INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS PARA SU APLICACIÓN EN CASA FOMENTANDO EL BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE Y OCIO

SERGIO ADRIÁN BECERRA SEPÚLVEDA

TUTOR

BRAYAN ARLEY PEÑA PORTILLA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA SEDE VILLA DEL ROSARIO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

PRÁCTICA PROFESIONAL

CÚCUTA

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

INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

SERGIO ADRIAN BECERRA SEPÚLVEDA

CÓDIGO: 1039470351

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA SEDE VILLA DEL ROSARIO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

PRÁCTICA PROFESIONAL

CÚCUTA

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

CAPÍTULO 1 6
1.1 Reseña Histórica 6
1.2 Proyecto Educativo Institucional 8
1.2.1 Objetivos Generales Del P.E.I. 8
1.2.2 Objetivos Específicos Del P.E.I. 8
1.3 Marco Legal 9
1.3.1 Ley 0115 de febrero 8 de 1994 (Ley General de la Educación) 9
1.3.2 Decreto 1290 10
1.3.3 Guía 34 del MEN 11
1.4 Horizonte Institucional 11
1.5 Principios Institucionales 11
1.5.1 La gestión de calidad 11
1.5.2 El aprender para la vida 11
1.5.3 La autonomía pedagógica 12
1.5.4 La inclusión e integración escolar 12
1.5.5 El fomento del sentido de pertenencia 12
1.5.6 La participación activa de los padres 12
1.5.7 Adoptar la cultura ambiental 12
1.5.8 Actitud proactiva y productiva 12
1.5.9 Orden y disciplina 12
1.6 Misión 13
1.7 Visión 13
1.8 Filosofía 14
1.9 Horizontes 14
1.9.1 Política De Calidad 14
1.9.2 Objetivo De Calidad 15
1.10 Perfil Institucional 16
1.11 Perfil Del Estudiante 16
1.12 Organigrama Institucional 18
1.13 Cronograma Institucional 19
1.14 Símbolos Institucionales 20

1.14.1 Bandera 20
1.14.2 Escudo 21
1.14.3 Himno 22
1.14.4 Lemas 24
1.15 Manual De Convivencia 24
1.15.1 Acuerdo N.º. 001 24
Mayo 25 de 201 24
1.16 Ley Del Menor 25
1.16.1 Finalidad 25
1.16.2 Objeto 25
1.17 Uniforme 25
1.17.1 Diario 25
1.17.2 Educación Física 26
1.17.3 Uniforme De Gala 26
1.18 Horario 27
1.19 Matriz Dofa 27
1.19.1 Fortalezas 27
1.19.2 Oportunidades 27
1.19.3 Debilidades 28
1.19.4 Amenazas 28
CAPÍTULO 2 29
2.1 Propuesta Pedagógica 29
2.2 Objetivo General 29
2.3 Objetivos Específicos 29
2.4 Planteamiento del problema 30
2.5 Formulación del problema 32
2.6 Justificación 33
2.7 Población 34
2.8 Marco Teórico 34
2.8.1 Antecedentes 34
2.9 Marco Conceptual 48

2.9.1 Recreación 48
2.9.2 Tiempo Libre 50
2.9.3 Ocio 51
2.9.4 Actividad física 53
2.9.5 Juego 54
2.9.6 Educación 55
2.10 Marco Legal 57
2.10.1 Ley General De La Educación 57
1.10.2 Ley Nacional Del Deporte 58
2.10.3 Código De La Infancia Y Adolescencia 59
CAPÍTULO 3 61
3.1 Diseño y ejecución de la cartilla pedagógica 61
3.2 Título 61
3.3 Introducción 61
3.4 Historia 62
3.4.1 Historia de la Recreación y ocio en la Antigua Grecia 62
3.4.2 Historia de la Recreación y ocio en la Antigua Roma 65
3.4.3 Recreación en Colombia 71
3.5 Propósito 74
3.6 Actividades 75
3.6.1 Pelotas Ciegas 75
3.6.2 Vasos Soplados 77
3.6.3 Tira La Moneda Al Blanco 79
3.6.4 Que Sobreviva El Limón 81
3.6.5 Bolas locas 84
3.6.6 Patadas ciegas 86
3.6.7 Golf In 88
3.6.8 Bolas Locas 90
3.6.9 Los lapices locos 92
3.6.10 Pesca Las Tapas 94
CAPÍTULO 4 96

4.1 Actividades Interinstitucionales 96
CAPÍTULO 5 97
5.1 Formatos de evaluación 97
ANEXOS 105
TALLERES 105
CLASES VIRTUALES 108
BIBLIOGRAFÍA 120

CAPÍTULO 1

1.1 Reseña Histórica

La Institución Educativa José Aquilino Durán, fue creada por acuerdo municipal No 034 del 29 de diciembre de 1992 para llenar las expectativas y necesidades de la comunidad del sector, en cuanto a cobertura estudiantil, por iniciativa de un grupo de docentes entre ellos la Sra. Dora Armida del real de rozo y don miguel Ángel Ortiz. El concejal Eduardo Duran, estudió el proyecto y adelanto conversaciones con el honorable Consejo Municipal para aprobar la apertura del colegio José Aquilino Durán, el cual inicialmente abrió sus puertas a 50 alumnos pobres de este sector y a un grupo de docentes bajo la modalidad de contratados, siendo alcalde el DOCTOR ENRIQUE CUADROS CORREDOR. Mediante oficio No 071 del 21 de enero de 1993 fueron asignados los siguientes profesores: Miguel Ángel Ortiz como rector, Luis Ariel Sandoval Lombana, José Eduardo Urrea y Nhora azucena Buendía como docentes, Yaneth Yolima Ramírez Reatiga como secretaria y Dora Armida del real de rozo como Psico orientadora y posteriormente es nombrado Luis David Tarazona fuentes como coordinador. Mediante resolución No 001256 del 16 de noviembre de 1993 obtuvo licencia de iniciación de labores y en

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

1994 nombran al profesor Álvaro Leal Rolón con un total de 148 alumnos por resolución N° 089 del 5 de septiembre de 1994 se otorga la personería jurídica a la asociación de padres de familia. Por resolución N° 001483 del 16 de octubre de 1994, se otorga la aprobación de estudios para los grados 6º y 7º por los años 1994 y 1995. La resolución N° 001541 del 25 de octubre de 1994, concede ampliación de labores de los grados 8º y 9º gradualmente. El año 1995 es un año histórico para el establecimiento, en el cual los profesores Álvaro Leal Rolón, Dora Armida del real de rozo y Luis David Tarazona fuentes, trabajaron horario de emergencia para atender a una población de 162 alumnos hasta el nombramiento de nuevos profesores. El 17 de abril de 1995 se presentan como profesores por el municipio: Martha Yaneth Ardila, Miriam del socorro Sánchez Botello, Belkys Sanjuán López y Claudia Isabel Bohórquez Estupiñán. El 25 de mayo del mismo año se presenta el señor José Vicente Galvis como secretario y Mercedes Yepes Larios como servicios generales. El 31 de mayo de 1995 se presenta el LICENCIADO JORGE EDUARDO CUELLAR ROJAS nombrado como rector, según resolución N° 0215 del 10 de mayo del mismo año. La institución educativa recibe reconocimiento oficial de 6º a 11º grado mediante resolución N°049 del 25 de noviembre de 1999, desde ese entonces ha venido experimentando cambios sociales estructurados en materia educativa. Por decreto 00803 del 30 de septiembre del 2002 la INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ AQUILINO DURÁN se fusiona con las escuelas NUESTRA SEÑORA DE LAS ANGUSTIAS, SAN JUAN BOSCO N° 12 Y N° 15, ATANASIO GIRARDOT N° 28 Y COLEGIO PEDRO FORTOUL, para brindar educación completa en los niveles de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media Técnica y así poder optimizar recursos humanos, técnicos y financieros y conseguir la eficiencia y calidad educativa. El 27 de enero de 2003, se presentó la LICENCIADA BEATRIZ VILA CASADO nombrada como rectora por decreto 000951 del 12 de noviembre del 2002 emanado de la

secretaria de educación departamental, quien cumple sus funciones como rectora hasta 05 enero de 2016.

Desde el año 2016 la Institución Inicia su trabajo de educación Técnica en convenio con el SENA, con la Especialidad Técnica GESTION AMBIENTAL.

1.2 Proyecto Educativo Institucional

La institución educativa José Aquilino Durán basó su proyecto educativo institucional en la misión escolar que enfoca cuatro saberes y competencias fundamentales como son: Aprender Ser, Saber Conocer, Saber Hacer y Saber Convivir. También enfoca su visión con proyectos de ampliación de cobertura y calidad de sus educandos conservando sus valores personales como son: Honestidad, Tolerancia, Libertad, Respeto, Justicia, entre otros...

1.2.1 Objetivos Generales Del P.E.I.

La institución educativa José Aquilino Durán centra los procesos de enseñanza en elementos postulados por el aprendizaje significativo, pedagogía conceptual y metodologías orientadas hacia la población con discapacidad y/o talentos excepcionales PIAR (Plan individual de ajustes razonables)

1.2.2 Objetivos Específicos Del P.E.I.

Como objetivo específico para cumplir el PEI dentro del APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO encontramos que se debe

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

1: Promover la apertura del aprendiz hacia el aprendizaje.

2. Cuestionar el estado del conocimiento.

3. Manejar la diversidad y variabilidad de estímulos.

4. Hacer relevante el aprendizaje para el que aprende.

5. Elevar el nivel de consciente a través de la retroalimentación.

Para la PEDAGOGÍA CONCEPTUAL se aplican seis componentes.

1. Propósitos
2. Evaluación
3. Enseñanzas
4. Secuencia didáctica
5. Metodología didáctica
6. Recursos didácticos

Y en el PIAR (Plan individual de ajustes razonables) se debe adoptar el currículo y herramientas a las necesidades y capacidades de los estudiantes con discapacidad.

1.3 Marco Legal

1.3.1 Ley 0115 de febrero 8 de 1994 (Ley General de la Educación)

Es la norma por medio de la cual el congreso general de la república decreta la Ley general de la educación para Colombia.

Esta ley se define objetando que la educación en Colombia es un proceso de formación constante, de carácter personal, cultura y social que establece las bases para una integridad de la persona difundiendo sus derechos, su dignidad y difundiendo sus deberes.

Es responsabilidad del estado, la sociedad y la familia velar por la Calidad de la Educación sin embargo es el estado colombiano quien debe crear permanentemente estrategias de seguimiento y mejoramiento continuo que garanticen el ejercicio, generar recursos e innovar, además de orientar los procesos inspeccionarlos y evaluarlos.

las Instituciones Educativas deben contar con una organización bien estructurada para que la prestación del servicio pueda ser aprobada, organización que se inicia con la construcción del Proyecto Educativo Institucional el cual debe definir todas y cada una de las gestiones que se realizan en el plantel tales como la administrativa, la académica, comunitaria y financiera. En la gestión académica encontramos los Planes de Estudio los cuales están constituidos por un conjunto de áreas obligatorias, otras fundamentadas y unas últimas optativas, todas con sus respectivas asignaturas, estos deben establecer los objetivos por niveles, grados y áreas, metodologías, tiempos, recursos y criterios de evaluación.

1.3.2 Decreto 1290

Por el cual se reglamenta la evaluación del aprendizaje y promoción de los estudiantes de los niveles de educación básica y media.

1.3.3 Guía 34 del MEN

Guía para el mejoramiento institucional de la autoevaluación al plan de mejoramiento.

La guía 34 del MEN del año 2008 es un documento con orientaciones, directrices y guías que conduzcan al mejoramiento progresivo de las instituciones educativas, a partir de planes de mejoramiento, evaluación y desempeño en los procesos curriculares y administrativos en las I.E

La guía está organizada en tres etapas que conducen al mejoramiento progresivo de las instituciones: La autoevaluación institucional, la elaboración de planes de mejoramiento y el seguimiento permanente al desarrollo de los planes de mejoramiento institucional.

1.4 Horizonte Institucional

La institución tiene como horizonte fundamentos filosóficos y una proyección educativa que dan sentido y orientan los planes y proyectos realizados, la apropiación y direccionamiento de estas metas colectivas sirven para guiar las acciones de esta institución, del cual se desglosa la misión, visión, filosofía, entre otros.

1.5 Principios Institucionales

1.5.1 La gestión de calidad: busca consolidar procesos y gestiones, crecer y desarrollarse para tener éxito.

1.5.2 El aprender para la vida: una educación que tenga en cuenta que el desarrollo de las destrezas y habilidades en los alumnos y alumnas, para así poder desenvolverse en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social.

1.5.3 La autonomía pedagógica: donde se estimule la participación y comunicación y que a su vez se entienda que los límites de nuestra actuación vienen marcados por las fronteras de los derechos y las libertades.

1.5.4 La inclusión e integración escolar: Una educación inclusiva con calidad que atienda a todos los niños, niñas y jóvenes de poblaciones especiales (desplazados, grupos étnicos, con necesidades espaciales y en extra edad) de acuerdo sus características, necesidades e intereses.

1.5.5 El fomento del sentido de pertenencia: desarrollando actitudes de compromiso con la institución, sus procesos de calidad, el medio ambiente y el sentimiento aquilino en todas sus actuaciones.

1.5.6 La participación activa de los padres: para que, por medio de su acompañamiento y colaboración, se pueda garantizar una mejor consecución de los objetivos de calidad educativa en la formación integral de sus hijos.

1.5.7 Adoptar la cultura ambiental: Que permita el cuidado, mantenimiento, aprovechamiento y uso adecuado de los recursos naturales y la relación de estos con el medio social.

1.5.8 Actitud proactiva y productiva: la inclusión al mundo laboral de nuestros egresados.

1.5.9 Orden y disciplina: comprensión de los compromisos de convivencia para generar armonía en el ambiente escolar y vivir con amor y felicidad la vida escolar.

1.6 Misión

La Institución Educativa JOSE AQUILINO DURAN del Municipio de San José de Cúcuta, plasma en sus educandos durante toda su colegiatura de preescolar a once grado una formación integral de calidad, centrada en el desarrollo de las competencias básicas, laborales, ciudadanas y afectivas, desde cuatro saberes y competencias fundamentales: APRENDER A SER, APRENDER A CONOCER, APRENDER A HACER Y APRENDER A CONVIVIR, para propiciar calidad de vida individual, institucional, familiar y comunitaria; promoviendo la inclusión de niños, niñas y jóvenes en situaciones de vulnerabilidad, garantizando la construcción de proyectos de vida sólidos que faciliten el mejoramiento de la dignidad y calidad de vida acordes a las nuevas escalas de valoración y legislación educativa colombiana y a las transformaciones y avances de la sociedad globalizada.

1.7 Visión

En el año 2020 la Institución Educativa JOSE AQUILINO DURAN habrá alcanzado gran reconocimiento y posicionamiento a nivel municipal, desarrollando programas y planes curriculares para atender las necesidades de formación educativa y técnica e implementado proyectos de ampliación de cobertura y calidad, formando a sus educandos en los aspectos científicos, éticos y de valores humanos, dando respuesta al compromiso social de convertirse en una institución generadora de cambio, de progreso y calidad por siempre.

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

1.8 Filosofía

La Institución Educativa José Aquilino Durán de la Ciudad de Cúcuta, se orienta con la filosofía de impartir una educación integral que tenga en cuenta "la educación del hombre completo, de todas y cada una de sus facultades y dimensiones" y de calidad teniendo como base los principios cívicos y morales que conduzcan a ser fundamento de paz, a través de la práctica de valores como: la Justicia, Honestidad, Respeto, Autenticidad, Solidaridad, Transparencia, Tolerancia y otros. Partiendo de un proceso de enseñar con amor y a través del amor que ayude a enriquecer los valores éticos, morales y cívicos, para que nuestros estudiantes experimenten un desarrollo equilibrado guiando a este para que sea una persona activa y útil a así mismo, la familia y a la una sociedad plenamente democrática y participativa e innovadora. De ahí nuestro lema y nuestra razón de ser y servir formando ciudadanos: "educando con amor para crecer como persona" y "Calidad por siempre" como pensamiento que debe ir al subconsciente de todos para actuar con sentimiento de calidad.

1.9 Horizontes

1.9.1 Política De Calidad

La Institución Educativa JOSE AQUILINO DURAN se compromete en el diseño y prestación del Servicio Educativo en los niveles de Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Técnica a ofrecer una excelente formación integral y de sana convivencia, implementando un Sistema de Gestión de Calidad con personal competente y recursos adecuados que permeabilicen a cada una de las gestiones directivas, académica, administrativa¬¬-financiera y de la Comunidad para satisfacer los requisitos, necesidades y expectativas de sus integrantes y mejorar continuamente sus procesos de calidad educativa.

1.9.2 Objetivo De Calidad

•Direccionar, gestionar, administrar y hacer seguimiento de la Institución Educativa en todas sus gestiones.

•Diseñar y actualizar los currículos académicos de las diferentes áreas, asignaturas y proyectos pedagógicos acuerdo con las necesidades del entorno y del sector productivo.

•Incrementar las acciones de evaluación de procesos y mejoramiento continuo del servicio.

•Incrementar anualmente la cobertura y retención de los estudiantes de los estratos 1, 2 y 3, por lo menos en dos puntos.

•Gestionar los recursos y ambientes que faciliten la prestación del Servicio Educativo.

•Formar integral y en sana convivencia a estudiantes.

•Fortalecer el nivel de desempeño y clima institucional incrementado sus resultados en pruebas saber en todos los niveles año a año.

•Incrementar la participación de los Padres de Familia y/o acudientes en el proceso académico y comportamental de sus hijos y otros espacios estipulados por la Institución.

•Mejorar continuamente los procesos establecidos en el Sistema de Gestión de Calidad.

•Realizar certificación de calidad en todos sus procesos institucionales que satisfaga las necesidades y expectativas de la comunidad.

1.10 Perfil Institucional

La institución educativa José Aquilino Durán está ubicada en el municipio de San José de Cúcuta en la comuna diez del barrio San José, Avenida 17 a No 19 - 41, es de naturaleza Oficial, carácter Mixto cuyos convenios existentes son el Convenio interinstitucional con la Institución Educativa C.A.S.D Y SENA, consta de 3 Sedes las cuales son: Nuestra Señora de Las Angustias en el Barrio Santander Calle 28 No 22 - 67, Pedro Fortoul en el Barrio Santander Calle 22 No 19 - 19 y Atanasio Girardot en Barrio Nuevo Avenida 25 No 24 - 21. Las jornadas de trabajo son en las mañanas, exceptuando la sede Atanasio Girardot donde su jornada es en la mañana y en la tarde.

La oferta educativa es en educación básica de sexto a noveno y educación media técnica de décimo a once y en las 3 sedes de la institución la oferta educativa es de preescolar y primaria.

Los títulos que se pueden otorgar en la institución educativa José Aquilino Durán son de:

BACHILLER TÉCNICO según especialidades del CASD: Farmacia y Mantenimiento de computadores

BACHILLER TÉCNICO EN CONVENCIO SENA: manejo ambiental.

1.11 Perfil Del Estudiante

Se busca que la acción educativa llevada como un desarrollo progresivo implique los siguientes aspectos:

1. Formación con criterios de organización y responsabilidad

2. Un estudiante que demuestre una actitud de trabajo y superación continúa.

3. Un estudiante capaz de tomar decisiones que le permitan transcender y transformar el entorno en pro de una mejor calidad de vida.

