



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



PRÁCTICA INTEGRAL

PRESENTADO POR: CAREN DAYANA VERA MENDEZ

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

2021-2



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



PRÁCTICA INTEGRAL

PRESENTADO POR: CAREN DAYANA VERA MENDEZ

PRESENTADO A DOCENTE: JABIER CARREÑO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

**PROGRAMA DE EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

2021-2



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



AGRADECIMIENTOS

Dedicar este trabajo primero que todo a mi Dios por darme la vida y el poder de realizar este proyecto tan importante para mi carrera profesional, cumpliendo un sueño de adolescente. Agradecer a mi madre, porque gracias a ella estoy realizando mi proyecto de vida, porque fue ella quien prácticamente me indujo a estudiar sin estar preparado todavía; a mi hija ya que gracias a la llegada de ella a mi vida me dio un impulso más grande para poder seguir y culminar con mi carrera, a la Universidad de Pamplona por permitirme realizar mis estudios y crecer aún más como persona, profesional y ser una persona útil e integra para la sociedad, al Lic. Jabier Carreño por ser el asesor de este trabajo y dedicar algo valioso como es el tiempo.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INTRODUCCIÓN	6
1. CAPITULO I: OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO	7
1.1 RESEÑA HISTORICA.....	8
1.2 MARCO LEGAL.....	10
1.3 HORIZONTE INSTITUCIONAL Y PACTO DE CONVIVENCIA.....	11
1.4 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES.....	12
1.4.1 VALORES INSTITUCIONALES	13
1.5 MISIÓN.....	13
1.6 VISIÓN.....	13
1.7 PERFIL DEL ESTUDIANTE.....	14
1.8 ORGANIZACION INSTITUCIONAL.....	15
1.8.1 ACUDIENTE O REPRESENTANTE LEGAL	15
1.8.2 PROCEDIMIENTO ASIGNACIÓN DE CUPOS	15
1.8.3 REQUISITOS PARA MATRICULA.....	16
1.8.4 RENOVACIÓN DE MATRÍCULA	16
1.8.5 REQUISITOS PARA RENOVAR LA MATRICULA.....	17
1.9 UNIFORMES.....	17
1.9.1 UNIFORME DE DIARIO:.....	17
1.9.2 UNIFORME EDUCACIÓN FÍSICA PARA TODOS.....	19
1.10 PROCEDIMIENTOS ESPECIALES.....	20
1.10.1 AUSENCIA DE LOS ESTUDIANTES	20
1.10.2 PERMISOS DE ESTUDIANTES.....	21
1.11 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES.....	22
1.11.1 BANDERA.....	22
1.11.2 ESCUDO.....	22
1.12 INFRAESTRUCTURA.....	23



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.13 SALÓN DE DEPORTES.....	27
1.14 MATRIZ DOFA.....	28
1.12 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.....	29
2. CAPITULO II PROPUESTA PEDAGOGICA.....	30
2.1 OBJETIVO GENERAL	30
2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	30
2.3 DESCRIPCION DEL PROBLEMA.....	31
2.4 JUSTIFICACION	32
2.5 POBLACION.....	33
2.6 MARCO TEORICO.....	33
3. CAPITULO III: INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES.....	37
3.1 DISEÑO.....	37
3.1.1 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	37
3.2 METODOLOGIA.....	37
3.2.1 SEMANA 1	37
3.2.2 SEMANA 2	38
3.2.3 SEMANA 3	39
3.2.4 SEMANA 4	40
3.2.5 SEMANA 5	41
3.2.6 SEMANA 6	42
3.2.7 SEMANA 7	43
3.2.8 SEMANA 8	44
3.3 EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA.....	45
3.4 ANEXOS.....	46
4. CAPITULO IV: ACTIVIDADES EXTRA CLASE.....	47
5. CAPITULO V FORMATOS DE EVALUACIÓN.....	61
6. CONCLUSIÓN.....	68



SC-CER96940

“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



7. BIBLIOGRAFÍA.....	69
8. ANEXOS	70

INTRODUCCIÓN

La institución educativa Fabio Riveros es un plantel con gran alcance a nivel educacional, cuenta con un gran despliegue de herramientas en concordancia con la actividad física y lo relacionado a ella. Con la gran oportunidad y apoyo que brinda los directivos de la institución y plantel docente, se llevara a cabo la implementación de medidas e ideas, que permitan reforzar, guiar la motricidad y coordinación de una población estudiantil determinada.

Toda vez, que se detectaron situaciones donde particularmente se dificulta llevar a cabo las actividades físicas que requieran una concentración y coordinación básica por parte de un estudiantado puntual. Acogiendo los espacios y materiales que el colegio otorga a plenitud para la implementación de este proyecto, este se podrá ejecutar de la forma más idónea. De la misma manera se buscará afianzar a aquellos estudiantes que requieran una mayor intensidad en mejorar su motricidad y coordinación física.

Para su efectivo cumplimiento y lograr a plenitud el proyecto en mención, se suscitarán escenarios físicos como; actividad física, acondicionamiento físico, futbol de salón, baloncesto y voleibol. Todo esto suministrara las aptitudes necesarias para que los alumnos superen la falencia que se argumentó de manera inicial.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1. CAPITULO I: OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO



FUENTE: caren vera 2021



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.1 RESEÑA HISTORICA

Colfari, Una Familia unida La comunidad destacada por su unidad de trabajo y gestión. Por los años 1963 y 1964, pocas familias habitaban lo que hoy es el Municipio de Villanueva. Allí, en una Tienda que a la vez era panadería sitio de hospedaje, la señora Misaelina Díaz, organizó troncos y tablas largas como pupitres, de esta forma se dio inicio a la prestación del servicio educativo. Dado el interés de la comunidad de progresar a nivel educativo, lograron enterar a Monseñor Arturo Salazar Mejía, "persona humanista y entusiasta en colaborar con la educación de la región"; quien nombro a la señora Ana Delia Arévalo como educadora al beneficio de esta comunidad, cuya intensa labor se extendió hasta el año 1971. La comunidad destacada por su unidad de trabajo y gestión, logro que el Departamento de Boyacá nombrara al Educador Luis Cubides, quien se integró directamente en el trabajo con la comunidad para la construcción de un kiosko, sitio que además de ser aula de clase prestó el servicio de Capilla Comunal. En el año de 1970 el Departamento de Boyacá atendió la solicitud de la comunidad y cambió al Docente Luis Cubides por Tito Avila, quien tuvo gran acogida y lideró actividades para la construcción de la sede escolar. Al iniciar el año 1971 con el apoyo del Sacerdote de Sabanalarga, llega la profesora Bertha Peña que compila una nómina de tres educadores, (Tito Ávila, Bertha Peña y Ana Delia Arévalo). Estas personas unidas al trabajo de la comunidad, organizan la primera Junta de tan Comunal y unen sus esfuerzos y la realización de bazares y citas actividades con las c 1-g. gira la construcción de los tres primeros salones de clase donde hoy es la sede del Colegio Fabio Riveros. A mediados del año 1972, sin estar aún terminada la construcción, los educadores y la comunidad en general, deciden ocupar las instalaciones con muebles redietarios elaborados en la región. En esta misma época como consecuencia de la construcción de la carretera Marginal de la Selva, se incrementa la población con personas de distintas regiones del País, creando así, la necesidad de ampliar pronto la



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



planta física como el personal docente de la institución. El espíritu cívico de la comunidad docente, y especialmente de algunas instituciones como el ICCE (Instituto Colombiano de Construcciones Escolares), además del Gobierno y la Empresa Privada, logran superar algunas necesidades prioritarias. En la actualidad el Colegio Fabio Riveros alberga una gran parte de la demanda estudiantil del municipio de Villanueva y posee una planta física en proceso de adecuación, que cubre la mayoría de las exigencias que ha generado la modernización de la educación. Lic.Solmar Medina Moreno."Origen del nombre de la Institución" En la década del 70, el Arquitecto Fabio Riveros Morales se desempeña como gerente del Instituto Colombiano de Construcciones Escolares(ICCE). Este personaje interesado en las comunidades de la región a su cargo, llegó a las instalaciones del naciente Colegio de Villanueva, hacia el año 1973 donde conoció las necesidades e interés de la comunidad por mejorar las condiciones locativas del establecimiento. El Arquitecto Riveros decidió hacer la construcción de dos aulas más y una vivienda para docentes, obra que se realizó en tiempo realmente corto. La comunidad ante tal actitud del gerente del ICCE, se reunió en asamblea general para dar nombre a la Institución Educativa, de tal forma que en unanimidad acordaron llamar "Fabio Riveros". Enterado el Arquitecto Riveros Morales del acontecimiento honorífico y ante la fluyente población estudiantil, se apersonó de las necesidades locativas gestionando la construcción de otras siete aulas para el plantel, que hoy en día, prestan un valioso servicio.

