según modelo Camisa blanca de cuello.
- Pantalón negro.
- Medias azul marino
- Zapato negro de material según modelo



## UNIFORME DE EDUCACIÓN FÍSICA UNISEX

- Sudadera blanca y verde según modelo institucional
- Tenis totalmente blancos y de cordón
- Medias blancas
- Franela blanca de cuello redondo
- Pantalóneta blanca
- Cachucha blanca (si va a utilizar).



*Agudelo, S. 2022. Fotografía Uniforme de Educación Física Unisex. Pamplona, Ns. Escuela Normal Superior: Sede Aurora.*

*Agudelo, S. 2022. Fotografía Uniforme de diario Masculino. Pamplona, Ns Normal Superior: Sede Aurora.*

**1.12 1.9 Inventario de Infraestructura**



**1.12.1 1.9.1 Sal3n de Deportes**

Materiales	Buenos	Malos
Balones de baloncesto	11	9 Espichados
Bancos	5	

Agudelo, S. 2022. *Fotografías de Elementos de Inventario de Infraestructura. Pamplona, Ns. Fotografías de La Escuela Normal Superior: Sede Auror.*

Lazos	2	
Conos	5	2
Colchonetas	8	1
Aros	65	
Pelotas de caucho	10	8 Espichadas
Raquetas	2	
Platillos	12	
Tula de Balones	1	
Cauchos	4	
Saco con juego de bolos	1	
Mesa	1	
Silla	1	
Tubos	4	

Palos de madera	2	
Aros de baloncesto	2	1

**1.12.2 1.9.2 Horarios**

<b>DIA</b>	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIERCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
<b>HORA</b>	7:30 – 11:30	7:30 – 8:30	8:30 – 11:30	8:30 – 11:30	8:30 – 9:30

### 1.12.3 1.9.3 Matriz DOFA

#### FORTALEZAS

- Escenarios físicos que permiten la realización de diferentes actividades.
- Infraestructura adecuada dentro de la institución.
- Espacios de tiempo para la realización de las actividades propuestas.

#### OPORTUNIDADES

- Mejorar las capacidades psicomotrices de los estudiantes.
- Hacer utilidad de escenarios recreativos y deportivos de la institución.
- Motivar a los estudiantes a realizar actividad física.

#### DEBILIDADES

- Indiferencias y falta de comunicación por parte de algunos padres y directivos.
- Ubicación lejana de la Institución.
- Pocos recursos deportivos para la realización de actividades.

#### AMENANZAS

- Infraestructura en mal estado y su ubicación.
- Tiempo limitado para el cumplimiento a cabalidad la propuesta pedagógica.
- Limitación de recursos tecnológicos.

## **2. CAPITULO II**

### **2.1 TITULO**

Ejercicios adaptados para fortalecer los paquetes musculares y la resistencia cardiovascular de los jóvenes del aula especializada aurora de Pamplona Norte de Santander con el fin de mejorar su calidad de vida.

### **2.2 OBJETIVO GENERAL**

Fortalecer los paquetes musculares y la resistencia cardiovascular por medio de ejercicios adaptados a los jóvenes del aula especializada aurora en pamplona norte de Santander con el fin de mejorar su calidad de vida.

### **2.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Incentivar a los estudiantes a realizar actividades físicas como una muestra de salud o bienestar para su vida, por eso la importancia de realizar nuestro trabajo de manera motivacional y didáctica.
- Inducir a los estudiantes a cambiar su estilo de vida saludable y no caer nuevamente en el sedentarismo.
- Estimular a los estudiantes a realizar actividades al aire libre.
- Mejorar sus habilidades motrices por medio de ejercicios adaptados a sus capacidades psicomotrices.

### **3. BASE TEORICA**

Dentro de la indagación realizada sobre los diferentes métodos de realizar ejercicios de adaptaciones para fortalecer los paquetes musculares y la resistencia cardiovascular se hallaron los siguientes estudios que brindan la información relevante para el trabajo

#### **3.1 ANTECEDENTES**

##### **3.1.1 INTERNACIONAL**

En España, en el centro de estudio sobre deporte inclusivo, Pérez, Reina y Sanz (2011) llevo a cabo una investigación titulada “La Actividad Física Adaptada para personas con discapacidad en España: perspectivas científicas y de aplicación actual” en ella se detalla el trabajo realizado en analizar la evolución que ha experimentado la AFA y los deportes adaptados En el artículo se indican pautas concretas para el adecuado desarrollo de investigaciones en los deportes para personas con discapacidad y así mismo se detallan las actividades formativas y foros de difusión científica más relevantes sobre el área. Son indicadas a lo largo del texto sugerencias para el fomento del conocimiento y la colaboración multidisciplinar para seguir avanzando en el desarrollo de la AFA en su país.

En Bazil, en la escola de educação física rio grande, Samaniego, López y Monforte (2017) llevaron a cabo una investigación titulada” actividad fisica y discapacidad: un estudio cualitativo con mujeres en un gimnasio adaptado” en ella se detalla el estudio que aborda las experiencias de actividad física en tiempo de ocio (afto) practicadas por un grupo de mujeres con discapacidad en un gimnasio adaptado. Donde nos comentan que este estudio fue llevó a cabo en un gimnasio diseñado y gestionado por una asociación de pcd al que acuden personas de todas las edades con diferentes tipos de discapacidad motora, psicomotora o condición crónica. La gran mayoría de sus usuarios se desplaza en silla de ruedas. Las instalaciones son perfectamente accesibles y los equipamientos están diseñados o adaptados para su uso por pcd.

