



PRACTICA PROFROFESIONAL
I.E. INSTITUTO TECNICO SAN FRANCISCO DE ASÍS
SEDE CRISTO REY

PRACTICANTE:

FREDDY OMAR VILLAMIZAR MALDONADO

DOCENTE SUPERVISOR:

JOSE ORLANDO VILLAMIZAR VILLAMIZAR

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
2016



DEDICATORIA

En primera medida dedico este logro a Dios porque sin el nada de esto sería posible, porque me ha dado la salud, sabiduría, entendimiento y la capacidad para salir adelante sobre todo en los momentos más difíciles.

A mis padres Carlos Arturo Villamizar Villamizar y María Antonia Maldonado por ser el pilar más importante y por brindarme siempre su cariño y apoyo incondicional. Por forjarme como la persona que soy. Y a mis hermanos Carlos Humberto villamizar Maldonado y Cindy Maribel villamizar Maldonado quien me motivaron para luchar y alcanzar mis sueños. Este triunfo es de ustedes.





AGRADECIMIENTOS

Antes que todo agradezco a Dios, mis padres Carlos Arturo Villamizar Villamizar y María Antonia Maldonado, y mis hermanos, Carlos Humberto Villamizar Maldonado y Cindy Maribel Villamizar Maldonado; por enseñarme a luchar día a día para conquistar las metas que me proponga sin importar las dificultades que se me presenten en el camino, a estar conmigo cuando he caído y motivarme a seguir adelante.

Agradezco al instituto Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís por abrirme sus puertas y confiar en mis capacidades, Al profesor supervisor Jorge Orlando Villamizar Villamizar quien de alguna y otra forma y con su experiencia, ha colaborado en mi formación como docente.

A los profesores de la universidad de Pamplona Norte de Santander por aportar cada uno de sus conocimientos y experiencias vividas, por enseñarnos a dar siempre lo máximo de nosotros lo cual es indispensable para crecer profesionalmente.





INDICE

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

INTRODUCCION

1. OBJETIVO GENERAL
- 1.1 OBJETIVOS ESPECIFICOS

CAPITULO I: ONSERVACION INSTITUCIONAL.

2. COMPONENTES TEOLOGICOS
- 2.1 OBSERVACION INSTITUCIONAL
- 2.2 DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL
- 2.3 RECURSOS HUMANOS
- 2.4 AREA DE EDUCACION FISICA- INVENTARIO

CAPITULO II: PROPUESTA PEDAGOGICA- CRONOGRAMA

- 3 SUMARIO
- 3.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA
- 3.2 JUSTIFICACION
- 3.3 MARCO TEORICO
- 3.4 LIMITACIONES
- 3.5 FUNDAMENTOS HISTORICOS
- 3.6 MARCO REFERENCIAL
- 3.7 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA
- 3.8 MARCO LEGAL
- 4 OBJETIVOS
- 4.1 OBJETIVO GENERAL
- 4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS
- 4.3 ACTIVIDADES A DESARROLLAR



4.3.1 DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES A DESARROLLAR

4.3.2 EVALUACION

4.3.3 METODOLOGIA

CAPITULO III: PROCESOS CORRICULARES

5 PROGRAMACION Y RESULTADOS TORNEO DE VOLEIBOL 2016

5.1 PLAN DE ANALISIS DE LOS RESULTADOS DEL PROYECTO

CAPITULO IV: INFORME DE ACTIVIDADES INSTRAINSTITUCIONALES Y EXTRAINSTITUCIONALES.

CAPITULO V: INFORME DE EVALUACION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

6. AUTOEVALUACION DE LA PRACTICA DOCENTE

6.1 COEVALUACION DE LA PRACTICA DOCENTE: REALIZADA ENTRE ESTUDIANTE Y ALUMNO- MAESTRO

6.2 EVALUACION DEL SUPERVISOR DE LA PRACTICA INTEGRAL: POR PARTE DE EL ALUMNO- MAESTRO.

7. ANEXOS.

8. CONCLUSIONES.

9. BIBLIOGRAFIA.



INTRODUCCION

La calidad de la educación depende en gran medida de la capacidad de los docentes, cualidad que tiene sus bases en una sólida formación de pregrado y que Se alcanza con el transcurrir de su ejercicio profesional. Los primeros años del Comienzo de la carrera docente son fundamentales para afianzar su futuro Desarrollo, es aquí en donde se produce el primer choque entre la teoría y la Realidad del aula, entre la vocación y las exigencias diarias en la relación maestro estudiante.

una práctica satisfactoria es de gran importancia para el docente que está iniciando o se está preparando para su carrera profesional, Por esto se debe promover las cualidades del mismo, ya que en el maestro ha caído la responsabilidad de formar a los ciudadanos que la sociedad demanda, pero la práctica educativa es una acción muy compleja por diversas situaciones; dentro de las cuales destacaría la diversidad en las características de la población en general, se debe enfocar en los modos de aprender, la diversas tareas que tiene que realizar el docente durante un día de clases, la influencia contextual, las situaciones impredecibles y, por supuesto, la forma de enseñar del profesor.

Es muy importante analizar nuestras prácticas educativas que acontece en el aula, considerando la reflexión sobre la práctica como una herramienta de cambio en nuestras concepciones, en nuestras prácticas rutinarias y lo más importante, en nuestra forma de actuar y desenvolvemos en el aula al desarrollar los procesos de enseñanza para adquirir de la mejor manera una buena preparación para la vida.

En cuanto a la educación física como campo disciplinario y como espacio para la adquisición de conocimientos ocupa un lugar secundario en el currículo escolar y en las prioridades de las autoridades educativas; además, es notoria la falta de reconocimiento social y profesional hacia este campo de conocimiento. Muchos factores han contribuido para tal situación: la preeminencia de la cultura académica sobre la cultura física; la carencia de hábitos de actividad física en la población; el desconocimiento de la



importancia de la actividad física en la calidad de vida de las personas y en la prevención del sedentarismo, así como el papel fundamental del ejercicio físico para contrarrestar la obesidad y enfermedades crónico–degenerativas como la diabetes, la hipertensión arterial, el cáncer y algunas de las enfermedades del corazón.

En la institución educativa el docente de educación física es un profesional en su trabajo y desempeña su tarea educativa con calidad y eficiencia, el alumno satisface sus necesidades de movimiento experimentando placer e inclinación hacia la práctica de actividades físicas, actitudes que se prolongarán durante toda su vida. Sin embargo, cuando las actitudes y comportamientos del profesor se alejan de lo establecido y sus prácticas son contrarias a lo esperado, los alumnos responden con indisciplina e indiferencia hacia la clase, lo que repercute en su poca inclinación hacia la actividad física escolar y en general, hacia el ejercicio físico durante la etapa de madurez.

La clase de Educación Física es el espacio ideal para profundizar en esta problemática, porque es precisamente durante las sesiones en el patio donde el docente despliega un conjunto de prácticas que inciden en los procesos de enseñanza–aprendizaje de las actividades motrices, en el aprecio hacia la práctica de estas actividades y en la conformación de la imagen social de la profesión. Las prácticas escolares que desarrolla el educador físico, en gran medida son resultado del devenir histórico de la educación corporal. Dichas prácticas podrán acercarse o no a lo establecido en un programa curricular y a lo recomendado por los teóricos especialistas del campo; su principal característica es que están permeadas por múltiples formas de pensamiento como creencias, valores, prejuicios e ideales que conforman el ser docente y determinan el sentido de sus acciones cotidianas.

La práctica escolar del educador físico es resultado de una compleja construcción social en donde la subjetividad de los actores (sus creencias, valores, prejuicios y saberes), tiene un papel central. Profundizar en el nivel micro del escenario educativo, interpretando el sentido de las acciones particulares de los docentes de educación física, permitirá comprender sus



prácticas y entender la dinámica de los procesos sociales en la vida cotidiana escolar.





OBJETIVOS

1. OBJETIVO GENERAL

- Demostrar a través de la práctica profesional las capacidades que tengo para desempeñarme a nivel laboral, así mismo adquirir nuevos conocimientos y experiencias en el instituto técnico arquidiocesano san francisco de asís sede cristo rey y de esta manera formarme íntegramente para ser competente, generando diferentes estrategias educativas dentro y fuera del aula de clase.

1.1 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Conocer y familiarizarme con la forma de trabajo el campo de enseñanza y aprendizaje en la institución.
- Reflexionar sobre mi desempeño en las prácticas, las dificultades encontradas y posibles formas de mejorar.
- Identificar las posibles falencias que tengo aprovechando los concejos del profesor asesor para mejorar en cuanto al manejo de grupo y enseñanza educativa en general.



CAPITULO I

OBSERVACIO INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO

2. COMPONENTES TEOLOGICOS

MISION

Aportar a nuestro(a)s estudiantes los espacios de formación que les garantice para sí, para sus familias, la región y para Colombia aprendizaje y experiencias de vida aplicable como alternativas laborales a la solución de sus problemas económicos, para que vayan consolidando con responsabilidad su proyecto de vida. Para ellos, la participación comunitaria, la preparación para el trabajo, la conclusión de todos(a)s sin ningún tipo de discriminación en un marco de tolerancia y respeto del hombre y de la mujer y del medio ambiente natural.

VISION

Al terminar el año 2020, la institución educativa debe demostrar competitividad en lo social, cultural, deportivo y académico ganando espacios de reconocimiento a nivel local, y nacional.

FILOSOFIA

Nuestra institución educativa pretende con el desarrollo de sus propuestas pedagógicas y de convivencia social encausar sus esfuerzos a la formación integral de sus estudiantes, con criterios objetivos y concretos como lo son el





respeto al estado social de derecho, el reconocimiento a la individualidad sujeta esta al precepto constitucional de la primacía del interés general, a la formación competitiva de lo académico y el énfasis a la formación de lo laboral como alternativa de lo laboral como alternativa de desarrollo individual y colectivo, así como también a la inclusión de todo(a)s nuestro(a)s estudiantes como limitaciones y las condiciones especiales o de vulnerabilidad, formando jóvenes capaces de convertirse en agentes transformadores de su entorno como criterios de organización comunitaria, preparación laboral, con sentido de valoración, conservación y amor por el medio ambiente y la naturaleza.





HIMNO: INSTITUTO TECNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASIS

Coro:

Paz y bien, es el tema de mi institución,

Que convierte mi ser en semilla

De esperanza, justicia ya mor

Que convierte mi ser en semilla

De esperanza, justicia y amor.