Colegio Fabio Riveros 25 años cumpliendo a la educación y al progreso de Villanueva En el año 1995 debido a la necesidad que presenta la Institución de ampliar los servicios educativos se comenzó con el grado sexto, con un número de 40 alumnos; en el año siguiente 1996, se abre el grado séptimo. en este mismo año por Resolución No.00135 emanada de la Gobernación de Casanare, se integra en una sola Institución los niveles de Preescolar y Educación Básica hasta el grado noveno según la ley de



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



educación (115 de febrero de 1994) el Decreto 1860 del mismo año, que establece los mecanismos para que las instituciones educativas amplíen y mejoren la prestación de servicios. La Institución toma el nombre de Caño (1996) en el mes de junio el Mg. Jesús Enrique Medina López, Director del Colegio, es nombrado Secretario de Educación del Departamento, quedando como Directora la Lic. Myriam Lambona Muñoz. A comienzos del mismo año se nombraron dos coordinadores, una Académica a cargo del Lic. José Luis Caro Ramírez y una Disciplinaria a cargo de la Calderón. Este último legio en este mismo Lic. Ana Josefa Malagó cargo, lo ejerce en la actualidad el Lic. Jesús María Ruiz Ruiz, Además contamos con una secretaria, aseadora y celadores, personas fundamentales en la administración de nuestro colegio.

1.2 MARCO LEGAL

- Constitución Política de Colombia.
- Ley 1098 de 2006 (Código de infancia, familia y adolescencia).
- Ley 115 de febrero 8 de 1994 (Ley General de Educación).
- Decreto 1860 de agosto 03 de 1994.
- Decreto 1290 de abril 16 de 2009.
- Ley 1620 del 15 de marzo de 2013.
- Decreto 1695 de 11 de septiembre de 2013.

· SC-555/94: "La exigibilidad de esas reglas mínimas al alumno resulta acorde con sus propios DERECHOS Y PERFECTAMENTE LEGITIMA CUANDO SE ENCUENTRAN CONSIGNADAS EN EL MANUAL DE CONVIVENCIA QUE ÉL Y SUS ACUDIENTES, FIRMAN AL MOMENTO DE ESTABLECER LA VINCULACIÓN EDUCATIVA. Nadie obliga al aspirante a suscribir ese documento, así como a integrar



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



el plantel, pero lo que sí se le puede exigir, inclusive mediante razonables razones es que cumpla sus cláusulas una vez han entrado en vigor; en este orden de ideas, concedida la oportunidad de estudio, el comportamiento del estudiante si reiteradamente incumple pautas mínimas y denota desinterés o grave indisciplina puede ser tomado en cuenta como motivo de exclusión". ·SC-481/98: Al interpretar el artículo 16 de la Constitución que consagra el derecho al libre desarrollo de la personalidad, la Corte Constitucional y la doctrina han entendido que: "ese derecho consagra una protección general de la capacidad que la Constitución reconoce a las personas para auto determinarse, esto es, a darse sus propias normas y desarrollar planes propios de vida, SIEMPRE Y CUANDO NO AFECTEN DERECHOS DE TERCEROS" ·ST-612/92: "Al momento de matricularse una persona en un Centro Educativo celebra por ese acto un contrato de naturaleza civil; un contrato es un acuerdo de voluntades para crear obligaciones". ·ST-967/2007: "Las instituciones educativas pueden regular el uso del teléfono celular dentro de las instalaciones, incluyendo la reglamentación correspondiente en el Pacto de

Convivencia, el cual establecerá en forma clara su utilización, sin llegar a prohibirlo, así como las sanciones y el procedimiento a aplicar en caso de infracciones". ·ST-235/1997:"La Corte Constitucional ha reiterado en el sentido de considerar que quienes matricula en un centro educativo, con el objeto de ejercer el derecho Constitucional fundamental que lo ampara, por ese mismo hecho contrae obligaciones que debe cumplir, de tal manera que NO puede invocar el mencionado derecho para excusar las infracciones en que incurra"

1.3 HORIZONTE INSTITUCIONAL Y PACTO DE CONVIVENCIA

1.nuestra institución la institución FABIO RIVEROS del municipio de Villanueva Casanare, es una institución oficial que presta el servicio educativo a la comunidad desde 1972, brindando las mejores condiciones para la permanencia de los educandos.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Ofrece Educación preescolar y básica primaria en la sed de Brisas del Upía y El Triunfo; preescolar, básica primaria, básica secundaria y media técnica en la sede Central. Para darle continuidad a la formación técnica, tecnológica y profesional del estudiante COLFARISTA, actualmente existen convenios de articulación con el SENA. Cuenta además con la presencia del Centro Regional de Educación Superior, con Unisangil como universidad operante, de esta manera se complementa el ciclo de educación superior. El talento humano de la institución es de excelente calidad, dispuesto al mejoramiento continuo, que garantiza un buen clima escolar y óptimas condiciones académicas.

1.4 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

Con el propósito de hacer realidad la Misión de la Institución, se plantean los siguientes principios que contribuyen al desarrollo integral de los estudiantes:

- a.** Formación intelectual, humana, y social, del estudiante en forma equilibrada y armónica. Educativa certificada y se caracterizará por la calidad del talento humano, los valores nuestros semejantes, logrando un ambiente agradable en el proceso de formación de los estudiantes.
- b.** La búsqueda de mejores niveles de excelencia que permitan a nuestros estudiantes alcanzar logros cada vez mayores que faciliten su ingreso a la vida productiva y/o académica.
- c:** El trabajo en equipo de la comunidad educativa alrededor de estrategias comunes que permitan hacer realidad la visión institucional.
- e.** La responsabilidad social demostrada en el autoeducación y el proceso de inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.4.1 VALORES INSTITUCIONALES

a. RESPETO: Reconocer, aceptar y legitimar los derechos, deberes y diferencias culturales, sociales y de pensamiento de los demás, de sí mismo y la del mundo que nos rodea. **responsabilidad:** Capacidad para desarrollar con competitividad, pertinencia y diligencia las obligaciones que demanda su rol y para asumir las consecuencias de los propios actos u omisiones, implementando acciones para corregirlos.

b. HONESTIDAD: Coherencia entre lo que se piensa, se dice y se hace en la búsqueda del bien común y el mejoramiento personal. Cuidar y respetar lo que no nos pertenece.

c. COMPROMISO: Identificar y asumir como propios los objetivos y metas porfiristas, con actitud entusiasta y motivadora, liderando procesos que contribuyan al mejoramiento continuo y fortalezcan el sentido de pertenencia institucional.

1.5 MISIÓN

Somos una Institución Educativa pública dedicada a la formación intelectual, socio afectiva y psicomotriz, promoviendo el fortalecimiento de valores, generando cultura y conocimientos, con el fin de preparar a nuestros estudiantes para la vida productiva y/o académica, aportando personas íntegras a la sociedad y apoyados en un equipo de trabajo en constante actualización, con ambientes de aprendizaje adecuados y con el apoyo permanente de padres de familia.