Todo el personal, incluidos los monitores deportivos, tienen una formación específica sobre ejercicio adaptado. Su función es asistir a las personas usuarias en sus necesidades y orientarles acerca de la práctica de ejercicio, que habitualmente realizan de manera autónoma. Existe evidencia de que la mejora o el mantenimiento de la condición física mejora el estado físico general, reduce el riesgo de lesiones e incide en la prevención de afecciones secundarias en pcd.

En España, Universitat Autònoma de Barcelona, Valdemoro, León y Gradille (2016) llevo a cabo una investigación titulada “Actividad Física de Ocio Juvenil y Desarrollo Humano” en ella se detalla el estudio donde tiene como objetivo examinar la vinculación entre la actividad física de ocio de los jóvenes españoles que cursan Educación Secundaria Postobligatoria y su percepción sobre el desarrollo humano; prestando especial atención a las variables de género, edad, así como las tres prácticas de actividad física seleccionadas entre sus preferencias de ocio y nos muestra que el procedimiento que utilizaron fue por medio de un cuestionario.

Donde tuvieron como resultado El 48.4% de los estudiantes de Educación Secundaria Postobligatoria del estado español identifican al menos una actividad física entre sus tres actividades de ocio más importantes (el 39.3% señala una actividad física, el 7% dos y un 2.1% lastres). Con todo, y al margen de estos porcentajes que muestran la práctica de alguna actividad física en sus tiempos de ocio, un 28.2% la señalan como la experiencia lúdica más importante, el 18.8% la registran como segunda actividad prioritaria y un 12.7% como tercera actividad preferente.

### 3.1.2 NACIONAL

En Colombia, en Cali, en la universidad del valle, Varela, duarte, Carolina; Salazar, Lema, Tamayo (2011) llevaron a cabo la investigación titulada “Actividad física y sedentarismo en jóvenes universitarios de Colombia” en ella se detalla el objetivo de Describir las prácticas de actividad física (AF) en jóvenes universitarios de algunas ciudades colombianas, e identificar la relación de las prácticas con los motivos porque la mayoría de estos estudiantes son sedentarios. El método que utilizaron fue Participaron 1,811 estudiantes, entre 15 y 24 años, de seis universidades colombianas. Se utilizó la subescala de actividad física del “Cuestionario de estilos de vida en jóvenes universitarios”.

Los resultados que obtuvieron fue del total de jóvenes universitarios 22.2% realiza AF. Los principales motivos para hacer AF fueron «beneficiar la salud (45.8%) y mejorar la figura (32%) y para no hacerla la «pereza» (61.5%). La AF es mayor en quienes están satisfechos con los cambios logrados en este sentido y piensan mantenerlos (66%), y en quienes informan tener a su disposición recursos como implementos deportivos, tiempo, habilidades, cualidades físicas, buen estado de salud, espacios y oferta de actividades físicas y deportivas en la universidad, y conocimientos para la realización adecuada de las prácticas. Donde llegaron a la conclusión que Pocos jóvenes universitarios realizan AF y para la prevención y modificación del sedentarismo es necesario considerar aspectos de la motivación para el cambio y cómo ampliar o conseguir los recursos que necesitan para realizar actividad física.

### 3.2 BASES LEGALES

- **La educación inclusiva:** la Ley 115 de 1994, de manera particular el artículo 46, establece que "la educación de las personas con limitaciones físicas, sensoriales, psíquicas, cognoscitivas emocionales o con capacidades intelectuales excepcionales, es parte integrante del servicio público educativo".
- **La educación física:** Ley 181 de enero de 1995, Artículo 4: El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social bajo los siguientes principios.

- **La recreación:** Ley 181 de enero de 1995, Artículo 5°. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento
- **Tiempo Libre:** Ley 1967 de 2019, Artículo 4, parágrafo 18, apoyar y fomentar la promoción del deporte y la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre en las comunidades indígenas, campesinas y afro descendientes a nivel local, regional y nacional representando sus culturas, en coordinación con las autoridades étnicas y comunitarias.
- **Discapacidad:** Ley 1618 de 2013 Esta ley tiene por objetivo garantizar y asegurar el ejercicio efectivo de los derechos de las personas con discapacidad, mediante la adopción de medidas de inclusión, de acciones afirmativas, de ajustes razonables y de la eliminación de toda forma de discriminación por razón de discapacidad.
- **Actividad física:** Decreto 2771 de 2008, Artículo 3° Ejercer la coordinación, formulación, gestión, ejecución y evaluación de programas y proyectos intersectoriales y comunitarios dirigidos a promover la actividad física y los estilos de vida saludables a nivel nacional y territorial.

#### 4. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuáles fueron las secuelas de sedentarismo que dejó el confinamiento del 2020 en los niños de la sede aurora normal superior?

El cambio de vida que creó la pandemia durante y después fue muy drástico en el estilo de vida que tenían las personas normalmente, algunos de alguna u otra forma resultaron beneficiados y hubo unas personas que sí les afectó como fue en el caso de estos niños de la sede aurora normal superior de Pamplona. Según los resultados obtenidos en las valoraciones realizadas la primera semana de clase se puede analizar que encontramos varios niños que se encuentran con un índice de masa corporal por encima de 26.9 esto nos permite decir que están en un grado de obesidad 1 o 2, estos resultados fueron causados gracias a ese confinamiento que han vivido estos dos años.