I estrofa:

En mi mente siempre presente

El amor siempre a dios debe estar,

Para así al que sufre ayuda,

Con alegría actitud fraternal,

Para así al que sufre ayudar

Con alegre actitud fraternal

II estrofa:

Sin orgullo de ser franciscano

Y la patria poder aportar

“la verdad, la actitud y el honor

Que construye el sol de la paz”

“la verdad. La virtud y el honor

Que construye el sol de la paz”

Letra: Mons. Rafael Tarazona Mora

Música: Daniel solano Ortiz



2.1 OBSERVACION INSTITUCIONAL

- **PLANTA FISICA:** el instituto técnico arquidiocesano san francisco de asís sede cristo rey cuenta con aulas adecuadas para los diferentes grados desde preescolar hasta once grado, también cuenta con un aula de informática, restaurante escolar, un parque infantil, un patio y una cancha cubierta para las diferentes actividades de la misma. por ultimo Cuenta con baños para los estudiantes de secundaria y para primaria.
- **EQUIPAMIENTO DEPORTIVO:** Estructuras y materiales que posibilitan la práctica deportiva como son las porterías, aros de baloncesto, malla y postes de voleibol, etc. en espacios adecuados técnicamente para un uso seguro de las diferentes disciplinas.
- **ESCENARIOS DEPORTIVOS:** El instituto técnico Arquidiocesana san Francisco de asís sede cristo rey cuenta con una pequeña infraestructura para el desarrollo recreativo y deportivo estos son:
 - cancha cubierta de voleibol, microfútbol y baloncesto
 - un patio para realizar las diferentes actividades referentes al área de educación física y actividades de la institución

2.2 DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL

Necesidades:

Al ingresar a la institución y luego de realizar un recorrido por todas las instalaciones se pudo apreciar que:

- la mayoría de implementos deportivos se encuentran en mal estado por lo que se dificulta trabajar adecuadamente





- En cuanto a escenarios deportivos la institución cuenta con dos de los mismos pero en el momento solo se está haciendo uso de uno de ellos debido a reparaciones y algunas modificaciones por lo que se ha tenido que recurrir a la cancha del barrio.
- Las aulas de clase para los alumnos de secundaria se encuentran un poco deterioradas; aunque esto no impide el desarrollo de clase, si sería bueno una serie de arreglos para la mejora de la misma. Igualmente para el salón de deportes.
- Por otro lado los salones que se tienen para disposición de los alumnos de primaria parte de ellos se encuentran fuera de servicio por lo que hace necesario por lo que niños y niñas utilicen los mismos baños que es totalmente inadecuado.

Luego de realizar el recorrido por las instalaciones y haciendo pausa por cada uno de los cursos a los cuales fui asignado y luego de presentarme, se realizó la respectiva asignación de horarios:

Lunes	Martes	miércoles	Jueves	Viernes
7:55 – 9:50 Am Séptimo grado	7:00 – 8:50 Am Noveno grado	7:55 – 9:50 Am Octavo grado		7:55 – 9:50 Am Once grado
		descanso		
		10:20 – 11:15 AM Décimo grado		

2.3 RECURSOS HUMANOS:

- **Docentes que funcionan en la institución:** 18 docentes de los cuales ocho profesores están en secundaria, diez en primaria. Uno en





segundo, uno en quinto, dos en preescolar, dos en primero, dos en tercero y dos en cuarto.

GRADO	C	TITULAR
Transición	A	Cecilia bautista
Transición	B	Luz marina Gelves
primero	A	Claudia patricia villamizar
Tercero	A	Rosa Mery rivera
tercero	B	Narka Yasmin mejía james
cuarto	A	Mirian silva
cuarto	B	Sofía Ramírez
quinto	A	Ana mercedes ramón
Sexto	A	José Antonio vera
séptimo	A	Claudia villamizar Bonilla
Octavo	A	Carlos enrique villamizar
noveno	A	Miryan Hernández
Decimo	A	Jorge Avendaño Peñalza
Once	A	Carmen rosa poza
Área de matemáticas		Agustín Gelves
Área de educación física		José Orlando villamizar villamizar
Coordinador		José Joaquín Camargo

- **Número de estudiantes en el instituto técnico arquidiocesano san francisco de asís- sede cristo rey:** aproximadamente 400 estudiantes
- **Jornada escolar :** de 7:00 am a 12:00 pm de lunes a viernes
- En el instituto técnico arquidiocesano san francisco de asís cuenta con un número de docentes capacitados para la orientación de área con su respectivo título como licenciados en educación física y con estudios de especialización y maestrías en todas las sedes entre ellas la sede cristo rey. Por esto la institución se considera privilegiada para la asignación de los profesores encargados de las actividades deportivas y recreativas.



2.4 AREA DE EDUCACION FISICA1A

(SEDE: CRISTO REY)

INVENTARIO: al realizar el inventario se encontró

IMPLEMENTOS:	NUMERO:	ESTADO:
CONCENTRESE GRANDE	1	BUENO
LIBROS(GRAN ENCICLOPEDIA ILUSTRADA CIRCULO	12	BUENO
BALONES DE BALONCESTO	28	12 EN BUEN ESTADO
BALONES DE MICROFUTBOL	6	BUENO
BALONES DE BOLEIBOL	14	8 EN BUEN ESTADO
BALONES DE MINI-BALONCESTO	2	1 EN BUEN ESTADO
PESO	1	REGULAR
CONOS GRANDES COLOR NARANJA	6	BUENO
MALLA DE VOLEIBOL	2	REGULAR
PLATILLOS	20	19 EN BUEN ESTADO
DOMINO	2	REGULAR
BASTONES	64	BUENO
TABLEROS DE PARQUES	4	MAL ESTADO
PESAS DE SEMENTO	16	REGULAR
PALOS DE BOLOS	8	REGULAR
PELOTA DE BOLAS CRIOLLAS	1	MAL ESTADO
CAJONES DE MADERA	4	BUENO
COLCHONETAS	6	REGULAR
BASTONES DE PALOS DE ESCOBA	22	BUENO
PORTERIAS PEQUEÑAS	4	BUENO
CANCHAS DE TEJO	4	REGULAR
CUERDAS	36	REGULAR
TUBOS PARA VOLEIBOL	2	BUENO



TABLERO DE MADERA	1	BUENO
AROS	36	REGULAR
PALOS DE MADERA DE BOLAS CRIOLLAS	2	REGULAR
PETOS PEQUEÑOS COLOR NEGRO	8	REGULAR
TAMBORES DE MADERA PEQUEÑOS	3	REGULAR
PETOS ROJOS	12	BUENO
PETOS AMARILLOS	8	BUENO
PETOS AZULES	8	BUENO
SOMBREROS DE CAÑA	8	MAL ESTADO
FALDAS DE COLOR NEGRO	2	REGULAR
SOMBREROS DE CARNAVAL DE COLORES	7	BUENO
SOMBREROS GRANDES DE CAÑA	2	BUENO
BOTIQUIN DE PRIMEROS AUXILIOS	1	VACIO
TABLERO DE TIRO AL BLANCO	1	REGULAR
CAMISetas BLANCAS(LOGO CASA DEL DEPORTE	9	MAL ESTADO



CAPITULO II

PROPUESTA PÉDAGOGICA

APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE MEDIANTE LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL DE LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DEL INSTITUTO TÉCNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASÍS SEDE CRISTO REY

3. SUMARIO

La recreación constituye un derecho fundamental del ser humano, de acuerdo con la ONU es la sexta necesidad básica después de la nutrición, la educación, la vivienda, el trabajo y la seguridad social, constituye un medio de unidad integral e integradora que promueve el desarrollo intelectual, emocional, físico y psicológico del individuo. Entendemos por tiempo libre el tiempo disponible, es decir, el que no utilizamos para trabajar, comer o dormir.

Cuando utilizamos el tiempo libre de forma creativa, desarrollando capacidades, favoreciendo el equilibrio personal y enriqueciendo nuestra experiencia, estamos llenando de contenido nuestra vida y dando al tiempo libre una dimensión de enriquecimiento personal, por tanto, ese tiempo que no dedicamos a nuestros compromisos laborales y a las obligaciones escolares de nuestros alumnos y alumnas vendría a ser algo así como el tiempo libre que utilicemos para hacer lo que nos gusta y para el crecimiento personal.

Lo que se busca realizar en el Instituto Técnico Arquidiocesano san francisco de asís – sede cristo rey es destinar un tiempo para nosotros mismos para



nuestro descanso, para hacer lo que nos gusta, para sentirnos bien a través de la práctica del voleibol en los descansos. Deberíamos recordar que cultura no es sólo lo que el hombre sabe, sino lo que el hombre hace. Toda Cultura es una suma de símbolos, creencias, costumbres, actividades y rituales compartidos por una comunidad.

Esta propuesta contiene una serie de actividades a realizar durante el último periodo del año escolar con la firme convicción de integrar a los estudiantes de secundaria en la institución en la práctica del voleibol en los descansos.

En segunda parte se pretende a cumplir con los objetivos propuestos, las metas y la metodología con la que se trabajara para un eficaz desarrollo de las actividades propuestas. Finalmente se realizara una evaluación del proyecto que recogerá datos importantes para continuar con lo bueno y desechar lo malo, retroalimentando nuestro quehacer educativo por el bienestar estudiantil.

3.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El uso del tiempo libre forma parte esencial de la vida de los adolescentes, en relación a la etapa de desarrollo en que se encuentran y al entorno en que viven: familia, barrio y escuela. El tiempo libre sería aquel tiempo disponible, que no es para estudiar y que incluye el dormir, comer y que puede ser destinado al ocio, el descanso, la recreación, el desarrollo personal o para realizar actividades que satisfagan necesidades esenciales, tales como la sociabilidad e identidad del adolescente.

Las actividades que se realizan en el tiempo libre, con quienes y dónde se hacen son claves en la promoción y prevención de la salud de los adolescentes y deben formar parte de la evaluación integral de salud de un



joven. El destino positivo que se dé a este tiempo libre, puede jugar un rol protector para un adolescente, pero por otro lado puede ser un factor de riesgo si existen condiciones negativas de estas actividades o con quienes se realizan. Así el tiempo libre se ha convertido en la sociedad moderna en un verdadero dolor de cabeza. Los países industrializados han disminuido las jornadas de trabajo dejando de esta forma mayor tiempo disponible para el ocio. En nuestra sociedad, este fenómeno no presenta las mismas características, los problemas económicos por lo que atraviesa la inmensa mayoría de nuestra población han conducido a que los adultos cada día dediquen mayor cantidad de su tiempo a las actividades laborales y disminuyendo el tiempo de ocio, que en muchos casos era tiempo que les dedicaban a los niños. Esto conlleva, a que la mayor parte de nuestros niños se encuentren solos sin la presencia de sus padres cuando regresan del colegio, lo que representa situaciones de riesgo para esta población.

El tiempo libre se ha convertido en un problema para el análisis de la psicología del desarrollo de una civilización en riesgo como la nuestra. ¿Qué hacer con el tiempo libre y para qué?, ¿Qué sentido darle a la gran cantidad de tiempo libre que disponen los niños?, ¿Cómo hacer que el ocio se convierta en un bien verdaderamente digno del niño? Estos interrogantes que nosotros nos planteamos han sido también planteados por los grandes teóricos del tiempo libre (Weber 1969, Racionero 1983, Muñoz M. 1983, Pedro 1984).

Teniendo en cuenta el contexto en el cual viven y se desenvuelven nuestros jóvenes y los peligros sociales a los cuales se enfrentan como; el tabaquismo, las drogas, alcoholismo, prostitución, la delincuencia juvenil etc. se hace necesario implementar un proyecto que permita reorientar a nuestros jóvenes para que utilicen adecuadamente el tiempo libre en actividades recreativas y deportivas ofreciendo una buena formación y de utilización adecuada de su tiempo libre, lo que a futuro se verá reflejado en su desarrollo integral, potenciando actitudes y habilidades que le permiten tener una mejor calidad de vida a futuro.



3.2 JUSTIFICACIÓN

Los deportes y las actividades recreativas contribuyen en gran medida al desarrollo de los organismos vitales de la persona. La recreación vigorosa que se efectúa al aire libre, donde se hace uso de la capacidad física, es el medio más notable para el mantenimiento de la salud de las personas.