1.6 VISIÓN

En el año 2019, la institución Fabio Riveros de Villanueva Casanare, será una Institución Educativa certificada y se caracterizará por la calidad del talento humano, los valores y actitudes de convivencia ciudadana de sus estudiantes y la integración de los padres de familia a los procesos internos. A partir del aprendizaje significativo, ofrecerá



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ambientes educativos que permitan a sus estudiantes fortalecer valores, generar cultura y conocimientos y a sus egresados influir positivamente en la sociedad y en la vida productiva del país.

1.7 PERFIL DEL ESTUDIANTE

El estudiante COLFARISTA será una persona tolerante, respetuosa de sí y de los semejantes, dispuesta a la adquisición del conocimiento y práctica de valores que le permitan ser competente para continuar con estudios superiores o el desempeño laboral, desarrollando las siguientes actitudes y aptitudes:

- a. Que se exprese en forma espontánea, aprecie, promuevan y vivan los valores familiares, sociales, culturales, cívicos, estéticos para liderar y producir excelencia en su vida y sociedad.
- b. Que sea responsable de su propia educación, teniendo en cuenta los principios y valores inculcados en nuestra institución.
- c. Que crezca y se desarrolle como persona consciente de su individualidad, identidad, libertad, autonomía y capacidad para pensar analíticamente.
- d. Que se forme en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a los principios democráticos, de convivencia, justicia, equidad, tolerancia, honestidad y solidaridad.
- e. Que sea líder, optimista, emprendedor, creativo, inquieto por el conocimiento y respetuoso del medio ambiente, para su propio bien y el de su comunidad.
- f. Que viva el valor del trabajo como realización personal y responsabilidad social.
- g. Que adquiera un sentido de gratitud espiritual hacia la familia, sus educadores y el medio



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



donde crece y se educa.

1.8 ORGANIZACION INSTITUCIONAL

(Matrículas, uniformes y procedimientos especiales) Se define como el “Contrato Civil”, donde las partes Estudiantes-Padres de Familia y Colegio Fabio Riveros formalizan la vinculación del estudiante al servicio educativo. En el momento de firmar dicho contrato se comprometen a cumplir las normas del Pacto de Convivencia. La matrícula tiene validez desde el ingreso por primera vez del estudiante a la Institución hasta finalizar el último grado que ofrece el Colegio, al menos que por alguna razón personal se decida cancelarla. Se debe renovar en el último periodo escolar.

1.8.1 ACUDIENTE O REPRESENTANTE LEGAL

El acudiente es una persona mayor de edad, papá o mamá, o la persona que ellos o la Ley autoricen. Cuando el acudiente firma la matricula se compromete a: Asistir a las reuniones, y a los llamados del Colegio.

- Comunicar al colegio por escrito el cambio de acudiente.
- Colaborar con profesores y directivos del Colegio en la búsqueda de soluciones

participando activamente en la modificación de conductas no deseadas, ya sea disciplinarias

o académicas.

1.8.2 PROCEDIMIENTO ASIGNACIÓN DE CUPOS

Los cupos para estudiantes nuevos serán asignados de acuerdo con el calendario y siguiendo las directrices de la Resolución que para tal fin expide la Secretaria de Educación. El Rector de la institución asignará los cupos en los



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



diferentes grados, atendiendo las directrices del Ministerio de Educación sobre cobertura educativa.

1.8.3 REQUISITOS PARA MATRICULA

- Orden de matrícula expedida por el Rector.
- Formulario de inscripción.
- Registro civil de nacimiento legible (para estudiantes entre 5 y 7 años)
- Fotocopia de la tarjeta de identidad (a partir de los 7 años de edad)
- Fotocopia de carné de vacunas (estudiantes menores de 8 años)
- Fotocopia de la carne de salud.
- Certificado de SISBEN.
- Certificado de estudios del año anterior.
- Fotocopia del Registro académico y de convivencia (Observador del alumno) del año anterior.
- Certificación médica para niños con Necesidad Educativa Especial, en donde se especifique la discapacidad.

1.8.4 RENOVACIÓN DE MATRÍCULA

Es el procedimiento por el cual el padre de familia y el estudiante antiguo, manifiestan mediante su firma su intención de renovar su compromiso de cumplir con el Pacto de Convivencia y demás normas institucionales, para el siguiente año escolar.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Este procedimiento se realizará con la entrega final de informes académicos, con el director de curso.

1.8.5 REQUISITOS PARA RENOVAR LA MATRICULA

a. Estudiantes promocionados Paz y salvo firmado por los representantes de las respectivas dependencias.

·Firma de renovación de matrícula, del padre de familia y el estudiante.

·Renovación de carné estudiantil.

estudiantes reprobados

Firma de acta de compromiso académico.

PARÁGRAFO

Si no se formaliza el proceso de renovación de matrícula en la fecha establecida, el colegio se

reserva el derecho de asignar el cupo para otro estudiante.

1.9 UNIFORMES

El uso del uniforme garantiza la igualdad en el trato de los estudiantes. Además de identificarlos con la institución, su porte adecuado les permitirá desarrollar hábitos de presentación personal, aseo y pulcritud. Los estudiantes del colegio Fabio Riveros, tendrán dos uniformes así:

1.9.1 UNIFORME DE DIARIO:

a. Niñas: Blusa blanca debidamente abotonada y con escudo del colegio cosido al lado izquierdo, cuello sport, manga corta, falda a la cintura, según modelo sobre la rodilla. (para grados de 0-5 primaria debe usar jardinera), zapato colegial totalmente



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



negro lustrado, medias blancas (media media). Sin maquillaje y sin accesorios u otro tipo de elementos que rompan la uniformidad (aretes grandes, balacas o hebillas de colores, etc.).

hombres: Camisa blanca con su respectivo escudo cosido, cuello sport, manga corta, pantalón azul oscuro sastre (bota 20 cm.), correa negra, zapato colegial totalmente negro lustrado, medias pares de color azul oscuro o negro (altas o mínimo que cubran el tobillo).



FUENTE: caren vera 2021



FUENTE: caren vera 2021



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.9.2 UNIFORME EDUCACIÓN FÍSICA PARA TODOS

Sudadera azul oscura sin entubar (bota 20 cm.), camiseta blanca en cuello V, con su respectivo escudo cosido, zapatos tenis totalmente blancos, medias blancas (altas o mínimo que cubran el tobillo).



FUENTE: *caren vera 2021*

PARAGRAFO

a. Las camisas deben estar vestidas por dentro del pantalón, falda y sudadera. Todos los estudiantes deben tener el cabello de color natural, aseado y bien presentado. No se permite estilos, peinados o accesorios que hagan apología a tribus urbanas o delincuenciales. Las mujeres podrán utilizar esmalte de uñas transparente y los hombres usarán uñas cortas sin esmalte. Sentencia (SC-555/94). Las cachuchas únicamente se utilizarán en la hora de educación física o para las salidas pedagógicas.

b. Los uniformes deben utilizarse de acuerdo con el horario correspondiente, en caso de tener algún inconveniente, deberán asistir con alguno de los dos uniformes



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



completos y con una excusa del padre de familia o acudiente, en el cuaderno comunicador para presentarla en la coordinación de convivencia, donde se les dará autorización.

C. Por ningún motivo se pueden usar combinaciones en los dos uniformes; ni usar prendas diferentes al correspondiente uniforme.