Dejando a un lado sus labores cotidianas como podían ser caminar, jugar con sus amigos entre otro tipo de actividades estos niños se sometieron a un cambio que afectó su estilo de vida saludable y los llevó a lo que conocemos como sedentarios, pero también llegan a hacer una carga de alguna u otra forma en sus hogares ya que algunos de estos niños no tienen la capacidad de realizar actividades del hogar.

García (2019) plantea lo siguiente, “La etapa de sedentarismo ocurre cuando se realiza menos de 30 minutos de actividad física provocando enfermedades cardíacas, pulmonares, musculares y cardiovasculares. El cuerpo empieza a volverse menos elástico y pesado, existe un decremento de la fuerza, se pierde tono muscular y los dolores lumbares se hacen más intensos, disminuye la concentración dando una sensación de cansancio, desánimo y malestar”.

Lo dicho anteriormente, permite interpretar que el sedentarismo representa una epidemia que se relaciona con las problemáticas en torno de la salud de los niños y jóvenes. El mismo, se ha vuelto uno de los principales problemas en estas poblaciones, esto se debe a la mala utilización del tiempo libre, es decir, a las actividades extracurriculares realizadas por las personas, lo cual, de manera general se encuentra asociado a la utilización de la tecnología como son, los juegos electrónicos, computadora, internet y demás aparatos de entretenimiento, generando como consecuencia que, este tipo de vicios dentro de los estudiantes se vea representado en la baja en sus calificaciones, desconcentración en el aula de clases, mala conducta y principalmente el sobrepeso.

World Organization (2020) la inactividad física genera 3,2 millones de muertes en el mundo, es el cuarto factor de riesgo para mortalidad mundial, es la causa principal de aproximadamente entre 21 a 25% de los cánceres de mama y de colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica.

## 5. JUSTIFICACIÓN

En la primeras semanas de observación de las prácticas, antes de empezar a implementar las actividades como tal, a medida del diagnóstico que observaba sobre los jóvenes, encontré muchas falencias, lo cual permite plantear la idea y el reto de lograr corregir dichos desaciertos, otro de los factores que influyeron mucho para la realización de las propuestas fue la información recolectada que se obtuvo por medio de las valoraciones realizadas, que consistieron en la toma de peso, talla y estatura donde los resultados arrojaron varios niños con sobrepeso,

Como se mencionó anterior mente debido al encierro provocado por la pandemia ha alcanzado niveles altos de sedentarismo en estos jóvenes lo que permite que dejen a un lado la actividad física, la forma más práctica de abordar esa situación es por medios de ejercicios y actividades al aire libre que motiven a los jóvenes a mejorar su calidad de vida.

La idea de esta propuesta pedagógica se darle un buen uso a la educación física en la institución, de esta manera dejar a un lado el trabajo tradicional que se tiene sobre ella, de tal manera que mejoren su calidad de vida por medio de ejercicios adaptados a sus capacidades físicas para que más adelante no tengan problemas si desean realizar alguna actividad física o incluirse en algún evento deportivo. Cabe resaltar que los beneficios de hacer ejercicio para la salud es que mejora la capacidad pulmonar y la capacidad de resistencia del individuo, ya que disminuye la sensación de fatiga y el organismo recibe más energía y capacidad de trabajo.

Ordaz (2018) afirmo que el ejercicio físico es la base para despertar el interés de los estudiantes e iniciar un proceso de aprendizaje, en tal sentido muchas de las veces nos concentramos en las actividades académicas, olvidando que tenemos sistemas que necesita

movimiento, en el cual con la realización de las diferentes actividades corporales organizadas y determinadas en tiempos fijados, estaríamos fomentando un progreso paulatino ya sea intelectual, afectivo, emocional, movilizándolo sus destrezas y habilidades que es parte de una educación de calidad”.

Viñas (2006) los rangos de edad identificados como problemáticos se ubican entre los doce a dieciocho años (12-18 años), una etapa crítica en la reducción de AF. Una cuarta parte de los adolescentes hombres y la mitad de las adolescentes son totalmente inactivos en su tiempo libre. Por eso es necesario hacer ejercicio o practicar algún deporte ya que realizar estas actividades ayuda a la inclusión en la sociedad.

Cabrera (2005) nos dice que la práctica de deporte ayuda a la inclusión y favorece que las personas se relacionen en la sociedad, Ayuda a la incorporación en la agrupación y con el entorno. Promueve las relaciones sociales con el resto de integrantes del grupo, con el monitor/a, con los rivales y con todas las personas que están a su alrededor tanto a la hora de entrenar como en las competiciones, ayuda para desarrollar el aprendizaje grupal.

La literatura abunda en información sobre los riesgos de la inactividad física y, en forma antagónica, la A.F. como factor esencial de salud, bienestar y estrategia de un estilo de vida saludable, sobre todo aquellas relacionadas con la disminución de la obesidad, elemento coadyuvante en el desencadenamiento de las enfermedades crónicas asociadas con la nutrición.