4. Poseedor de un saber social, cultural, académico e investigativo, válido para vivir, convivir y proyectarse como una persona segura de sí misma en un mundo global.

5. Poseedor de una actitud y aptitud de trabajo que se proyecten hacia el futuro, asumiendo posiciones responsables, críticas y creativas que contribuyan al desarrollo de un país en paz.

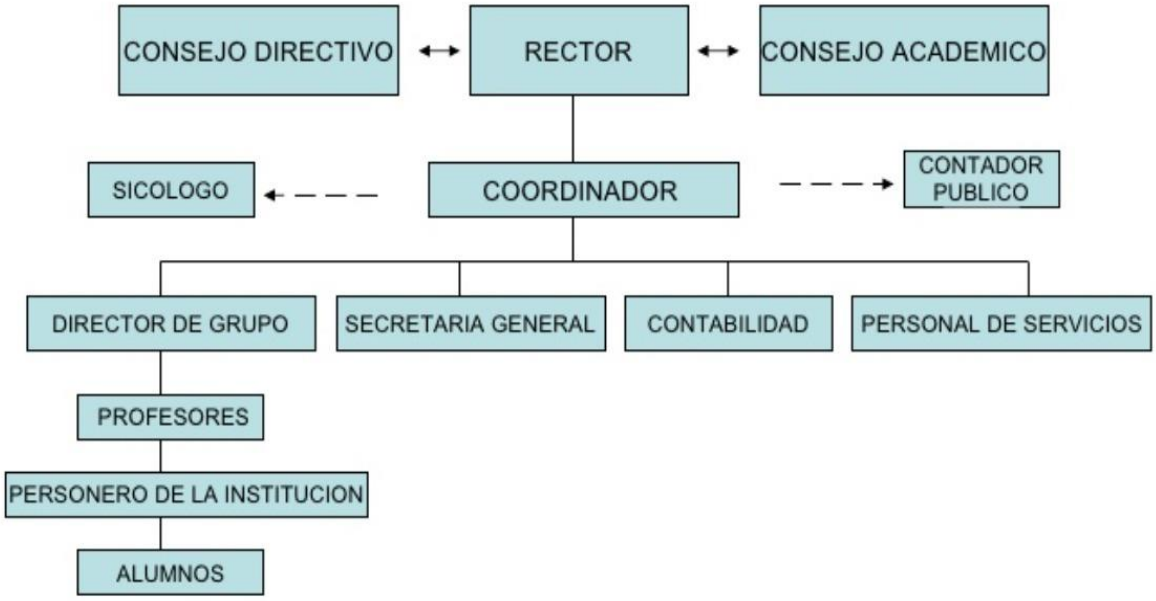
6. Un ser analista de la situación actual y de su entorno, de las relaciones sociales que se generan y de los recursos disponibles de tal manera que lo convierta en un agente de cambio permanente.

7. Un estudiante responsable del manejo de su libertad guiado por la vivencia de valores como la solidaridad, la lealtad, la honestidad, sinceridad, tolerancia, justicia y el respeto por los superiores, padres de familia y compañeros.

8. Un estudiante creativo, disciplinado, perseverante en el desarrollo de sus roles, labores y tareas, con capacidad de reconocer y superar las adversidades para tener como consigna en la vida la calidad por siempre.

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

1.12 Organigrama Institucional



1.13 Cronograma Institucional

CRONOGRAMA

METAS	ACTIVIDADES	RESPONSABLE	MESES											
			E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Al finalizar el año escolar 2018 un 80% de la población habrá dado a conocer sus necesidades y expectativas hacia la institución.	Diseño del diagnóstico. Aplicación y sistematización de los resultados obtenidos en el diagnóstico.	Rector y Coordinadores.		X	X			X						
Al finalizar el año escolar 2018 se habrá recopilado el 80% de las adaptaciones curriculares de acuerdo a las necesidades de cada estudiante para utilizarlo como apoyo pedagógico.	Diseñar de las adaptaciones curriculares. Recopilar las adaptaciones curriculares para formar un banco de apoyo pedagógico.	Rector, coordinadores y docentes.		X					X				X	
Al comienzo del año 2018 el 100% de los docentes aplicarán en todos los grados el proyecto de vida.	Ajustar del proyecto de vida en todos los grados. Aplicar el modelo de proyecto de vida de cada grado.	Rector, coordinadores y docentes.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Al iniciar el año escolar 2017 el 100% de la Institución contará con un programa de orientación a padres de familia para desarrollarse en cada sede.	Elaborar el cronograma de orientaciones. Realizar los talleres de escuela de padres.	Rector, coordinadores, docentes y docente orientadora.	X	X			X			X		X		
Al iniciar el año 2017 se contará con el formato y condiciones que se requieren para el préstamo y uso de la planta física de la institución.	Diseñar el formato. Dar a conocer a los docentes y administrativos el formato de préstamo.	Consejo Directivo.	X											
Al iniciar el año 2017 el 100% de los estudiantes de los grados decimo y undécimo presenten una propuesta respondiendo a las necesidades de la comunidad.	Dar a conocer a los estudiantes el marco legal del servicio social. Diseñar y presentar la propuesta por parte de los estudiantes de la institución.	Rector, titulares de 10 y 11 y estudiantes.	X	X									X	
Al finalizar el año 2016 el 80% de la institución estará desarrollando los proyectos de valores, gestores ambientales y	Dar a conocer a la comunidad educativa los proyectos de valores, gestores ambientales y	Rector, coordinadores, docentes y estudiantes.								X				

gestores de amor y paz.	gestores de amor y paz. Implementar cada proyecto en todas las sedes de la institución.									X				
En diciembre del primer año se tendrá organizado por semestre las asambleas de padres de familia.	Organizar el cronograma.	Rector, coordinadores, docentes y docente orientadora.			X						X			
Al finalizar el año 2016 el 100% de los docentes conocerán el proyecto de prevención de riesgos (PEGIR).	Formar el comité del proyecto PEGIR. Realizar el cronograma de las capacitaciones y simulacros. Presentar el presupuesto.	Rector, coordinadores y docentes.						-		X				
A diciembre de 2016 se tendrán identificados un 80% de los riesgos psicosociales que presenta la comunidad educativa.	Observar los posibles riesgos psicosociales mediante el registro de una bitácora de campo. Gestionar y vincular otras entidades para la prevención de riesgos psicosociales.	Rector, coordinadores, docentes, docente orientadora y entidades vinculadas.		X										X

1.14 Símbolos Institucionales

1.14.1 Bandera

La bandera consta de 2 franjas; BEIGE Y MARRON (En orden ascendente).

1.BEIGE: simboliza la pureza del alma juvenil, la grandiosidad del corazón puro, limpio de maldad, de odios y de pecado.

2.MARRON: la esperanza que se tiene en la juventud que se forma en el colegio y se prepara para el triunfo del mañana para ser orgullo de la familia y de la patria.

1.14.2 Escudo

Al fondo, se encuentra Sobre la bandera está colocado un libro abierto, que invita al estudio, con una leyenda “CIENCIA Y VALORES”. “a través del estudio y el sacrificio se llega a las alturas”. Hacia las alturas”. Junto al libro se encuentra una antorcha: luz que ilumina el entendimiento y lo conduce hacia la sabiduría. Rodeando el libro se encuentran dos ramas de laurel entre cruzadas por la base simbolizando la “V” de victoria, adquirida después de la lucha y el duro bregar, del deber cumplido.

A los dos lados formando el escudo encontramos las siguientes leyendas: COLEGIO JOSE AQUILINO DURAN, nombre de la Institución y al pie, rodeando los laureles: una cinta tricolor con las palabras “CIENCIA Y VALORES”, pertenecientes al lema de la Institución: “EDUCANDO CON AMOR PARA CRECER COMO PERSONA”.

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

1.14.3 Himno

HIMNO A LA INSTITUCION EDUCATIVA JOSE AQUILINO DURAN

LETRA: ESP. JOSE RAFAEL PARADA ROMERO

MUSICA: LIC. HUMBERTO PIZZIOTI

CORO

AQUILINOS CANTEMOS ALTIVOS

NUESTRO HIMNO CON GRAN DEVOCION

ORGULLOSOS SOMOS AQUILINOS

TE LLEVAMOS EN EL CORAZON.

I

AQUILINOS TUS HIJOS FECUNDOS

HOY TE CANTAN LLENOS DE EMOCION

CON LAS LETRAS, EL ARTE Y LA CIENCIA

LOS MEJORES POEMAS DE AMOR.

II

UNA ESTRELLA QUE FULGE EN EL CIELO

E ILUMINA EL SENDERO AL ANDAR

Y EN NUESTRO PECHO ORGULLOSO GERMINA

LA SEMILLA DE LA LIBERTAD.

III

CON LOS OJOS FUNDIMOS LUCEROS

Y EN LAS AULAS SE ENCIENDE LA LUZ

Y EL ESTUDIO NOS HACE PRIMEROS

LA CONSTANCIA EN NUESTRA VIRTUD.

IV

EL TRABAJO ES NUESTRA BANDERA

ES EMBLEMA DE UN MUNDO MEJOR

LOS PRINCIPIOS FORMAN A LOS HOMBRES

CON JUSTICIA, RESPETO Y HONOR.

V

UN LIBRO ABIERTO ES NUESTRO HERALDO

QUE NOS LLAMA A LA PAZ Y AL AMOR

Y EN NUESTRO ESCUDO ESCULPIDOS GRABADOS

UN LAUREL, UNA LIRA, UNA FLOR.

CORO

AQUILINOS SOMOS CON AMOR

AQUILINOS ¡ SI ¡…con orgullo y honor

1.14.4 Lemas

EDUCANDO CON AMOR PARA CRECER COMO PERSONA

El amor es un sentimiento de afecto universal que se tiene hacia una persona y la palabra persona hace referencia a un ser con poder de raciocinio que posee conciencia sobre sí mismo y que cuenta con su propia identidad

CONSTRUYENDO CALIDAD POR SIEMPRE

La calidad se refiere a la capacidad que debe poseer cada integrante de esta comunidad educativa para enfrentar los retos por siempre durante toda su vida

1.15 Manual De Convivencia

1.15.1 Acuerdo N.º. 001

Mayo 25 de 201

Por medio del cual se constituye y reglamenta el Comité de Convivencia Escolar

El comité de convivencia escolar de la institución educativa José Aquilino Durán en uso de sus facultades legales y considerando que El Decreto 1965 de septiembre 11 de 2013, "Por el cual se reglamenta la Ley 1620 de 2013, que crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar". Que con esta ley y Decreto el Gobierno Nacional crea mecanismos de prevención, protección, detección temprana y de denuncia ante las

autoridades competentes, de todas aquellas conductas que atenten contra la convivencia escolar, la ciudadanía y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los estudiantes dentro y fuera de la escuela.

1.16 Ley Del Menor

1.16.1 Finalidad: Este código tiene por finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna.

1.16.2 Objeto: El presente código tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de Derechos Humanos, en la Constitución Política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección será obligación de la familia, la sociedad y el Estado.

1.17 Uniforme

1.17.1 Diario

A. Mujeres: vestirán uniforme tipo jardinera según modelo estipulado con su debido cinturón, zapatos colegiales de color marrón, medias beige, y camisa beige también según modelo estipulado

B. Hombres: vestirán pantalón marrón según modelo, camisa beige tipo guayabera, zapatos colegial color marrón con medias beige, es indispensable el uso de correa.

1.17.2 Educación Física:

A. Una camiseta blanca, tipo esqueleto.

B. Pantaloneta negra con vivos lateras rojo y blanco

C. Una sudadera de color rojo y negro; compuesta por un buzo de color rojo con cuello redondo y con el escudo de la Institución, un pantalón largo de color negro, con vivos laterales rojo y blanco, con resorte en la pretina. 38

D. Medias blancas

E. Tenis de color blanco.

1.17.3 Uniforme De Gala

A. Camisa blanca manga larga, con escudo de la institución sobre el bolsillo del costado izquierdo.

B. Corbata beige según modelo que proporcione la institución

C. Pantalón, falda, zapatos, medias y correa según modelo de diario.

Parágrafo 1. Abstenerse de realizar cambios o ajustes en el modelo de los uniformes, el uniforme es una insignia que nos identifica dentro y fuera de la institución

Parágrafo 2. Para todos los actos públicos de la Institución se debe usar el uniforme de gala Incluso en el acto de graduación de los estudiantes de Grado Once.

1.18 Horario

HORARIO DE CLASE DE EDUCACION FISICA SEDE CENTRAL JOSE AQUILINO DURAN

JORNADA DE LA MAÑANA

Profesor: José Humberto Figueroa Sánchez

	HORA	LUNES	MARTES	VIERNES
1º	6:15 7:10	10º	9º	8º
2º	7:10 8:05	10º	9º	8º
3º	8:05 9:00	701	11º	702
	descanso			
4º	9:30 10:25	701	11º	702
5º	10:25 11:20	601		
6º	11:20 12:15	601		

1.19 Matriz Dofa

1.19.1 Fortalezas:

- Contar con un grupo de maestros y maestras idóneos, capacitados.
- Venir trabando de manera continua a través de un proyecto educativo con un programa llamado todos aprender de la secretaria de educación.

1.19.2 Oportunidades:

- El equipo interdisciplinario.

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

- La comunicación constante con la secretaria de educación municipal.
- Capacitación constante de maestros y maestras para mejorar las estrategias pedagógicas.

1.19.3 Debilidades:

- Contar con una población vulnerable, con dificultades, nutricionales, de acceso a la salud, con familias dispersas, con niños de inclusión.
- Cotar con niños con dificultad de conexión a internet y acceso a dispositivos electrónicos.

1.19.4 Amenazas:

- Ha habido inconvenientes con la cobertura, pero año tras año la cobertura ha ido aumentando y ya hay solicitudes de cupos en todos los grados.

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

CAPÍTULO 2

2.1 Propuesta Pedagógica

Propuesta pedagógica de juegos recreativos para su aplicación en casa fomentando el buen uso del tiempo libre y ocio.

2.2 Objetivo General

Diseñar una cartilla de juegos recreativos para su aplicación en casa fomentando el buen uso del tiempo libre y ocio para los estudiantes del grado sexto del Colegio José Aquilino Duran de la ciudad de Cúcuta

2.3 Objetivos Específicos

- Realizar un diagnóstico a través de una encuesta indirecta para conocer el uso del tiempo libre y ocio en los estudiantes del grado sexto del Colegio José Aquilino Duran de la ciudad de Cúcuta.
- Elaborar una guía con base en juegos recreativos para promover el buen uso del tiempo libre y ocio.
- Aplicar a los estudiantes del grado sexto la guía de juegos recreativos.

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

2.4 Planteamiento del problema

Hoy vivimos en un mundo globalizado, modernizado, lleno de cambios y avances tecnológicos, y dentro de estos avances tenemos la tecnología en aparatos de telefonía móvil o mejor llamados celulares, los cuales con el paso de los días se hace más fácil adquirirlos haciendo que las personas ocupen un mal uso de su tiempo libre y ocio en estar frente a estos, y es que el tiempo libre es considerado para los jóvenes un espacio donde se puedan relajar y pasar el rato, pero estas actividades que realizan dentro de este espacio de tiempo pueden ser positivas o pueden llegar a ser negativas, aun así los celulares no son del todo malo, pues si se usaran de buena forma se podría sacar muy buen provecho, como aplicaciones para hacer deporte o para llevar una secuencia de trabajo deportivo, rutinas, entre otras.

Y es que según Larrosa D. “La utilización que los adolescentes hacen de su tiempo libre tiene una gran importancia en la formación de su personalidad, en su salud y en la relación con su entorno y con las demás personas.” (Lic. Diana Larrosa, 2014), por eso se debe encaminar a los jóvenes a un buen uso de este tiempo libre y es a lo que va enfocado esta cartilla que se va a realizar.

La actividad física es muy importante para que los jóvenes hagan uso de este en su tiempo libre, pues traerán una serie de beneficios ya sean fisiológicos, psicológicos y sociales.

Por otro lado, el ocio también juega un papel fundamental en lo que se quiere realizar, pues el ocio es aquel tiempo que disponemos para realizar actividades que nos gusten y disfrutemos haciéndolas, según Dumazedier, “El ocio es el conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente; sea para descansar o para divertirse, o para

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

desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de su obligación profesionales, familiares y sociales" (Dumazedier,1966). Según lo antes dicho podemos concluir que es importante crear en los jóvenes ese hábito desinteresado de aprender conocimiento nuevo y recrearse por medio de estas actividades que abran dentro de la guía a aplicar.

Hacer que los jóvenes busquen en recrearse una forma de ocio para su entretenimiento será un gran avance para la mejora de la sociedad, pues se crearan personas íntegras con buenas capacidades condicionales buscando así combatir tantos problemas que hay hoy en la sociedad con personas sedentarias.

Por consiguiente, el ocio va muy estrechamente ligado del tiempo libre, así como se afirma a continuación, “El ocio, independientemente de la actividad concreta de que se trate, es una forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación libremente elegida y realizada cuyo mismo desarrollo resulta satisfactorio o placentero para el individuo" (Jaume Trilla, 1989, "Tiempo libre y educación infantil", Enciclopedia práctica de la pedagogía, Planeta, Madrid).

La recreación es un buen medio para ayudar a los jóvenes a que realicen estas actividades en su tiempo libre buscando generar un ocio en los jóvenes y así conseguir mejoras en su personalidad íntegra del ser, para respaldar lo antes dicho, “La recreación es un estado de conciencia en el que predominan los sentimientos de placer, bienestar y satisfacción fluctuando en diversos niveles de intensidad y que ocurren en el tiempo libre como resultado de experiencias y actividades de tipo lúdico, físico y estético a las que se conoce como actividades recreativas”. (Lezama, 2000). De acuerdo con lo que dice el autor podremos crear en los jóvenes

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

esa sensación de disfrute al realizar actividades recreativas dentro de su tiempo libre y así fomentar el buen uso de este.

"La recreación es cualquier actividad que se lleva a cabo durante el ocio" Neumeyer. 1958 esto es muy importante a tener en cuenta ya que se busca generar en los jóvenes gustos por diversas actividades recreativas durante su ocio

"La recreación debiera ser, una vivencia integral relacionada con el sentido de la vida y los valores de cada uno y coherente con ellos, una experiencia de re-creación, que crea ámbitos de encuentro o desencuentro, se diferencia de otros tipos de ocio por su potencialidad para llevar a cabo encuentros creativos que originen desarrollo personal". (Cuenca, 2004). Y es que como se nos dice esa vivencia integral que también se vería reflejado dentro de la familia pudiendo los jóvenes buscar momentos para recrearse con sus familiares y poder divertirse creando lazos positivos dentro de estas.

2.5 Formulación del problema

¿Cómo fomentar el buen uso del tiempo libre y ocio en los niños y niñas?

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

2.6 Justificación

Con esta guía se busca conseguir una mejora en el estilo de vida de los jóvenes porque se busca prevenir el mal uso del tiempo libre y ocio de ellos en la actualidad, persuadiéndolos de realizar estas actividades que van a estar plasmadas dentro de esta cartilla, para que los jóvenes puedan disfrutar y compartir un buen momento de esparcimiento al realizarlas.