1.10 PROCEDIMIENTOS ESPECIALES

1.10.1 AUSENCIA DE LOS ESTUDIANTES

En caso de ausencias del estudiante, por causa de fuerza mayor, calamidad doméstica, cita médica o cualquier otra circunstancia, justificación será de carácter obligatorio ante la Coordinación de convivencia, sea de manera anterior, el mismo día de la ausencia o máximo tres días hábiles posteriores a su regreso. En caso de ausencias del estudiante, por causa de fuerza mayor, calamidad doméstica, cita Para justificar una ausencia, los padres de familia y/o acudientes procederán de la siguiente manera:

- a.** Cuando la ausencia sea durante el periodo de clases por alguna emergencia, se acercará personalmente el padre de familia o acudiente al docente de la clase y a la coordinación de convivencia para que, de manera verbal, justifique el motivo de la ausencia y pueda retirar el estudiante de la institución.
- b.** Cuando la ausencia sea por enfermedad, el estudiante y/o su acudiente, deben presentar la incapacidad médica correspondiente, a la coordinación de convivencia, para que le sean autorizados la presentación de los trabajos y evaluaciones. cuando la ausencia es de un día, el estudiante deberá presentar una nota escrita en hoja tamaño



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



carta, con una copia dirigida al cuerpo de docentes, firmada por los padres o acudientes indicando el nombre completo del estudiante, grado, curso, fecha y motivo de la ausencia, al director de curso y/o a la coordinación de convivencia, al día siguiente de la falla, allí se le entregará la autorización para que presente los trabajos y evaluaciones realizadas en el día de ausencia.

c. Si la inasistencia es prolongada por tres (03) o más días, se realizará el procedimiento del literal c, pero será personalmente el padre de familia y/o acudiente quien deberá, también en forma personal y de manera verbal, dar la respectiva justificación.

d. Si el estudiante no justifica su ausencia durante el tiempo estipulado, este deberá presentarse en su retorno con sus padres y/o acudiente para que den la explicación correspondiente. Si un estudiante deja de asistir durante cinco (05) días consecutivos, sin justificación alguna, el director de curso lo reportará a la coordinación académica bajo formato establecido, donde se llamará al padre de familia o acudiente para determinar las causas de la inasistencia.

e. La excusa exime de evaluaciones, tareas o actividades académicas, solo permite post ponerlas al retorno de la ausencia del estudiante. Los trabajos y evaluaciones autorizados deberán presentarse en un plazo de ocho días.

1.10.2 PERMISOS DE ESTUDIANTES

a. Los estudiantes de los niveles de preescolar y básica primaria que necesiten retirarse del



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.11 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES

1.11.1 BANDERA

La bandera está conformada por los colores blanco y azul. Azul simboliza cada una de las virtudes de los miembros de la comunidad educativa y el blanco simboliza la paz.



FUENTE: google Chrome

1.11.2 ESCUDO

El escudo tiene en el centro una franja amarilla con las palabras dignidad, virtud y ciencia. En la parte superior con fondo blanco están las manos que significan solidaridad y hermandad. En la parte inferior con fondo azul está el mapa de Casanare con un sol señalando el municipio de Villanueva.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



FUENTE: google chrome

1.12 INFRAESTRUCTURA

COLFARI: colegio Fabio Riveros cuenta con 70 salones, dentro de esos salones hay 9 salones con televisor de 50 pulgadas hay dos laboratorios de inglés, 4 salas de sistemas dotada para 25 estudiantes, está la sala de profesores que aloja 80 docentes de secundaria, dos cafeterías, pero hay una sola en funcionamiento por medidas de bioseguridad y el aforo de estudiantes, 1 aula múltiple de 10 metros de frente con 50 metros de fondo con tarima. Una cancha cubierta polideportiva con tarima utilizada para voleibol y micro futbol, una cancha descubierta polideportiva para voleibol futbol y baloncesto. Un bloque con función para rectoría función académica y convivencia, cuenta con 4 baterías de baños mixtos. Un restaurante escolar que esta fuera de funcionamiento. Cuneta con un laboratorio de química y uno de física. con dos entradas una principal por toda la avenida y una entrada alterna para todos los estudiantes, también con bastantes zonas verdes y un espacio muy amplio de zona verde donde se practica softbol que ese espacio está destinado para una cancha de futbol más adelante, cuenta con un parqueadero de carros para docentes y uno para bicicletas con



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

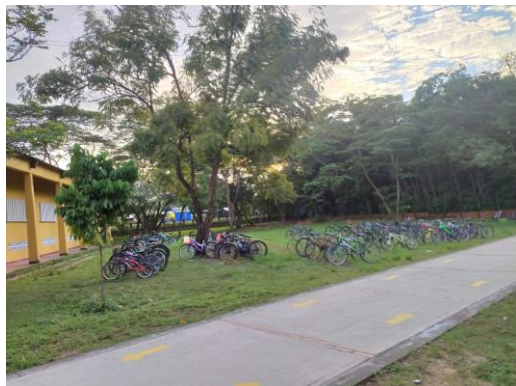
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



cupo de más o menos 100 bicicletas. También cuenta con una biblioteca fuera de servicio, 1 oficina de papelería y una oficina de asociación de padre, 2 cuartos de deportes.



FUENTE: caren vera 2021



FUENTE: caren vera 2021



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



FUENTE: caren vera 2021



FUENTE: caren vera 2021



FUENTE: caren vera 202



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



FUENTE: caren vera 2021



FUENTE: caren vera 2021



FUENTE: caren vera 2021



FUENTE caren vera 2021



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.13 SALÓN DE DEPORTES



FUENTE: caren vera 2021

Balones de Baloncesto 60.

Balones de Voleibol 68.

Balones de Fútbol sala 45.

Balones de Fut salón 40.

Balones Fútbol 26.

Pelotas de tenis 40.

Aros 40.

Conos 40.

Redes voleibol 2.

Redes fut salón y sala 2.



FUENTE: caren vera 202



SC-CER96940

“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Ajedrez 10.

Colchonetas 10.

Arcos banquetas 2.

Raquetas 19.

Pelotas softbol 10.

Bates aluminio softbol 3.

Bates softbol madera 20

Mesas pimpón 4

Pelotas de pimpón 40 raquetas de pimpón 40.

1.14 MATRIZ DOFA

DEBILIDADES	OPORTUNIDADES
Por motivo de la pandemia no se continuo con un proceso deportivo extra curricular con los equipos que representan la institución	El colegio cuenta con bastantes implementos deportivos, y eso es un beneficio para el próximo año poder participar en los diferentes entes deportivos.
FORTALEZAS	AMENAZAS
Varios egresados del colegio cuentan con escuelas de formación de diferentes deportes y están ayudando en el proceso de formación de muchos estudiantes de cada institución y así poder mejorar para los juegos Intercolegiados supérate del próximo año	Si no se retoma el proceso deportivo se va a perder el proceso de muchos años de cada estudiante ya que en esa parte deportiva los docentes del colegio



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.12 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

HORAS DE CLASE SECUNDARIA Y MEDIA, TERCER PERIODO

HORARIO A		HORARIO B	
1	6:15–7:10 a.m.	DIRECCIÓN	6:15–6:45 a.m.
2	7:10–8:05 a.m.	1	6:45–7:35 a.m.
3	8:05–9:00 a.m.	2	7:35–8:25 a.m.
DESCANSO	9:00–9:20 a.m.	3	8:25–9:15 a.m.
4	9:20–10:15 a.m.	DESCANSO	9:15–9:35 a.m.
5	10:15–11:10 a.m.	4	9:35–10:25 a.m.
6	11:10–12:05 a.m.	5	10:25–11:15 m.
7	12:05–1:00 P.m.	6	11:15–12:05 p.m.
		7	12:05–12:55 p.m.