## **6. POBLACIÓN**

La respectiva propuesta será realizada a 10 estudiantes del aula especializada aurora de la normal superior las cuales manejan una edad entre 9 y 17 años, con diferentes niveles de atención y capacidades motrices, manejando así una población de niños y niñas con el fin de generar un ambiente óptimo de trabajo para poder realizar con eficiencia la propuesta planteada.

## **7. MARCO TEORICO**

Vásquez (1989) La Educación Física se define como la transmisión de técnicas, usos y hábitos corporales predominantes en una sociedad dada, desde los más cotidianos hasta los más sofisticados, como pueden ser la danza o el deporte, pero también el desarrollo y optimización de las capacidades físicas de los individuos.

Sanz y Reina (2012) las áreas de dedicación de la AFA, son múltiples, como: el terapéutico, el recreativo, el educativo, el competitivo y el asociativo, orientado a la salud, recreación e iniciación deportiva. Para las personas con discapacidad esto es un abanico de oportunidades que incentiva actividades y promueve la intervención de este colectivo de personas en actividades deportivas, a todos los niveles.

Martínez y Segura (2011) la práctica de algún deporte en personas con discapacidad puede aportar beneficios como “el aumento de las relaciones sociales que favorecen la integración y normalización, desarrollo de actitudes, incremento mediante la competición de valores (compañerismo, juego limpio, respeto, etc.) ocupación del tiempo libre, etc.”. Por lo que aunque haya dificultades a la hora de la práctica deportiva en este colectivo, encontramos más aspectos positivos que negativos.

Sibley y Etnier (2002). Hacen un análisis de la relación que existe entre procesos cognitivos y actividad física. En este texto, los autores plantean ampliamente los beneficios que

tiene para el desarrollo cognitivo de los niños, el hecho de que estos practiquen una actividad física de manera regular. Concluyen argumentando que los beneficios de la actividad física son bastante altos y que por ello es necesario que se adopten políticas para estimular la actividad física entre esta población.

Galvis y Castro (2018). La actividad física contribuye a detener el deterioro cognitivo y proporciona cambios corporales, emocionales, sociales y del comportamiento, que se relacionan con el mejoramiento del bienestar del paciente y con una mejor calidad de vida.

OMS (2022). Los trastornos del espectro autista (TEA) son un grupo de afecciones diversas. Se caracterizan por algún grado de dificultad en la interacción social y la comunicación. Otras características que presentan son patrones atípicos de actividad y comportamiento; por ejemplo, dificultad para pasar de una actividad a otra, gran atención a los detalles y reacciones poco habituales a las sensaciones.

Fernández (2010) la Educación Física como medio positivo de intervención terapéutica con personas afectadas por autismo o psicosis infantiles. Ejerce como trabajo de capacitación psicomotriz y adaptación e integración, etc. muy acertado y positivo.

Ríos (2003). El juego motor es un instrumento trascendental de aprendizaje que se puede aprovechar como recurso para incidir más profundamente en la formación integral de la persona, con el objetivo de enriquecer cualitativa y cuantitativamente la motricidad del niño o la niña.

Ramírez, Vinaccia y Suárez (2004). En todo el mundo existe una creciente preocupación por las consecuencias que provoca la inactividad física; ya que el sedentarismo causa diversos factores adversos en el individuo como: el aumento del peso corporal, disminución de la flexibilidad, hipotrofia muscular, disminución de los tiempos de reacción, mala circulación, mala

postura, dorsalgias y lumbalgias, aparición de enfermedades crónicas degenerativas, cansancio crónico, baja autoestima y poca interrelación social.

Cintra y Balboa (2011). El entrenamiento físico mediante movimientos lentos y controlados estimula las fibras musculares. A lo mejor le parece que le falta ánimo para realizar estos ejercicios, pero en realidad se trata de unas rutinas sencillas que puede hacer en su propia casa como desarrollar los músculos de la espalda, el estómago y los glúteos poniéndose de pie y sentándose en una silla veinticuatro veces, en tres series de ocho movimientos. O puede fortalecer los músculos de la parte posterior de las piernas poniéndose de puntillas hasta una altura máxima, manteniendo esta postura, y a continuación, posando de nuevo los talones en el suelo; deberá repetir este movimiento dieciséis veces.

## 8. CAPITULO III

### 8.1 CRONOGRAMA

LUNES	MIERCOLES	JUEVES	INTENSIDAD
Resistencia cardiovascular	Fortalecimiento del tren superior y zona core	Fortalecimiento del tren inferior	Todas las actividades realizadas se trabajaran en una Zona 1 y 2 con una duración mínima de 35 minutos.
7:30 am A 9:00 am	8:00 am A 9:30 am	10:00 am A 11:00 am	

### 8.2 EJECUCIÓN O METODOLOGÍA

### 8.2.1 VALORACIONES

NOMBRE	TALLA	PESO	IMC	OBSERVACION
<b>Fanny Jaimes</b>	<b>1.43 cm</b>	<b>55 kg</b>	<b>26.9</b>	<b>Se encuentra en una categoría según la OMS en obeso, con 11.1kg de más.</b>
Juan Flórez	1.47cm	38.6 kg	17.9	Se encuentra en una categoría según la OMS Normal.
Keiner Pacheco	168 cm	51.8 kg	18.4	Se encuentra en una categoría según la OMS Normal
Héctor Jaimes	159 cm	45.3 kg	17.9	Se encuentra en una categoría según la OMS Normal
<b>Erika Garcés</b>	<b>153 cm</b>	<b>60 kg</b>	<b>25.6</b>	<b>Se encuentra en una categoría según la OMS en Sobrepeso con 1.6 kg de más.</b>