Por esto, el uso de las infraestructuras deportivas es de gran importancia para realizar estas actividades de esparcimiento. La buena utilización del tiempo libre es la actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de sus actividades, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico, psicológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida, es un factor esencial en la vida moderna, es un medio para reducir los índices de delincuencia, mejorar la salud física y mental, desarrollar el carácter de las personas y mejorar su equilibrio individual. El individuo que participa en programas deportivos y buen uso del tiempo libre goza de una vida plena de actividades, probablemente será un ciudadano saludable, equilibrado, respetuoso y cumplidor de sus responsabilidades cívicas y sociales; en cambio es probable que una persona privada de un desarrollo armónico e integral, se comporte de manera más negativa y aflore en ella conductas y costumbres reñidas con las normas establecidas de convivencia ciudadana.

Aprovechar el tiempo libre en el Instituto Técnico Arquidiocesano San Francisco De Asís sede Cristo Rey se justifica en la medida en que se contribuya al tan anhelado desarrollo integral del ser humano. Dicho desarrollo integral contempla no solo las áreas de lo cognoscitivo, sino también, lo sicomotor, lo afectivo, lo psicológico y lo volitivo.

Toda persona goza de espacio del tiempo libre, de las obligaciones cotidianas de estudio o de trabajo, dicho tiempo libre sirve idealmente para el descanso, el alejamiento de la rutina y la realización de las actividades diferentes pero relajantes y quizás formadoras, sin embargo, es notorio como



a medida que la ciencia y la tecnología facilitan el desempeño humano y este dispone de más espacios de tiempo libre, lo emplea con frecuencia en actividades poco edificantes que no contribuyen a su crecimiento integral.

El ser humano es un ser social en espacios de mayor diversidad, como la escuela, en esta por muy numerosa que sea la familia, supera el espacio para la convivencia porque además de encontrarse con estos miembros, lo que va a primar son los códigos sociales y culturales que definen la convivencia grupal de la escuela.

Una de las características fundamentales de la niñez y la adolescencia es la tendencia grupal. El ritmo normal de los grupos no basta para favorecer la socialización, entendida como la oportunidad de formarse y desarrollarse integralmente como persona.

Se debe pensar en un ambiente escolar dinámico que convoque a los estudiantes y que los retenga, no desde el autoritarismo de los currículos forzados, sino desde espacios alternativos de aprendizaje. En la experiencia grupal se aprende más que en ritmo normal de las clases como por ejemplo la práctica deportiva porque allí se aprende a trabajar en grupo, coordinar puntos de vista con los demás, a asumir responsabilidades, resolver conflictos, pero también se fortalece la autoestima y el sentido de pertenencia de los estudiantes.

Con esta propuesta se aspira a lograr un mayor desarrollo psicomotriz con actividades recreativas y deportivas en el que el estudiante acepte, participe voluntariamente y sobre todo que valore dicha actividad para que las proyecte fuera del ámbito puramente estudiantil.

Con la propuesta busca alternativas de acción para que los estudiantes puedan optar en sus ratos libres por actividades relajantes, agradables pero fructíferas tanto en el aula como en el hogar y demás grupos sociales.



3.3 MARCO TEÓRICO

Para el desarrollo de la propuesta fue necesario consultar diferentes fuentes bibliográficas relacionadas con las temáticas correspondientes al estudio, como las que se presentaran a continuación:

TIEMPO LIBRE

Cuando se habla de tiempo libre, se hace referencia al periodo de tiempo que le queda al individuo después de llevar a cabo sus obligaciones diarias, sean laborales, educativas, sociales, familiares, entre otras, para dedicarse a aquello que le produce alegría placer o que simplemente le brinda diversión o entretenimiento.

Esto indica que el tiempo verdaderamente libre, está constituido por aquellos momentos de la vida en los que después de satisfacer y cumplir con las obligaciones, el ser humano se dispone a realizar una actividad, que en el mejor de los casos es elegida sin presiones, predominando de esta forma la libertad sobre las necesidades inmediatas.

OCIO

El ocio se concibe como una desconexión, como un tiempo vacío y pobre en actividades enriquecedoras; la condición del ocio no es disponer del tiempo no ocupado sino no tener la necesidad de estar ocupado.

Este término hace referencia a la forma como se debe utilizar el tiempo libre, donde lo importante no es la actividad que se realice en ese periodo sino que se haya elegido libremente, por si mismos y sin un fin concreto. Su desarrollo debe resultar satisfactorio y placentero par quien lo está realizando.

RECREACION

Se constituye en una necesidad básica que todo ser humano tiene, debido a que son seres sociales con una capacidad de ser creativos. La recreación



tiende a ser definida como una actividad con un propósito, vista como asistencia individual para tener experiencias positivas en el ocio y que ayuda a renovar el espíritu y recuperar energías. Asimismo, se encuentra unida con actividades específicas como juegos, artes, artesanías, recreación al aire libre y otros.

JUEGO

Es constituido como el principal encuentro consigo mismo y con los demás; es el medio por el cual el ser descubre su personalidad, su esencia, su existir; es un tiempo que el hombre dedica para sí mismo, para soñar y dar un espacio a su imaginación.

Ha sido considerado por profesionales de diferentes áreas como la primera actividad del hombre, constituida principalmente como un valioso recurso de la manifestación de su comportamiento. Permite desarrollar la espontaneidad y la creatividad; es un espacio que les posibilita el descubrir poco a poco sus destrezas y debilidades, como también sus gustos y sueños y, en este sentido aprender a conocerse y desplegar todo su potencial.

REFERENTES TEÓRICOS

CORREA, I.D. Fundamentos Técnicos y Juegos Predeportivos. Medellín: Guillermo Avendaño, 2008.

FERNÁNDEZ, J. A. Estudio Transversal de la Ocupación del Tiempo Libre y Determinación de Patrones de Comportamiento frente a la Actividad Física de los Escolares Bogotá. Tomado el día 4 de septiembre de 2008 de la página Web

<http://www.bogota.gov.co/portel/libreria/php/decide.php?patron=01.0103021,2001>

GERLERO, J. Diferencias entre Ocio, Tiempo Libre y Recreación: Lineamientos preliminares para el estudio de la Recreación. I Congreso



departamental de recreación de la Orinoquía colombiana. Villavicencio, Meta.
Octubre 20 – 22. Tomado el día 4 de septiembre de 2008 de la página

<http://www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/JGerlero.html>, 2005

GÓMEZ, H. Juegos Recreativos de la calle, una Herramienta Pedagógica.
Medellín: Concejo de Medellín, 1991

GÓMEZ, H. Valor Pedagógico del Recreo. Medellín: Concejo de Medellín,
1993

GONZÁLEZ, R. Manual Práctico para el Desarrollo Psicomotor del Escolar.
Medellín: Colección Cultura Física y Deportiva, 1993

HUIZINGA, J. Homo ludens. Madrid: Alianza Editorial, 1957

SANZ, C. Aquí Jugamos Todos. Madrid: Noriega Editores, 2004



3.4 LIMITACIONES

En el instituto técnico Arquidiocesano san francisco de asís sede cristo rey cuenta con espacios para la recreación como son un patio y una cancha cubierta. Aunque estos no son suficientes. Debido a esto se ven interrumpidos los procesos lúdicos, recreativos y deportivos los cuales los vamos a numerar a continuación:

- Pocas alternativas válidas en valores para practicar durante el tiempo libre.
- Apatía de algunos alumnos hacia la práctica de los deportes
- Poca valoración de lo autóctono y falta de identidad cultural.
- Falta de interés de los profesores para preparar actividades lúdicas.
- Falta de espacios adecuados para la práctica de los diferentes deportes.
- Falta de apoyo dentro de la institución.
- Poca valoración por la importancia de la recreación y el deporte
- Presión negativa por parte de algunos profesores.
- No dejar utilizar los espacios físicos después de clases

El PEI debe trascender los espacios, tiempos y muros de la escuela y permear los espacios y tiempos “no escolares o escolarizados”. Es necesario que la escuela abra las puertas y extienda sus horarios a otros espacios de vital importancia en la formación del niño y del individuo. Esto le permitirá a la escuela de proyectarse e incidir en la transformación de su entorno debido a que sus procesos de formación que se desencadenan son radicalmente distintos, sobre todo si están encaminados a desarrollar hábitos de vida saludables.





3.5 FUNDAMENTOS HISTORICOS

El tiempo libre es un fenómeno social que surge de manera más clara en las sociedades industrializadas y su impacto es mayor en los últimos dos siglos,

La llegada de aparatos domésticos introduce el principio de la economía del tiempo en las tareas comunes y corrientes, como la preparación y cuidado de los alimentos o la limpieza y mantenimiento del hogar, gran parte de estas tareas asumidas en el cuadro familiar inician su transferencia al sector de la economía comercial como los alimentos preparados y la ropa confeccionada industrialmente.

De esta manera es como el ama de casa, se libera de un tiempo que anteriormente estaba destinado al trabajo doméstico y que al menos teóricamente pasa a formar parte del tiempo desocupado, al que llamaremos "libre".

La evolución del "Tiempo Libre" para los humanos, trajo aparejada con el incremento de los ingresos de los ciudadanos de estas naciones, la demanda de nuevos y más variados servicios, para ser utilizados en una primera instancia en sus vacaciones anuales y a posterior por el creciente ocio recreativo.

Se pusieron en valor, y ganaron espacios las actividades recreativas en las playas, los ríos, los embalses, juntos con ríos y canales. En el presente, millones de ciudadanos del mundo, se aproximan a bordes acuáticos, significando en lo deportivo occidental, luego del futbol, la mayor actividad participativa de la gente, lo que le da un rol social, sumamente importante, desde lo social a lo político y económico.

Los avances tecnológicos que la humanidad en su conjunto ha logrado y a la socialización de este bien, manifestado esto, en la baja de los costó del transporte de pasajeros, de los pasajes aéreos, ferroviarios, terrestres en automotores de pasajeros, del transporte fluvial y marítimo. Los avances en



las comunicaciones, la mayor producción de alimentos, la eficiente red de carreteras y caminos, aceleró este proceso.

EVOLUCIÓN DE LA RECREACIÓN

EL PRIMITIVISMO

Desde los primeros días de la humanidad existió una serie de actividades, que no eran las de preocuparse un sustento o las de producir en forma inmediata.

Igual que el trabajo, el ocio debió ser una actividad también colectiva impregnada del espíritu de la lucha cotidiana por arrancarle sus bienes a la naturaleza; trazó los rasgos primeros de la religión y del arte.

En el primitivismo, la Recreación se dio como un elemento mágico. Orientado hacia un fin económico, se involucraba en las actividades del trabajo. La recreación se realizaba como cierto rito con un magnetismo, una fuerza interior de hechicería chaman, ejemplo: La danza del remo que hacía en la noche anterior el día de caza, la pintura rupestre, trazada en las cavernas para ejercer una magia sobre el animal a cazar. Estas actividades artísticas adquieren poder sobre el objeto, facilitando la adquisición del alimento.

Entre las normas recreativas tenemos: Pintura, música, danza, expresión corporal, disfraces (La piel del búfalo). El hombre, a través de la Recreación se apropia de la naturaleza. Allí, no existen actividades aisladas, todos los momentos de la vida integran un todo, donde la Recreación y el trabajo se complementan, haciendo que el hombre viva completamente

El hombre recurrió a la magia para explicarse muchos de los fenómenos que no se podía explicar. La vida era una gran fiesta donde la integración y el placer estaban siempre. La creatividad y la diversión son omnipresentes, no existen espacios muertos.