Y la ley 181 de enero 18 de 1995 es por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.

Estas leyes nos permiten la aplicabilidad de nuestra guía en el sector educativo buscando fomentar el uso del tiempo libre y ocio por medio de la recreación.

El uso de esta cartilla considero es de suma importancia pues influirá de manera positiva en los estudiantes cuando realicen uso de esta pues al ser juegos recreativos se produce en los jóvenes un bienestar y un placer, ayudando a generar jóvenes con mentalidades más positivas y disminuyendo los niveles de violencia en los estudiantes, así como el matoneo hacía sus compañeros y fomentando una buena aplicabilidad de estas en su tiempo libre y ocio.

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

2.7 Población

EL Colegio José Aquilino Durán ubicado en el barrio San José de la ciudad de Cúcuta del departamento Norte de Santander cuenta con una población estudiantil de 172 alumnos, tomando como muestra el grado 6 de dicha institución, el cual está conformado por 45 alumnos donde el 60% son niños y el 40% niñas, a quienes se les aplicará la encuesta indirecta donde arrojará como resultado la necesidad de la aplicabilidad de esta guía.

2.8 Marco Teórico

2.8.1 Antecedentes

Las concepciones teóricas sobre tiempo libre, ocio, recreación, actividades recreativas y creativas

Publicado por Carmen Omaira Calderón Medina el 19 de junio del 2009 en Mérida, Venezuela.

Resumen

El propósito de este trabajo es reflexionar sobre la posibilidad de revalorizar lo cotidiano y lo extraordinario, las experiencias creativas y lúdicas o la vivencia de valores tales como libertad, participación, solidaridad o comunicación. Actualmente, el tiempo libre se ha incrementado a raíz de los procesos de industrialización, el avance de la ciencia y la tecnología, a la par que la sociedad de consumo nos ofrece cada vez mayores posibilidades de diversión -y

derroche-; no obstante, abre nuevos cauces de desarrollo personal o nuevos focos de desequilibrio, lo que depende en gran medida de las posibilidades económicas que presente determinada sociedad; en el caso de carencia, la generalidad va a dedicar la mayor cantidad de tiempo posible a actividades laborales, con lo cual disminuye el tiempo de ocio y con ello la dedicación a los niños/as y sí mismo.

Por ello, la mirada al uso del tiempo libre de los escolares y sus posibilidades de ocio es de extrema importancia para orientar y dar pautas para el diseño de propuestas acordes a sus necesidades e intereses; y es que la transformación de tiempo libre en ocio no es tarea que se realice de modo espontáneo y los modelos de generaciones pasadas no nos sirven. El uso del tiempo libre y el ocio en cuanto acción educativa implica la búsqueda del perfeccionamiento, lo mejor de la persona y por extensión, de la comunidad.

Palabras clave: Tiempo libre, ocio, recreación, actividades recreativas, lúdica.

Podemos ver que esta concepción de trabajo no es algo nuevo que se esté viendo pues ya es una temática que se ha investigado, y buscado definiciones concretas para así poder diseñar planes que nos ayuden a mejorar los trabajos y actividades para cambiar a mejor la vida de los niños, jóvenes y adultos. Aquí se nos menciona concepciones teóricas sobre tiempo libre, ocio, recreación, actividades recreativas y creativas con el fin de reflexionar y buscar un buen uso de estas debido a que la industrialización y demás variables han permitido que se posea un mayor tiempo libre de las personas y el uso de este no siempre es positivo, también se da un enfoque específico en la mirada del tiempo libre en escolares y sus posibilidades de ocio importantes para orientarlos basándonos en sus necesidades e intereses.

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

Uso del tiempo libre en alumnos de Educación Secundaria

Publicado por (Mayra Puente González, Minerva Liliana Sandoval Jalomo, Rossana Tamara Medina Valencia, Citlalli Argelina Estrada Juárez) el 23 de marzo de 2011 en Colima, México.

Resumen

En la actual sociedad, existe la preocupación de la utilidad que se destina al uso del tiempo libre en los adolescentes, la influencia de agentes socializantes y medios tecnológicos repercuten de tal manera que la educación del tiempo libre se ve opacada por actividades que no ejercen beneficios en la salud aminorando la calidad de vida del ser humano. El tiempo libre es un conjunto de actividades que el individuo realiza para descansar, divertirse, desarrollar su participación social, voluntaria o libre, una vez que se ha liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales.

Las actividades físico/deportivas son manifestaciones culturales presentes en todos los grupos y sociedades, podemos decir que la práctica de la actividad física y deportiva se ha popularizado mucho, sobre todo en las sociedades desarrolladas, y más en concreto en el siglo actual (Annicchiarico, 2002). Las motivaciones intrínsecas y extrínsecas juegan un papel fundamental en la práctica físico/deportiva y el uso del tiempo libre, la primera se refiere al compromiso ante una actividad que sólo por placer y diversión provoca hacerla.

La finalidad en base a los resultados obtenidos, es la inmediata demostración a las autoridades del plantel educativo de la situación que afecta a la comunidad estudiantil de nivel

secundaria del Colegio, trayendo consigo beneficios en el desarrollo integral y calidad de vida del adolescente al momento en que estos participen en los programas de activación físico/deportiva dentro de su tiempo libre.

Palabras Claves: Tiempo libre, estudiantes, educación, adolescente.

En el anterior trabajo se puede observar cómo se habla de hacer una investigación que hacen en el tiempo libre los estudiantes de una institución de educación secundaria en Colima, México, y es que se descubre que la mayoría de estudiantes muestran apatía, falta de interés y poca motivación hacia la práctica de actividades físico/deportivas, y esto puede deberse a que no se encaminaron desde edades tempranas en juegos y actividades recreativas buscando fomentar el buen uso del tiempo libre en los jóvenes.

Ocio y usos del tiempo libre en adolescentes de 12 a 16 años en España

Publicado por Laura Varela Crespo, Rita Gradaílle Pernas, Yésica Teijeiro Bóo, en el 2016 en Santiago de Compostela, España.

Resumen

El artículo se centra en el estudio de los usos del tiempo libre y las prácticas de ocio de los adolescentes escolarizados (12- 16 años) en Educación Secundaria Obligatoria en España. En concreto, se presentan algunos de los resultados derivados de un proyecto de investigación enmarcado en el Plan Nacional de I+D+i (investigación científica, desarrollo e innovación tecnológica) cuyo objetivo principal era conocer e interpretar cómo inciden los tiempos escolares en los procesos de socialización de la adolescencia, así como los modos de configurar su tiempo libre. En la investigación se analizan algunos de los datos obtenidos del cuestionario diseñado ad hoc para el alumnado y aplicado a una muestra de 3306 chicos y chicas de esta franja etaria en centros educativos de las diecisiete Comunidades Autónomas que conforman el territorio español. Los análisis ponen de manifiesto el papel socializador del ocio digital, la importancia del grupo de iguales y la familia, las prácticas de ocio nocturno y la escasa participación de los adolescentes en actividades de acción social y voluntariado. Además, se señalan algunos de los desafíos que conciernen al campo pedagógico-social en la tarea de educar el ocio adolescente, así como a la necesidad de una responsabilidad compartida entre los diversos agentes educativos en este proceso.

Palabras Claves: Adolescencia – Educación secundaria – Tiempos de ocio – Educación del ocio.

En el anterior artículo nos hablan de la importancia que tiene el uso del tiempo libre y ocio en los adolescentes, y es que en los análisis dan como resultado un ocio específico que es el digital, dando a conocer que la mayoría de adolescentes hoy en día están más sumergidos dentro de este ocio, gracias a las redes sociales y entretenimiento que este provee, pero dejando en claro la poca participación de los adolescentes en actividades de acción social y voluntariado, nos deja constancia de la importancia del campo pedagógico-social en educar un ocio hacia los adolescentes, y lo que queremos conseguir es que los jóvenes se eduquen por medio de juegos que los entretengan para llegar a que creen un buen estilo de vida y ocio en sus tiempos libres.

Diferencias entre ocio, tiempo libre y recreación: Lineamientos preliminares para el estudio de la recreación

Publicado por Julia Gerlero en octubre 20 – 22 de 2005 en Villavicencio, Meta, Colombia.

Resumen

El desarrollo del conocimiento de la dimensión de la vida social no vinculada a la esfera laboral, ha descuidado su especificidad al no enfatizar las diferencias existentes entre los

conceptos <ocio - tiempo libre - recreación> a partir de su anclaje en la historia; esto ha originado una confusión conceptual, que se transfiere al estudio de las actividades de esa dimensión social obstaculizando el desarrollo de instrumentos de investigación que permitan hacer comparables las prácticas recreativas en sus multideterminaciones y complejidad entre distintas sociedades concretas. El presente trabajo intenta ser un aporte para la construcción teórica en este campo. Simultáneamente busca despertar el interés de quienes están vinculados a la temática, por contribuir con críticas y nuevos enfoques a delinear una teoría de la recreación, aspiración sentida pero solo posible de lograr en procesos de intercambios colectivos.

Palabras Claves: Ocio, Tiempo libre, Recreación.

La anterior publicación nos ayuda a entender principalmente las diferencias existentes entre estos conceptos que son ocio, tiempo libre y recreación y es que es muy importante que se tenga en cuenta bien estás definiciones para que nos ayuden a encaminar muy bien el trabajo de la cartilla que se va a realizar con la meta de cumplir todos los objetivos trazados.

Utilización del tiempo libre en la población juvenil de 15- 18 años del corregimiento de Santiago Pérez en el municipio de Ataco

Publicado por Leidy Carolina Murillo Quiñones el 2015 en Ibagué – Tolima, Colombia.

Resumen

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

El tiempo libre y el ocio siempre han sido considerados en los cuestionamientos del ser; ambos conceptos han evolucionado a lo largo de la existencia del hombre intentando dar el reconocimiento y confirmando lo importantes en la vida del ser humano. En la antigüedad, por ejemplo, se resaltaba el ocio como el estado ideal que se derivaba del placer de la ocupación cultivadora del cuerpo y la mente.

Hoy por hoy el tiempo libre y el ocio se convierten en pieza fundamental de la educación del ser humano, haciendo presencia en todos los campos y dimensiones del individuo, siendo el contexto, la familia y la escuela quienes actúan como posibilitadores de su adecuada utilización. La actividad física y el deporte son de esta forma, elementos claves que aportan a la utilización adecuada del tiempo libre dado que influyen en el desarrollo del niño y del adolescente; estas etapas de la vida donde se permite al ser humano la apropiación de nuevas conductas que trascienden en la etapa adulta mejorando su calidad de vida y formación integral. (Haywood, 1993).

Así es, que surge la idea de crear una propuesta de uso adecuado de tiempo libre centrada en la población juvenil de Santiago Pérez del municipio de Ataco departamento del Tolima; dado que sus características contextuales y sociales la convierten en pieza fundamental para la aplicación de esta investigación, siendo la actividad física, el deporte y la recreación los elementos claves que aporten hacia la construcción de un buen uso del tiempo libre en la comunidad.

Palabras Claves: calidad de vida, tiempo libre.

La propuesta que se menciona en el artículo es muy importante para el diseño de la cartilla que se quiere realizar por que respalda esa búsqueda del buen uso del tiempo libre y ocio en los niños, pues ellos van a ser el futuro de Colombia, nos enfatiza como elemento clave para conseguir esta meta es por medio de la recreación pues estos pueden ayudar a los niños de diversas formas, buscando ese bienestar en los niños y alejarlos de los malos pasos que puedan cometer en la vida, instruyéndolos por medio de buenos actos.

Estado del arte de recreación, tiempo libre y ocio

Publicado por Cristian Johan Bautista Galeón, Juan Sebastián Barrantes Garavito y José David Gil Núñez el 2016 en Bogotá D.C, Colombia.

Resumen

La siguiente investigación parte de la necesidad de profundizar en la conceptualización sobre Recreación, Tiempo Libre y el Ocio, ya que existen muchas definiciones de ciencias que estudian el tema, el objetivo de esta investigación es Indagar las concepciones de Recreación, Tiempo Libre y Ocio en la década del 2006 al 2016 por medio de una búsqueda sistemática de artículos en bases de datos digitales de libre acceso como: Redaya, Dialnet y Scielo, y acceso restringido: Ebsco host, ProQuest, ScienceDirect. Para el desarrollo de esta actividad se plantearon los siguientes criterios: frases compuestas con el descriptor, entre los años 2006 a 2016, sin restricción geográfica y de idioma.

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

Así mismo para la selección de la información se propuso que los documentos fueran coherentes con la intención del proyecto en el título, en el resumen y las palabras clave, también se agregó un parámetro de calidad de la información, este último se realizó por medio de la herramienta para la medición científica Journal And Country Rank (Scimago) clasificando los artículos en cuartiles. El análisis de la información se ejecutó por medio de tablas de frecuencia con el objetivo de identificar las concepciones más relevantes entre la comunidad científica.

La metodología aplicada a la investigación fue cualitativa con un enfoque hermenéutico interpretativo, finalmente se evidencia gran variedad de definiciones para cada una de las categorías de análisis de la investigación, aunque se concluye agrupando las concepciones a partir de similitudes en su trasfondo.

Palabras Claves: Recreación, tiempo libre, ocio.

Este artículo que fue realizado en Bogotá nos da a entender la importancia de la conceptualización de estas definiciones de recreación, tiempo libre y ocio, que es lo que se está trabajando en esta propuesta de la cartilla de juegos recreativos, y nos ayuda a que se entienda la importancia de educar por medio de la recreación ayudando a que los niños y jóvenes hagan buen uso del tiempo libre y ocio.

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

Incidencia social y afectiva de un programa educativo desarrollado en el tiempo libre con los niños de quinto grado del colegio San Martín

Publicado por Nelson Orlando Clavijo, Cindy Zulay Anacona Moncada y Adela Patricia Patiño Diaz en el 2014 en Villa del Rosario - Norte de Santander, Colombia.

Resumen

En la presente investigación se aplicó un programa educativo para el tiempo libre con niños de quinto del colegio San Martín, determinando la incidencia de éste en los componentes social y afectivo del clima escolar. Los resultados fueran producto de la aplicación del programa que permitió la cuantificación y la comparación de los niveles social y afectivo, teniendo en cuenta un diseño metodológico que partió de una investigación previa en la cual se habían determinado los hábitos y tendencias del uso del tiempo libre, este estudio fue dividido en tres etapas: La primera etapa se hizo el diseño y la producción de la propuesta en la que se determino que se trabajaría una modalidad de talleres para obtener la participación de los niños; la segunda etapa que consistió en la implementación de la propuesta partiendo de un pre-test social y afectivo, aplicado a la totalidad de la muestra para la división del grupo control y el grupo experimental, y en este último hacer la aplicación de la propuesta para culminar con la aplicación del pos-test nuevamente a la totalidad de la muestra; por último la etapa tres consistió en el análisis de los resultados en el que se cotejaron los resultados obtenidos del pretest y del postest respectivamente. Los resultados demostraron que el programa no produjo cambios relevantes en el componente social, mientras que en el componente afectivo se evidenció mejoras en todas sus

variables, demostrándose una incidencia de tipo positivo en el clima escolar de los niños de quinto del colegio San Martín.

Palabras clave: Tiempo libre, Clima escolar, Programa educativo, Componente social, Componente afectivo.

En este artículo nos muestra que un estudio había demostrado que los jóvenes tenían tiempo libre y que se les podía aplicar un programa educativo para este tiempo, y esto es bueno porque muestra resultados de mejorías en diversas variables dentro de los jóvenes, en la cartilla de juegos recreativos eso es lo que se busca, generar un cambio positivo en los niños por medio de estas actividades.

Usos del tiempo libre en los escolares del sector rural, municipio de Los Patios, Norte de Santander

Publicado por Nelson Orlando Clavijo Gutiérrez en el 2016 en Los patios – Norte de Santander, Colombia.

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo identificar los usos y tendencias del tiempo libre en los niños y niñas del sector rural del Municipio de Los Patios de Norte de Santander durante el año 2016 y su correspondencia con la política pública de recreación, el estudio se llevó a cabo a través de instrumentos convalidados que fueron aplicados a un grupo 159 niños y niñas con una edad promedio entre los 8 y 12 años de edad. El estudio se desarrolló bajo el método cuantitativo, determinando los elementos que marcaban las tendencias. En los resultados fueron identificadas las actividades empleadas para el uso del tiempo libre por los niños y niñas marcando una alta tendencia los juegos con un 49,9%, a ver televisión con un 8,8% en un menor grado, pero significativo se encuentran la práctica de un deporte pero de manera no orientado con solo 6,9% y las actividades artísticas con un aproximadamente del 5%; al contrastar la totalidad de los datos con las políticas públicas para el uso del tiempo libre por parte de los escolares, se evidencio que no existe ningún impacto de las estrategias propuestas a través de dicha política para el sector rural del Municipio de los Patios.

Palabras Clave: Tendencia, juegos, recreación, usos del tiempo libre.

En este artículo respalda que la temática que se está realizando en esta propuesta ya se venía trabajando en el departamento Norte de Santander, donde se analiza el uso del tiempo libre en los estudiantes del sector rural del municipio de Los Patios, en los resultados se consigue que un 6,9% de la población estudiada practicaba un deporte pero no orientado, ósea sin la guía de un profesor pero que un 49,9% tienen una alta tendencia a los juegos, esto es muy importante ya que nos da a entender que a muchos educandos el juego es divertido y les produce emoción realizarlo y al diseñar esta cartilla será de mucha ayuda que estos realicen estos juegos con voluntad propia.

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

2.9 Marco Conceptual

2.9.1 Recreación

Pérez, Aldo (2003: 5) considera que: "La Recreación como disciplina tiene el propósito de utilizar las horas de descanso (tiempo libre), para que el hombre aumente su valor como ser humano y como miembro de la comunidad, a través de ocupar este tiempo con actividades creadoras que motiven su enriquecimiento profesional, artístico-cultural, deportivo y social".

Como este autor lo dice el uso de la recreación en horas de descanso refiriéndose al tiempo libre hace que la persona tenga más valor como ser humano pues hace ocupación de este tiempo en actividades que busquen mejorarlo como persona y hacía allá es que va enfocada esta propuesta.

Al reflexionar sobre este aspecto el profesor norteamericano Overstrut, Harry también citado por Pérez, Aldo (2003: 4) plantea que: "La Recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, con tendencia a satisfacer ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización".

Overstrut nos enseña esa recreación con el fin de que sea un desenvolvimiento placentero durante el tiempo libre y para llegar a esto con los niños se les debe motivar mediante juegos que

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

a ellos les guste buscando que se entretengan, e innoven con estos mismos para así llegar a ese crecimiento de su personalidad y demás valores.

Según Plant, James (2009: 3): "La Recreación es una experiencia integradora para el individuo porque capta, fortalece y proyecta su propio ritmo, es un instrumento para mejorar la mente, desarrollar el carácter, adquirir habilidades, mejorar la salud o la aptitud física, aumentar la productividad o la moral de los trabajadores, contribuye también al desarrollo personal y al de la comunidad."

Este autor nos muestra que la recreación puede ser una experiencia integradora para el individuo desarrollando diversas cualidades personales del propio ser, las cuales trabajadas desde la infancia nos ayudará a tener personas adultas más productivas y morales con un buen desarrollo personal que aporte a la comunidad con sus pensamientos innovadores.