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
HORARIO A: 5:15	6:45 A 8:25	6:45 A 8:25	6:15 A 8:05	8:05 A 9:20	6:15 A 8:05
HORARIO B: 6:45		8:25 A 10:25		9:20 A 12:05	
	BURBUJA A	BURBUJA B	BURBUJA A	BURBUJA B	BURBUJA A



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

SC-CER96940



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2. CAPITULO II PROPUESTA PEDAGOGICA

MEJORAMIENTO DE LA CAPACIDADES FISICAS BASICAS, A TRAVES DE LA PRACTICA DE LOS FUNDAMIENTOS BASICOS DEL VOLEIBOL EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA FABIO RIVEROS

OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Implementar acciones pedagógicas por medio de los fundamentos básicos del voleibol para el mejoramiento de las capacidades físicas básicas y cualidades motrices de los jóvenes del grado 9: D de la institución educativa Fabio Riveros de Villanueva Casanare

2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Diagnosticar e identificar las necesidades de los jóvenes del grado 9: D del colegio Fabio Riveros en edades comprendidas de los 14 a los 16 años.
- Implementar el juego por medio de los fundamentos básicos del voleibol mejorando las capacidades físicas básicas y utilizándola como una herramienta para el aprendizaje de la población
- Aplicar los diferentes juegos recreativos populares para mejorar las capacidades físicas básicas
- Desarrollar actividades que contemplen un enfoque en las capacidades físicas básicas para implementar el mejoramiento de la misma
- Comparar los resultados obtenidos teniendo como punto de partida el diagnóstico realizado y hasta donde se logró impactar con esta estrategia.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.3 DESCRIPCION DEL PROBLEMA

Se evidencia que en la población estudiantil del colegio Fabio Riveros en la parte de bachillerato, los estudiantes tienen una gran dificultad con la parte de las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad) y las cualidades motrices (coordinación y el equilibrio) por este motivo se busca que por medio de los fundamentos básicos del voleibol que es el área que están viendo en su último periodo, se fortalezca más las capacidades físicas básicas pero no dejando a un lado el deporte del voleibol si no que por medio de él se implementen metodologías para que el estudiante obtenga una mejora en ese deporte y en su aspecto personal con esas capacidades ya que son fundamentales para la vida cotidiana.

Por lo cual, se plantean diferentes actividades a través de los fundamentos básicos del voleibol para que por medio de ellos se mejoren las capacidades físicas básicas de los estudiantes de la institución educativa Fabio Riveros.

Cabe resaltar el gran desafío que conlleva mejorar un aspecto deportivo y lograr un cambio tanto de aptitud como actitud. Toda vez, que los adolescentes actuales tienen un interés muy bajo por el deporte, la problemática que se presenta en este grupo en específico debe ser solucionada con una gran dedicación de tiempo, y sobre todo un diseño que sea compatible con el tipo de personas a quien va dedicado este proyecto. Con la clara finalidad de mejorar su motricidad y su coordinación, se generará un cambio en su actitud de manera inicial, y ello nos conducirá a un giro de aptitud de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad. Llevando a feliz término esta iniciativa educativa, donde esta dificultad se disuelva de manera permanente, donde se implementen estos recursos creados para este proyecto con posterioridad en este u



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



otros planteles educativos en razón a una mejor coordinación y capacidad motriz juvenil.

2.4 JUSTIFICACION

como egresada de la institución educativa Fabio Riveros, se de primera mano las carencias motrices y de coordinación que el grupo de bachillerato de dicho plantel demuestra. Por esto, y añadiéndole las nuevas generaciones y su arraigo a los dispositivos electrónicos, y actitud reacia al deporte. es evidente que se incrementa e intensifican estas debilidades físicas.

El cuerpo de estudiantado de la institución citada anteriormente, fueron sujetos de análisis en relación a su motricidad y coordinación física. Al momento de buscar una falencia en esta población, esta carencia relució de manera inmediata ante los posibles factores que pueden rodear u originar esta falta de coordinación y motricidad deportiva.

Ante el inminente cambio que introdujo la pandemia y la transformación momentánea del sistema educativo presencial a un marco virtual, las áreas deportivas fueron un gran reto para dar una continuidad de la forma más normal posible. Sin embargo, y con todas estas ayudas didactas y de enseñanza virtual, los ejercicios deportivos fueron en su gran mayoría no ejecutados por los estudiantes, esto por el contexto, lugar, falta de objetos para una correcta realización de los ejercicios físicos y demás situaciones que conllevaron a los adolescentes a dejar la actividad física casi por completo.

A todo esto, se le debe añadir el bajo interés de los adolescentes por estas actividades deportivas, y su increíble dependencia a los dispositivos electrónicos, ya



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



sean por video juegos, redes sociales o cualquier otro escenario que estos elementos tecnológicos le brindan.

La actividad física es fundamental en el desarrollo de los adolescentes, y para estas falencias puntuales, es preciso acoger fundamentos como los de voleibol para lograr un avance en las aptitudes físicas del estudiantado. Y no solamente fomentando por el momento la realización de diferentes actividades deportivas, sino alentar y promover un arraigo por el deporte, logrado así un fortalecimiento en un área muy poco abarcada y solicitada por la población juvenil actual.

2.5 POBLACION

42 estudiantes de la institución educativa Fabio Riveros en edades comprendidas de los 14 a los 16 años	
HOMBRES	MUJERES
18	24

2.6 MARCO TEORICO

Por medio del el de porte voleibol podemos fortalecer y mejorar las capacidades físicas básicas de los jóvenes y niños que presentan algún tipo de dificultad en ellas.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El Voleibol es un deporte de equipo y pertenece a los deportes de conjunto, la característica principal que lo distingue de otros deportes es no poder retener el balón lo que somete a los jugadores a situaciones cambiantes con una gran presión, por lo que es necesario desarrollar las capacidades físicas y mejorar así el desempeño deportivo. El trabajo de las capacidades físicas nos dará como resultado un buen desarrollo físico esto quiere decir la capacidad que tenemos para realizar una actividad física y esta nos vale para desempeñar un trabajo físico determinado y para adquirir un estado de salud óptimo. (Santiago, 2013)

Es muy necesario que los jóvenes desde muy pequeños se les enseñe capacidades físicas básicas ya que es algo fundamental en la vida cotidiana, hay personas mayores que no saben coordinar al caminar y muchas veces hasta se caen, inculcar las capacidades físicas básicas ayuda a mejorar todo tipo de habilidad y a fortalecer a los jóvenes en actividades que se les dificulte.

Actividades básicas como caminar, moverse a diferentes lugares, montar bicicleta, saltar, subir escaleras, salidas ecológicas, entre otras, se pueden ver afectadas por una mala condición física a cualquier edad. Sin embargo, la importancia de la condición física va más allá del contexto básico. Existen otros espacios de desarrollo personal y profesional donde la condición física tiene un impacto fuerte. En el ámbito de la educación el principal objetivo ha sido el desarrollo integral del ser humano, aquí cabe resaltar, que el área de Educación Física ocupa un papel protagónico dentro de esta ardua tarea, puesto que es la encargada directa en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños y adolescentes para que obtengan una base sólida y sobre ellas construir cualquier tipo de habilidad. “Al desarrollo intencionado de las cualidades o capacidades físicas lo llamaremos acondicionamiento físico y el resultado obtenido será el grado de condición física” (Generelo, 1992)

se hace evidente que tener una limitada condición física puede afectar de manera significativa el desarrollo en distintos aspectos del ser humano tales como



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



psicológicos (emociones), físicos (fenotipo y genotipo), y sociales (aislamiento y relaciones interpersonales). En el caso del niño y adolescente con una mala condición física, pueden presentar dificultades para desarrollar plenamente sus habilidades motoras gruesas, así como las habilidades motoras finas tan importantes en actividades como escribir. En los adolescentes, por su parte, una mala condición física se puede manifestar en problemas como obesidad, lentitud al realizar diversas actividades, fatiga, sueño, cansancio, baja autoestima, lo que contribuye al aumento del Bull ying, la aparición del estrés, la depresión, la ansiedad, en algunos casos. (valencia, 2020)

la pandemia ha generado un cierre masivo de las instituciones educativas y eso ha generado que los niños, jóvenes vivan más pegados a los aparatos tecnológicos y no practiquen ningún tipo de deporte

La pandemia de enfermedad por coronavirus (COVID-19) ha provocado una crisis sin precedentes en todos los ámbitos. En la esfera de la educación, esta emergencia ha dado lugar al cierre masivo de las actividades presenciales de instituciones educativas en más de 190 países con el fin de evitar la propagación del virus y mitigar su impacto. Según datos de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), a mediados de mayo de 2020 más de 1.200 millones de estudiantes de todos los niveles de enseñanza, en todo el mundo, habían dejado de tener clases presenciales en la escuela. (CEPAL-UNESCO, 2020)