El hombre estaba en paz con la madre naturaleza, se hacían cultos a la fertilidad, rito de danzas mágicas a los bisontes o de curas de enfermedades.

En tiempos remotos se celebran en Grecia juegos y competiciones en honor de los héroes muertos. La Ilíada de Homero da cuenta de los juegos con que Aquiles rinde homenaje a Patroclo; con el paso del tiempo, llevados por un ideal de belleza y la necesidad de prepararse para la guerra se promueve entre los ciudadanos jóvenes el ejercicio en la gimnasia y los deportes. Gimberg (1988:71) dice: Los jóvenes más apuestos concurrían a las solemnes competiciones del Estadio de Olimpia, en donde se reunían cada cuatro años los mejores atletas del mundo griego.

Los juegos olímpicos de la antigüedad aparecen como uno de los hechos históricos más significativos que pueden ser considerados como un antecedente de la recreación. Al igual que en otros pueblos dichos eventos mantienen una estrecha relación con el culto religioso, dado que de la misma manera como los israelitas dedicaban a Jehová cantos y danzas, los griegos honraban a Zeus y a Apolo con concursos de lucha, carreras y la exhibición de sus armoniosos cuerpos.





3.6 MARCO REFERENCIAL

- **FUNDAMENTOS TEORICOS**
- **LÚDICA, TIEMPO LIBRE Y RECREACION**

En el transcurso del tiempo se han trabajado diferentes terminologías y entre ellas está el juego y la lúdica. Juego viene de raíz latina IOCAR, IOUCUS: que significa divertirse, retozarse, recrearse, entretenerse, le precede del latín ludicer, ludicruz; del francés ludique, ludus y del castellano de lúdrico o lúdica que significa diversión, chiste, broma o actividad relativa al juego.

Retomemos un poco el tiempo y pasemos por los siglos: los romanos definieron lúdica como la plástica animada y creativa, como alegría y jolgorio.

Para Hebreos era conceptuado como broma y risa, los Alemanes como placer.

En el siglo XVI la pedagogía toma la lúdica como su medio de enseñanza y principio fundamental.

La “Teoría de la expresión” según Bernan Mason plantea que la lúdica desde el punto de vista biológico cumple una función como órgano activo y vivo delimitada por los fenómenos naturales.

A nivel sociocultural se habla del juego como acciones pasadas de generación en generación.

Estas conceptualizaciones y otras que existen nos han presentado la posibilidad que la lúdica va mucho más allá del mismo juego del hombre en ganar goce y placer y llega a otros estados del ser que busca un desarrollo más integral, tanto a nivel individual como colectivo.



La lúdica desde este punto de vista busca lo positivo, produciendo beneficios biológicos, psicológicos, sociales y espirituales entre otros, busca un hombre hacia la integralidad de ser, pensar y actuar en un constante proyecto de mejorar sus condiciones de vida.

José Antonio Coride (1998) afirma:” Parece indiscutible que las prácticas de ocio entendidas como autorealización y formación de valores, son inseparables de un proceso formativo en el que las instituciones educativas desempeñan una función clave”. Esto se reafirma en la declaración de la World Leisure & Recreation Association International (WLRA), en 1993, que proclama que “la educación del ocio tiene que ser un componente esencial de los aprendizajes y experiencias recibidos en cada fase de la educación formal y no formal”. En consecuencia los objetivos relacionados con el ocio en la escuela, deben tratar de conseguir el desarrollo de valores, actitudes, conocimientos, habilidades, comportamientos que posibiliten una integración armónica de las dimensiones físicas, cognitivas, afectivas y sociales que conducen a la construcción de la personalidad de los niños y jóvenes.

Al igual que otras disciplinas que se han insertado en el ámbito escolar y curricular como la educación ambiental, la educación para la salud, la educación para la paz. La pedagogía del tiempo libre debe implementarse en el contexto académico formal.

Hoy en día no podemos concebir únicamente la educación para el trabajo, se debe educar también para el ocio. Nuestro sistema educativo no ha sentido, ni siente todavía la necesidad de introducir en sus objetivos la educación para el uso del tiempo libre como objetivo prioritario.

La mayor parte de autores coinciden en que la educación extraescolar se erige como complemento a la educación escolar. Es necesario buscar puntos de conexión, de unión y transferencia que puedan existir entre la educación extraescolar y la escolar. La escuela no puede concebirse como a una simple transmisora de conocimientos, esto refleja un concepto pobre y limitado de la institución escolar.



Siendo la escuela una institución cultural y productora de cultura, le es pertinente proponer opciones culturales en tomo la corporeidad y experiencias signadas por la calidad de vida. Dado que tales propuestas muestran como horizonte el futuro éstas deben partir de una análisis del presente, se precisa entonces conocer los hábitos, usos sociales, comportamientos y materialidad de las actividades físicas dentro de un enfoque holístico, que no solamente permita la comprensión del problema, sino que igualmente se debe referenciar en procura de la consecución de un modelo de intervención y articulación de esfuerzos institucionales, de conocimiento y formadores de cultura.

El proyecto Educativo Institucional, como proceso permanente de desarrollo humano e institucional busca crear espacios propicios para crecer y ser, para aprender y transformar, integrando intenciones y acciones dentro de una organización viva y dinámica que busca primordialmente mejorar la calidad de vida de todos y cada uno de los miembros de la comunidad.

El PEI debe trascender los espacios, tiempos y muros de la escuela y permea los espacios y tiempos “no escolares o escolarizados”. Es necesario que la escuela abra las puertas y extienda sus horarios a otros espacios de vital importancia en la formación del niño y del individuo. Esto le permitirá a la escuela de proyectarse e incidir en la transformación de su entorno debido a que sus procesos de formación que se desencadenan son radicalmente distintos, sobre todo si están encaminados a desarrollar hábitos de vida saludables. La escuela ha venido funcionando como un espacio aislado de la ciudad y cerrado a la dinámica compleja de la vida urbana. Extender las fronteras de la escuela, permeabilizar sus muros, extender su mirada hacia el espacio urbano, es una necesidad cada vez más apremiante. Esto convierte a la institución educativa en un eje real de desarrollo. Es en el PEI donde se articulan todas estas relaciones dado que es el espacio propicio para el dialogo, la reflexión y la concertación de los problemas que aquejan la comunidad educativa. El educar en la perspectiva del buen uso del tiempo libre es uno de los retos que debe abordar la institución escolar.



Si queremos que el niño utilice bien su tiempo libre, tenemos que educarlo y formarlo para que haga de este, un espacio que le proporcione elementos para su desarrollo integral, conduciéndolo a adquirir hábitos de vida saludables, que le permitan vislumbrar y construir un proyecto de vida. Es decir formar a los niños para que utilicen este recurso, desde una perspectiva formativa, creativa y lúdica, que le permita crecer y desarrollarse, prevenir, y disminuir los factores de riesgo para la aparición de enfermedades crónicas en su edad adulta, favorecer la creación de espacios de socialización, de integración, de autoafirmación. En resumidas cuentas el buen uso del tiempo libre representa para el ser humano una necesidad básica, tan esencial como el sueño, la nutrición, el trabajo, que permiten construir un estado de equilibrio psicológico de integración social y de salud física.

CONCEPTOS DE OCIO O TIEMPO LIBRE, LÚDICO Y RECREACIÓN

Se llama ocio o tiempo libre al que se dedica a actividades que no son ni trabajo, ni tareas domésticas esenciales. Es un tiempo recreativo que se usa a discreción.

Es diferente al tiempo dedicado a actividades obligatorias como son comer, dormir, hacer tareas, etc. El ocio es tomado por Hegel como una actividad realizada para descansar del trabajo. Debe tener, como toda actividad, un sentido y una identidad, ya que si no tiene sentido es aburrido. La distinción entre las actividades de ocio y las obligatorias no es estricta y depende de cada persona, así estudiar, cocinar o hacer música puede ser ocio para unos y trabajo para otros, pues estas últimas pueden hacerse por placer además de por su utilidad a largo plazo. Al ocio se lo puede emplear en actividades motivadoras y productivas.

Por otro lado, el ocio en Grecia era considerado el tiempo dedicado, principalmente por filósofos, para reflexionar sobre la vida, las ciencias y la política.



La lúdica como proceso ligado al desarrollo humano, no es una ciencia, ni una disciplina, ni mucho menos, una nueva moda. La lúdica es más bien una actitud, una predisposición del ser frente a la cotidianidad, es una forma de estar en la vida, de relacionarse con ella, en esos espacios en que se producen disfrute, goce y felicidad, acompañados de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias como el juego, la chanza, el sentido del humor, la escritura y el arte. También otra serie de afectaciones en las cuales existen interacciones sociales, se pueden considerar lúdicas como son el baile, el amor y el afecto. Lo que tienen en común estas prácticas culturales, es que en la mayoría de los casos, dichas prácticas actúan sin más recompensa que la gratitud y felicidad que producen dichos eventos. La mayoría de los juegos son lúdicos, pero la lúdica no sólo se reduce a la pragmática del juego.

El concepto de recreación se entiende si pensamos que desde el principio, hombres y mujeres han estado sujetos a diversos tipos de presiones que con el tiempo crean cansancio y por ende, desánimo. Es por ello que las personas han buscado maneras de escapar de las presiones del diario vivir y darse espacios en los que puedan descansar y disfrutar.

La Real Academia Española define recreación como acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabajo. Además, encontraremos que recrear significa divertir, alegrar o deleitar. En términos populares a esta diversión también le llamamos entretención.

José Martí escribió: "Los pueblos, lo mismo que los niños, necesitan de tiempo en tiempo algo así como correr mucho, reírse mucho y dar gritos y saltos. Es que en la vida no se puede hacer todo lo que se quiere, y lo que se va quedando sin hacer sale así, de tiempo en tiempo, como una locura". De este modo, con la profundidad de su pensamiento el Héroe Nacional cubano definió la significación de lo lúdico como ejercicio de la libertad, y fundamento para la satisfacción de la necesidad de desarrollo en los seres humanos. La Lúdica, como concepto y categoría superior, se concreta mediante las formas específicas que asume, en todo caso como expresión de la cultura en un determinado contexto de tiempo y espacio. Una de tales formas es el juego,



o actividad lúdica por excelencia. Y también lo son las diversas manifestaciones del arte, del espectáculo y la fiesta, la comicidad de los pueblos, el afán creador en el quehacer laboral -que lo convierte de simple acción reproductiva en interesante proceso creativo-, el rito sacro y la liturgia religiosa y, por supuesto, la relación afectiva y el sublime acto de amor en la pareja humana. En todas estas acciones está presente la magia del simbolismo lúdico, que transporta a los participantes hacia una dimensión espacio-temporal paralela a la real, estimulando los recursos de la fantasía, la imaginación y la creatividad.

Existen tres categorías que condicionan el concepto de lo lúdico: la necesidad, la actividad y el placer.

El acto lúdico es, por definición, un acto de re-creación en tanto resulta la concreción de ese vital impulso antropológico destinado a propiciar el desarrollo mediante la realización de acciones ejecutadas de forma libre y espontánea, presididas por el reconocimiento que hace el individuo sobre su propia y personal capacidad existencial, lo que equivale a decir: en pleno ejercicio de su libertad.