Según lo establecido en la Ley 181 de 1995, en su artículo 5: "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"

Como la misma ley nacional del deporte afirma, que la recreación nos ayuda a entender la vida hacia un disfrute, una creación y libertad permitiendo un pleno desarrollo del ser humano y estas actividades que hacen referencia deben ser aquellas que motiven a buscar el buen aprovechamiento del tiempo libre y ocio.

2.9.2 Tiempo Libre

(González Llaca 1953, p. 280) Define tiempo libre como: “Actividades a las cuales el individuo se entrega con plena aceptación para descansar, divertirse, acrecentar su información personal y participar voluntariamente en la sociedad después de haber cumplido con sus obligaciones laborales”.

En esta definición citada nos da a entender que estas actividades que se usan dentro del tiempo libre son elegidas con plena aceptación para descansar, divertirse y acrecentar como tal su persona.

(Munné, 1980, p. 135): La definición básica que F. Munné propone como punto de partida en su teoría, reza como sigue: el tiempo libre es "aquel modo de darse el tiempo personal que es sentido como libre al dedicarlo a actividades auto condicionadas de descanso, recreación y creación para compensarse, y en último término afirmarse la persona individual y socialmente".

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

El autor antes citado afirma que dentro de este espacio de descanso que es llamado tiempo libre la persona hace actividades auto condicionadas de recreación y creación esto quiere decir que las decisiones de que actividades usar en este espacio de tiempo son elegidas por la misma persona, lo que quiere decir que nosotros solo debemos dar las opciones para que se haga buen uso de estas durante ese espacio de tiempo libre.

2.9.3 Ocio

Según (Dumazedier,1966): “El ocio es el conjunto de operaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente; sea para descansar o para divertirse, o para desarrollar su información o formación desinteresada, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de su obligación profesionales, familiares y sociales"

El autor antes citado da un concepto muy general de lo que es el ocio y afirma que este tiempo es dedicado voluntariamente, cuando ya se ha liberado de todas sus demás obligaciones y cuando se refiere a su libre capacidad creadora nos puede estar infiriendo a actividades recreativas donde el ser se divierta y cree nuevas actividades para uso personal desinteresado que le produzca un bienestar.

Jaume Trilla, 1989 nos dice que: "El ocio, independientemente de la actividad concreta de que se trate, es una forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación libremente elegida y realizada cuyo mismo desarrollo resulta satisfactorio o placentero para el individuo" (Jaume Trilla, 1989, "Tiempo libre y educación infantil", Enciclopedia práctica de la pedagogía, Planeta, Madrid).

Este autor comenta que la actividad independientemente la que sea ocupa un espacio dentro del tiempo libre la cual es elegida y realizada solo buscando satisfacción o placer del individuo al realizarla, aquí es donde se recalca que los juegos recreativos serán un buen uso durante este tiempo libre buscando generar un ocio de disfrute en el niño.

De acuerdo con Gomes e Elizalde (2012): “El ocio no es un fenómeno aislado y se manifiesta en diferentes contextos según los sentidos y significados producidos/reproducidos culturalmente por las personas en sus relaciones con el mundo. El ocio participa de la compleja trama histórico-social que caracteriza la vida en sociedad, y es uno de los hilos tejidos en la red humana de significados, símbolos y significaciones”.

Como lo comentan los autores antes citados, el ocio no debe ser un fenómeno aislado se debe conversar de ellos con los niños y las personas, que sepan que es un espacio importante dentro del ser y que este espacio así pueda ser elegido desinteresadamente buscando placer,

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

descanso o diversión, estás actividades deben ser buenas y recreativas que sirvan para el buen crecimiento personal.

2.9.4 Actividad física

Marcos Becerro (1989), citando a Casperson y cols. (1985), señala que: “la actividad física no es otra cosa que un movimiento de algunas estructuras corporales originado por la acción de los músculos esqueléticos, y del cual se deriva un determinado gasto de energía”.

Sánchez Bañuelos (1996) considera que, “la actividad física puede ser contemplada como el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento sustancial del gasto energético de la persona”.

Los autores antes citados nos quieren afirmar que la actividad física viene primordialmente de la acción o movimiento de los músculos esqueléticos donde se genere un gasto energético, pues en nuestra cartilla de juegos recreativos se busca que los niños tengan un gasto energético al realizar los movimientos que se asignen en cada actividad.

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

2.9.5 Juego

Hill (1976), dice: " el juego es una actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas, que tienen su objetivo en sí mismo y se acompaña de un sentido de tensión y alegría".

Este autor nos muestra como el juego es esa actividad que produce tensión y alegría en el niño, teniendo en cuenta que sus reglas son libremente aceptadas e incondicionalmente seguidas, y en esta guía se busca que esos juegos produzcan esa sensación de alegría en los niños y se diviertan.

Según Guy Jacquin (1996), el juego es una actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libremente escogida que cumplir o un obstáculo deliberadamente que vencer. El juego tiene como función esencial procurar al niño el placer moral del triunfo que, al aumentar su personalidad, la sitúa ante sus propios ojos y ante los demás.

Gimeno y Pérez (2003), definen el juego como un grupo de actividades a través del cual el individuo proyecta sus emociones y deseos, y a través del lenguaje (oral y simbólico) manifiesta su personalidad. Para estos autores, las características propias del juego permiten al

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

niño o adulto expresar lo que en la vida real no le es posible. Un clima de libertad y de ausencia de coacción es indispensable en el transcurso de cualquier juego.

Según estos autores nos dicen que el juego es esencial la búsqueda del placer del niño, aumentando su personalidad y es que aquí es donde proyecta sus emociones por el lenguaje oral y simbólico, durante el juego los niños son libres y eso se busca con esta guía esa libertad del niño y disfrute para su propio bienestar.

2.9.6 Educación

James Bowen – Peter Hobson ([1974] 2008). “La educación es curiosidad” En la introducción a sus Teorías de la Educación, abordan el significado del término ‘educación’ en tres niveles de significación: el formal, el informal y uno que abarca ambos.

Luego Bowen y Hobson, 2008, pág. 12, nos dicen que educación es: “es un proceso social básico por medio del cual las personas adquieren la cultura de su sociedad…”

Es importante entender que gracias a la educación es que impartimos conocimiento y todo lo que queremos que las personas aprendan y conozcan, por ende, es bueno dar a entender

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

estos términos a los niños para que vallan sabiendo que las cosas que hacen van con un fin para su vida y la de los demás.

T.W. Moore ([1982] 2008). La educación es la producción de un hombre educado, El autor se refiere a la definición de educación en varios capítulos de su Filosofía de la Educación. Este filósofo no formula una definición propia de educación. Su tarea como pensador consiste en analizar los diferentes conceptos y contextos en los que se usa la palabra. Así, muestra la educación en su relación con la filosofía, con el conocimiento, con la enseñanza, con la moral, la religión y la sociedad.

la UNESCO (1996) publicó “La educación esconde un tesoro”, informe sobre educación elaborado por un comité internacional presidido por Jaques Delors. En la introducción a este trabajo, el destacado político francés esboza una definición de educación en tres partes. Primero la considera un instrumento indispensable para que la humanidad pueda progresar hacia los ideales de paz, libertad y justicia social. Luego, se refiere a ella como un método al servicio de un desarrollo humano más armonioso, más genuino, para hacer retroceder la pobreza, la exclusión, las incomprensiones, las opresiones, las guerras, entre otras cosas. Finalmente, Delors se refiere a la educación como un clamor de amor por la infancia, por la juventud que tenemos que integrar en nuestras sociedades en el lugar que les corresponde, en el sistema educativo indudablemente pero también en la familia, en la comunidad de base, en la nación.

2.10 Marco Legal

2.10.1 Ley General De La Educación

(Ley 115 de 1994)

La presente Ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público.

De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, define y desarrolla la organización y la prestación de la educación formal en sus niveles preescolar, básica (primaria y secundaria) y media, no formal e informal, dirigida a niños y jóvenes en edad escolar, a adultos, a campesinos, a grupos étnicos, a personas con limitaciones físicas, sensoriales y psíquicas, con capacidades excepcionales, y a personas que requieran rehabilitación social.

Según el artículo 21, constituye un objetivo de la educación básica en el ciclo de primaria, “La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre”

En el artículo 22, Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria., expresa que tiene como uno de sus propósitos, “La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre”.

1.10.2 Ley Nacional Del Deporte

(Ley 181 de 1995)

El Sistema Nacional de Deporte fue creado mediante la Ley 181 de 1995, también conocida como la Ley del Deporte y que enuncia que el Sistema es el conjunto de organismos articulados entre sí, para permitir el acceso de la comunidad al deporte, a la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física, teniendo como objetivo generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación, fomento y práctica del deporte, la **recreación, y el aprovechamiento del tiempo libre**, como contribución al desarrollo integral del individuo y a la creación de una cultura física para el mejoramiento de la calidad de vida de los colombianos.

Hacen parte del Sistema Nacional de Deporte, el Ministerio del Deporte como ente rector, los entes departamentales, municipales y distritales que ejerzan las funciones de fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre; los organismos privados, las entidades mixtas, así como todas aquellas entidades públicas y privadas de otros sectores sociales y económicos en los aspectos que se relacionen directamente con estas actividades.

Plan Decenal del Deporte, la Recreación, la Educación Física y la Actividad física para el desarrollo humano, la Convivencia y la Paz, a partir de la ley 181 de 1995.

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

2.10.3 Código De La Infancia Y Adolescencia

Ley 1098 De 2006

"Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia"

ARTÍCULO 1o. FINALIDAD. Este código tiene por finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna.

ARTÍCULO 2o. OBJETO. El presente código tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de Derechos Humanos, en la Constitución Política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección será obligación de la familia, la sociedad y el Estado.

ARTÍCULO 3o. SUJETOS TITULARES DE DERECHOS. Para todos los efectos de esta ley son sujetos titulares de derechos todas las personas menores de 18 años. Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 34 del Código Civil, se entiende por niño o niña las personas entre los 0 y los 12 años, y por adolescente las personas entre 12 y 18 años de edad.

ARTÍCULO 4o. ÁMBITO DE APLICACIÓN. El presente código se aplica a todos los niños, las niñas y los adolescentes nacionales o extranjeros que se encuentren en el territorio

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

nacional, a los nacionales que se encuentren fuera del país y a aquellos con doble nacionalidad, cuando una de ellas sea la colombiana.

Por medio de estas leyes se realiza la base legal que respalda la propuesta que se está realizando, permitiendo el uso de esta cartilla de juegos recreativos, aplicársele a los estudiantes siguiendo todos los parámetros legales buscando todo estar dentro del marco de la Ley, permitiendo el fomento de la recreación en los niños y jóvenes buscando su mejoramiento personal y de esparcimiento en el tiempo libre y ocio.

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

CAPÍTULO 3

3.1 Diseño y ejecución de la cartilla pedagógica

3.2 Título

Cartilla de juegos recreativos para su aplicación en casa fomentando el buen uso del tiempo libre y ocio.

3.3 Introducción

Vivimos en un mundo de constante cambios, en el cual los jóvenes cada día se encuentran con nuevos retos que afrontar frente a la nueva sociedad que se está generando, la falta de oportunidades y los niveles de desigualdad se encuentran elevados, esto crea una búsqueda desesperada por ocupar ese tiempo libre de alguna forma de la cual puede llegar a no ser productiva para la vida de los jóvenes, por eso debemos tomar una iniciativa desde la propia formación de las personas y esa es desde su infancia, en esta cartilla se busca fomentar en los niños principalmente su diversión, entretenimiento y recreación en su tiempo libre, con el fin de que puedan gozar y distraerse de buena forma, buscando que innoven y modifiquen los juegos que se les pongan a su propio gusto y afrontando los retos que se les atraviesen en las realización de estos, diseñando pensamiento recreativos que puedan ayudar a la formación de los niños imaginando nuevos retos y buscando la solución a estos durante el juego, llegando a producirse

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

un ocio positivo en ellos, y así en la etapa de desarrollo del crecimiento alejarse de los malos caminos y vicios que puedan llegar, pues estarán con la confianza de afrontar todos los retos que se les vayan atravesando buscando la forma más fácil de resolver los problemas y así ayudar a que se cree un futuro con una buena formación de jóvenes que estén listos para generar un cambio en la sociedad.

3.4 Historia

3.4.1 Historia de la Recreación y ocio en la Antigua Grecia

En los tiempos antiguos remontados a Grecia, el ocio y tiempo libre solo lo gozaban aquellos que eran hombres libres todo esto mientras se mantuviera le esclavitud en Grecia, debido a esto el ocio debía ser entendido como parte de una formación socioeconómica esclavista. Se veía en sus inventarios que los líderes organizaban grandes fiestas y espectáculos para los habitantes de la ciudad, pero estas eran dedicadas a homenajear a sus dioses protectores.

Hay 3 elementos contenidos en el ideal griego del ocio:

1) Tiempo, necesario para la elaboración y elevación de la cultura.

2) Fermento intelectual, dado en la necesidad de explicaciones mitológicas o metafísicas constantes.

3) Seguimiento de un ideal, premisa más característica de la Grecia antigua que de cualquier otra cultura.

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

Por lo tanto, el "ocio" tal lo entendieron y usaron los primeros filósofos griegos, solamente puede ser entendido a la luz de los ideales de la cultura griega. (Enrique, 2011).

En la Grecia clásica, en el tiempo libre por parte de los griegos era muy dado a realizar juegos, los cuales eran muy parecidos a algunos existentes en la actualidad, algunos de sus nombres son, Cara o cruz, Tabas, astrágalo (para juegos de azar), juegos de dados, La Petteia era un juego que apasionaba a los antiguos griego, las imágenes de las ánforas pueden dar a entender que este juego era parecido a las damas o al ajedrez, por el tablero cuadriculado y las piezas de piedra.

Según lecturas se afirma que igualmente existían juegos típicos para niños, como hacer equilibrio en zancos, jugar con aros de madera, o juegos de pelota un juego algo comparable al fútbol actual y se llamaba ephebiké, consistía en el enfrentamiento entre dos equipos separados por una línea que tenían que intentar meter la pelota en la línea del equipo contrario. Algunos griegos también usaban su tiempo libre en la caza, la pesca y las peleas de animales.

Algunos escritos dicen que los griegos enfocaban una mayor parte de su ocio en manifestaciones de carácter religioso, teniendo participación activa en las fiestas, en actos de piedad individual, en bodas, nacimientos, muertes, también una participación colectiva en misterios y oráculos: vivencias espirituales profundas que les servían de orientación en el camino de la vida.

El teatro en Grecia fue de suma importancia, ya que fue uno de los principales lugares de ocio y expansión para los ciudadanos griegos. Aquí se representaban las obras dramáticas, en honor de Dioniso, especialmente, tanto tragedias como comedias. La importancia del teatro en Grecia se puede comprobar en el hecho de que prácticamente todas las ciudades tenían uno.

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

Los juegos Olímpicos nacidos en Grecia, se estima que la celebración de los primeros juegos olímpicos tuvo inicio en el 776 a. C., en la que venció Corebo de Élide en la única prueba, que era la carrera del estadio. Su denominación se debe al lugar de su celebración: Olimpia, el emplazamiento del santuario más importante del dios Zeus y situada en el valle del Alfeo. Se celebraban cada cuatro años entre los meses de julio y agosto.

Estos juegos fueron de suma importancia en la Grecia antigua, pues el valor de los Juegos antiguos fue múltiple: representó una manifestación religiosa de acatamiento a los dioses; contribuyó al desarrollo armónico del cuerpo y del alma; favoreció la amistad de los pueblos y ciudadanos. La vida pública quedaba paralizada durante las fiestas ya que se suspendía toda actividad oficial. Esto nos muestra la gran importancia que tuvieron estos juegos para su entretenimiento y ocio de los ciudadanos griegos.

En los Juegos Olímpicos había diferentes competiciones:

Agones atléticos: donde la carrera principal y más antigua era la de velocidad que constaba de 192,27 metros (un estadio).

Agones luctatorios: donde se centraba principalmente en la lucha donde el objetivo era derribar al adversario mediante agarres y presas, aunque también había otra modalidad en la que los contendientes continuaban la lucha en el suelo y entonces para ganar debían colocar de espaldas sobre el suelo al adversario.

Pugilato donde se golpeaba al adversario únicamente con los puños. Corresponde al boxeo actual.

Pancracio donde había que vencer al rival pudiendo golpear con cualquier parte del cuerpo al adversario. También eran válidas cualquier tipo de luxación y presas de dolor.

Agones hípicos: Se centraba principalmente en:

Carreras de carros, donde el carro tenía dos ruedas, el auriga estaba de pie, con las riendas en su zurda y el látigo en la diestra.

Carreras de caballos: Los jinetes no usaban estribos e iban descalzos. Usaban látigo para fustigar al caballo.

Pentatlón: Según Aristóteles los jóvenes más bellos eran los participantes en el pentatlón, puesto que estaban igualmente dotados para la fuerza y la velocidad. Estaba compuesto por cinco actividades: salto de longitud, carrera, lanzamiento de disco, jabalina y lucha.

Los victoriosos en las competencias no se les daba ningún metal precioso solamente recibían una corona de laureles.

3.4.2 Historia de la Recreación y ocio en la Antigua Roma

El imperio romano brillo por sus variadas formas de ocio, varias de estas todavía vigentes hoy en día. Es importante saber que el ocio romano partió del ideal griego de fomento de valores como la libertad, la gratuidad y la satisfacción, aunque introdujo aspectos éticos como primar la participación masiva para garantizar el bien común.

Los grandes espectáculos públicos:

No cabe duda de que los grandes espectáculos de masas fueron la manifestación de ocio más popular durante la época imperial y la que mayor presencia ha tenido en el imaginario literario y cinematográfico posterior. Los grandes juegos públicos (ludi publici) suponen el emblema de la clásica visión romana del ocio como una actividad que debe satisfacer las ansias de evasión y recreo del pueblo, y garantizar a la vez el correcto orden social.

El anfiteatro: una arena pública:

Estos grandes espectáculos de masas tenían lugar en dos enclaves característicos: el anfiteatro y el circo, que se convirtieron en centros de recreo y en foros donde ejercer de manera indirecta y controlada el derecho a la participación ciudadana. De origen estrictamente romano, el anfiteatro era un espacio destinado sobre todo a las luchas de gladiadores, las cacerías de fieras y las naumaquias. El anfiteatro de piedra más antiguo de todos los conservados es el de Pompeya y el más importante fue el Coliseo de Roma.

Pasión por la sangre:

Las luchas a muerte de los gladiadores despertaban el entusiasmo del público, que podía decidir la suerte del perdedor (con los pulgares hacia arriba o abajo, o con pañuelos o exclamaciones). Los espectadores se sentían protagonistas de un espectáculo sangriento montado para su único disfrute. Los gladiadores solían ser esclavos, condenados a muerte u hombres libres arruinados. Los más laureados conseguían la gloria y una vida acomodada. Se distinguían por las armas que llevaban y luchaban solos, en parejas o en grupos, o contra fieras.