(Estes y Mechikoff (1999), 1999) han definido el verbo jugar, como una serie de actividades de ocio que se realizan de forma voluntaria, para diversión, y que es creativo y no tiene límites o reglas. Por su parte, los juegos son actividades que tienen una serie de reglas, en los que hay ganadores y perdedores y que tienden a ser específicos de acuerdo a la estructura del juego



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



(Para Bavelier, 2010) actualmente los niños y adolescentes se encuentran totalmente expuestos a la tecnología y a los medios de difusión electrónica tanto en la escuela como en sus hogares. Ya no es únicamente la televisión la que retiene la atención de los niños, sino también otros dispositivos como los DVD de música, los videojuegos, internet, y los teléfonos celulares (móviles)

Como los jóvenes de ahora no realizan ningún tipo de deporte y están detrás de la pantalla del celular o del computador muchas horas y en algunas veces una sola posición, e se genera muchas veces algún tipo de dolor o alguna lesión por eso es tan importante fortalecer las capacidades físicas básicas. En este caso por medio del deporte que es voleibol se va a fortalecer esas capacidades ya que en el grado 9: d se evidenció mucha descoordinación en todo tipo de ejercicio

La **ergonomía** a la hora de pasar largos periodos de tiempo delante de una pantalla es importante. El **dolor de espalda** es la primera causa de lesión o afección en jugadores de sport en un 70%. El **dolor cervical** se da en el 52% de los casos siendo la segunda afección más común. Esto suele ir ligado a una mala postura a la hora de sentamos frente a la pantalla, ya sea, porque no se es consciente de la postura del cuerpo o porque no se ha recibido ningún tipo de lección sobre cuál es la mejor manera para sentarse. En la actualidad prácticamente todos los equipos profesionales de Sport cuentan en sus equipos con personal **experto en ergonomía e higiene postural**, así como **fisioterapeutas**.

Siguiendo con las enfermedades que afectan a músculos y tendones, la moda de videoconsolas tipo Nintendo Wii con sus juegos Wii Spots, han dado lugar a **lesiones de rodilla, cadera, fracturas por caídas**, entre otras. De por si estos tipos de videojuegos son **beneficiosos para la salud**, pero si se realiza un **sobreesfuerzo** puede producir las citadas lesiones. (ciudadania, 2019)



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3. CAPITULO III: INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 DISEÑO

3.1.1 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	S1	S2	S3	S4	5	S6	S7	S8
JUEGOS RECREATIVOS	X							
JUEGOS RECREATIVOS		X						
JUEGOS RECREATIVOS			X					
JUEGOS RECREATIVOS				X				
JUEGOS RECREATIVOS					X			
JUEGOS RECREATIVOS						X		
JUEGOS RECREATIVOS							X	
JUEGOS RECREATIVOS								X

3.2 METODOLOGIA

3.2.1 SEMANA 1

JUEVES 7 DE OCTUBRE: JUEGOS RECREATIVOS-CORRIENDO POR PLATILLOS GRADOS 9

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Objetivo: Mejorar la resistencia.

Colocación: Se forman una fila detrás de una línea dibujada en uno de los espacios del área.

Desarrollo: A la orden de comenzar el juego, los integrantes salen corriendo en forma de trote e irán recolectando la mayor cantidad de platillos que se encuentran ubicadas en el terreno, las cuales pueden estar en el piso o en las ramas de árboles pequeños, cercas, etc. Una vez recolectados 5 platillos deberán depositarlas en una cesta ubicada en un extremo del terreno, las que serán contabilizada por un monitor contando la cantidad de platillos recogidas por cada alumno, y continuarán realizando la misma actividad hasta que el profesor indique detener el trote

Variantes:

- los platillos estarán dispersos por todas partes, pero tendrán que buscar un solo color, el que más recolecte platillos de un solo color
- Saldrán en parejas, pero de a caballito un estudiante encima de otro y así saldrán a buscar los platillos

Materiales: platillos de colores



3.2.2 SEMANA 2

JUEVES 14 DE OCTUBRE JUEGOS RECREATIVOS-CARRERA DE CARRETILLA GRADO 9

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Objetivo: mejorar la coordinación y fuerza de brazos

Colocación: en parejas en la línea lateral de la cancha

Desarrollo: estarán realizando pases de golpe de antebrazo por parejas sin dejar caer el balón y al aviso del docente se van a ubicar los dos en la línea lateral donde saldrán en carrera de carretilla hasta llegar a cierto punto, y de ahí pasan nuevamente a trabajar con el balón y estar pendientes que al aviso del profesor vuelvan a participar en la carrera

Varientes:

- cambian de golpe de ante brazo a golpe de dedos
- Cambian a remates
- Cambian la carrera de carretilla por velocidad hasta el otro lado de la cancha

materiales: espacio amplio para la actividad



3.2.3 SEMANA 3

JUEVES 21 DE OCTUBRE JUEGOS RECREATIVOS- CARRERA DE CABALLITOS GRADO 9

DESCRIPCION METODOLOGICA

DESCRIPCION GRAFICA



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Objetivo: mejorar la fuerza de piernas

Colocación: por parejas se ubican, balón de voleibol

Desarrollo: un estudiante lleva a un compañero a sus espaldas y de frente a otra pareja se harán lanzamientos de golpe de dedos en voleibol después de 10 golpes de dedos salen en carrera hasta el otro lado de la cancha

Variantes:

- Se hace cambio a remate
- Se van a amarrar cada uno una pierna y van a quedar de lado
- Harán golpe de ante brazo amarrados pero los dos bajando el centro de gravedad.

Materiales: espacio amplio



3.2.4 SEMANA 4

JUEVES 28 DE OCTUBRE SEMANA DE RECESO- JUEGOS RECREATIVOS- STOP

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
Objetivo: mejorar la agilidad mental y manual Colocación: se divide el grupo y se ubican en grupos de 5 personas Desarrollo: por grupo se realiza el juego stop, que consiste en que en una hoja de papel se pondrá en orden a lo largo de la hoja, nombre, apellido, ciudad, color, animal y deporte, el docente dará una letra y los	



SC-CER96940

“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



alumnos de modo más rápido tendrán que buscar palabra que inicien con la letra dada y llenar los espacios que se piden Variantes: - Doble letra - Si no hay deporte poner actividad que se realice con el inicio de esa letra Materiales: espacio amplio, hoja de papel lapiz	
---	--

3.2.5 SEMANA 5

JUEVES 4 NOVIEMBRE: JUEGOS RECREATIVOS: AL PIE DE LA LINEA DÍA DE NIVELACIÓN

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
Colocación: se ubican los estudiantes en una línea de salida y los demás dan apoyo en el momento de la salida Desarrollo: se ubican los estudiantes con los ojos vendados a unos 10 o 15 metros de distancia de la línea de meta, al aviso del docente caminara hacia la línea indicada. el estudiante tendrá que calcular la distancia y donde el crea que es la línea de meta va a	



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



dejar el objeto y se devuelve y así hasta encontrar el ganado quien deje el objeto en la línea o lo mas cerca posible a la línea de meta.