La necesidad lúdica, como mecanismo del desarrollo humano, surge en la cuna y no desaparece ya a todo lo largo de la vida. Si en la infancia el juego contribuye a la formación física e intelectual, durante la adolescencia, la juventud y la adultez, tiene como misión esencial reafirmar aspectos que definen la personalidad y la posibilidad de enfrentar y resolver los retos que plantea la vida. Esto es: el desarrollo de aptitudes para aplicar estrategias de pensamiento lógico, táctico y creativo con las que salir adelante frente a cualquier situación, el fortalecimiento de la voluntad y el ejercicio de la toma de decisiones, la cooperación y la reafirmación de la autoestima, entre otros valores humanos.

Una inadecuada atención a la necesidad lúdica trae como consecuencia trastornos en la conducta, que fomentan el alcoholismo, la drogadicción y la delincuencia en general, lo que atenta contra la buena marcha de la



sociedad, por lo que esta debe brindar alternativas para una sana recreación con actividades de contenido educativo, en el tiempo libre.

La verdadera recreación es la que potencia la obtención de experiencias vivenciales positivas que enriquezcan la memoria y permitan la vitalidad del individuo a través del recuerdo. A ella se opone el simple entretenimiento. La recreación es participación...

El entretenimiento es evasión. Cuando una persona se limita a entretenerse está acudiendo a la práctica del olvido. Quien sólo busca el entretenimiento que puedan brindarle, por ejemplo, el alcohol o la estridencia musical enajenante, asumirá su tiempo de ocio como tiempo de consumo, y quedará atrapado en la alienación que esta acción conlleva, sin que ningún crecimiento interior contribuya a su desarrollo personal.

El reto que se impone a los encargados de atender la recreación de las personas es concebir actividades que se inscriban dentro de un ocio asumido como verdadero tiempo libre y no como tiempo de consumo, como un real acto de participación y no como entretenimiento para la evasión, con el que se pretenda "vender un producto recreativo" sin tener en cuenta las reales y fundamentales motivaciones personales de los participantes, esas que les harían involucrarse autónomamente -y por tanto con pleno ejercicio de su libertad de elección y de disfrute- en las propuestas organizadas por y para ellos con el fin de enriquecer sus recuerdos positivos a través de gratas experiencias vivenciales.

Estas tienen que ser invariablemente, y por definición, un momento de participación lúdica, libre y espontáneamente elegida, con normas flexibles que se ajusten a las posibilidades, intereses y necesidades de los participantes, y donde la competición sea sustituida por una competencia consigo mismo, por el afán de ser más competente, de hacerlo cada vez mejor y en cooperación con los demás, como resultado de lo cual surgirán el recuerdo, la experiencia vivencial positiva que asegure el desarrollo personal y el placer, por haber alcanzado un real estado de re-creación.



Para que la recreación -electiva y participativa- resulte alternativa lúdica es indispensable que esté presidida por la voluntad creativa de los participantes. El error más común que cometen los animadores es la tendencia a convertir todo acto recreativo en competición deportiva, para lo cual se elaboran reglamentaciones complejas y se concibe un sistema de participación que deja finalmente algunos ganadores a quienes premiar y muchos supuestos perdedores a quienes eliminar.

Todo lo anterior es la exacta negación del juego. Jugar es experimentar, transformar, disfrutar con el descubrimiento de nuevas posibilidades, crear personalmente lo indispensable para la acción, buscar alternativas, intercambiar experiencias y motivaciones, involucrarse a plenitud, sin convencionalismos ni limitaciones de cualquier índole, y disfrutar del desarrollo de la actividad sin esperar nada material a cambio por sus resultados.

Potenciar la práctica de juegos instructivos, deportivos, tradicionales y rondas infantiles- que respondan al sistema de valores que la sociedad necesita promover principalmente entre niños, adolescentes y jóvenes-, constituye un importantísimo propósito dentro de la recreación física, contribuyendo por sus aportaciones a la formación integral y a la elevación de la calidad de vida de la población mediante una sana ocupación del tiempo libre.





3.7 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

Mientras no nos concienticemos de la importancia de la alegría, del placer de la contemplación y tantas cosas similares no sabremos el verdadero sentido del tiempo libre.

Desde una perspectiva amplia se observa el mal uso del tiempo libre que los estudiantes tienen de él; sabiendo que toda persona tiene derecho al descanso y al ocio especialmente a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones.

Nadie debe estar atado a ninguna actividad para los ratos de ocio, pero si manejar alternativas para los ratos libres, como un buen conjunto de ocupaciones al que el individuo puede entregarse con pleno consentimiento ya sea para descansar, para divertirse o desarrollar su participación social.

Entre las actividades más importantes y útiles pueden destacarse:

- La actividad socio-cultural
- Los gustos personales (la educación física, los deportes, paseos, turismo)
- Cursos de lectura, periódicos escolares y revistas.
- Danza, música, pintura, gimnasio.
- Intercambio social (trabajos en comités) participación en conferencias, grupos juveniles, trabajos con los niños y en actos cívicos.



3.8 MARCO LEGAL

- La ley del deporte, ley 181 de 1995. Artículo 2 donde dice que el objetivo especial de la presente ley, es la recreación del sistema nacional del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.
- Ley 181 de 1995 título II de la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar. Artículo 5 se entiende que: la recreación 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. el aprovechamiento del tiempo libre.- es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación sicobiológica.

La educación extraescolar.- es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el

Deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.





- El aprovechamiento del tiempo libre encuentra su fundamento legal en la ley 115 de 1994 sobre educación en sus diferentes artículos 5 (numeral 1), (numeral b) y 22 (numeral ñ)
- Artículo 5. Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines:
 1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
- Artículo 14: Enseñanza obligatoria. En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de la educación preescolar, básica y media, cumplir con:
 - b) El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo;
- Artículo 22: Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria. Los cuatro (4) grados subsiguientes de la educación básica que constituyen el ciclo de secundaria, tendrán como objetivos específicos los siguientes:
 - ñ) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- Artículo 52 de la constitución política de Colombia: El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación,





a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

- Artículo 45. De la constitución política. De los derechos sociales: El adolescente tiene derecho a la protección y a la formación integral. El Estado y la sociedad garantizan la participación activa de los jóvenes en los organismos públicos y privados que tengan a cargo la protección, educación y progreso de la juventud.
- Artículo 67. de la constitución política: La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura. La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.
- Código del menor en Colombia artículo 13: Todo menor tiene derecho al descanso, al esparcimiento, al juego, al deporte y a participar en la vida de la cultura y de las artes. El Estado facilitará, por todos los medios a su alcance, el ejercicio de este derecho.



4. OBJETIVOS:

4.1 GENERAL:

- potenciar el aprovechamiento del tiempo libre mediante la práctica del voleibol en los estudiantes de secundaria del instituto técnico Arquidiocesano san francisco de asís sede cristo rey.

4.2 ESPECÍFICOS:

- Promover en horas libres la integración en todos los cursos de secundaria mediante la práctica deportiva.
- Contribuir en la formación de las cualidades y habilidades físicas creativas e intelectuales de los estudiantes de secundaria.
- Fortalecer la práctica del deporte como actividad recreativa y formativa.
- Incrementar en la comunidad la afición por la práctica deportiva y actividad física.
- Realizar torneos de Voleibol en ambas ramas para la integración de los alumnos mediante actividades deportivas.
-

4.3 ACTIVIDADES A DESARROLLAR

La actividad que se va a desarrollar en la institución está enfocada al aprovechamiento del tiempo libre. En este caso se va a tener en cuenta la trascendencia que tiene el juego a través del deporte en el desarrollo evolutivo en los jóvenes; siendo esta actividad por excelencia la que le permita desarrollarse integralmente estimulando la afectividad y la autoestima de acuerdo con el desarrollo físico y psicológico. Teniendo en cuenta que la actividad escogida será de gran interés tanto para hombres como para mujeres la cual les permita desenvolverse espontánea y



libremente adquiriendo hábitos de vida saludable sin estar sujetos a la autoridad paterna o escolar, adquiere nuevas experiencias de aprendizaje y le permite una mayor formación en su autoestima en la medida que el joven toma sus propias decisiones respetando las reglas de juego y sobre todo trabajando en equipo.

Será una actividad muy participativa en la cual estarán involucrados tanto estudiantes como los docentes de la institución permitiéndoles así una mayor motivación en cada actividad deportiva que se realizara durante el descanso. De esta forma se espera una ejecución exitosa del proyecto.

4.3.1 DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD A REALIZAR

- **Jornada deportiva:** esta se realizara durante la jornada escolar, principalmente en los descansos.
- El deporte escogido será el voleibol ya que en dicha institución se integran muy bien tanto los hombres como las mujeres.
- Estará dirigido por el profesor practicante de educación física freddy villamizar. Dicho campeonato inicia el 11 de agosto y terminara el 9 de noviembre.
- En la primera ronda se enfrentaran todos los equipos contra todos, los ocho equipos que acumulen mayor puntuación serán los que clasificaran a la siguiente ronda. Luego se realizara un sorteo donde solo los ganadores pasaran a semifinales. Y por último se enfrentaran esos cuatro equipos donde los equipos perdedores jugaran por el tercer lugar y los equipos ganadores se enfrentaran por el primer lugar.



Materiales a utilizar:

- Dos balones de voleibol
- Cancha cubierta de la institución
- Silbato
- Malla de voleibol
- Conos para delimitar la cancha

4.3.2 EVALUACIÓN

La evaluación de dicha actividad deportiva se realizara en forma periódica estudiando muy bien los pros y los contras que se presenten durante la ejecución de la misma. Al terminar el proyecto se hará una evaluación general para detectar las mejoras y fortalezas que tuvieron los estudiantes contribuyendo a una mejor calidad de vida para ellos.

4.3.3 METODOLOGÍA

Para la realización del presente trabajo se determinó tener como guía los lineamientos de una investigación cualitativa, siguiendo la metodología de la Investigación-Acción, que después de identificar los aspectos y situaciones problemáticas del hecho, lleva a plantear un recurso que se implementa para buscar la solución a la problemática, mediante el trabajo de todos los involucrados en él.

Según el autor, Kurt Lewin define La investigación acción como:

“una forma de cuestionamiento auto reflexivo, llevada a cabo por los propios participantes en determinadas ocasiones con la finalidad de mejorar la racionalidad y la justicia de situaciones, de la propia práctica social educativa, con el objetivo también de mejorar el conocimiento de dicha práctica y sobre las situaciones en las que la acción se lleva a cabo.



Siguiendo con KURT LEWIN en el proceso reflexivo, se toman los cuatro momentos o fases propuestos por KEMMIS y MC TAGGART, 1988:

La Observación (diagnóstico y reconocimiento de la situación inicial).

El proceso de investigación-acción comienza en sentido estricto con la identificación de un área problemática o necesidades básicas que se quieren resolver. Ordenar, agrupar, disponer y relacionar los datos de acuerdo con los objetivos de la investigación, es decir, preparar la información a fin de proceder a su análisis e interpretación. Ello permitirá conocer la situación y elaborar un diagnóstico.

La Planificación (desarrollo de un plan de acción, críticamente informado, para mejorar aquello que ya está ocurriendo). Cuando ya se sabe lo que pasa (se ha diagnosticado una situación) hay que decidir qué se va a hacer. En el plan de acción se estudiarán y establecerán prioridades en las necesidades, y se harán opciones entre las posibles alternativas.