Naumaquias y bestiarios o venationes:

Otro de los espectáculos más curiosos de los realizados en los anfiteatros eran las naumaquias, combates navales realizados en la arena después de ser trasformada en un estanque. Se trataba de batallas violentas, con numerosas muertes y con una gran participación de naves y esclavos. Por último, quizás el juego más violento de todos eran los bestiarios, cacerías de fieras en las que muchas veces el papel del esclavo lanzado a la arena era simplemente ser devorado por ellas.

El circo: el lugar de las grandes carreras:

el circo fue la instalación más grande de todas las proyectadas en Roma para entretener al pueblo. Su origen se remonta a los hipódromos y estadios griegos, y estaba formado por un recinto alargado en forma de rectángulo. En el circo tenían lugar sobre todo carreras de carros y de caballos.

el contacto con la naturaleza:

Al margen del ocio de masas y los espectáculos violentos, en la época imperial también se impuso entre las élites de poder y los intelectuales otro tipo de recreo más íntimo basado en el disfrute de los elementos de la naturaleza. En ella se buscaba el recogimiento, la relajación, un clima agradable y una buena mesa. Este tipo de ocio (heredado del mundo heleno) se manifestó en tres ámbitos: el disfrute del agua en las termas, el dominio de la naturaleza agreste en los jardines y la afición por los viajes.

debatiendo entre aguas termales:

En el ámbito urbano, una manera de acercarse a la naturaleza eran las Termas, edificios públicos donde los romanos podían darse baños y relacionarse socialmente. Los espacios

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

fundamentales de las termas eran el frigidarium (piscina de agua fría), el tepidarium (baño tibio) y el caldarium (baño caliente y vaporoso). La práctica habitual era comenzar con el baño caliente para exudar e ir descendiendo de temperatura para cerrar los poros de la piel. Además, las termas contaban con vestuarios, salas de fricciones, bibliotecas, pistas de atletismo y tabernas.

jardines y viajes:

Los jardines respondían a una voluntad de disfrutar del sosiego, la frescura y la sombra de la naturaleza en un ambiente dominado por el hombre. la enorme red de calzadas fomentó el viaje de placer para descansar en zonas recogidas o admirar las obras de arte de las grandes capitales. Para ello se elaboraban guías de carreteras (el itinerarium) y se usaban vehículos cómodos y ligeros, como literas (lectica), sillas (sella) y carros (cisium).

ocio y cultura: recreando la mente:

El ocio cultivado también tuvo una notoria repercusión en la Roma clásica, aunque fue menor que en la Grecia antigua. A pesar de que los masivos ludi de la época imperial desplazaron la atención del público de los teatros a los circos y anfiteatros, los espectáculos culturales (el teatro, la música, la danza, etc.) continuaron siendo una afición importante, sobre todo para los intelectuales y artistas.

Un teatro popular y cómico

Conocidos como los ludi scaenici, las obras que se representaban en los teatros durante la República y la época imperial procedían de la unión entre las danzas escénicas etruscas, el teatro popular romano (las atelanas y saturae) y la influencia del teatro griego. De dicha mezcla surgió el género romano por excelencia, la comedia latina, las comedias, de gran carga satírica, eran

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

interpretadas por actores disfrazados y acompañados de abundantes elementos musicales, de bailarines y de mimos.

Entre libros y músicas

Otra forma de ocio cultivado tenía lugar en las bibliotecas y los auditorios, donde se estudiaba, se rendía culto a los libros y se realizaban lecturas públicas y conferencias. Asimismo, la música también fue una afición común, aunque no era considerada un fin en sí misma sino un medio para embellecer los sacrificios, ritos, juegos y desfiles militares. El Odeón era el edificio que se utilizaba en la Antigua Grecia y posteriormente en la Roma clásica para los acontecimientos musicales, que podían consistir tanto en las propias representaciones musicales como para canto y poesía, pero también para el teatro.

El ocio familiar y privado

En la antigua Roma, no todo el ocio era público, pensado para grandes audiencias o para disfrute elitista de minorías. También era habitual el ocio familiar, pasatiempos privados y juegos realizados en casa y en espacios íntimos. Se trataba de juegos infantiles, juegos de pelota, actividades físicas o juegos de azar. Este ocio lúdico se basaba en el juego, la diversión, el recreo, los hábitos saludables y la competición.

Los juegos infantiles

Muchos de los juegos infantiles romanos han llegado a nuestros días sin apenas modificaciones: el escondite, pares o nones, la gallina ciega, el columpio, el balancín o cara o cruz son los más famosos. También destacaba el uso del aro de hierro o bronce (el trochus) que

se empujaba con una varilla (el clavis) y llevaba campanillas o anillos que tintineaban al rodar. Muy populares eran también la peonza, las canicas y las muñecas articuladas.

Los Juegos Para Adultos

Los deportes y la actividad física eran las aficiones más practicadas a partir de la adolescencia: competiciones de natación (una de las actividades predilectas de los romanos), carreras pedestres, concursos de saltos, lanzamiento de disco y jabalina, o combates de lucha y pugilato. También hubo prácticas deportivas colectivas como los variados juegos de pelota (conocida como pila o sphera), que evolucionaron después hacia el hockey, béisbol, balonmano, fútbol o rugby.

Los Juegos De Azar

Por último, en Roma fueron habituales los juegos de azar. El más jugado era el de los dados, en el que se ganaba si se conseguía la puntuación más alta, si se acertaba las puntaciones que se iban a sacar o si se rellenaba un tablero con distintas puntuaciones. El juego de las tabas consistía en lanzar al aire varias piezas o huesos a modo de dados y se ganaba o perdía según el lado en que caían. También se practicaban los bolos, la micatio (adivinar el número de dedos levantados por el rival) y numerosos juegos de tablero que combinaban el azar de los dados con la habilidad al recorrer el itinerario del juego. Existió un juego similar al ajedrez, denominado juego de los soldados (milites).

3.4.3 Recreación en Colombia

En Colombia, la recreación es una actividad tan importante para el Estado como elemento esencial del desarrollo de su recurso humano tanto individual como colectivo, que tiene un espacio propio en instrumentos normativos e institucionales internos y externos desde la época de la colonia hasta nuestros días.

Uno de los primeros instrumentos normativos fue el acuerdo del 29 de julio de 1555, "sobre los juegos", emanado de la Real Audiencia del Nuevo Reino de Granada, el cual buscaba la integración de los súbditos del nuevo mundo, como símbolo de unidad.

La Ley 11 de marzo de 1825, sobre "Organización y Régimen Político y Económico de los Departamentos y Provincias", establece algunos criterios referentes a "diversiones públicas", como actividades de entretenimiento dentro de criterios morales socialmente aceptados. En esa misma línea y con un criterio más especializado, la Ley 39 de 1903, establece que "La recreación es favorable para el desarrollo de la salud de los niños", resalta la importancia de la recreación como factor terapéutico preventivo.

La primera reglamentación sobre masificación y planificación de infraestructura y práctica recreativa, en nuestro parecer, fue adoptada por la Ley 80 del 13 de Noviembre de 1925, cuyo artículo 12, estableció: ".. Las asambleas departamentales votarán año por año la partida que fuere necesaria para la fundación de plazas de deportes..."

También determina las funciones de las plazas de deportes o fines principales a saber:

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

a). - Fomento de la salud.

b). - Recreación física.

c). - Mejoramiento de la energía mental.

d).- Educación del carácter.

Como complemento integrador el Decreto 710 de 1928, Incluye, juegos y paseos en el pensum académico.

En 1934, el Congreso de la República, expide la Ley 12 y crea la Dirección Nacional de educación física y le da funciones de "Manejo del deporte la educación física y la recreación".

En 1942, mediante el decreto 738, se estatuyó que el 19 de julio fuera el día de fiesta para la juventud, el cual se destinaría para actividades recreativas y de aprovechamiento del tiempo libre.

Se crea en 1959, el primer "Comité Nacional de Recreación de la Presidencia de la República". Más adelante se crea la Asociación Colombiana de Recreación, como indicador de la importancia que había adquirido en esa época el sector.

En 1968 por medio del Decreto 2743, el ejecutivo crea "el Instituto colombiano de la Juventud y el Deporte, Coldeportes", como ente rector del sector y dentro de sus funciones establece las de implementar "Planes de estímulo y fomento de educación física, deporte y recreación."

En 1978 mediante el Decreto 1191, se crean los “festivales escolares recreativos”, como un mecanismo de integración poblacional y coincidente con ese año se crea en Santiago de Cali, la Corporación de Recreación Popular, iniciándose los primeros programas de Parques Recreativos.

El Decreto 239 de 1983, Ordena las” jornadas recreativas y culturales en los establecimientos educativos.”.

El presidente de la República, expide el Decreto 2845 de 1984, dispuso que “el deporte, la educación física y la recreación, son derechos de la comunidad...” ...” esenciales en el proceso educativo de los colombianos”.

Como instrumento de gestión nace a la vida jurídica la Comisión Nacional de Recreación.

En el año 1984, se elabora el primer Plan Nacional de Recreación.

En 1985, COLDEPORTES crea la División Nacional de Recreación y Juventud, como dependencias especializadas en estos temas sectoriales.

La Ley 115 de 1994, sobre educación, la cual incluyó dentro del Plan Nacional de Educación la práctica recreativa y la adecuada utilización del tiempo libre, como uno de los objetivos específicos de la educación, tanto formal como extra escolar, en todos sus ciclos y modalidades.

La Ley 181 de 1995, conocida como “ley del Deporte”, Crea el “Sistema Nacional del Deporte”, y materializa el instrumento de patrocinio, fomento, masificación, divulgación, asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y su promoción en los sectores escolar y extraescolar.

La Ley 361 de 1996, “de Discapacitados”, determina el apoyo que debe dar Coldeportes a la organización y financiación de eventos deportivos y recreativos a nivel nacional para estos segmentos poblacionales hasta ese momento “desprotegidos” en este campo.

La ley 375 de 1997, conocida como la Ley de la Juventud, reitera una vez más, que la recreación y el uso adecuado del tiempo libre, son factores y derechos fundamentales de desarrollo integral de la juventud.

3.5 Propósito

El propósito de esta cartilla es buscar fomentar en los jóvenes un buen aprovechamiento del tiempo libre y ocio por medio de juegos recreativos, gracias a la aplicabilidad de retos durante los juegos, pero buscando el goce y disfrute de los niños durante la realización de los mismos.

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

3.6 Actividades

3.6.1 Pelotas Ciegas

Duración: 15 minutos

Grado: 6 grado

Objetivo: Mejorar la percepción del espacio-tiempo de los niños y niñas.

Justificación: Se busca que los niños y niñas mejoren su percepción del espacio-tiempo y así mismo tengan seguridad en ellos a través del juego recreativo pelota ciega.

Descripción Teórica: Dibujarás una línea con tiza o con el material que desees delimitando el lugar donde realizarás los lanzamientos, luego te ubicarás de pie a una distancia aproximada de tres metros con los ojos vendados con un trapo o una venda frente a una cesta, donde deberás realizar varios lanzamientos con la mano de preferencia intentando introducir las pelotas en la cesta, estas pelotas pueden estar diseñadas por varias hojas de papel reciclable enrolladas con cinta adhesiva buscando que tengan una forma esférica, también se puede usar bolas plásticas si se tienen en casa.

Como variable te podrías parar de espaldas a la cesta, o que la cesta esté ubicada en otras partes que pueden ser elevadas, hacer los lanzamientos por encima de la cabeza, en cucharita, o la variable que desees aplicarle al juego.

Descripción Gráfica:

Reglas

Realizar los lanzamientos desde la ubicación elegida sin pasarse.

No mirar a donde se va a lanzar.

Encestar el mayor número de pelotas posibles.

Material/espacio: Una venda, trapo o pañuelo para tapar los ojos.

Papel reciclable, periódico y cinta adhesiva para la construcción de las pelotas.

Caja de cartón, cesta plástica u otros objetos huecos para que la pelota caiga.

Errores posibles: Que el niño pueda ver a través de la venda.

Que lance con las dos manos.

Pasarse de la zona designada de lanzamiento.

Evaluación: Formativa de observación digital.

3.6.2 Vasos Soplados

Duración: 10 minutos

Grado: 6 Grado

Objetivo: Mejorar la motricidad fina de los niños y ejercitar la respiración.

Justificación: El niño aprenderá a usar el manejo del espacio y el tiempo, así como su lateralidad durante el juego.

Descripción Teórica: Te ubicarás atrás de una mesa de preferencia que sea plana, con un pitillo frente a varios vasos plásticos volteados los cuales deben estar ubicados en línea horizontal, y deberás ir soplando uno por uno hasta llegar a la meta, que será una línea trazada previamente, debes soplarlos, sin tocarlos y lograr llegarlos todos en el menor tiempo posible, sin tirar ningún vaso por el lado de la mesa, se puede tomar un tiempo con un cronómetro e intentar volver a conseguirlo en menos tiempo.

Como variable se puede añadir más vasos, o poner obstáculos en el trascurso del camino para hacer más difícil la llegada de los vasos plásticos 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

Descripción Gráfica:

Reglas: Soplar cada vaso uno por uno hasta la llegada.

Intentar terminar antes de 40 segundos.

No tocar los vasos con el pitillo, ni con alguna parte del cuerpo.

Si el vaso cae por los costados de la mesa, deberá empezar de nuevo con ese vaso.

Material/objeto: Un pitillo cualquiera.

Vasos plásticos.

Una mesa lisa.

Un cronómetro.

Una cinta para delimitar la llegada de los vasos.

Errores posibles: Tocar con el pitillo los vasos.

Soplar un vaso del otro compañero.

Evaluación: Formativa de observación digital.

3.6.3 Tira La Moneda Al Blanco

Duración: 15 minutos.

Grado: 6°

Objetivo: Mejorar la actividad tónica del niño por medio de este juego recreativo.

Justificación: Mejorar la habilidad óculo-manual (ojo y mano) del niño por medio del lanzamiento de la moneda al blanco.

Descripción teórica: Se ubicará la diana en una mesa o en el suelo a una distancia de uno 0 dos metros aproximadamente, luego se dibujará una línea a la distancia elegida para los tiros de las monedas, y se lanzará a continuación diez monedas de forma consecutiva hacia la diana buscando que las monedas caigan en los mejores números para así conseguir el mejor puntaje al final de todos los lanzamientos, se anotará el puntaje, se recogerán las monedas y se vuelve a lanzar buscando conseguir cada vez un mejor puntaje, esta actividad se puede jugar con varios participantes.

Como variable se puede colocar la diana en otra superficie como en una mesa, o en una silla, también ampliar la zona de lanzamiento de la moneda, así como lanzar por debajo de las piernas, o alguna otra variable que decidas con tu creatividad.

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

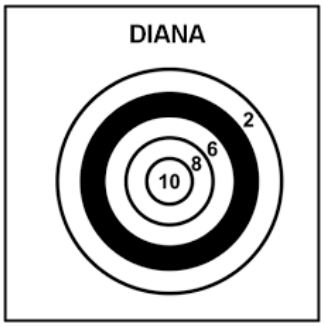
Descripción Gráfica:

Reglas: No pasarse de la línea designada de lanzamiento.

Si la moneda cae fuera de la diana, puede volver a tirar esa moneda.

Se debe lanzar con su mano de preferencia.

Material/objeto: Se dibujará una diana en una hoja cartulina o blanca.



10 monedas de cualquier valor, o tapas de botella, plásticas.

Cinta tirro o marcador para dibujar la línea de lanzamiento.

Errores posibles: Lanzar fuera de la diana.

Pasarse de la línea al momento de tirar.

Lanzar con las dos manos.

Evaluación: Formativa de observación digital.

3.6.4 Que Sobreviva El Limón

Duración: 20 minutos.

Grado: 6°

Objetivo: Promover el uso de juegos de equilibrio del niño en su tiempo libre.

Justificación: Mejorar la habilidad del equilibrio y presición del niño durante la realización del juego.

Descripción teórica: Cojerás una cuchara con un limón y la sujetarás con tu boca de forma que el limón no se valla a caer, seguido deberás avanzar entre los obstáculos que pueden ser zapatos, potes, vasos plásticos, sin dejar caer el limón y sin ayudarse de las manos, de forma que al final llegué a una caneca o caja de zapatos y depositar el limón sin soltar la cuchara de la boca,

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

seguido debes devolverte al inicio y llevar el siguiente limón así hasta completar de llevar los limones que hayas decidido para el juego.

Como variable puedes ir caminando a la meta de espaldas, con o sin obstáculos como decidas, también puedes cronometrizar los recorridos para ver en cuanto tiempo te toma realizar cada viaje.

Descripción Gráfica:

Reglas: No brincar.

No dejar caer el limón o la cuchara.

Si el limón se cae se deberá empezar desde el inicio.

No patear o pasar por encima de ningún obstáculo.

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

Si al intentar insertar el limón se cae, se deberá volver a intentar desde el mismo lugar donde se encuentra.

Material/objeto: Una cuchara y un limón.

Como obstáculos: Caja de zapatos, plásticas, vasos plásticos, entre otros.

Para la meta se puede usar una caneca de basura, un vaso grande, o pote.

Erorres posibles: Que se caiga la cuchara o el limón.

Tropezarse con un obstáculo.

Que se caiga la cuchara dentro del pote de meta.

Evaluación: Formativa de observación digital.

3.6.5 Bolas locas

Duración: 15 Minutos.

Grado: 6°

Objetivo: Desarrollar la concentración, la memoria del niño y el fomento del tiempo libre por medio de este juego recreativo.

Justificación: Trabajar la motricidad gruesa, la precisión y percepción del espacio-tiempo del niño por medio del lanzamiento.

Descripción teórica: Deberás ubicar seis pines o más en forma de triángulo e intentar derribar todos los potes colocados a una distancia de cinco metros en un espacio libre de obstáculos en lo posible de superficie lisa, con las bolas de papel o un balón, usando la mano de preferencia, buscando derribar la mayor cantidad de pines posibles.

Como variable podrías hacer los lanzamientos por debajo de las piernas y de espaldas, o colocar más pines para derribar.

Descripción Gráfica:

Reglas: No deberá pasarse de la línea de lanzamiento.

No lanzar las pelotas con ambas manos, o cambiando la mano de lanzamiento.

No saltar al momento de lanzar.

Material/objeto: bolas de papel elaboradas de hojas blancas envuelta con cinta plástica o un balón o pelota plástica.

Botellas o potes plásticos como (pines) para derribar.

Errores posibles: Que la bola no llegue a los pines.

Que la bola no derribe ningún pin.

Pasarse la línea de lanzamiento.

Evaluación: Formativa de observación digital.

3.6.6 Patadas ciegas

Duración: 15 minutos.

Grado: 6°

Objetivo: Afianzar la concentración y ubicación del tiempo y espacio del niño mediante el juego, así como fomentar el buen uso del tiempo libre.

Justificación: Desarrollar la habilidad óculo-Podal (Ojos y pies), así como el uso de la fuerza y la percepción del espacio y el tiempo.

Descripción teórica: Te ubicarás en una silla de espaldas al lugar que hayas diseñado como arco donde deberá introducir la pelota o tapa a una distancia de dos metros, seguido deberás ubicar el objeto a patear debajo de la silla y deberás patearlo con el talón buscando insertarlo en la meta.

Como variable se puede colocar varios objetos a lanzar debajo de la silla e intentar llegarlos de forma consecutiva, también se puede ampliar o disminuir la distancia de la silla al arco.

Descripción Gráfica:

Reglas: No pararse al momento de patear con el talón.