Ingri Barbosa	167 cm	55.4 kg	19.9	Se encuentra en una categoría según la OMS Normal
Brayan Villamizar	153 cm	43.4 kg	18.5	Se encuentra en una categoría según la OMS Normal
<b>Lina Olartes</b>	<b>164 cm</b>	<b>78 kg</b>	<b>29.0</b>	<b>Se encuentra en una categoría según la OMS de Obeso con 15.7 kg de más.</b>
<b>Gabriela Olartes</b>	<b>157 cm</b>	<b>67 kg</b>	<b>27.2</b>	<b>Se encuentra en una categoría según la OMS de Sobre Peso con 9,9 kg de más.</b>
Brayan Grau	165 cm	53.3 kg	19.6	Se encuentra en una categoría según la OMS Normal

ACTIVIDADES SEMANA #1

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
Circuitos de observación	<p><b>1.</b> Movilidad articular dirigido por el profesor para poner en funcionamiento el organismo y tener un estado óptimo para pasar al calentamiento.</p> <p>Calentamiento dirigido por el profesor, conjunto de ejercicios de todos los músculos y articulaciones ordenados de un modo gradual con la finalidad de preparar al organismo para un mejor rendimiento físico. Empezamos con:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carrera suave y continua por el espacio o cancha.</li> <li>• Incluimos más movimientos durante la carrera; movimiento de brazos, piernas, cabeza, etc.</li> </ul> <p>Hacemos dos carriles los niños pondrán un platillo en la cabeza y deben mantener el equilibrio y realizan el ejercicio caminando y después se realiza en velocidad, pero ya sin platillo. El ejercicio contendrán 3 aros para saltar a dos pies, seguido de un bastón para saltar también a dos pies de forma lateral y por ultimo habrán 4 conos en el suelo para que los niños los levanten, deben regresar de igual manera y volver a comenzar hasta dejar los conos como estaban al principio.</p> <p><b>Materiales:</b> conos, aros, platillos</p>	
	<p><b>2.</b> Empezamos con movilidad articular y calentamiento dirigido por el profesor.</p> <p>La siguiente actividad se realizara en forma de competencia, donde los niños deberán colocar 3 aros en</p>	

cualquier parte de su cuerpo y sostenerlos durante 5 segundos, después salir en velocidad agarrar un platillo que va estar ubicado al lado de un cono y la acción que deberá realizar es coger el platillo y situarlo encima del cono

**Materiales:** Conos, platillos, aros



3. Realizan un camino de aros donde ellas tendrán que agarrar el aro del suelo pasar por dentro del aro y avanzar al siguiente al final encontraran una mesa con unas pelotas de colores y deberán identificar qué color se les está mostrando. Después le indicaremos que nos lancen las pelotas y las encesten un canasto que se les colocara a una distancia de 3 metros. Al final terminaremos con caminata alrededor del escenario durante 10 minutos.

**Materiales:** Pelotas, aros, mesa, canasto



## ACTIVIDADES SEMANA #2

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
<p>Caminata al aire libre – Resistencia cardiovascular</p>	<p><b>1.</b> Realizaremos movilidad articular y el calentamiento, después sacaremos a los niños por las instalaciones del colegio la normal superior con el fin de realizar una caminata que tendrá una duración de 45 minutos, le vamos ir indicando a los niños variaciones en el ritmo de la caminata y la forma de hacerlo, como por ejemplo en talones, punta de pies, trotando, corriendo, etc.</p> <p><b>Materiales:</b> espacio amplio</p>	

Fortalecimiento del tren superior

2. Empezamos con fortalecimiento de los hombros por medio de lanzamientos de balones medicinales, la posición para este ejercicio será colocar una colchoneta, arrodillados, espalda recta y lanzaremos el balón con fuerza contra la pared este ejercicio lo vamos a realizar 4 series de 12 lanzamientos por serie. Después vamos a realizar una flexo extensión de codo pero totalmente acostados y solo levantamos el tronco con la ayuda de nuestros brazos

**Materiales:** Balón medicinal, colchonetas



<p>Fortalecimiento de la zona core</p>	<p><b>3.</b> Para el fortalecimiento de las zona core vamos a realizar 3 series de 20 abdominales con la ayuda del profesor, descanso entre serie y serie de un minuto.</p> <p>A continuación realizaremos abdominales pero esta vez utilizando un balón de gimnasia para tener una mayor elongación y trayectoria, también vamos hacer 3 series por 15 repeticiones.</p> <p><b>Materiales:</b> Balón de gimnasia y colchoneta</p>	 

## PLANEADOR SEMANA #3

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
Resistencia cardiovascular	<p>1. Realizaremos un ejercicio para mejorar la resistencia cardiovascular y fortalecer el tren inferior y zona core, el ejercicio consiste en colocar dos cajones a la altura de la rodillas, pararse al frente de los cajones y subir y bajar de forma continua de los cajones durante 3 minutos. Series de 3 por 3 minutos cada serie, con descanso de 1 minuto por serie. Y finalizamos con un estiramiento guiado por el profesor.</p>	 The image contains two photographs of a person in a green tracksuit with a white cross on the back, performing a step-up exercise. In the top photo, the person is standing on a green box with one foot, preparing to step up. In the bottom photo, the person is in a crouched position, stepping down from the box. The exercise is taking place in an outdoor courtyard with a tiled floor and wooden pillars.

