



**PRACTICA INTEGRAL DOCENTE INSTITUCION EDUCATIVA JORGE
ELIECER GAITAN**

“IEJEG”

PROPUESTA PEDAGÓGICA.

**IMPLEMENTACION DE LA DANZA COMO ESTRATEGIA PARA
MEJORAR LA COORDINACION EN LOS ESTUDIANTES DE GRADO
SEXTO A ONCE Y DESARROLLO DE METODOLOGIA PARA EL
APRENDIZAJE EN LOS NIÑOS DE PRESCOLAR A QUINTO,
RESCATANDO LOS VALORES CULTURALES Y ARTÍSTICOS DE LA
INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ELIECER GAITÁN “IEJEG”**

ESTUDIANTE/PROFESOR:

MILLER ALEJANDRO GAONA ÁLVAREZ

COD. 1116020290

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LIC. EDUCACIÓN FÍSICA
PAMPLONA
2017**



**PRACTICA INTEGRAL DOCENTE INSTITUCION EDUCATIVA JORGE
ELIECER GAITAN
“IEJEG”**

**ESTUDIANTE/PROFESOR:
MILLER ALEJANDRO GAONA ÁLVAREZ
COD. 1116020290**

**SUPERVISOR:
JAIME ANDRES FLOREZ CORREDOR**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LIC. EDUCACIÓN FÍSICA
PAMPLONA
2017**



DEDICATORIA

Quiero dedicar este trabajo primeramente a ti mi Dios, padre celestial, creador de todas las cosas y quien hace posible que los sueños se cumplan. Tu mi padre amado que me has regalado una familia maravillosa, me das la sabiduría y el entendimiento, me proteges de todo mal y peligro para superar cada día las barreras, disfrutar de todas tus promesas y bendiciones. Gracias mi Dios bendito por guiar cada uno de mis pasos y ser mi compañía; porque me sigues dando tu mano y regalándome tu amor. Bendito y alabado sea por siempre tu nombre. A la mujer de mi vida, mi madre Bendita Angélica Álvarez que en todo momento ha luchado por sacarme adelante, por ser esa mujer guerrera, trabajadora, perseverante. Esa mujer que me ha inculcado valores desde niño. La mujer que con tanta humildad me ha sacado adelante, ha sido mi confidente y en los momentos más difíciles ha sabido apoyarme y brindarme su amor incondicional.

Le dedico también este triunfo a mi abuelita Angelina Oicatá y a mi tía Laura Yamile Gaona, por ser esas personas que me han enseñado a ser mejor ser humano, por sus consejos y ayuda incondicional. Dos mujeres que se han ganado mi respeto y admiración por ser disciplinadas y perseverantes, por ser el pilar de la familia. A mis hermanos Miguel Ángel Gaona, Nidia Gaona Álvarez, Aybeth Gaona, por aportar su granito de arena en este proceso de formación y ser un bordón de confiar en el camino.

Quiero dedicar este logro importante a mi novia María Fernanda Rueda Gonzales por ser mí, consejera y amiga incondicional, un apoyo enorme y quien fortalece mi espíritu día tras día, para que pueda salir adelante, quien es una motivación más para cumplir mis metas. A la profesora Mg. Ana María Retamales Fritis, por ser una excelente educadora y guiadora en los procesos de formación. Por haberme brindado la oportunidad de conocer un poco más acerca del folklore colombiano, apoyarme y asesorarme en algunos momentos que necesité de su valiosa colaboración.

Dedico este trabajo a mis demás familiares y amigos por acompañarme de pensamiento y de corazón y por ese apoyo sincero.



AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a ti mi Dios de poder y de amor, a mamita María por brindarme esta oportunidad tan maravillosa y una experiencia inolvidable, por las bendiciones tan grandes que me han regalado y por cada uno de mis triunfos.

Agradezco a mi madre bendita que siempre me apoyó y me ha brindado lo mejor de ella. Gracias madre mía por ser ese ángel guardián en todo momento.

Agradecer a mis familiares, que me apoyaron incondicionalmente y me enseñaron los valores de respeto hacia mis semejantes y el verdadero valor del amor hacia la familia.