Variante:

- Se ubican por parejas donde uno esta con los ojos vendados y el otro no quien lo guiara por diferentes lugares
- Tiene que salir saltando a dos pies y donde crea que es para y deja el objeto
- Saltar a un pie

Materiales: pañuelo y objeto espacio amplio y libre

3.2.6 SEMANA 6

JUEVES 11 DE NOVIEMBRE: JUEGOS RECREATIVOS: PIEDRA PAPEL O TIJERA GRADO 9

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRAFICA
--------------------------	---------------------



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Objetivo: mejorar la coordinación por medios de saltos

Colocación: se divide el grupo en dos

Desarrollo: los grupos se ubican en cada esquina de los aros y van a iniciar saltando a dos pies de aro en aro cada uno por su lado hasta reencontrarse con su compañero del otro lado, apenas se encuentran juegan piedra papel o tijera y el que pierde sale y le da el ingreso al otro compañero que va a salir desde el inicio de los aros hasta volver a encontrarse con el contrario que continúa saltando hasta el encuentro y así hasta que uno llegue la parte final del grupo y ese será el ganador

Variantes:

- Se salta solo en la pierna derecha
- Se salta solo en la pierna izquierda
- Se salta a dos pies
- Se salta de espaldas

Materiales: aros y un buen espacio amplio para la actividad



3.2.7 SEMANA 7

JUEVES 18 DE NOVIEMBRE- JUEGOS RECREATIVOS. SIGUE MIS PASOS



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
Objetivo: mejorar la concentración Colocación: se forma todo el grupo en un circulo y el docente estará en medio del grupo. Desarrollo: el docente estará en el centro de grupo y el dirá y hará una serie de ejercicios a realizar, pero los que dice no concuerdan con los que hace, el alumno tendrá que estar muy atento al ejercicio que dice el docente para realizarlo y no hacer el mismo que él hace, las personas que se equivoquen pagan penitencia Variantes: - Pasan estudiantes uno a uno a dirigir la actividad - Cambias de ejercicios a animales ej.: como que movimiento hace cada animal y lo deben realizar	

3.2.8 SEMANA 8

JUEVES 25 DE NOVIEMBRE- JUEGOS RECREATIVOS LANZAMIENTO DE PELOTAS

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
Objetivo: mejorar la puntería	



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Colocación: se divide el grado en dos grupos Desarrollo: va a haber una línea central, cada grupo estará al extremo de la línea y cada estudiante tendrá una pelota de caucho, al aviso del docente van a realizar lanzamientos a pegarle de forma sueva al compañero del otro grupo, la persona que sea tocada con la pelota debe ir saliendo y así hasta sacar al grupo completo y que quede los ganadores Variante: - Armar grupos de solo hombre o de solo mujeres -	
--	--

3.3 EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

La propuesta inicio con un grupo de estudiantes que presentaban bastante dificultad con la parte de las capacidades físicas básicas y cualidades motrices... en el intermedio de las clases de voleibol se implemento actividades donde se fomenta el juego y desarrollo de las actividades.

El proceso que se llevo a cabo fue bastante satisfactorio ya que la mayoría de los estudiantes obtuvieron muy buenos resultados y unas mejoras bastante notorias en cada actividad que se realizaba y que como todo tenía que ver con las cualidades físicas básicas.

El proceso que se llevo a cabo fue muy bueno con resultados excelentes.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3.4 ANEXOS



FUENTE: CAREN VERA 2021



FUENTE: CAREN VERA 2021



FUENTE: CAREN VERA 2021



FUENTE: CAREN VERA 2021



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



4. CAPITULO IV: ACTIVIDADES EXTRA CLASE

ACTIVIDAD	DESCRIPCION	EVIDENCIA
DIA DEL SALTO	Se forman grupos de 5 personas, habrán unos aros que estarán ubicados en forma de gusano y por grupos al azar van a salir saltando en un pie uno de cada esquina hasta encontrarse con el otro compañero, realizan los movimientos de piedra papel o tijera y el que pierda sale para darle el paso a otro compañero hasta que se vuelva a encontrar con el que gana y así sucesivamente hasta que haya un ganador... para que se dé un ganador tendrá que llegar hasta el último aro de su lado contrario y ganarle al compañero que hasta ahora va a salir.	
TEST DE COURSE NAVETTE	Se divide en grupos, va a ver un sonido que se escuchara cada minuto y los estudiantes van a tener que correr una distancia de 20 metros. correrán de esquina a esquina, Cada que suene se hará la salida, cada vez va aumentando la velocidad y por ende el alumno tendrá que subir el ritmo.	



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



DIA DEL TABATA	Se ubica el grupo ordenado por hileras, donde van a realizar diferentes ejercicios ya sea de brazos piernas o abdomen, se realiza un trabajo de 20 segundos y se descansa 10 segundos. 4 ejercicios y se repite por do sesiones. Así hasta culminar con 3 tabatas con diferentes ejercicios en cada uno.	
DIA DE LA PUNTERIA	Estará ubicado unos conos y el estudiante con una pelota de tenis va a intentar derrumbarlos para después pasar a otro lugar donde estará ubicado un aro a una distancia de 3 metros y el estudiante con la pelota de tenis intentado rodarla tendrá que introducir 3 pelotas en el aro y así sucesivamente hasta que pase el grupo completo y haya un ganador.	
TEST DE FUERZA ABDOMINAL	Se escogen 4 ejercicios de trabajo abdominal, se ubican en parejas, uno realiza el ejercicio y el otro hace el conteo de las abdominales, se trabaja durante 1 minuto hasta encontrar quien realice más abdominales y se hace un competencia final de los que más duren realizando la actividad con los diferentes ejercicios abdominales escogidos	



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



DÍA DEL PIMPOM	Se separan hombres de las mujeres, y se va a jugar tenis de mesa uno contra uno, el que va perdiendo va saliendo e ingresa a jugar otra persona. Si hay un jugador que haga 5 puntos seguidos sale y le da el paso a otros dos hasta que haya otro que lo iguale en puntos o que haya ganado un máximo de 3 puntos seguidos y así hasta que todos pasen y haya ganador para que al final se encuentre el ganador de los hombres y juegue contra el ganador de mujeres.	
VOLEIBOLIANDO	Se realiza el día del voleibol donde se dividen grupos de 6 personas y juegan un partido normal de voleibol hasta que jugué todos contra todos y haya un ganador	
QUIEN AGUANTA EN PLACHA	Se ubica el cuerpo boca abajo sosteniéndose con los ante brazos dejando el cuerpo erguido y recto, la idea es que todos inicien al tiempo y quede la persona con más resistencia abdominal.	



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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

TEST DE RUFFIER	Se va a realizar la mayor posibilidad de sentadillas durante 45 segundos, pero antes de realizar el test se van a tomar las pulsaciones en reposo, después de hacer la actividad inmediatamente se toman las pulsaciones por 15 segundos y un minuto después se vuelven a tomar las pulsaciones igual 15 segundos para así realizar la operación $P0+p1+p1-200/10$	
LA LLEVA PEGAJOSA	Se dispersa el grupo por toda la cancha y hay una persona que va a hacer el papel de la lleva, apenas toque al primer compañero se van a agarrar de la mano y van a ir a atrapar a los demás, no vale coger a alguno y soltarse de la mano. entre más atrapen compañeros deben buscar una estrategia para poder agarrarlos a todos sin soltarse y así hasta agarrar al último.	
CORRIENDO CON LA PROFE	después de una actividad teórica se programa una carrera de velocidad. Donde se organizan por grupos y sale un ganador de cada grupo, en esta la docente participa en cada grupo lo que quiere decir que hace las 5 carreras seguidas el igual mente realiza la última de los ganadores de cada grupo	

EL GATO Y EL RATON	Se ubican en círculo agarrados de las manos, el ratón estará dentro del círculo y el gato por fuera la idea es cuidar al rato de que no lo coja el gato. pueden ingresar y salir del círculo y si no lo atrapa rápido se le canta 'ese gato no sirvió'	
TES DE FUERZA LUMBAR	Se ubican los estudiantes boca abajo puede ser con las manos al frente o en la espalda y van a elevar el pecho de piso durante 1 minuto, haciendo coteo de cuantas repeticiones se hicieron y sacar a los mejores para después hacer un descalificación y que haya un ganador	
CARRERAS EN CARRETILLA	Se ubican a un extremo de la cancha y salen en carrera de carretilla, un compañero llevándole ellos pies al otro hasta llegar al otro lado de la cancha y se devuelven pero cambian de posición	