	<p><b>Materiales:</b> cajones y colchonetas</p>	
<p>Fortalecimiento del tren superior</p>	<p>2. Empezamos con la movilidad articular y el calentamiento.</p> <p>En el siguiente ejercicio consiste en tener una colchoneta y el niño o niña estará de forma cuadrúpeda en la colchoneta y deberá avanzar hasta el final de la colchoneta teniendo más apoyo en sus extremidades superiores, teniendo en cuenta que el profesor va estar con una caucho jalándola para poder tener una mayor esfuerzo en el ejercicio estos lo van a realizar con 3 series de un minuto por serie y descanso de 40 seg. Después vamos a</p>	

	<p>realizar flexo extensión de codo como lo habíamos trabajado anterior mente.</p> <p><b>Materiales:</b> colchoneta y caucho o banda</p>	
<p>Fortalecimiento del tren inferior</p>	<p>3. Los siguientes ejercicios serán realizados al aire libre donde se utiliza las escaleras de las canchas y los pasillos que están alrededor del colegio, le indicaremos a los niños que suban y bajen cada escalón que se encuentren en el colegio, para hacer que la actividad se un poco más divertida y no tediosa para ellos, se la va ir indicando que suban los escalones con un pie, saltando, de espalda entre otras.</p>	 

--	--	--

**PLANEADOR SEMANA #4**

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
Resistencia cardiovascular	<p><b>1.</b> Para este día vamos a realizar una caminata al aire libre pero en zonas inclinadas con el fin de fortalecer esa capacidad pulmonar y fortalecer a la vez las extremidades inferiores. A medida que va pasando el tiempo le indicaremos a los niños que cambien de velocidad y se realizara competencias de carrear y relevemos para fomentar el trabajo en equipo y la</p>	 

	<p>competencia. La caminata tendrá una duración de 40 minutos.</p>	
<p>Fortalecimiento del tren inferior con bandas</p>	<p>2. Los ejercicios que vamos a realizar para fortalecer el tren inferior con banda son abducción de las piernas, para este ejercicio vamos a estar acostados y recogemos las piernas, las mantenemos juntas y el profesor colocara la banda por encima de la rodilla y el niño deberá abrir y cerrar las piernas, este ejercicio se realizaran 20 repeticiones por cada serie, serán 3 series con descanso entre serie y</p>	 

	<p>serie de 2 minutos. El siguiente ejercicio será un trabajo de propiocepción con un balón inestable el niño deberá durar 15 seg con cada pierna y después con las dos piernas juntas.</p> <p><b>Materiales:</b> balón inestable, bandas, colchonetas</p>	
<p>Avanzadas militares con las manos</p>	<p><b>3.</b> La siguiente actividad se realizara al aire libre donde le indicaremos a los niños que se acuesten boca abajo y se les dará la indicación que para avanzar solo pueden usar los brazos, a medida que van avanzando se les dirá</p>	

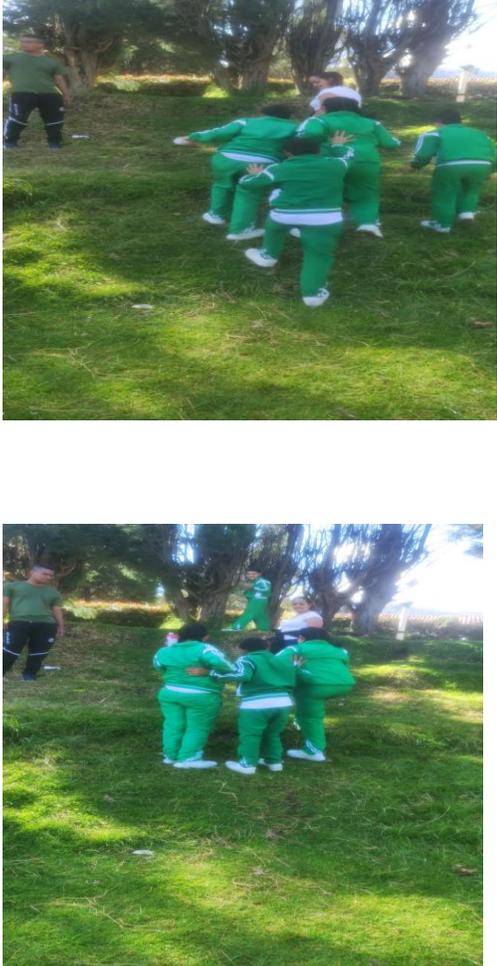
	<p>que paren y descansen por 2 minutos, la variación de este ejercicio será después con un balón de baloncesto lanzarlo en la misma posición a sus compañeros.</p>	
--	--	--

PLANEADOR SEMANA #5		
NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN

<p>Aeróbicos</p>	<p>1. En la siguiente actividad se realizara unos aerobic enfocados a mejorar la resistencia cardiovascular de los niños y con el fin de tornar la clase más divertida, los pasos básicos utilizados fueron. Paso en V, Mambo, Tijeras, salto a un pie, salto a dos pies, mambo al frente, mambo lateral, vueltas por ambos lados, cruzado doble con palma, doble adelante y elevación de rodillas, pase de boxeo, abro y cierro piernas, entre otros</p>	
<p>Ejercicios isométricos</p>	<p>2. Empezaremos con sentadillas isométricas donde le indicaremos a los niños que apoye su espalda a la pared, baje su centro de gravedad, mantenga la espalda recta, los</p>	