Agradezco a mi novia quien siempre estuvo presente para ayudarme y guiarme cuando lo necesite, por ser ese apoyo amigable y de espíritu solidario.

Agradezco a mis profesores de la universidad de Pamplona y del colegio IEJEG, porque me ensaaron a crecer cada día como estudiante y ser humano. Por ser orientadores de este proceso tan importante para mi vida y porque antes de enseñarme a ser estudiante, me enseñaron a ser persona de bien.

Gracias a mis amigos y compañeros de estudio, porque me permitieron aprender mucho de ellos, porque me enseñaron que esta vida da muchas vueltas, y de quien menos se espera uno, es de quien más recibe.

Gracias a todos y que Dios los guarde, los bendiga.



Contenido	
INTRODUCCIÓN	8
OBJETIVO GENERAL	9
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	9
CAPITULO I. OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL – DIAGNOSTICO.	10
OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL:.....	10
RESEÑA HISTÓRICA LA INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ELIECER GAITAN IEJEG.	11
SITUACIÓN SOCIO – CULTURAL.	15
HORIZONTE INSTITUCIONAL.....	15
MISIÓN	15
VISIÓN.....	16
PRINCIPIOS INSTITUCIONALES.....	16
VALORES INSTITUCIONALES	17
SITUACIÓN SOCIO - ECONÓMICA.....	17
PERFIL DEL ESTUDIANTE	18
OBJETIVOS INSTITUCIONALES:	18
OBJETIVO GENERAL.....	18
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	19
IDENTIDAD Y COMPROMISO INSTITUCIONAL.....	19
ESCUDO:	19
BANDERA:	21
LEMA.....	22
PROYECCIÓN INSTITUCIONAL	22
COMPONENTE PEDAGÓGICO.....	22
SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACIÓN DE LOS ESTUDIANTES.	23
JORNADA ESCOLAR ESTUDIANTES	23



HORARIOS DE CLASE	24
JORNADA LABORAL DOCENTES.....	24
HORARIO DE CLASES DE ED. FISICA SECUNDARIA AÑO LECTIVO 2017	24
HORARIO DE CLASES PRIMARIA	25
PLANTA FISICA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ELIECER GAITAN.....	26
INVENTARIO EDUCACION FISICA 2017	28
CAPÍTULO II.	29
PROPUESTA PEDAGÓGICA.	29
INTRODUCCIÓN.	29
JUSTIFICACION.	30
OBJETIVOS.	31
OBJETIVO GENERAL.	31
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	32
HISTORIA DE LA DANZA FOLCLÓRICA COLOMBIANA.	32
CONRADANZA.	35
CUMBIA COLOMBIANA.	40
BAMBUCO.	47
CURRULAO.	53
JOROPO.	68
CONCEPTOS A TRATAR.	80
Coordinación:	80
Flexibilidad:	80
BENEFICIOS DE LA DANZA.	81
Beneficios físicos.....	81
Beneficios psicológicos.	81
Beneficios socio-afectivos.	82



Desarrollo de la creatividad.	82
MARCO LEGAL.....	85
LEY GENERAL DE EDUCACIÓN o ley 115 de 1994.....	85
LEY 181 DE 1995.....	86
TÍTULO III (DE LA EDUCACIÓN FÍSICA).....	86
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	87
CAPITULO III	88
INFORME DE PROCESOS CURRICULARES PARA EL AREA DE EDUCACIÓN FISICA.	88
SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACIÓN DE LOS ESTUDIANTES	88
CAPITULO IV.....	112
ACTIVIDADES INTRINSTITUCIONALES Y EXTRACURRICULARES.....	112
CAPITULO V.....	130
EVALUACIÓN DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE	130
CONCLUSIONES	136
BIBLIOGRAFIA.....	143