Patear solo con el talón.

No mirar atrás al momento de patear.

No pisar el objeto a patear.

Material/objeto: silla donde se va a sentar el niño.

Objetos para delimitar la cancha de meta.

Tapa, balón, bola de papel u otro objeto para lanzar.

Errores posibles: Mirar atrás para lanzar.

Que la pelota no llegue al arco.

Que el piso no sea liso para el desplazamiento del objeto.

Evaluación: Formativa de observación digital.

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

3.6.7 Golf In

Duración: 20 minutos.

Grado: 6°

Objetivo: Buscar la familiarización del niño al juego del golf.

Justificación: Desarrollar la percepción y la fuerza a través del juego Golf In.

Descripción Teórica: Te ubicarás en la zona de lanzamiento de la bola que hayas elegido, el cual con el palo de escoba deberás golpear la bola de golf echa de papel que este fijo en el suelo buscando llegar introducirla en la ubicación de la cesta en el menor intento de tiros posibles, si al tirarla no llega deberá ir hasta donde quedó la bola y seguir lanzándola hasta llegar a la cesta, se anotará los números de golpes que realizó a la bola hasta llegar a la cesta, y deberá volver a intentarlo en el menor número de tiros posibles.

Como variable podría colocar la bola en diferentes partes de la casa para que sea más difícil llegar a la cesta o puedes diseñar con creatividad la variable que más guste.

Descripción Gráfica:

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

Reglas: Deberá usar solo el palo de la escoba (No las cerdas).

Deberá ir a donde quede la bola para seguir haciendo los lanzamientos.

Material/objeto: 5 Bolas de papel enrolladas con cinta adhesiva.

Un palo de escoba sin las cerdas.

Papel y lápiz.

Cesta plástica para llegar las pelotas.

Errores posibles: Que el palo se salga de las manos.

Golpear objetos ajenos al juego.

Que el espacio para el juego sea reducido.

Evaluación: Formativa de observación digital.

3.6.8 Bolas Locas

Duración: 15 Minutos.

Grado: 6°

Objetivo: Buscar el afianzamiento del golpe y lanzamiento de objetos por medio del uso del cuerpo.

Justificación: Desarrollar la conciencia corporal durante la aplicación del juego bolas locas.

Descripción Teórica: Deberás dibujar una línea o un círculo donde debes ubicarte para realizar los lanzamientos, seguido deberás lanzar cada bola de las cinco al aire y luego intentar golpearlas con cualquier parte del cuerpo, exceptuando las manos, sin salirse de la zona designada, buscando que está bola o pelotica caiga dentro de una cesta ubicada a una distancia aproximada de un metro.

Como variable puedes decidir golpear solo con una parte del cuerpo como por ejemplo la cabeza o el hombro e intentar insertar las cinco bolas con esa parte del cuerpo, o puede hacer la variable que gustes usando creatividad.

Descripción Gráfica:

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

Reglas: No usar las manos al momento del golpe.

Ubicarse atrás de la línea designada para golpear

Material/objeto: 5 bolas de papel enrolladas con cinta adhesiva.

Una cesta donde caigan las bolas.

Cinta tirro o tiza.

Errores Posibles: Golpearla con las manos.

Pasarse de la línea de lanzamiento.

No golpearla con ninguna parte del cuerpo

Evaluación: Formativa de observación digital.

3.6.9 Los lapices locos

Duración: 15 Minutos.

Grado: 6°

Objetivo: Afianzar los sentidos de orientación del niño al momento que se esté realizando el juego lanzamiento locos.

Justificación: Conseguir que el niño tenga percepción del espacio-tiempo al momento de moverse, y precisión al momento de lanzar.

Descripción Teórica: Deberás ubicarte en un lugar que escojas, a varios metros debes ubicar un pote con 10 lapices o colores, seguido darás diez vueltas rápido sobre el mismo lugar donde te encuentres y luego irás caminando hasta el lugar donde estarán los diez lápices, así mismo los tomarás y lanzarás uno por uno, buscando introducir los más que pueda dentro de la canasta que estará ubicada a dos metros de donde estén los diez lápices.

Como variable puedes aumentar el número de vueltas de diez a veinte por ejemplo, o puedes aumentar el número de lápices a insetar en la cesta, también puedes poner obstáculos para llegar hasta los lápices o colores, y así hacer más difícil el juego.

Descripción Gráfica:

Reglas: Las vueltas se deben hacer sobre el mismo lugar.

No deberá descansar apenas termine las vueltas, debe ir hacia los colores o lápices.

Debe lanzar los colores o lápices con la mano de preferencia.

Si el lápiz o color cae fuera de la canasta se pierde ese lanzamiento.

Material/objeto: 10 lápices o colores.

Una canasta o cesta de plástico.

Errores posibles: Caerse.

Fallar todos los tiros.

No culminar el juego.

Evaluación: Formativa de observación digital.

3.6.10 Pesca Las Tapas

Duración: 10 minutos.

Grado: 6°

Objetivo: Trabajar la lateralidad y equilibrio del niño mediante el juego pesca las tapas.

Justificación: Afianzar la motricidad fina del niño, así como su percepción del espacio-tiempo.

Descripción Teórica: Deberás llenar un balde de agua y ubicar dentro de él unas diez tapas plásticas, seguido te ubicarás en una zona que elijas con una canasta y la dejarás en el suelo, luego irás con una cuchara hacia el balde lo más rápido posible y deberás sacar una tapa o dos con la misma cuchara y llevar la tapa hasta la canasta, así sucesivamente con las tapas restantes y lograr hacerlo en tres minutos. Puedes repetir tres veces el juego e intentar mejorar el tiempo. Se pueden poner varios obstáculos en el camino para demorar la llegada a la cesta.

Como variable puedes poner objetos pesados que queden al fondo del balde e igual sacarlos con la cuchara y llevarlos hacia la cesta.

Descripción Gráfica:

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

Reglas: No deberás tocar la tapa con la mano.

Termina el juego cuando hayas sacado todas las tapas del balde.

Si se cae la tapa en el recorrido, deberás tomarla con la mano y colocarla en la cuchara de nuevo y terminar de llevarla hasta la canasta.

No usar las dos manos.

Material/objeto: Un balde con agua.

10 tapas reciclables.

Una cuchara plástica.

Canasta.

Errores Comunes: Que se caiga la tapa en el recorrido.

Agarrar la tapa con la mano.

Evaluación: Formativa de observación digital.

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

CAPÍTULO 4

4.1 Actividades Interinstitucionales

15 DE MAYO DEL 2021	Reunión con el docente de educación física de la institución, para la planeación de talleres.	

CAPÍTULO 5

5.1 Formatos de evaluación

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. **Rol en la Institución**

- Pertenencia con la institución
  Excelente
- Da a conocer sus inquietudes
  Excelente
- Cumple y respeta los conductos regulares
  Excelente
- Interactúa y se relaciona con facilidad y adecuadamente
  Excelente
- Su presentación personal es acorde a las situaciones de trabajo
  Excelente

2. **Planeación**

- Proyecta estrategias de ejecución con objetivos precisos
  Excelente
- Es autónomo en sus decisiones
  Excelente
- Visiona y gestiona acciones futuras
  Excelente
- Su proyecto de área es acorde con el PEI
  Excelente

3. **Organización**

- Elabora y presenta su proyecto de desarrollo de área
  Excelente
- Lleva los diarios de campo-planes de unidad de clase
  Excelente

- Su comunicación es fácil y asertiva
  Excelente
- La comunicación requerida es presentada con orden, pulcritud y estética
  Excelente

4. **Ejecución**

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

5. **Control**

- Hace seguimiento continuo a las actividades desarrolladas
  Excelente
- Soluciona las dificultades encontradas en el desarrollo del proceso
  Excelente

NOMBRE DEL SUPERVISOR: A-I-I- Alfonso Jaimes Pérez 13'491921 Cúcuta
FIRMA DEL DOCENTE EN FORMACIÓN: Sergio Adrian Becerra Jaimes
FECHA: 10/06/2021

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Facultad de Educación
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

DOCENTE EN FORMACIÓN: Sergio Arian Becerra Sepúlveda
SUPERVISOR: L-I-V - Alfonso Jaimes Pérez
INSTITUCIÓN: Institución Educativa José Aquilino Duran
FECHA: 30/06/2021

ACTIVIDADES	PUNTAJE MAXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	5
2 Unifica criterios y aclara de conceptos y dudas	5	5
3 Emplea y domina el aspecto pedagógico y metodológico	4	4
4 Usa el lenguaje técnico de la materia	2	2
5 Dosifica el tiempo	3	3
6 Lleva el material didáctico	2	2
7 Emplea bien el material didáctico	4	4
8 Emplea bien el tablero y consigna lo principal	4	4
9 Refuerza a sus alumnos	3	3
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11 Dirige y redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	3
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3
14 Se cumplió el objetivo	4	4
15 Presentación personal excelente	2	2
TOTAL	50	50

OBSERVACIONES: Demostró un excelente desempeño durante las prácticas profesionales asignadas, con buen dominio de los temas, e igual dominio en el manejo de los estudiantes.

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Facultad de Educación
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

DOCENTE EN FORMACIÓN: Sergio Adrian Becerra Escalvedo
SUPERVISOR: Alfonso Jaimes Perez
INSTITUCIÓN: Institución Educativa José Aquilino Duran
GRADO 6,7,8,9,10 y 11 FRECHA: 10/06/2021

ETAPAS	OBSERVACIÓN	%	NOTA	%
1 Administrativa	En las reuniones virtuales realizadas por la institución educativa, estuvo pendiente y asistiendo a cada una de ellas.	30%	5.0	30%
2 Docente y Evaluativa	Demostró un excelente manejo de los temas expuestos durante las clases.	50%	5.0	50%
3 Actividades extracurriculares	Mantuvo constante disponibilidad en las actividades programadas por el profesor en la hora y tiempo que se programaron.	20%	5.0	20%
	NOTA DEFINITIVA	100%	5.0	100%

SUPERVISOR: Alfonso Jaimes Pérez
DOCENTE EN FORMACIÓN: Sergio Adrian Becerra Escalvedo

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Facultad de Educación
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

DOCENTE EN FORMACIÓN: Sergio Adrian Barrera Sepulveda
SUPERVISOR: A-I-V - Alfonso Jaimes Perez
INSTITUCIÓN: Institución Educativa José Aquilino Duran
CURSO: 6,7,8,9,10 y 11 FRECHA: 10/06/2021

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	5	1.5
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	5	2.5
III. EXTRACURRICULAR	20%	5	1
		NOTA DEFINITIVA	5

OBSERVACIONES ESPECIALES:

DOCENTE EN FORMACIÓN: Sergio Adrian Barrera Sepúlveda
SUEPERVISOR: A-I-V - Alfonso Jaimes Pérez

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL DOCENTE EN FORMACIÓN

DOCENTE EN FORMACIÓN: Sergio Adrian Becerra Sepúlveda
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: Institución Educativa José Aquilino Duran
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Alfonso Jaimes Pérez

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. De la Institución de Práctica

- El espacio de trabajo ofrecido por la institución da una buena oportunidad de aprendizaje para los alumnos maestros del área de educación física, recreación y deportes. Excelente
- Se le brindan facilidades administradoras y físicas para el desarrollo de la práctica. Excelente
- El supervisor de la práctica fue un apoyo constante en el desarrollo de la propuesta pedagógica. Excelente
- Se le da la importancia que merece el área de educación física, recreación y deportes en la institución. Excelente
- Los recursos asignados fueron suficientes, adecuados y oportunos. Excelente

2. De la Universidad

- La asignatura de taller pedagógico le dio una pauta general de la práctica profesional. Excelente

SC-CER96940

- Las asignaturas del plan de estudio visto, le proporcionaron apoyo formativo y complementario en el desempeño profesional. Excelente
- Las asesorías del supervisor de prácticas fueron importantes en el desarrollo de la práctica. Excelente

3. Formación profesional y personal.

- A través de la práctica tuve mayor conocimiento de mis debilidades y fortalezas. Excelente
- La practica me ayudo a ser autónomo en mis decisiones. Excelente
- Logre un sentido de pertenencia con la institución Excelente
- Las relaciones personales e interpersonales fueron provechosas y productivas. Excelente
- Los objetivos propuestos se cumplieron a cabalidad. Excelente
- La práctica fue importante en el crecimiento y desarrollo personal y profesional. Excelente

SUGERENCIAS:

FIRMA DEL DOCENTE EN FORMACIÓN: _____

FECHA: 10/06/2021

	Acta de Sustentación de Trabajo de Grado-Pregrado	Código	FGA-72 v.07
		Página	1 de 1

PROGRAMA: LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

MODALIDAD DE TRABAJO DE GRADO

☐ Investigación	☐ Pasantía de Investigación	☐ Docencia	☐ Práctica Empresarial
☐ Recital de Grado	☐ Diplomado	☒ Práctica Integral	☐ Articulación Posgrado

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

JURADO 1: EDUARD ENRIQUE LOPEZ PEDRAZA / **C.C:** 19710999

JURADO 2: VICTOR RAUL CACERES TORRES / **C.C:** 13450626

JURADO 3: _____ / **C.C:** _____

EN SU SESIÓN EFECTUADA EN: VILLA DEL ROSARIO, MICROSOFT TEAMS **A LAS** 09:20 am. **HORAS, DEL DÍA** 01 **DEL MES** JULIO **DEL AÑO** 2021.

Terminadas sus deliberaciones, y en cumplimiento de las normas y acuerdos de los órganos de dirección de la Universidad de Pamplona, se ha llegado a la siguiente conclusión:

Primera Conclusión: Otorgar la Calificación de: 4.4 *(en números)*

☒ Excelente (>=4,<=5-0) ☐ Aprobado(>=3,<=3.99) ☐ Incompleto (<=2.99)

AL TRABAJO DE GRADO TITULADO:

PROPUESTA PEDAGÓGICA DE JUEGOS RECREATIVOS PARA SU APLICACIÓN EN CASA FOMENTANDO EL BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE Y OCIO EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO SEXTO DEL COLEGIO JOSÉ AQUILINO DURAN

AUTOR(ES): Número de Autores (__1__)

Nombres:	Sergio Adrián Becerra Sepúlveda	COD.	1039470351
Nombres:		COD.	
Nombres:		COD.	

DIRECTOR Y/O TUTOR: BRAYAN ARLEY PEÑA PORTILLA /**C.C:** 1094276584

Segunda Conclusión: Emitir los siguientes criterios

No.	DESCRIPCIÓN	RECOMENDAR	
		SI	NO
1.	Recomendar para presentar en eventos.		X
2.	Recomendar para publicación.		X
3.	Recomendar para ser continuado en otros trabajos.		X
4.	Recomendar para mención meritoria (acuerdo 186 de 2002).		X
5.	Recomendar para mención laureada (acuerdo 186 de 2002).		X

Otras: _____

Tercera Conclusión: Avalar el cumplimiento del Trabajo de Grado, para optar por el Título de: Licenciado en Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación Y Deportes

Firmas del Jurado Calificador:

JURADO 1 **JURADO 2** **JURADO 3**

Director Comité Trabajo de Grado **Director Unidad Académica**

Nota: Diligenciar debidamente todos los espacios requeridos en el formato.

*"**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

ANEXOS

TALLERES

	INSTITUCION EDUCATIVA JOSE AQUILINO DURAN
	GUIA Nº 4 DE EDUCACION FISICA 2021

GRADO:	6º grado	**AREA:**	Educación Física	**ASIGNATURA:**	Educación Física
FECHA DE RECIBIDO:	15 – 03 - 2021	**FECHA DE ENTREGA:**	09 – 04 - 2021	**DURACION:**	Tres semanas
COMPETENCIA:	MOTRIZ. Ejercicio y desarrollo físico (cualidades físicas)				

INTRODUCCIÓN

VALENCIAS FISICAS

Segunda Unidad del área de Educación Física correspondiente a las **VALENCIAS FISICAS** o cualidades físicas y segundo término conceptual de la educación **física** la recreación y el deporte.

En esta unidad vamos a explorar los aspectos físicos y fisiológicos, su incidencia en el ejercicio y el desarrollo de cualidades físicas.

Al referirnos a las cualidades del ser humano hay que tomar en cuenta que estas definen características que nos hacen diferentes unos de otros, naturales o adquiridas como lo morfológico, lo estético, lo ético. Y las habilidades.

Desde el punto de vista del desempeño físico establecemos que las cualidades físicas son básicas y adquiridas.

CONCEPTO

Las **cualidades físicas básicas** son aquellas condiciones inherentes a cada persona y que le permiten realizar actividades motrices que forman parte de la condición física.. Las capacidades físicas básicas constituyen la base fundamental para la adquisición y desarrollo de la condición física y de otras habilidades más complejas. En general, todas las cualidades físicas actúan como suma de un todo integral que es el sujeto y se manifiestan en su totalidad en el movimiento físico-deportivo. Estas cualidades o aptitudes son **BASICAS:** la **fuerza,** la **velocidad**, la **resistencia** y la **flexibilidad.**

FUERZA:: Es la condición física necesaria para desplazar una resistencia, Esta es ejercida por la contracción muscular. Mediante un mecanismo de tensión.

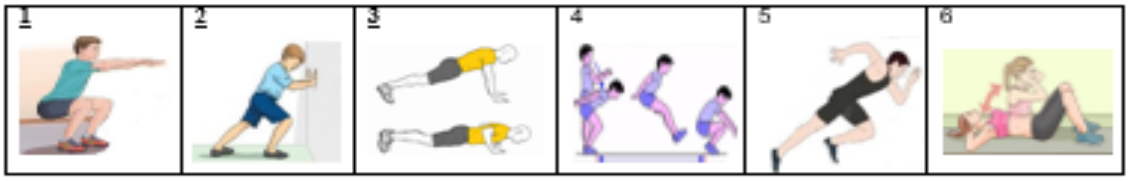
VELOCIDAD: Es la condición física del ser humano para vencer una resistencia en el menor tiempo posible (rapidez con que se puede mover el ser humano).

RESISTENCIA: Es la condición o capacidad física para mantener un esfuerzo por un tiempo prolongado.

FLEXIBILIDAD: Esta cualidad o condición física que se ha incorporado a las cualidades físicas básicas por ser una condición que aunque nace con el individuo se desarrolla con la práctica o el entrenamiento.

Hasta ahora solo tenemos las cualidades físicas básicas, a partir de estas el ser humano empieza a expresar y desarrollar otras cualidades que mediante el proceso evolutivo del crecimiento van aflorando: el Equilibrio, la Coordinación, el Ritmo y por último la comprensión de todas que llamaremos Agilidad. Estas cualidades son llamadas Secundarias o Adquiridas.

¿Qué voy a aprender?



Haga una lista de los ejercicios anteriores, ordenada con el nombre del ejercicio y la descripción de cómo se realiza y el para qué nos sirve su práctica o entrenamiento.....

Lo que voy aprender

Existen una gran gama de ejercicios que contribuyen al fortalecimiento muscular y que en su práctica continua o entrenamiento pueden llegar a alcanzar un desarrollo muscular muy definido. Estos ejercicios tienen un nombre especifico y su realización obedece a técnicas de ejecución que pueden mejorar y prevenir lesiones musculares o esqueléticas que a futuro pueden llegar a limitar el movimiento.