	<p>pies a la anchura de los hombros y mantener la posición lo más que pueda, el descanso va hacer por 3 minutos de descanso.</p> <p>Para soltar un poco esas cargas le indicaremos al niño que realice un trote suave de extremo a extremo.</p>	
--	---	--

PLANEADOR SEMANA #6		
NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN

<p>Escalemos una montaña</p>	<p><b>1.</b> La siguiente actividad se realizara al aire libre donde simularemos que estamos escalando una montaña con los niños para esto necesitaremos un espacio inclinado y sin ningún obstáculo o peligro alguno, tener en cuenta que el espacio no tiene que ser muy alto y siempre estar atento a todos los niños. El objetivo de esta actividad es mejor sus paquetes musculares y su resistencia cardiovascular y fomentar el amor a la naturaleza.</p>	
------------------------------	--	---

<p>Estiramiento de los paquetes musculares</p>	<p>2. El día de hoy se realizara un trabajo de estiramiento en los diferentes paquetes musculares con el fin de mejorar su elasticidad, las zonas que vamos a trabajar son espalda, isquiotibiales, cuádriceps, etc. 10 segundos por cada estiramiento.</p>	
<p>El gato y el rato</p>	<p>3. Este juego consiste en que un niño tome el rol del gato y otro del ratón, y se realizara un ronda con los demás niños donde el centro de la ronda será la casa del ratón el niño que tiene el rol de ratón deberá correr y no dejarse atrapar del gato. Si el niño que tiene el rol del gato no lo atrapa se le cantara “ese gato no sirvió, ese gato no sirvió”.</p>	

	Esta ronda tendrá una duración de 10 minutos.	
--	---	--

## 9. EVALUACIÓN CUALITATIVA

Tras las respectivas semanas de trabajo, podemos observar la gran diversidad de habilidades psicomotrices que hay en los niños de la normal superior sede aurora, se encontraron niños que demostraron gran actitud y esfuerzo por querer aprender y realizar la diferentes actividades planteadas, como hubieron niños que se necesitó mayor estímulo para motivarlos en realizar ejercicios y demostrarles la importancia que tiene la actividad física. Pasando a la parte técnica, podemos analizar que la mayoría de los estudiantes demostraron falencias, obviamente el profesor en cargado siempre estuvo para corregir, mediante fue pasando el tiempo los niños fueron mecanizando cada ejercicio realizado y mejoraron la técnica de cada uno.

Pudieron entender cuál es la importancia de la actividad física en sus vidas cotidianas y día a día fueron demostraron mayor interés y destreza por el ejercicio físico. Los procesos programados en estas 6 semanas se pudieron culminar de manera satisfactoria, pero es importante resaltar que donde se fuera tenido más tiempo de trabajo el resultado fuera sido mucho mejor, no obstante se analizó un factor positivo en cuanto a la práctica de los ejercicios y el trabajo en grupo mejorando así sus habilidades psicomotrices y su resistencia cardiovascular.

## 10. CAPITULO IV

### 10.1 ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
-------	-----------	-----------

<p>16 de septiembre</p>	<p>Día del amor y la amistad</p>	
<p>3 de octubre</p>	<p>Baile che carnaval</p>	
<p>21 de octubre</p>	<p>Gran Donatón para recoger fondos y cumplir el sueño de los niños de conocer el mar.</p>	

<p>22 de octubre</p>	<p>Rifa para comprar implementos deportivos y donarlos a la escuela</p>	
<p>28 de octubre</p>	<p>Halloween</p>	
<p>8 de noviembre</p>	<p>Novenas</p>	

<p>9 de noviembre al 17 del mismo mes</p>	<p>Campeonato intercalases</p>	
---	------------------------------------	--

## 11. CONCLUSIONES

Primeramente darle gracias a Dios y a la universidad de pamplona por permitir realizar las prácticas en una sede tan especial y bonita como lo es la sede aurora de la normal superior, agradecerle también a la profesora Patricia Vergel Leal por el bonito ambiente de trabajo y el gran apoyo que apporto para la realización de la propuesta planteada.

En cuanto a lo vivido en la institución fue una experiencia muy satisfactoria y bonita, porque no todos tienen el placer de trabajar y aprender de este tipo de población, donde es muy grato saber que con el conocimiento adquirido en la carrera podemos aportar un granito de arena para estos niños y mejorar su calidad de vida.

Resaltar también que el proceso de enseñanza y aprendizaje al comienzo fue un poco difícil porque tocaba adaptar todas las actividades a sus habilidades psicomotrices, pero después de mucha dedicación e investigación se facilitó el trabajo con los niños y se desarrolló con satisfacción los objetivos planteados.

Me siento orgulloso saber que todo mi aporte para estos niños fue de gran valor, el respeto y el amor obtenido por parte de ellos me hace sentir feliz de haber elegido esta carrera y me incentiva de seguir mejorando como profesional y como persona.

Le agradezco también al grupo de practicantes que estuvieron en esta sede por su gran aporte a estos niños que de alguno u otra forma fue muy significativo para ellos y por el bonito ambiente de trabajo que se realizó.