INTRODUCCIÓN

El papel del profesor de educación física dentro del plantel educativo debe verse como un privilegio, como un gusto. Pasar por todas las etapas que sea posible y de la misma manera hacerlo con vocación. Es por eso, que es indispensable saber escuchar, tener paciencia, ser comprensivo, tener criterios de valoración y ser tolerante. Es importante resaltar que en el estudiante se debe generar confianza, que este no llegue a ver al docente como una limitación para hacer las cosas, sino para hacerlas de la mejor manera y con el propósito de confiar en sí mismo, que sea capaz de expresar sus sentimientos, emociones y se sienta cómodo en el ambiente estudiantil. Por otra parte, el docente debe fomentar valores y aplicarlos, pues estos logran que se establezca una relación de buenos comportamientos y comunicación con el alumno y su entorno social. El docente en formación debe ser una persona íntegra, capaz de sobreponerse a algunas dificultades y resolver los problemas de la mejor manera posible favoreciendo la armonía y la sana convivencia dentro y fuera del claustro educativo.



OBJETIVO GENERAL

Desarrollar la práctica integral docente, enseñando en las clases de educación física, todo lo referente al plan de estudios propuesto por la institución educativa para el área y sus diferentes niveles. Llevando a cabo un proceso formativo de expresiones artísticas, culturales, deportivas y recreativas que conlleven al trabajo en grupo, la solidaridad, el respeto y un avance de las capacidades perceptivo motrices, condicionales y coordinativas en la IEJEG.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- cumplir con la normatividad establecida en el manual de convivencia de la institución y lo estipulado en el reglamento de práctica profesional de la universidad de Pamplona.
- Rescatar la cultura por medio de la danza en los estudiantes del IEJEG.
- Fomentar la práctica de la danza folclórica por medio de la propuesta pedagógica, en los niños de preescolar a once de la IEJEG.
- Llevar a cabo con éxito la práctica profesional y la planeación, ejecución y finalización de la propuesta pedagógica en la IEJEG.



CAPITULO I. OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL – DIAGNOSTICO.

El día lunes 17 de Julio del año 2017, a partir de las 8:00 de la mañana, la profesora Lucy Amparo Jaime realizó la verificación de los datos de los estudiantes que estaban matriculados para realizar la práctica integral docente. Donde se verificó de manera individual que los estudiantes cumplieran con los requisitos necesarios como:

- Carné de seguro médico
- Registro extendido de notas
- Documentación llevada a la universidad por los estudiantes que salían hacia otros municipios a realizar la práctica.

En las horas de la tarde el profesor Benito Contreras Eugenio realizó el proceso de inducción a la práctica.

Al día siguiente a partir de la 10 de la mañana, se dio entrega de las cartas de recomendación por parte del departamento a los profesores en formación, las cuales deberían hacer llegar tanto a los rectores de las instituciones como también a los docentes encargados del área de la educación física, de cada uno de los centros educativos.

OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL:

El día jueves 20 de julio del año en curso, realicé mi presentación de manera formal, ante el rector Lic. Juan de Jesús Cetina Cetina, en las instalaciones de la Institución Educativa Jorge Eliecer Gaitán, con el propósito de iniciar la práctica profesional en dichas instalaciones. Posteriormente me remitió con el docente del área de educación física, el Lic. Jaime Andrés Flores Corredor, para las indicaciones y recomendaciones pertinentes. El día viernes 21, fui presentado ante los estudiantes y demás docentes del plantel, para comenzar con el proceso de práctica.

RESEÑA HISTÓRICA LA INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ELIECER GAITAN IEJEG.



En la década de los 40 del siglo XX siendo párroco el padre Ernesto Catalán considera que La Salina, por su gran pujanza debe entrar a cuestionar y crear la labor educativa, en consideración a que un pueblo sin educación tiende a desaparecer se convierte en el paladín de la causa y funda un Colegio internado bajo la dirección de las hermanas Vicentinas, constituyéndose así en el principal establecimiento educativo en la región a donde concurrían alumnos de todos los municipios de la zona norte de Boyacá, Casanare y Arauca. Las actividades educativas del establecimiento fueron prosperas y enriquecedoras sobre todo por la promoción de la cultura, costumbres, tradiciones, la alegría de aprender se dejaba sentir, además la disciplina de las Vicentinas le daba a la educación un ambiente de celebridad que involucraba a toda la comunidad en un compromiso entre el ser y el quehacer educativo.