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



TEST DE VELOCIDAD	Se ubican conos a unas distancias de 3 5 8 y 10 metros en forma de zigzag el estudiante tendrá que recorrer los conos en el menor tiempo posible	
SALTANDO LASO	Cada estudiante con un laso van a saltar de la forma más cómoda posible sin parar hasta sacar al estudiante que dure más tiempo saltando sin equivocarse	
CARRERA DE CONOS	Salen en grupos de a 3 a llevar los conos uno por uno hasta cierta distancia apenas lleven los 3 conos sale el otro compañero y los sigue avanzando y así hasta que llegue al otro lado de la cancha y vuelvan a retrocederlos de la misma forma que los llevaron y dejarlos en el lugar donde empezaron, el grupo que primero devuelva todos los conos será el ganador	



SC-CER96940

"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



AGILIDAD GRUPAL	En grupos de 5 personas todos agarrados de las manos van a pasar una cantidad de aros por el cuerpo de un lado y del otro sin soltarse de las manos hasta que el primer grupo termine de pasarlos todos.	
DIA DE LA ACTIVIDAD FISICA	Se hace un pista de obstáculos donde tendrán para, saltar laso correr hacer sentadillas, realizar boorpies, hacer dominadas hasta llegar al final de la cancha coger un vasto y salir a toda carrera a entregárselo al compañero que sigue para darle el paso, así hasta que termine de pasar todo el grupo	
TEST DE FUERZA DE BRAZOS	Se ubican en una hilera y van a realizar flexo extensiones de brazos durante un minutos por 5 sesiones el que mantenga el mayor número de repeticiones durante cada sesión será el ganador	



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



EL REVOLCON	Todos tienen asignado un número y deben estar pendientes porque el número que diga el profesor tiene que salir a correr y no dejarse agarrar de los compañeros si no le hacen un revolcón... el revolcón es agarrarlo entre todos y alzarlo con cuidado hasta arriba sin darle tanta movilidad	
ASISTENCIA PRUEBAS SABER	Jefe de aula de clase de las pruebas saber 3	
ASISTENCIA PRUEBAS SABER	Jefe de aula de clase de las pruebas saber 5	



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ASISTENCIA PRUEBAS SABER	Jefe de aula de clase de las pruebas saber 7	
ASISTENCIA PRUEBAS SABER	Jefe de aula de clase de las pruebas saber 9	
ASISTENCIA PRUEBAS SABER	Jefe de aula de clase de las pruebas saber (faltantes de todos los grados en la asignación del día de la prueba)	



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



EL GLOBO	: los niños e ubican en un solo grupo formando un círculo, cada niño o niña escribe en un globo su nombre y a la señal del entrenador lanzan todos los globos al aire, entre todos tienen que intentar que los globos no caigan. En el momento que uno de los globos caiga se para momentáneamente el juego y el niño al que el globo haya caído tiene que hacer automáticamente una auto-presentación breve (nombre edad aficiones) en caso de que ya se conozca y se quiera reforzar el vínculo entre ellos se puede hacer lo mismo mero con adjetivos de forma que tengan que hacer una descripción y argumentación más íntima enseñando virtudes que creen tener y que pueden quedar escondidas en un primer vistazo	
-----------------	---	--



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



RELEVO DE ROMPECABEZAS	Se distribuyen a los jugadores de cuatro o cinco miembros - Se entrega a cada grupo un rompecabezas (todos los grupos tendrán 100 piezas) - A la señal acordada, un jugador de cada equipo saltará la cuerda dos veces y debe tomar una pieza, llevarla al otro extremo del aula e ir recomponiendo el rompecabezas - A su vuelta otro jugador salta la cuerda igualmente coge otra pieza y sale, el equipo que termine primero el rompecabezas será el ganador	
PERCECUCION CIRCULAR	los participantes se colocan de pie formando un círculo con una separación de unos 3 metros entre ellos, y mirando la dirección del círculo. Cotiza se marca en el suelo la línea circular que forman los jugadores a una determinada señal, estos a la pata coja persiguen al compañero que tienen delante desplazándose todos en el mismo sentido. Quien resulte tocado queda eliminado, al igual que quien se sale de la línea o quien pone los dos pies en el suelo, gana el último jugador que quede en el juego.	



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



LA SILLA	los jugadores se agrupan por parejas de complexión física similar; se marca una línea de salida, una llegada a unos 10 metros de la primera y otra intermedia a unos 5 metros de las otras dos, los miembros de cada pareja se coloca en la línea de salida espalda contra espalda con los brazos entrecruzados a una señal convenida se dirigen a la línea de llegada sin soltarse cuando lleguen a la línea intermedia deberán sentarse en el suelo y levantarse, siempre sin soltarse los brazos, gana la pareja que llegue primero a la meta	
------------------------	---	--



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



VELOCIDAD, AGILIDAD Y LATERALIDAD	: se hacen varios equipos de igual número de jugadores, se marca una línea de salida a unos 10 metros, se coloca en el suelo un recipiente por grupo, a una señal del educador el primer jugador de cada equipo debe sujetar la lata de refresco entre las rodillas llevarla hasta el recipiente sin que se caiga y con las manos meterla dentro, a continuación, la recoge y se la lleva al segundo jugador este realiza el mismo recorrido llevando la lata sobre la cabeza y trata de encestarla sin la ayuda de las manos el tercer jugador lleva la lata hasta el recipiente haciéndola rodar por el suelo con los pies, el cuarto jugador hace el recorrido con la lata sobre la palma de una mano. Y así sucesivamente. Al jugador que se le caiga la lata deberá volver al Punto de partida, gana el equipo que completé antes del recorrido	
--	---	--



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



LA SILLA DEL REY	el profesor dividirá al grupo en tres subgrupos y los formará en hileras, al frente de cada grupo habrá una hilera de tres conos, al frente de cada hilera de conos a aproximadamente unos 4 metros habrá una silla. Cuando el profesor de la orden de salida los tres primeros de cada grupo saldrán corriendo y tendrán que darle la Vuelta completa a cada uno de los conos, luego que haya pasado los conos, saldrá corriendo para llegar a la silla, el primero que lo haga ese ganará.	
--------------------------------	---	--



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



6. CONCLUSIÓN

Con la clara culminación de este proyecto, se dejan ejecutados a cabalidad los objetivos planteados al inicio de este trabajo. Estos fueron practicados en tiempo, modo y lugar adecuados para un óptimo desarrollo, facilitando la adquisición, interiorización, práctica y exteriorización de las capacidades físicas básicas.

Para reforzar los conocimientos dejados y afianzar las prácticas realizadas, se deja una cartilla con todo lo necesario para que el estudiantado potencialice y lleve a cabo estas guías didácticas plasmadas en esta cartilla. Adicional a la repercusión y mejoramiento que se obtuvo de este proyecto en la población estudiantil, la cartilla permite mejorar aún más las habilidades físicas básicas en la educación física. Teniendo como punto adicional el acogimiento de esta cartilla por parte de cualquier docente en cualquier grado de escolaridad de educación secundaria.

Por todo ello, se da por finalizado este proyecto y deja un resultado ampliamente satisfactorio, basados en el plan trazado y los fundamentos ejecutados que sirvieron como base y pilar para el desarrollo adecuado.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



7. BIBLIOGRAFÍA

CEPAL-UNESCO. (2020). *la educacion en tiempo de la pandemia de covid 19.*

ciudadania, d. (2019). efectos de la salud del uso abusivo de la tecnologia.

Estes y Mechikoff (1999). (1999). el efecto de los juegos en variables psicologicas y fisiologicas en niños y adolescsntes.

Generelo, E. y. (1992). *condicion fisica en adolescentes.*

Para Bavelier, G. y. (2010). el efecto de los videojuegos en variables sociales, psicologias y fisiologicas en niños y adolescentes.

Riveros, C. F. (2015). *Pacto de Convivencia.* Villanueva . Casanare.

Santiago, G. L. (2013). *LAS CAPACIDADES FISICAS Y SU INCIDENCIA EN EL. AMBATO-ECUADOR.*

valencia, s. (2020). *condicion fisica en adolescentes.* bucaramanga santander.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

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