Por ultimo desearles miles de bendiciones a estos niños que con el favor de Dios van a seguir progresando para mejor su calidad de vida y agradecimiento infinito por todo lo que me enseñaron, porque los profesores también aprendemos de los alumno y con estos niños el aprendizaje obtenido es muy significativo. Gracias

### 13. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Ángeles Valdemoros, E, León, A.E. y Gradaille, P. (2016). Actividad Física de Ocio Juvenil y Desarrollo Humano. (p.40-47).

[https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep\\_a2016v25sup2/revpsidep\\_a2016v25n4p45.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2016v25sup2/revpsidep_a2016v25n4p45.pdf)

Cabrera Cabrera, P.J.(2005). Importancia de la actividad física para las personas con discapacidad. (p.12)

[https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/10937/L%D3PEZ\\_CHAMORRO\\_MARRGARITA\\_Julio\\_2018.pdf;jsessionid=61C02FEE8215C71BC41537952D942444?sequence=1](https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/10937/L%D3PEZ_CHAMORRO_MARRGARITA_Julio_2018.pdf;jsessionid=61C02FEE8215C71BC41537952D942444?sequence=1)

Castro Jiménez, L.E y Galvis Fajardo, C. A.(2018). Revista cubana de salud pública. Efecto de la actividad física sobre el deterioro cognitivo y la demencia

<https://www.redalyc.org/journal/214/21459232010/html/>

Cintra Cala, O y Balboa Navarro, Y. (2011). La actividad física: un aporte para la salud. (p.9)

<file:///D:/USUARIO/Downloads/DialnetLaActividadFisicaUnAporteParaLaSalud-4684607.pdf>

Constitución política. (1995). Disposiciones preliminares. Ley 181 de Enero 18. (p.1-4)

[https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf)

Constitución política (2019). Por la cual se transforma el departamento administrativo del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre (Coldeportes) en el ministerio del deporte. Ley 1967 de 2019.

[https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma\\_pdf.php?i=97210](https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma_pdf.php?i=97210)

Constitución política (2013). Disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad. Ley estatutaria 1618 de 2013

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/documento-balance-1618-2013-240517.pdf>

Garcia (2019). Revista poli estudios. Sedentarismo infantil en la pandemia

<https://www.poliestudios.org/el-sedentarismo-infantil/>

fernandez, J.J. (2010). Revista ESMASF DE educación física. La actividad físico-deportiva como base para la integración en el área de educación física: autistas. (p.30)

OMS (2022). Autismo

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>

Ordas Tisnado, J.M. (2018).El ejercicio físico saludable para la niñez. (p.13)

<https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/1184/ORDAS%20TI%20SNADO%20JUAN%20MANUEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pérez Tejero, T. Reina Vaíllo, R y Sanz Rivas, D. (2011) La Actividad Física Adaptada para personas con discapacidad en España: perspectivas científicas y de aplicación actual.(p.213)

[file:///D:/USUARIO/Downloads/86-Texto%20del%20art%C3%ADculo-169-1-10-20121205%20\(1\).pdf](file:///D:/USUARIO/Downloads/86-Texto%20del%20art%C3%ADculo-169-1-10-20121205%20(1).pdf)

Ramirez, W. y Vinaccia, S y Ramón Suarez, G. (2004). La actividad física en los y las jóvenes mexicanos y mexicanas: un análisis comparativo entre las universidades públicas y privadas. (p.9)

<https://www.redalyc.org/pdf/2370/237025095002.pdf>

Reina Vaíllo, R. y Sanz Rivas, D. (2012). Importancia de la actividad física para las personas con discapacidad. (p.11)

[https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/10937/L%D3PEZ\\_CHAMORRO\\_MARGARITA\\_Julio\\_2018.pdf;jsessionid=61C02FEE8215C71BC41537952D942444?sequence=1](https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/10937/L%D3PEZ_CHAMORRO_MARGARITA_Julio_2018.pdf;jsessionid=61C02FEE8215C71BC41537952D942444?sequence=1)

Ríos Hernández, M. (2003). El trabajo de la motricidad en la clase de educación física con niños autistas a través de la adaptación del lenguaje benson schaeffer. (p.180)

<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/23447/00520083000299.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Roman Viñas, B.(2006). Construcción de conceptos de sedentarismo y actividad física en adolescentes de 11 – 15 años en una I.E.D de Bogotá. (p.16)

<https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/19256/DOC.%20TESIS%20FINAL%20HELDER%20TINJAC%20C1%20MART%20CDNEZ.pdf;jsessionid=33F58FED76E0A0405850C0A1AE5D0BEA?sequence=4>

Sibley, B. y Etnier, J. (2002). Revista de Estudios Sociales Print version ISSN 0123-885X. El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica

<file:///D:/USUARIO/Downloads/DialnetElImpactoDeLaActividadFisicaYElDeporteSobreLaSalud-2349256.pdf>

Vazques Gomes, B. (1989).Ejercicio físico con conciencia. (p.18)

<http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/10301/TE-23280.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Varela, duarte, Carolina; Salazar, Lema, Tamayo. (2011). Actividad física y sedentarismo en jóvenes universitarios de Colombia. (p.2-18)

<https://www.redalyc.org/pdf/283/28322503002.pdf>

WHO World Health Organization (2020b). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Inactividad física: un problema de salud pública mundial.

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/342196/20802578>