La Acción (fase en la que reside la novedad). Actuación para poner el plan en práctica y la observación de sus efectos en el contexto en que tiene lugar. Es importante la formación de grupos de trabajo para llevar a cabo las actividades diseñadas y la adquisición de un carácter de lucha material, social y política por el logro de la mejora, siendo necesaria la negociación y el compromiso.

Reflexión en torno a los efectos como base para una nueva planificación. Será preciso un análisis crítico sobre los procesos, problemas y restricciones que se han manifestado y sobre los efectos lo que ayudará a valorar la acción desde lo previsto y deseable y a sugerir un nuevo plan.





El plan de la investigación-acción se desarrolla a través de cuatro pasos o fases fundamentales: de observación, construcción de la propuesta, intervención y evaluación, que permita valorar en primera instancia, la ocupación del tiempo libre de los estudiantes en actividades deportivas que les permiten tener mejores espacios para la formación integral a través de las actividades educativas desarrolladas en el Instituto técnico Arquidiocesano san Francisco de Asís sede Cristo Rey de pamplona norte de Santander.

El proyecto pedagógico del aprovechamiento del tiempo libre tiene como objetivo fundamental brindar alternativas de formación que le permitan a los estudiantes el aprovechamiento del tiempo libre mediante actividades deportivas que se desarrollan en el tiempo libre generado durante la jornada escolar.





CAPITULO III

PROCESOS CURRICULARES

I.E INSTITUTO TECNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASÍS PAMPLONA NORTE DE SANTANDER



SEDE EDUCATIVA CRISTO REY

5. PROGRAMACION Y RESULTADOS TORNEO DE VOLEIBOL 2016

I JORNADA	FECHA	GANADOR
CHICOS Y CHICAS- LOS MUTIS	JUEVES 11/ AGOSTO	LOS MUTIS
PROFES- THE LIGHTNINGS	JUEVES 11/ AGOSTO	PROFES
HOMBRES DE ACERO- ONCE	LUNES 15/ AGOSTO	ONCE
THE BEST OF THE BEST- CHIQUITOS Y PELIGROSOS	LUNES 15/ AGOSTO	THE BEST OF THE BEST
PICA PICA- LOS MAPACHES	MARTES 16/ AGOSTO	PICA PICA
II JORNADA	FECHA	GANADOR
CHIQUITOS Y PELIGROSOS/ CHICOS Y CHICAS	MARTES 16/ AGOSTO	CHICOS Y CHICAS
LOS MAPACHES/ CLASS 2016	MIÉRCOLES 17/ AGOSTO	CLASS 2016
THE LIGHTNINGS/ PICA	MIÉRCOLES 17/ AGOSTO	THE LIGHTNINGS



PICA		
ONCE/ THE BEST OF THE BEST	JUEVES 18/ AGOSTO	THE BEST OF THE BEST
LOS MUTIS/ PROFES	VIERNES 17/ AGOSTO	PROFES
III JORNADA	FECHA	GANADOR
PROFES/ CHICOS Y CHICAS	LUNES 22/ AGOSTO	PROFES
HOMBRES DE ACERO/ LOS MAPACHES	MARTES 23/ AGOSTO	HOMBRES DE ACERO
ONCE/ CHIQUITOS Y PELIGROSOS	MIÉRCOLES 24/ AGOSTO	ONCE
PICA PICA/ LOS MUTIS	JUEVES 25/ AGOSTO	LOS MUTIS
CLASS 2016/ THE LIGHTNINGS	VIERNES 267 AGOSTO	CLASS 2016
IV. JORNADA	FECHA	GANADOR
CHIQUITOS Y PELIGROSOS/ PROFES	LUNES 29/ AGOSTO	PROFES
CHICOS Y CHICAS/ PICA PICA	MARTES 30/ AGOSTO	PICA PICA
LOS MAPACHES/ THE BEST OF THE BEST	MIÉRCOLES 31/ AGOSTO	THE BEST OF THE BEST
THE LIGHTNINGS/ HOMBRES DE ACERO	JUEVES 1/ SEPTIEMBRE	THE LIGHTNINGS
LOS MUTIS/ CLASS 2016	JUEVES 27 SEPTIEMBRE	LOS MUTIS
V. JORNADA	FECHA	GANADOR
HOMBRES DE ACERO/ LOS MUTIS	LUNES 5/ SEPTIEMBRE	LOS MUTIS
THE BEST OF THE BEST/ THE LIGHTNINGS	MARTES 6/ SEPTIEMBRE	THE BEST OF THE BEST
PICA PICA / PROFES	MIÉRCOLES 7/ SEPTIEMBRE	PROFES
CLASS 2016/ CHICOS Y CHICAS	JUEVES 8/ SEPTIEMBRE	CLASS 2016



ONCE/ LOS MAPACHES	VIERNES 9/ SEPTIEMBRE	ONCE
VI. JORNADA	FECHA	GANADOR
CHIQUITOS PERO PELIGROSOS/ PICA PICA	LUNES 12/ SEPTIEMBRE	PICA PICA
CHICOS Y CHICAS/ HOMBRES DE ACERO	MARTES 13/ SEPTIEMBRE	HOMBRES DE ACERO
PROFES/ CLASS 2016	MIÉRCOLES 14/ SEPTIEMBRE	PROFES
THE LIGHTNINGS/ ONCE	JUEVES 15/ SEPTIEMBRE	ONCE
LOS MUTIS/ THE BEST OF THE BEST	VIERNES 16/ SEPTIEMBRE	LOS MUTIS
VII. JORNADA	FECHA	GANADOR
HOMBRES DE ACERO/ PROFES	LUNES 19/ SEPTIEMBRE	PROFES
LOS MAPACHES/ CHIQUITOS PERO PELIGROSOS	MARTES 20/ SEPTIEMBRE	LOS MAPACHES
THE BEST OF THE BEST/ CHICAS Y CHICOS	MIÉRCOLES 21/ SEPTIEMBRE	THE BEST OF THE BEST
CLASS 2016/ PICA PICA	JUEVES 22/ SEPTIEMBRE	PICA PICA
ONCE/ LOS MUTIS	VIERNES 23/ SEPTIEMBRE	ONCE
VIII. JORNADA	FECHA	GANADOR
CHIQUITOS PERO PELIGROSOS/ CLASS 2016	LUNES 26/ SEPTIEMBRE	CLASS 2016
CHICOS Y CHICAS/ ONCE	MARTES 27/ SEPTIEMBRE	ONCE
PROFES/ THE BEST OF THE BEST	MIÉRCOLES 28/ SEPTIEMBRE	PROFES
THE LIGHTNINGS/ LOS MAPACHES	JUEVES 29/ SEPTIEMBRE	THE LIGHTNINGS
PICA PICA/ HOMBRES DE ACERO	VIERNES 30/ SEPTIEMBRE	PICA PICA



IX. JORNADA	FECHA	GANADOR
HOMBRES DE ACERO/ CLASS 2016	LUNES 3/ OCTUBRE	CLASS 2016
LOS MAPACHES/ LOS MUTIS	MARTES 4/ OCTUBRE	LOS MUTIS
THE LIGHTNINGS/ CHIQUITOS PERO PELIGROSOS	MIÉRCOLES 5/ OCTUBRE	THE LIGHTNINGS
THE BEST OF THE BEST/ PICA PICA	JUEVES 6/ OCTUBRE	THE BEST OF THE BEST
ONCE/ PROFES	VIERNES 7/ OCTUBRE	ONCE
X. JORNADA	FECHA	GANADOR
CHICOS Y CHICAS/ LOS MAPACHES	LUNES 17/ OCTUBRE	LOS MAPACHES
HOMBRES DE ACERO/ CHIQUITOS PERO PELIGROSOS	MARTES 18/ OCTUBRE	CHIQUITOS PERO PELIGROSOS
PICA PICA/ ONCE	MIÉRCOLES 19/ OCTUBRE	ONCE
LOS MUTIS/ THE LIGHTNINGS	JUEVES 20/ OCTUBRE	LOS MUTIS
CLASS 2016/ THE BEST OF THE BEST	VIERNES 21/ OCTUBRE	THE BEST OF THE BEST
XI. JORNADA	FECHA	GANADOR
CHIQUITOS PERO PELIGROSOS/ LOS MUTIS	LUNES 24/ OCTUBRE	LOS MUTIS
LOS MAPACHES/ PROFES	MARTES 25/ OCTUBRE	PROFES
THE LIGHTNINGS/ CHICOS Y CHICAS	MIÉRCOLES 26/ OCTUBRE	THE LIGHTNINGS
THE BEST OF THE BEST/ HOMBRES DE ACERO	JUEVES 27/ OCTUBRE	THE BEST OF THE BEST
ONCE/ CLASS 2016	VIERNES 28/ OCTUBRE	ONCE



TABLA GENERAL DE PUNTUACION CAMPEONATO DE VOLEIBOL



N °	EQUIPOS	PUNTOS
1	CHIQUITOS Y PELIGROSOS	2
2	CHICAS Y CHICOS	2
3	HOMBRES DE ACERO	4
4	LOS MAPACHES	4
5	THE LIGHTNINGS	10
6	THE BEST OF THE BEST	14
7	PICA-PICA	10
8	LOS MUTIS	16
9	ONCE	16
10	CLASS 2016	10



11	PROFES	18
-----------	---------------	-----------

**CLASIFICACION A SEMIFINALES CAMPEONATO DE VOLEIBOL I.E
 INSTITUTO TÉCNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASÍS –
 SEDE EDUCATIVA CRISTO REY – 2016**



N°	EQUIPOS	PUNTOS
1	THE BEST OF THE BEST	14



2	LOS MUTIS	16
3	ONCE	16
4	PROFES	18

5.1 PLAN DE ANALISIS DE LOS RESULTADOS

Se observó una gran problemática en el uso que le estaban dando los niños a su tiempo libre tanto dentro y fuera de la institución, dentro de la institución pasan la mayoría de su tiempo sentados en un escritorio, otra de las causas es que debido a las nuevas tecnologías la mayoría de los niños y jóvenes no están realizando actividad física por lo que conlleva a un aumento en cuanto al sedentarismo. Fuera de la institución realizan actividades que no les convienen como el juego en las calles, juegos de ex box, reuniones con amigos negativos etc., proporcionando en ocasiones un aumento en delincuencia, abandono, vicios etc., y por ello se quiso plantear estrategias donde le permitiera a los niños mejores condiciones de vida en cuanto al saber manejar su tiempo libre con actividades donde ellos se puedan desenvolver y mejorar sus condiciones de vida dentro de la institución.

Se realizaron actividades de observación donde se escogió el deporte donde integrara tanto a niños como niñas y que este deporte no fuera tan conocido en la institución pero si llamativo, por esto se llegó a la conclusión que el voleibol fue el deporte que más se adaptaba para integrar a los mismo. Para



las actividades a realizar los profesores de la institución participaron activamente con todos los equipos de secundaria, a medida que el campeonato avanzaba los jóvenes adquirieron un mayor desarrollo motriz y fueron perfeccionando las técnicas.

Nos dimos cuenta el gran entusiasmo que los jóvenes tienen para realizar las cosas, y que sus ideales son buenos, también el gran aprecio que le tienen a la institución ya que se sintieron importantes y se dieron cuenta que podían aportar cosas para el bien de todos, se divertieron mucho y fue algo novedoso para ellos, se observó diferentes estados de emociones entre ellos en ocasiones eran tristes por problemas familiares, otras ocasiones eran disgustados, en otras muy felices pero todo esto nos enseña a convivir, a tolerar, a querer las diferentes circunstancias de la vida y para ellos fue muy importante experimentar con otras personas y que estas actividades nos ayudan a despejarnos mucho de las dificultades que en ocasiones se nos presentan y que hay cosas que se pueden llegar hacer con agrado y alegría.