Practico lo que aprendí

Elija tres ejercicios de los expuestos anteriormente, realícelos durante un tiempo de un (1), minuto.
Regístrelos en fotografía o video o haga una descripción grafica de la secuencia (en dibujos).
No olvide que en todos los trabajos de prácticas físicas o de entrenamiento debe realizar una sesión de **calentamiento** inicial previo a su ejercicio y el respectivo **estiramiento** muscular.

¿Cómo sé que aprendí?

Como evidencia de su trabajo físico de los ejercicios, envíe foto o video de la realización de ellos.
Transcriba a su cuaderno de apuntes el concepto general de las valencias físicas y el desarrollo de la guía.

¿Qué aprendí

Realice un análisis personal de su trabajo a manera de autoevaluacion expresando lo que aprendio.

INSTITUCION EDUCATIVA JOSE AQUILINO DURAN

GUIA N° _5_

GRADO:	6º	**ÁREA:**	Educación Física	**ASIGNATURA:**	Educación Física
FECHA DE RECIBIDO:	09 – 04 - 2021	**FECHA DE ENTREGA:**	23 – 04 - 2021	**DURACIÓN:**	Dos semanas
COMPETENCIA:	Desarrollo de las cualidades físicas (valencias)				

INTRODUCCIÓN

Continuamos con el desarrollo de las cualidades físicas, y en esta guía veremos las cualidades secundarias. Coordinación, Equilibrio, Ritmo y elasticidad.
Estas como lo exprese en la guía anterior son aquellas que se adquieren y se afianzan con la práctica y el entrenamiento; son cualidades específicas para el deporte.
El equilibrio: es la cualidad o condición psicomotriz de poder permanecer en un solo sitio en un espacio reducido.
La coordinación: Es la cualidad psicomotriz o condición para realizar varios movimientos o ejercicios alternadamente (al mismo tiempo).
El ritmo: es la cualidad psicomotriz o condición que se requiere para realizar una actividad o ejercicio de forma continua, simultánea o en iguales condiciones.
La elasticidad: es una condición específica del musculo para poder estirarse y contraerse y volver a su estado natural.
Estas son las cualidades secundarias y todas están sujetas al desarrollo sensorial (Sentidos), y a la motricidad (movimiento). Y requieren de un desarrollo de la espacialidad y el movimiento.

¿Qué voy a aprender?

Responda: a cuál de las cualidades anteriores pertenece el ejemplo gráfico dado a continuación.
Trace una línea direccional hasta el dibujo y coloque sobre la línea el nombre de la cualidad.

Nº1

Nº2

Nº3

Nº4

Lo que voy aprender

De acuerdo con lo expuesto en la descripción de cada cualidad explique según el Ejercicio del dibujo en qué momento se aplica cada cualidad, Describalo.

Practico lo que aprendí

Explique según los dibujos:
1. el nombre del ejercicio,
2. Cuál es la cualidad
3. Como lo practicarías estando en casa?

¿Cómo sé que aprendí?

Envía una imagen suya realizando al menos uno de los ejercicios expuestos en los dibujos.

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

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ AQUILINO DURÁN
	GUIA N°6 DE EDUCACION FISICA 2021 (6°GRADO)

GRADO:	6º	**ÁREA:**	Educación Física	**ASIGNATURA:**	Educación Física
FECHA DE RECIBIDO:	16 – 04 - 2021	**FECHA DE ENTREGA:**	30 – 04 - 2021	**DURACIÓN:**	Dos semanas
COMPETENCIA:	Juegos recreativos y predeportivos				

INTRODUCCIÓN

El juego es una de las actividades que por naturaleza siguen niños, jóvenes y adultos en la recuperación y afianzamiento de las cualidades físicas y deportivas.
Al jugar, el niño estará en condiciones de lograr un incremento en los niveles de desarrollo de sus cualidades físicas: Fuerza, Velocidad, Resistencia, flexibilidad, equilibrio, coordinación y ritmo.
También desarrollaran habilidades y destrezas y cualidades morales, sociales y el desarrollo de la personalidad.
El juego lúdico es el más apetecido puesto que es una actividad netamente recreativa y estimulante, además de ser una actividad conducente a las prácticas deportivas.
Quien no ha experimentado actividades divertidas jugando?
De esta manera nos introducimos en un ambiente socializante que debe tener las siguientes características.

- Fomentar y permitir la expresión de la capacidad creativa
- Estimular la concentración
- Fomentar la relación con otras personas si el juego es grupal
- Ayudar a conformar la personalidad
- Debe generar alegría, diversión y entretenimiento en las personas
- El juego lúdico debe lograr una satisfacción física, mental y espiritual.
- Debe promover el desarrollo de aptitudes físicas y sociales.

¿Qué voy a aprender?

El juego es una actividad socializante, recreativa y divertida y se diferencia del deporte pues no tiene reglas definidas. En el juego cada quien puede variar las normas o reformarlas.
En el juego pueden participar varios jugadores,

- Los juegos en los primeros 3 a 6 años deben ser motrices y sensoriales.
- Los juegos entre los 7 y 12 años deben ser imaginativos e integradores.
- Los juegos en la adolescencia deben ser competitivos y científicos.

Practico lo que aprendí

Describe un juego lúdico que conozcas, o que hallas jugado de niño.
a. Nombre del juego
b. Como se juega
c. Realice una descripción gráfica del juego
d. Describa como lo puedes jugar estando en casa

Cómo sé que aprendí?

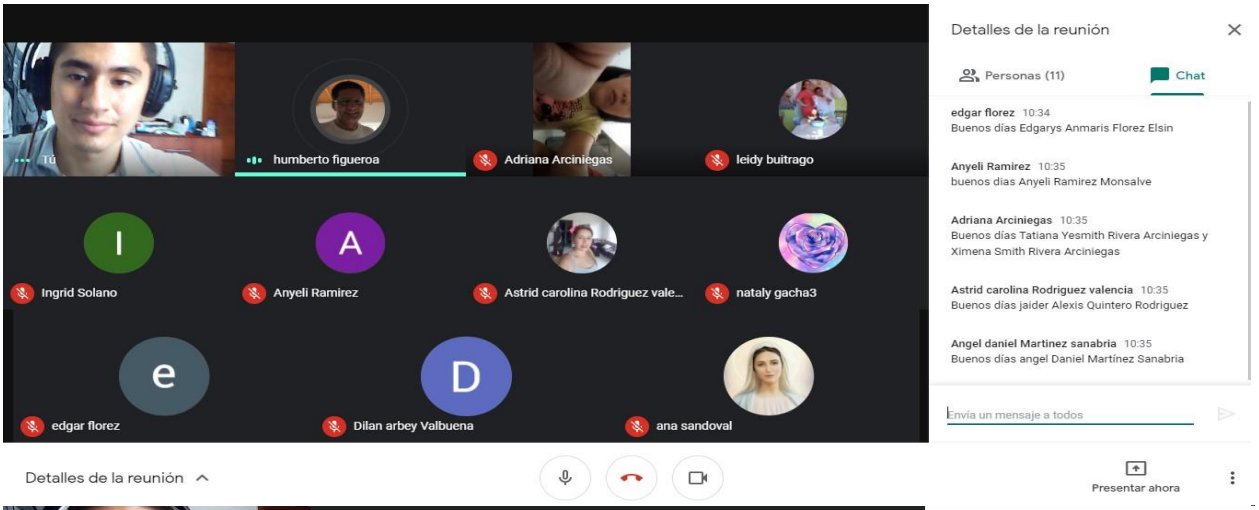
Envía las evidencias del trabajo práctico de esta guía mediante una fotografía o un video.

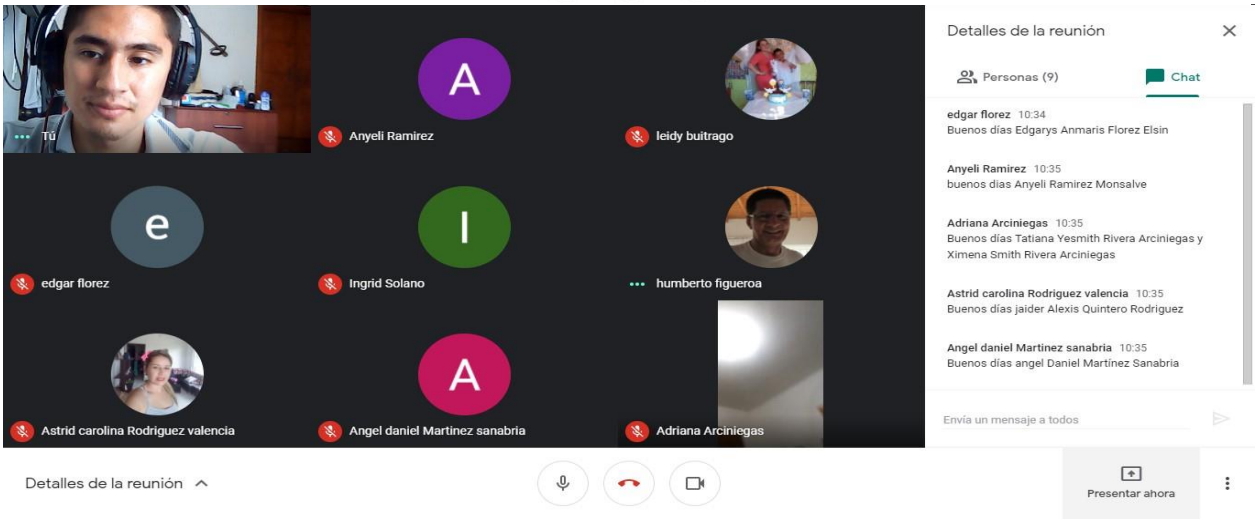
¿Qué aprendí?

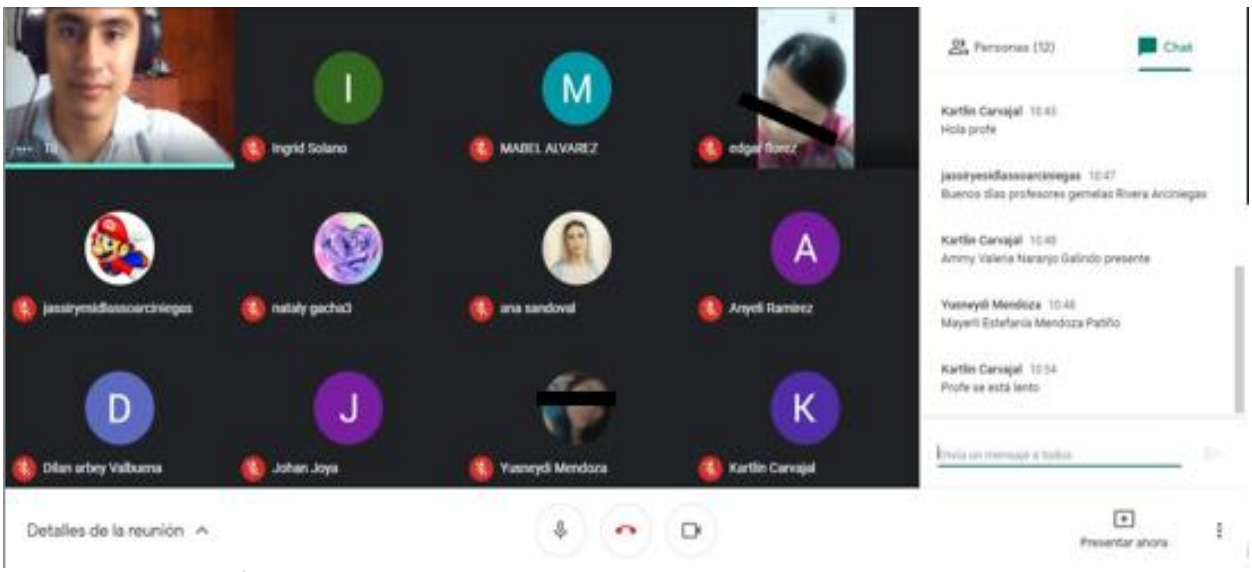
Describa con sus propias palabras que aprendió al realizar esta guía.

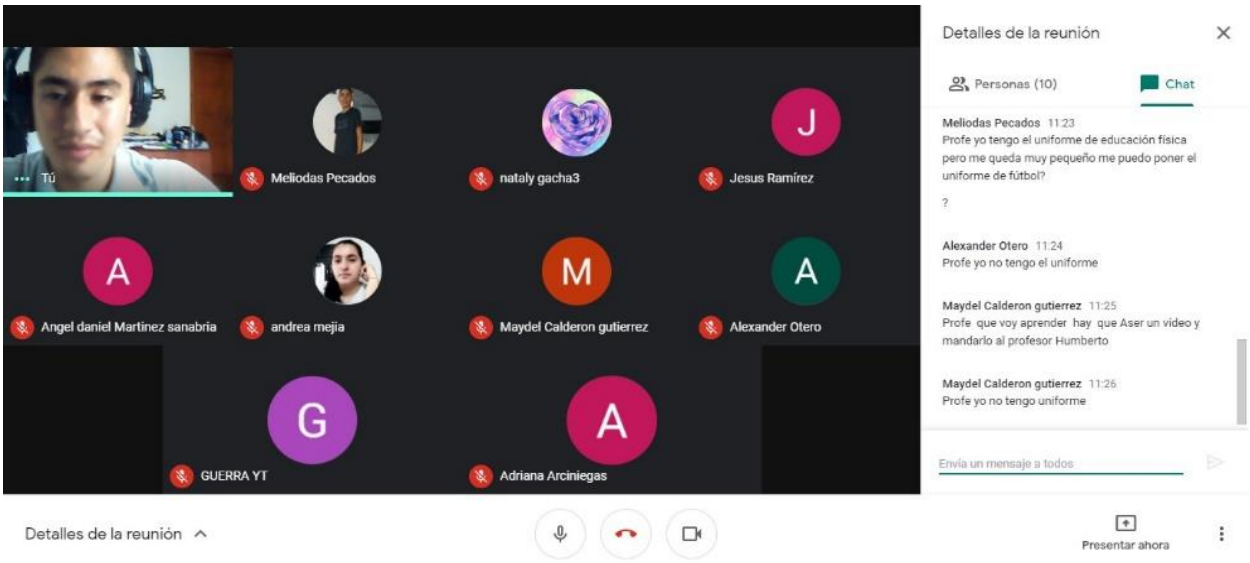
Enviar al profesor: Humberto Figueroa.

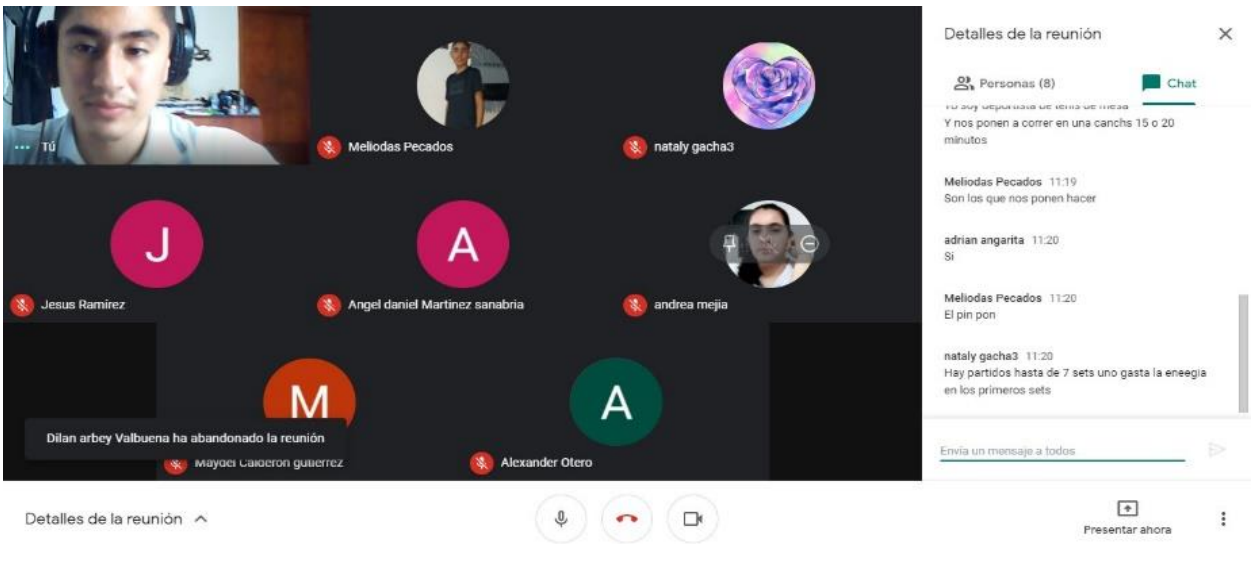
CLASES VIRTUALES

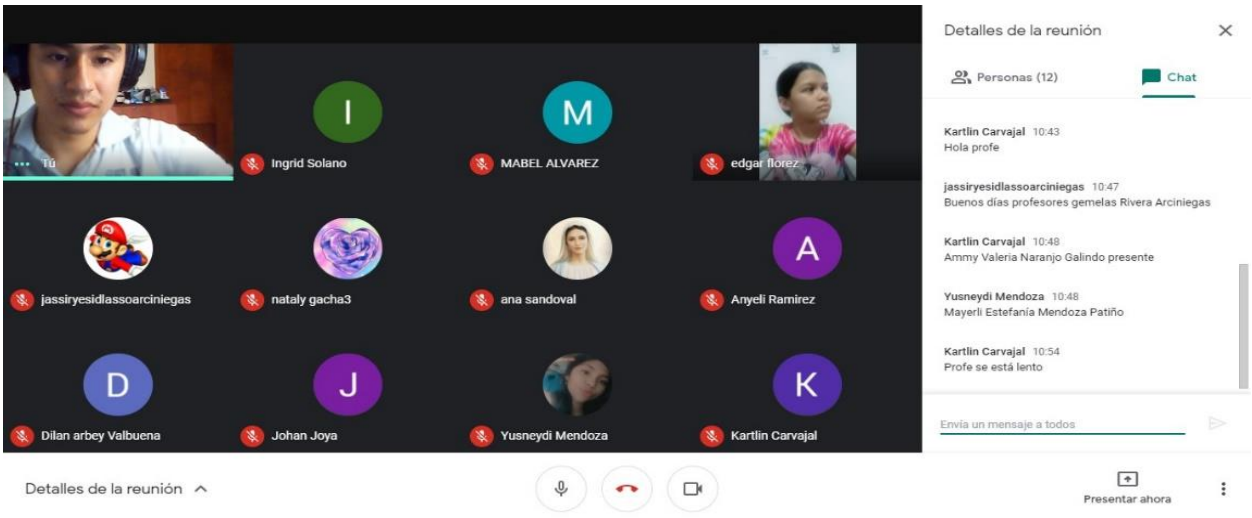







Tú
Meliodas Pecados
nataly gacha3
Jesus Ramírez
Angel daniel Martinez sanabria
andrea mejia
Maydel Calderon gutierrez
Alexander Otero
GUERRA YT
Adriana Arciniegas
Detalles de la reunión
Personas (10)
Chat
Meliodas Pecados 11:23
Profe yo tengo el uniforme de educación física pero me queda muy pequeño me puedo poner el uniforme de fútbol?
?
Alexander Otero 11:24
Profe yo no tengo el uniforme
Maydel Calderon gutierrez 11:25
Profe que voy aprender hay que Aser un video y mandarlo al profesor Humberto
Maydel Calderon gutierrez 11:26
Profe yo no tengo uniforme
Envía un mensaje a todos
Detalles de la reunión
Presentar ahora


Tú
Meliodas Pecados
nataly gacha3
Jesus Ramirez
Angel daniel Martinez sanabria
andrea mejia
Dilan arbey Valbuena ha abandonado la reunión
Alexander Otero
Detalles de la reunión
Personas (8)
Chat
Y nos ponen a correr en una canchs 15 o 20 minutos
Meliodas Pecados 11:19
Son los que nos ponen hacer
adrian angarita 11:20
Si
Meliodas Pecados 11:20
El pin pon
nataly gacha3 11:20
Hay partidos hasta de 7 sets uno gasta la eneegia en los primeros sets
Envía un mensaje a todos
Detalles de la reunión
Presentar ahora


Tú
Ingrid Solano
MABEL ALVAREZ
edgar florez
jassiryesidlassoarciniegas
nataly gacha3
ana sandoval
Anyeli Ramirez
Dilan arbey Valbuena
Johan Joya
Yusneydi Mendoza
Kartlin Carvajal
Detalles de la reunión
Personas (12)
Chat
Kartlin Carvajal 10:43
Hola profe
jassiryesidlassoarciniegas 10:47
Buenos días profesores gemelas Rivera Arciniegas
Kartlin Carvajal 10:48
Ammy Valeria Naranjo Galindo presente
Yusneydi Mendoza 10:48
Mayerli Estefanía Mendoza Patiño
Kartlin Carvajal 10:54
Profe se está lento
Envía un mensaje a todos
Detalles de la reunión
Presentar ahora

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

1. PELOTAS CIEGAS

DURACIÓN: 15 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Mejorar la percepción del espacio-tiempo de los niños y niñas.

JUSTIFICACIÓN: Se busca que los niños y niñas mejoren su percepción del espacio-tiempo y así mismo tengan seguridad en ellos a través del juego recreativo pelota ciega.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Dibujarás una línea con tiza o con el material que desees delimitando el lugar donde realizarás los lanzamientos, luego te ubicarás de pie a una distancia aproximada de tres metros con los ojos vendados con un trapo o una venda frente a una cesta, donde deberás realizar varios lanzamientos con la mano de preferencia intentando introducir las pelotas en la cesta, estas pelotas pueden estar diseñadas por varias hojas de papel reciclable enrolladas con cinta adhesiva buscando que tengan una forma esférica, también se puede usar bolas plásticas si se tienen en casa.

Como variable te podrías parar de espaldas a la cesta, o que la cesta esté ubicada en otras partes que pueden ser elevadas, hacer los lanzamientos por encima de la cabeza, en cucharita, o la variable que desees aplicarle al juego.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- Realizar los lanzamientos desde la ubicación elegida sin pasarse.
- No mirar a donde se va a lanzar.
- Encestar el mayor número de pelotas posibles.

MATERIAL Y ESPACIO:

- Una venda, trapo o pañuelo para tapar los ojos.
- Papel reciclable, periódico y cinta adhesiva para la construcción de las pelotas.
- Caja de cartón, cesta plástica u otros objetos huecos para que la pelota caiga.

ERORRES POSIBLES:

- Que el niño pueda ver a través de la venda.
- Que lance con las dos manos.
- Pasarse de la zona designada de lanzamiento.

Evaluación: Formativa de observación digital.

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

2. VASOS SOPLADOS

DURACIÓN: 10 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Mejorar la motricidad fina de los niños y ejercitar la respiración.

JUSTIFICACIÓN: El niño aprenderá a usar el manejo del espacio y el tiempo, así como su lateralidad durante el juego.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Te ubicarás atrás de una mesa de preferencia que sea plana, con un pitillo frente a varios vasos plásticos volteados los cuales deben estar ubicados en línea horizontal, y deberás ir soplando uno por uno hasta llegar a la meta, que será una línea trazada previamente, debes soplarlos, sin tocarlos y lograr llegarlos todos en el menor tiempo posible, sin tirar ningún vaso por el lado de la mesa, se puede tomar un tiempo con un cronómetro e intentar volver a conseguirlo en menos tiempo.

Como variable se puede añadir más vasos, o poner obstáculos en el trascurso del camino para hacer más difícil la llegada de los vasos plásticos a la meta.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- Soplar cada vaso uno por uno hasta la llegada.
- Intentar terminar antes de 40 segundos.
- No tocar los vasos con el pitillo, ni con alguna parte del cuerpo.
- Si el vaso cae por los costados de la mesa, deberá empezar de nuevo con ese vaso.

MATERIAL Y ESPACIO:

- Un pitillo cualquiera.
- Vasos plásticos.
- Una mesa lisa.
- Un cronómetro.
- Una cinta para delimitar la llegada de los vasos.

ERORRES POSIBLES:

- Tocar con el pitillo los vasos.
- Soplar un vaso del otro compañero.

Evaluación: Formativa de observación digital.

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

3. TIRA LA MONEDA AL BLANCO

DURACIÓN: 15 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Mejorar la actividad tónica del niño por medio de este juego recreativo.

JUSTIFICACIÓN: Mejorar la habilidad óculo-manual (ojo y mano) del niño por medio del lanzamiento de la moneda al blanco.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Se ubicará la diana en una mesa o en el suelo a una distancia de uno o dos metros aproximadamente, luego se dibujará una línea a la distancia elegida para los tiros de las monedas, y se lanzará a continuación diez monedas de forma consecutiva hacia la diana buscando que las monedas caigan en los mejores números para así conseguir el mejor puntaje al final de todos los lanzamientos, se anotará el puntaje, se recogerán las monedas y se vuelve a lanzar buscando conseguir cada vez un mejor puntaje, esta actividad se puede jugar con varios participantes.

Como variable se puede colocar la diana en otra superficie como en una mesa, o en una silla, también ampliar la zona de lanzamiento de la moneda, así como lanzar por debajo de las piernas, o alguna otra variable que decidas con tu creatividad.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- No pasarse de la línea designada de lanzamiento.
- Si la moneda cae fuera de la diana, puede volver a tirar esa moneda.
- Se debe lanzar con su mano de preferencia.

MATERIAL Y ESPACIO:

- Se dibujará una diana en una hoja cartulina o blanca.
- 10 monedas de cualquier valor, o tapas de botella, plásticas.
- Cinta tirro o marcador para dibujar la línea de lanzamiento.

ERORRES POSIBLES:

- Lanzar fuera de la diana.
- Pasarse de la línea al momento de tirar.
- Lanzar con las dos manos.

Evaluación: Formativa de observación digital.

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

4. QUE SOBREVIVA EL LIMÓN

DURACIÓN: 20 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Promover el uso de juegos de equilibrio del niño en su tiempo libre.

JUSTIFICACIÓN: Mejorar la habilidad del equilibrio y precisión del niño durante la realización del juego.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Cogerás una cuchara con un limón y la sujetarás con tu boca de forma que el limón no se valla a caer, seguido deberás avanzar entre los obstáculos que pueden ser zapatos, potes, vasos plásticos, sin dejar caer el limón y sin ayudarse de las manos, de forma que al final llegué a una caneca o caja de zapatos y depositar el limón sin soltar la cuchara de la boca, seguido debes devolverte al inicio y llevar el siguiente limón así hasta completar de llevar los limones que hayas decidido para el juego.

Como variable puedes ir caminando a la meta de espaldas, con o sin obstáculos como decidas, también puedes cronometrizar los recorridos para ver en cuanto tiempo te toma realizar cada viaje.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- No brincar.
- No dejar caer el limón o la cuchara.
- Si el limón se cae se deberá empezar desde el inicio.
- No patear o pasar por encima de ningún obstáculo.
- Si al intentar insertar el limón se cae, se deberá volver a intentar desde el mismo lugar donde se encuentra.

MATERIAL Y ESPACIO:

- Una cuchara y un limón.
- Como obstáculos: Caja de zapatos, plásticas, vasos plásticos, entre otros.
- Para la meta se puede usar una caneca de basura, un vaso grande, o pote.

ERORRES POSIBLES:

- Que se caiga la cuchara o el limón.
- Tropezarse con un obstáculo.
- Que se caiga la cuchara dentro del pote de meta.

Evaluación: Formativa de observación digital.

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

5. BOLAS LOCAS

DURACIÓN: 15 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Desarrollar la concentración, la memoria del niño y el fomento del tiempo libre por medio de este juego recreativo.

JUSTIFICACIÓN: Trabajar la motricidad gruesa, la precisión y percepción del espacio-tiempo del niño por medio del lanzamiento.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Deberás ubicar seis pines o más en forma de triángulo e intentar derribar todos los potes colocados a una distancia de cinco metros en un espacio libre de obstáculos en lo posible de superficie lisa, con las bolas de papel o un balón, usando la mano de preferencia, buscando derribar la mayor cantidad de pines posibles.

Como variable podrías hacer los lanzamientos por debajo de las piernas y de espaldas, o colocar más pines para derribar.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- No deberá pasarse de la línea de lanzamiento.
- No lanzar las pelotas con ambas manos, o cambiando la mano de lanzamiento.
- No saltar al momento de lanzar.

MATERIAL Y ESPACIO:

- bolas de papel elaboradas de hojas blancas envuelta con cinta plástica o un balón o pelota plástica.
- Botellas o potes plásticos como (pines) para derribar.

ERORRES POSIBLES:

- Que la bola no llegue a los pines.
- Que la bola no derribe ningún pin.
- Pasarse la línea de lanzamiento.

Evaluación: Formativa de observación digital.

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

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

6. PATADAS CIEGAS

DURACIÓN: 15 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Afianzar la concentración y ubicación del tiempo y espacio del niño mediante el juego, así como fomentar el buen uso del tiempo libre.

JUSTIFICACIÓN: Desarrollar la habilidad óculo-Podal (Ojos y pies), así como el uso de la fuerza y la percepción del espacio y el tiempo.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Te ubicarás en una silla de espaldas al lugar que hayas diseñado como arco donde deberá introducir la pelota o tapa a una distancia de dos metros, seguido deberás ubicar el objeto a patear debajo de la silla y deberás patearlo con el talón buscando insertarlo en la meta.

Como variable se puede colocar varios objetos a lanzar debajo de la silla e intentar llegarlos de forma consecutiva, también se puede ampliar o disminuir la distancia de la silla al arco.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- No pararse al momento de patear con el talón.
- Patear solo con el talón.
- No mirar atrás al momento de patear.
- No pisar el objeto a patear.

MATERIAL Y ESPACIO:

- Silla donde se va a sentar el niño.
- Objetos para delimitar la cancha de meta.
- Tapa, balón, bola de papel u otro objeto para lanzar.

ERORRES POSIBLES:

- Mirar atrás para lanzar.
- Que la pelota no llegue al arco.
- Que el piso no sea liso para el desplazamiento del objeto.

Evaluación: Formativa de observación digital.

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

7. GOLF IN

DURACIÓN: 20 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Buscar la familiarización del niño al juego del golf.

JUSTIFICACIÓN: Desarrollar la percepción y la fuerza a través del juego Golf In.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Te ubicarás en la zona de lanzamiento de la bola que hayas elegido, el cual con el palo de escoba deberás golpear la bola de golf echa de papel que este fijo en el suelo buscando llegar introducirla en la ubicación de la cesta en el menor intento de tiros posibles, si al tirarla no llega deberá ir hasta donde quedó la bola y seguir lanzándola hasta llegar a la cesta, se anotará los números de golpes que realizó a la bola hasta llegar a la cesta, y deberá volver a intentarlo en el menor número de tiros posibles.

Como variable podría colocar la bola en diferentes partes de la casa para que sea más difícil llegar a la cesta o puedes diseñar con creatividad la variable que más guste.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- Deberá usar solo el palo de la escoba (No las cerdas).
- Deberá ir a donde quede la bola para seguir haciendo los lanzamientos.

MATERIAL Y ESPACIO:

- 5 Bolas de papel enrolladas con cinta adhesiva.
- Un palo de escoba sin las cerdas.
- Papel y lápiz.
- Cesta plástica para llegar a las pelotas.

ERORRES POSIBLES:

- Que el palo se salga de las manos.
- Golpear objetos ajenos al juego.
- Que el espacio para el juego sea reducido.

Evaluación: Formativa de observación digital.

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

8. BOLAS LOCAS

DURACIÓN: 15 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Buscar el afianzamiento del golpe y lanzamiento de objetos por medio del uso del cuerpo.

JUSTIFICACIÓN: Desarrollar la conciencia corporal durante la aplicación del juego bolas locas.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Deberás dibujar una línea o un círculo donde debes ubicarte para realizar los lanzamientos, seguido deberás lanzar cada bola de las cinco al aire y luego intentar golpearlas con cualquier parte del cuerpo, exceptuando las manos, sin salirse de la zona designada, buscando que está bola o pelotica caiga dentro de una cesta ubicada a una distancia aproximada de un metro.

Como variable puedes decidir golpear solo con una parte del cuerpo como por ejemplo la cabeza o el hombro e intentar insertar las cinco bolas con esa parte del cuerpo, o puede hacer la variable que gustes usando creatividad.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- No usar las manos al momento del golpe.
- Ubicarse atrás de la línea designada para golpear

MATERIAL Y ESPACIO:

- 5 bolas de papel enrolladas con cinta adhesiva.
- Una cesta donde caigan las bolas.
- Cinta tirro o tiza.

EROORES POSIBLES:

- Golpearla con las manos.
- Pasarse de la línea de lanzamiento.
- No golpearla con ninguna parte del cuerpo

Evaluación: Formativa de observación digital.

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

9. LOS LAPICES LOCOS

DURACIÓN: 15 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Afianzar los sentidos de orientación del niño al momento que se esté realizando el juego lanzamiento locos.

JUSTIFICACIÓN: Conseguir que el niño tenga percepción del espacio-tiempo al momento de moverse, y precisión al momento de lanzar.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Deberás ubicarte en un lugar que escojas, a varios metros debes ubicar un pote con 10 lápices o colores, seguido darás diez vueltas rápido sobre el mismo lugar donde te encuentres y luego irás caminando hasta el lugar donde estarán los diez lápices, así mismo los tomarás y lanzarás uno por uno, buscando introducir los más que pueda dentro de la canasta que estará ubicada a dos metros de donde estén los diez lápices.

Como variable puedes aumentar el número de vueltas de diez a veinte por ejemplo, o puedes aumentar el número de lápices a insetar en la cesta, también puedes poner obstáculos para llegar hasta los lápices o colores, y así hacer más difícil el juego.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:

- Las vueltas se deben hacer sobre el mismo lugar.
- No deberá descansar apenas termine las vueltas, debe ir hacia los colores o lápices.
- Debe lanzar los colores o lápices con la mano de preferencia.
- Si el lápiz o color cae fuera de la canasta se pierde ese lanzamiento.

MATERIAL Y ESPACIO:

- 10 lápices o colores.
- Una canasta o cesta de plástico.

ERORRES POSIBLES:

- Caerse.
- Fallar todos los tiros.
- No culminar el juego.

Evaluación: Formativa de observación digital.

CARTILLA DE JUEGOS RECREATIVOS

10. PESCA LAS TAPAS

DURACIÓN: 10 Minutos.

GRADO: Sexto Grado (6°)

OBJETIVO: Trabajar la lateralidad y equilibrio del niño mediante el juego pesca las tapas.

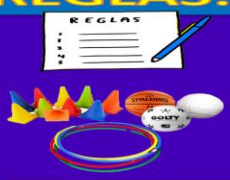
JUSTIFICACIÓN: Afianzar la motricidad fina del niño, así como su percepción del espacio-tiempo.

DESCRIPCIÓN TEÓRICA: Deberás llenar un balde de agua y ubicar dentro de él unas diez tapas plásticas, seguido te ubicarás en una zona que elijas con una canasta y la dejarás en el suelo, luego irás con una cuchara hacia el balde lo más rápido posible y deberás sacar una tapa o dos con la misma cuchara y llevar la tapa hasta la canasta, así sucesivamente con las tapas restantes y lograr hacerlo en tres minutos. Puedes repetir tres veces el juego e intentar mejorar el tiempo. Se pueden poner varios obstáculos en el camino para demorar la llegada a la cesta.

Como variable puedes poner objetos pesados que queden al fondo del balde e igual sacarlos con la cuchara y llevarlos hacia la cesta.

DESCRIPCIÓN GRÁFICA:

REGLAS:



- No deberás tocar la tapa con la mano.
- Termina el juego cuando hayas sacado todas las tapas del balde.
- Si se cae la tapa en el recorrido, deberás tomarla con la mano y colocarla en la cuchara de nuevo y terminar de llevarla hasta la canasta.
- No usar las dos manos.

MATERIAL Y ESPACIO:

- Un balde con agua.
- 10 tapas reciclables.
- Una cuchara plástica.
- Canasta.

ERORRES POSIBLES:

- Que se caiga la tapa en el recorrido.
- Agarrar la tapa con la mano.

Evaluación: Formativa de observación digital.

BIBLIOGRAFÍA

- Fpa Sagunt Cultura Clásica, 2013. El Mundo Del Ocio En La Grecia Clásica, Extraído de: https://sites.google.com/site/fpasaguntculturaclasica/tema08/el-mundo-del-ocio-en-la-grecia-clsica

- Fpa Sagunt Cultura Clásica, 2013. Ocio Y Espectáculos En La Antigua Roma, Extraído de: https://sites.google.com/site/fpasaguntculturaclasica/tema08/ocio-y-espectculos-en-la-antigua-roma

- Quintero Nataly. Octubre 22, 2014. Tiempo Libre y Recreación. Extraído de: https://prezi.com/mjzs1aetldsy/tiempo-libre-y-recreacion/

- Popular. Agosto 31, 2010. Los griegos jugaban a las damas de piedra, Extraído de: https://www.diariopopular.com.ar/suerte/los-griegos-jugaban-alas-damas-piedra-n30606

- Enrique Jorge. Agosto 12, 2011. Recreación En Roma Y Grecia. Extraído de: http://recreacion230409.blogspot.com/2011/08/recreacion-en-roma-y-grecia.html

- Pardo Ainara, López Claudia, Aranda Patricia, García Carmen, Vidal Pablo, Martínez Lucia. Abril 20, 2017. El Ocio Y Tiempo Libre De Los Jóvenes. Extraído de: http://www.miperiodicodigital.com/2017/grupos/youngjournalists-33/el-ocio-tiempo-libre-jovenes-106.html

- Aguilar Blanca. Julio 2, 2019. La importancia del ocio en adolescentes y jóvenes. Extraído de: https://www.madridsalud.es/serviciopad/la-importancia-del-ocio-en-adolescentes-y-jovenes/

- Pedagogía Innovadora Blog. Febrero 17, 2017. La educación Según Autores. Extraído de: https://pedadogiaeducacionactiva.blogspot.com/2017/02/la-educacion-segun-autores.html

- Hernández Valentina. Agosto 8, 2020. La recreación. Extraído de: https://issuu.com/tinaher/docs/20200807_232245_0000

- Carlos. Mayo 19. 2014. Reseña Histórica De La Recreación En Colombia. Extraído de: http://carlosmodalidad1.blogspot.com/2014/05/resena-historica-de-la-recreacion-en.html