Se trabajaba día a día con los jóvenes a través de actividades que les ayudaba adquirir nuevos conocimientos brindando de esta manera fortalezas, destrezas en su desarrollo integral y reflexionar sobre las habilidades y debilidades de ellos teniendo en cuenta un análisis en cada actividad, cómo eran sus capacidades cognitivas y de comportamiento.

Fue una experiencia estupenda de un trabajo duro, dedicado y fuerte pero que a la vez nos aportó mucho no solo para nuestra vida como profesional sino como personas que somos.



CAPITULO IV

ACTIVIDADES INTRAINSTITUCIONALES Y EXTRAINSTITUCIONALES

INSTRAINSTITUCIONALES

- ❖ **Izada de bandera:** organización de los símbolos patrios, sonido y condecoración a estudiantes por mejor rendimiento académico.
- ❖ **Participación mes de las cometas:** diseño de las cometas en horas de clase y salida con estudiantes.
- ❖ **Integración docente:** compartir con los maestros de la institución en el municipio de pamplonita.
- ❖ **Celebración del día del estudiante:** colaboración en el sonido, materiales a utilizar, integración con los estudiantes de la institución.
- ❖ **Ensayo cumbia colombiana con alumnos de decimo: preparación** de danza folclórica colombiana para la izada de bandera de la institución.
- ❖ **Asistencia a diferentes reuniones docentes:** asistencia para dialogar sobre eventos importantes en la institución y rendimiento académico de los estudiantes.
- ❖ **Colaboración en la decoración de la institución para navidad:** realización del arbolito de navidad con material reciclable, realización del pesebre navideño con alumnos de once grado en material reciclable.
- ❖ **Participación en la novena navideña:** colaboración en el sonido, y organización con alumnos de once grado para realizar las novenas navideñas luego de la formación.

EXTRAINSTITUCIONALES

- ❖ **Campeonato amigos sin fronteras con la participación de las instituciones LA SALLE, LA SANTA CRUZ, SANTA MARTA, LA MISTRAL, EL ISER, JARDÍN NACIONAL, ESCORIAL Y CRISTO**





REY: En esta actividad participaron alumnos de cuarto y quinto grado de la institución san francisco de asís de la sede cristo rey por la cual los estudiante fueron seleccionados por sus capacidades y habilidades para el futbol de salón. Mi responsabilidad fue llevaros de la institución en semana de receso escolar. este campeonato lo organizamos los mismos practicantes de educación física. El campeonato se realizó en el coliseo chepe acero en horas de la mañana. Me pareció una buena propuesta porque estamos promoviendo a que los niños se interesen por los buenos hábitos saludables y no caigan en vicios que es lo que se ve actualmente en estos sectores de la ciudad de pamplona.





CAPITULO V

INFORME DE EVALUACION DE LA PRÁCTICA

6. AUTOEVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Durante la práctica integral mi desempeño fue muy bueno ya que tuve excelentes bases durante la formación academia en la universidad, también por que los docentes estaban muy bien capacitados en cuanto a la manera de transmitir sus conocimientos y sobre todo tiene una muy buena pedagogía que nos hacen ser más competentes creativos y autónomos. Se presentaron algunos inconvenientes al principio de la práctica ya que no había trabajado con grupos tan numerosos pero gracias a los concejos del profesor asesor fui mejorando cada día en la manera de realizar las clases. Poco a poco me fui dando cuenta que no solo se trata de transmitir conocimientos ya que mediante la práctica y experiencias también se aprenden cosas nuevas. Logre adquirir un sentido de pertenencia con la institución y sobre todo una buena relación con todos mis estudiantes. Me siento muy agradecido por esa experiencia la cual sé que es el principio de muchas más vivencias que sirvieran para seguirme formando como un mejor profesional.

6.1 COEVALUACION DE LA PRACTICA DOCENTE: REALIZADA ENTRE ESTUDIANTES Y ALUMNO-MAESTRO

Su desempeño fue bueno ya que siempre llego temprano a todas las clases, el trato fue muy agradable, los implementos fueron acorde a la actividad a realizar. En cuanto a las clases teóricas se desempeñó muy bien y se integró en la mayoría de las actividades que se realizaron en la institución.



6.2 EVALUACION DEL SUPERVISOR DE PRACTICA INTEGRAL: POR EL ALUMNO-MAESTRO

Durante la práctica integral el supervisor fue de gran apoyo desde el principio ya que siempre llegaba temprano y asistían todas las clases. Primero me explico como el realizaba las clases y poco a poco me fue dejando los grupos hasta que llego el punto donde ya no intervenía, cuando se me presentaba algunas falencias el me llamaba después de cada clase y me decía en que tenía que mejorar por lo que me sirvieron mucho los consejos que me dio y estoy muy agradecido porque hoy me siento más seguro de sí mismo.



7. ANEXOS

ESCENARIOS DEPORTIVOS UTILIZADOS PARA EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN LA INSTITUCION



**PATIO DEL INSTITUTO TÉCNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO
DE ASÍ SEDE CRISTO REY**



COLISEO DEL INSTITUTO TÉCNICO ARQUIDIOCESANO SAN



FRANCISCO DE ASÍS SEDE CRISTO REY





CANCHA DEL BARRIO CRISTO REY





CAMPEONATO DE VOLEIBOL 2016







RESULTADOS DEL CAMPEONATO DE VOLVEIBOL



PREMIACION PRIMER LUGAR Y SEGUNDO LUGAR





PRACTICA INTEGRAL





ACTIVIDADES INTRAINSTITUCIONALES Y EXTRAINSTITUCIONALES SALIDA DÉCIMO Y SÉPTIMO GRADO MES DE LAS COMETAS



IZADA DE BANDERA





DIA DEL NIÑO





NOVENA NAVIDEÑA







CAMPEONATO AMIGOS SIN FRONTERAS





FORMATO DE EVALUACION DE PRÁCTICA

**FORMATO DE AUTO EVALUACIÓN
ALUMNO - MAESTRO**

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:
 CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA:
 SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA:
 INSTITUCIÓN PARA EVALUAR:

LEGENDA:
 E = EXCELENTE
 B = BUENO
 R = REGULAR
 D = DEFICIENTE
 NS = NO SE APLICA

1. De la institución de práctica:

- El espacio de trabajo ofrece por la institución de una forma adecuada de aprendizaje para los alumnos, teniendo en cuenta las condiciones y recursos. **E**
- Se le brindan facilidades administrativas y físicas para el desarrollo de la práctica. **C**
- El supervisor de prácticas fue un apoyo constante en el desarrollo de la experiencia profesional. **E**
- Se le da la importancia que merece al nivel de atención hacia el alumno y al desarrollo de la institución. **E**
- Las instalaciones, materiales, recursos humanos y tecnológicos. **E**

2. De la experiencia:

- La asignatura de taller pedagógico le dio una visión general de la práctica profesional. **B**
- Los contenidos del plan de estudio está bien proporcionado según formativos y complementarios en el desarrollo profesional. **E**
- Los recursos del supervisor de prácticas fueron oportunos en el desarrollo de la práctica. **E**

3. Formación profesional y personal:

- A través de las prácticas tuve mayor conocimiento de mis habilidades y fortalezas. **B**
- La práctica me ayudó a ser autónomo en mis decisiones. **E**
- Logré un sentido de pertenencia con la institución. **E**
- Las instituciones académicas e interpersonales fueron productivas y productivas. **E**
- Los objetivos propuestos se cumplieron a cabalidad. **E**
- La práctica fue importante en el crecimiento y desarrollo personal y profesional. **E**

OBSERVACIONES: *Falta un plan más de compromiso de parte de la institución para brindar a la práctica desarrollo*

 NOMBRE DEL ALUMNO/MAESTRO: *Freddy Cruz - estudiante*
 FECHA: *21 de agosto - 2020*



FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

ASIGNA: E = EXCELENTE
 B = BUENO
 R = REGULAR
 D = DEFICIENTE
 NA = NO SE APLICA

1. **Actuación en la institución**

- Participación con la institución E
- Da a conocer sus actividades B
- Conoce y cumple los requisitos reglamentarios E
- Interactúa y se relaciona con facilidad y adecuadamente B
- Su comportamiento personal le ayuda a las situaciones de trabajo E

2. **Planificación**

- Presenta estrategias de desarrollo con objetivos precisos E
- Elabora planes de sus actividades B
- Define y gestiona procesos laborales E

- Su proyecto de área es acorde con el PEI E

3. **Organización**

- Elabora y presenta su proyecto de desarrollo de área E
- Lleva los cursos de campo-planes de unidad de clase E
- Su organización es fácil y efectiva E
- La documentación requerida es presentada con orden, puntual y estética E

4. **Ejecución**

- La metodología propuesta es coherente con su plan de desarrollo E
- Es puntual en el cumplimiento de sus obligaciones laborales E
- Da apoyo a los grupos de trabajo con facilidad E
- Es líder en desarrollo del trabajo de su área E

5. **Control**

- Ha sus registros conforme a las actividades desarrolladas E
- Soluciona las dificultades encontradas en el desarrollo del proceso E

Nombre del asesor: Jorge Orlando Villamizar V
 Educación Física
 Seguridad y Deportes
 Nombre del alumno: Juan Carlos Villamizar Villamizar
 Fecha: 21 de Noviembre, 2.016





UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
 Facultad de Salud
 Área de Cultura Física, Recreación Y Deportes

PLAN TÉCNICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO PROFESOR: Freddy Omar Villamizar Maldonado
 ASISTENTE: Jorge Orlando Villamizar Villamizar
 INSTITUCIÓN: San Francisco de Sales Sede Centro Rey
 FECHA: Noviembre 3 / 2016

	PRUEBA MÍNIMO	PRUEBA MÁXIMO
1. Manejo administrativo del área y del grupo	1	5
2. Manejo técnico y administrativo de la clase	1	5
3. Trabajo y manejo de equipos tecnológicos y metodológicos	1	4
4. Trabajo de campo dentro de la carrera	1	2
5. Manejo de recursos	1	2
6. Uso de recursos humanos	1	2
7. Empleo de recursos materiales	1	4
8. Empleo de recursos culturales y tecnológicos	1	3
9. Manejo de recursos económicos	1	3
10. Manejo de recursos de información y comunicación	1	3
11. Manejo de recursos de planeación y organización de las actividades	1	3
12. Uso apropiado de recursos tecnológicos de la carrera	1	3
13. Empleo de recursos para el desarrollo personal	1	3
14. Empleo de recursos para el desarrollo profesional	1	4
15. Manejo de recursos para el desarrollo institucional	1	2
TOTAL	15	48

OBSERVACIONES: Mezcla en que falta para que los mejores, en su clase técnica

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
 Facultad de Salud
 Área de Cultura Física, Recreación Y Deportes

NOTA DE PRÁCTICA INTEGRAL

Alumno profesor: Freddy Omar Villamizar Maldonado
 Asesor: Jorge Orlando Villamizar Villamizar
 Institución: San Francisco de Sales Sede Centro Rey
 Curso: 7º, 8º, 9º y 10º 2016

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	20%	47	141
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	20%	43	24
III. EXTRACURRICULAR	20%	43	096
NOTA DEFINITIVA			477

RECOMENDACIONES: Usted, es un buen muchacho con talentos para ejercer como un gran profesional en el área de educación física, recreación y deportes. No olvide estar siempre al día con las nuevas expectativas y tendencias propias de su área.

ALUMNO - PROFESOR: _____
 SUPERVISOR: Jorge Orlando Villamizar
 Director de Área de Cultura Física, Recreación y Deportes





UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
 Facultad de Salud
 Depto de Cultura Física, Recreación Y Deportes

FICHA DE EVALUACIÓN DE PLAN DE CLASE. PRACTICA INTEGRAL

ALUMNO - PROFESOR FREDY OMAR VILLANIZABARRA VISOR: JORGE CRISTÓBAL VILLANIZABARRA

PERIODO ACADÉMICO: II DO SEMESTRE 2016 (II y III DEPARTAMENTO ACADÉMICO ESCUELA)

Aspecto evaluado	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1. Presenta los conocimientos básicos que debe tener el alumno para realizar el curso o asignatura correspondiente de manera adecuada	0.5	0.4	0.4	0.4	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.4	0.5	0.4	0.5	0.4	0.5	0.5	0.5	0.5
2. Los objetivos explicados están bien formulados (Actividad, Observación y Autoevaluación)	1.0	0.8	0.9	0.7	0.9	0.8	0.8	0.8	0.9	0.8	0.9	1.0	1.0	1.0	0.9	1.0	1.0	1.0
3. Los contenidos están apropiados según se relacionan al nivel del alumno y se relaciona de manera adecuada con los objetivos	1.0	1.0	0.8	0.8	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
4. Describir los contenidos del programa	0.5	0.4	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.4	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5
5. Seleccionar los métodos de enseñanza de acuerdo al contenido, características de aprendizaje y tipos de alumnos	1.0	0.9	0.9	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
6. Los materiales de enseñanza seleccionados son apropiados, claros y adecuados de acuerdo al programa	1.0	0.9	0.9	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
TOTAL	1.0	0.86	0.8	0.8	0.85	0.87	0.87	0.87	0.85	0.82	0.82	0.82	0.82	0.82	0.82	0.82	0.82	0.82

4.71 (Promedio)





UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
 Facultad de Salud
 Dpto de Cultura Física, Recreación Y Deportes


NOTA DE PRÁCTICA INTEGRAL

Alumno-profesor: FREDY OMAR VILLAMIZAR MALDONADO.
 Asesor: JOSE ORLANDO VILLAMIZAR VILLAMIZAR.
 Institución: SAN FRANCISCO DE ASIS. SEDE: CRISTO RE
 Grado: 7^o - 8^o - 9^o - 10^o fecha: NOVIEMBRE 23 DE 2016.

ETAPAS	OBSERVACION	%	NOTA	%
1. Administrativa	- Aprovechar cada uno de los ambientes y espacios que nos brinda la institución para el óptimo	30%	4.7	1.41
2. Docentes y Evaluativa	desempeño como docente. - Prever cada momento pedagógico para garantizar el éxito de nuestras actividades.	50%	4.8	2.4
3. Actividades extracurriculares	- Inculcar alegría y armonía para encontrar la participación libre y espontánea de cada miembro de la comunidad.	20%	4.8	0.96
	NOTA DEFINITIVA	100%		
	<u>4.7</u>			<u>4.77</u>





	LE. INSTITUTO TÉCNICO SAN FRANCISCO DE ASÍS Creado Mediante decreto 00132 del 28 de Enero de 2003. Aprobación de Estudios Mediante Decreto 03648 y 03783 del 5 y 21 de Octubre de 2011. NIT 8877001445-6. Pamplona Norte de Santander	CÓDIGO D1F3V1
	CONSTANCIAS	08-07-10

Pamplona, 23 de Noviembre de 2016

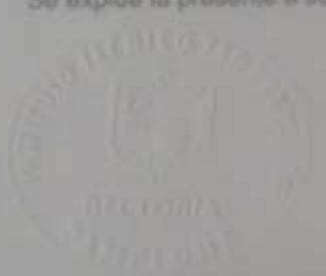
EL RECTOR DE LA INSTITUCIÓN

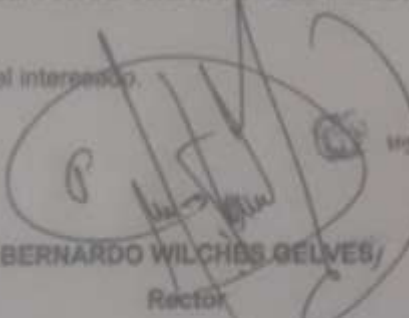
CERTIFICA:

Que, **OMAR VILLAMIZAR MALDONADO**, identificado con Cédula de Ciudadanía número 1.091.052.728 expedida en Chitagá, estudiante del Programa de Educación Física, Recreación y Deportes, de la Universidad de Pamplona, realizó satisfactoriamente la Práctica Integral en esta Institución Educativa sede **CRISTO REY**, durante el Segundo periodo académico de 2016, cumpliendo con 216 horas.

Supervisado por el Docente de área: **JORGE ORLANDO VILLAMIZAR**.

Se expide la presente a solicitud del interesado.




BERNARDO WILCHES GELVES
 Rector

INSTITUCIÓN EDUCATIVA
 Instituto Técnico San Francisco de Asís
 Sede Cristo Rey
 Calle 11
 Pamplona

Transcriptor: Ana Castellanos C

ITASFA - Constancias D1F3V1

1 de 1

Kra 0 N° 1B-71 Barrio Galán
 Teléfono: 5688128- 3115498950
 institutosanfrancisco@hotmail.com





	Acta de sustentación de Trabajo de Grado-Pregrado	Código	FGA-72 v.06
		Página	1 de 1

PROGRAMA: Licenciatura en educación física recreativa y deportes

MODALIDAD DE TRABAJO DE GRADO

Investigación
 Práctica de Grado
 Presentación de Investigación Científica
 Docencia
 Práctica Integral
 Práctica Empresarial
 Articulación Posgrado

EL JURADO CALIFICADOR CONFORMADO POR: (Nombres, apellidos y documento de identidad).

JURADO 1: Ulpiano / C.C. 8354350
 JURADO 2: Jefry Aljosca Hernández Lozano / C.C. 91.487.523
 JURADO 3: _____ / C.C. _____

EN SU SESIÓN EFECTUADA EN: El laboratorio de fisiología A LAS 8:15 HORAS,
 DEL DÍA 06 DEL MES 12 DEL AÑO 2016

Terminadas sus deliberaciones, y de conformidad con los verbales e acuerdos de los órganos de dirección de la Universidad de Pamplona, se ha llegado a la siguiente conclusión:

Primera Conclusión: Otorgar la calificación de 4.8 (no número)

Punitivo (>=4.5) Incompleto (>=3, <= 3.99) Aprobado (>=3, <=3.99) Incompleto (<=2.99)

AL TRABAJO DE GRADO TITULO: Informe de practica integral en la institución educativa Cristo Rey

AUTOR(ES): Número de Autor: 1

Nombres: Eddy Omar Villamizar Maldonado COD. 1091056726
 Nombres: _____ COD. _____
 Nombres: _____ COD. _____

DIRECTOR Y/O TUTOR: Jorge Orlando Villamizar / C.C. _____

Segunda Conclusión: Emitir la siguiente recomendación:

Pte.	CONCLUSIÓN	RECOMENDAR	
		SI	NO
1.	El trabajo cumple con los requisitos de los verbales.	X	
2.	El trabajo cumple con los requisitos de los verbales.		X
3.	El trabajo cumple con los requisitos de los verbales en otros trabajos.		X

Otras: _____

Tercera Conclusión: Avalar el resultado del Trabajo de Grado, para optar por el Título de Licenciado en educación física recreativa y deportes

Firmas del Jurado Calificador:

[Firma] JURADO 1 [Firma] JURADO 2 [Firma] JURADO 3
[Firma] Director Unidad Académica

Nota: Otorgar el avalamiento sobre los verbales de la sustentación.





8. CONCLUSIONES

En la interacción con los estudiantes, la actitud del maestro a la hora de intervenir, la motivación que imprima a los aprendizajes, la creatividad, el material, la forma y el tipo de actividades, influyen de manera significativa en el presente y futuro de los estudiantes.

La escuela representa un espacio fundamental para el desarrollo socio afectivo de los estudiantes, pues es el lugar donde pasan la mayor parte del tiempo, donde se crean los primeros vínculos de afecto y el estilo de las relaciones que establecerán con el entorno

El uso adecuado del tiempo libre se convierte en un reto tanto para educadores como para los padres de familia, puesto que les permite a los niños y niñas la interacción con los demás, el fortalecimiento de valores fundamentales para una convivencia pacífica.

La práctica pedagógica es un componente fundamental dentro de la formación docente, ya que es en ella en donde se aplican los conocimientos adquiridos durante los periodos académicos y es en donde se desarrolla en casi su totalidad el perfil del futuro egresado. Además, el rol de la institución y universidad juega un papel decisivo en la formación de los docentes, porque estos son los lugares propios para la construcción y reflexión del conocimiento, y son las entidades que brindan respuesta a los retos contemporáneos orientados hacia la formación, investigación y proyección social.

Para realizar un buen trabajo es necesario organizarse de manera correcta por medio de una planificación didáctica ya que nos indica los objetivos y las actividades que debemos realizar para lograrlo.

Para que los jóvenes tengan un aprendizaje significativo debo utilizar estrategias innovadoras que despierten el interés, entusiasmo y atención del



alumnado. Por lo que la creatividad juega un papel fundamental a la hora de enseñar y transmitir conocimientos.

Una de las cosas fundamentales y también más importantes es que es necesario prepararme para cualquier situación imprevista, pues aunque se crea planificar todo al pie de la letra siempre sucede algo del cual no se está preparado.





9. BIBLIOGRAFIA

- <http://es.slideshare.net/educaralfuturo/propuesta-pedagogica-13412705>
- <http://luiscarlosgalanpiedecuesta.jimdo.com/proyectos/proyecto-de-aprovechamiento-y-buen-uso-del-tiempo-libre/>
- <http://es.slideshare.net/coluisorjuela/proyecto-deporte-recreacin-y-ldica-en-el-tiempo-libre>
- <http://www.monografias.com/trabajos102/programa-actividades-fisica-recreativas-aprovechamiento-del-tiempo-libre/programa-actividades-fisica-recreativas-aprovechamiento-del-tiempo-libre.shtml>
- http://www.ehowenespanol.com/organizar-torneo-voleibol-como_56608/
- <http://www.revistaseguridadminera.com/comportamiento/motivacion-y-recreacion-su-efecto-en-los-trabajadores/>
- http://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/hermesoft/portallG/home_1/recursos/tesis/contenidos/tesis_septiembre/05092007/la_historieta_como_estrategia.pdf
- <http://redie.uabc.mx/redie/article/viewFile/200/345>
- <http://www.azc.uam.mx/socialesyhumanidades/03/reportes/eco/lec/vlec019.pdf>
- <http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001897/189713sb.pdf>
- http://www.ice.deusto.es/RINACE/reice/Vol3n1_e/Vergara.pdf
- http://www.psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/2_el-sentido-de-la-practica-docente.pdf
- [file:///C:/Users/ACER_471/Downloads/467mACIEL%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ACER_471/Downloads/467mACIEL%20(1).pdf)



Univ ersidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