Este proceso educativo que diagnosticaba grandes logros se ve interrumpido por la guerra civil de 1952, desde ese momento la salina entra en crisis Educativa, obligando a sus habitantes a salir del pueblo para buscar Instituciones educativas y condenando a aquellos que no pudieron salir al exilio educativo.

Hasta la violencia partidista iniciada en 1949 se puede afirmar que la salina fue floreciente y de un pujante desarrollo, cada 8 días se celebraban fiestas y



juegos pirotécnicos, gente de todas partes visitaba la salina ya fuera por turismo o por efectos comerciales.

En el año de 1952 la salina fue bombardeada y semidestruida iniciándose el primer y más grande éxodo en la historia de la población Salinera dejándola reducida a un número mínimo de habitantes, pobreza y abandono casi total por parte del gobierno.

Gracias a muchos esfuerzos del Municipio a nombre de sus gobernantes y solo hasta el año de 1989 se crea un establecimiento que brinda la oportunidad de que los alumnos de las veredas y del centro puedan continuar con sus estudios de básica secundaria y media vocacional organizándose de esta manera el colegio satélite del Juan José Rondón de Paz de Ariporo el cual entra en funcionamiento en febrero de 1990. Este mismo establecimiento ofrece también internado para garantizar el acceso a la educación de todos los estudiantes del Centro y de las veredas de la salina ,el primer problema era encontrar maestros, el segundo encontrar salones para trabajar pero de cualquier forma se debía funcionar y haciendo acopio de mucho valor se inician labores educativas recurriendo a los trabajadores del Municipio independientes de educación, con el fin de ofrecerles contrato de trabajo como educadores del establecimiento la oferta educativa se inicia con 42 estudiantes. A finales de 1994 y toda la comunidad consciente de que el municipio debía contar con un colegio independiente y a través de gestiones mancomunadas de las autoridades se logra independizar de él Juan José Rondón de Paz de Ariporo creándose así la INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ELIECER GAITAN, con grandes sacrificios se logra mantener y sale la primera promoción de bachilleres académicos con 8 alumnos el 1º de diciembre de 1995.

Ahora que en 1997 observamos estos resultados, dejamos abiertas muchas incógnitas que no permiten establecer con mucha certeza la causa de esta deserción académica, pero al hacer un análisis somero se tiene en cuenta que hay un resultado tangible que señala una causa principal. La falta de docentes capacitados. Los alumnos ni los padres conocían mucho de educación, pero si tenían claro y sabían que los docentes no eran licenciados y que esto les dificultaba el proceso de Educación, los docentes no tenían las capacidades necesarias para motivar mediante sus metodologías a los alumnos y los `padres no justificaban "Perder el tiempo." Durante todo este tiempo a partir de 1989 y hasta 1996 ,la lucha por mantener viva la Institución Educativa Jorge Eliécer Gaitán ha sido dura, todos los estamentos del Municipio han dado la



batalla aún con el olvido del gobierno central que muy poco apoyo ha brindado, la situación a lo largo de estos tortuosos años para la educación salinera ha venido mejorando, sobre todo en lo relacionado con los docentes licenciados para garantizar la educación de la básica secundaria y media vocacional, mantener un numero plural de alumnos es difícil, pues por un lado la población en edad a nivel de la básica secundaria es poca el semillero está en el grado 0 y básica primaria, una de las causas más sentidas a nivel de planta docente era contar con un coordinador del quehacer educativo (RECTOR) Pues todo proceso que se lleve a cabo en la vida debe ser liderado para que se dé su ejecución y se proyecte hacia el futuro. En 1995 por gestión Administrativa y a sugerencia de la necesidad educativa se logra contratar los servicios de una Rectora que acepta trabajar en la Salina pero por un periodo de dos años, garantizando capacidad profesional y sobre todo asegurando dejar la gestión educativa muy bien organizada y sobre todo lo esencial dejar gente preparada en todos los sentidos para que el proceso que se inicie no se interrumpa sino por el contrario continúe mejor que durante su estadía en el cargo.

En 1996, hacia el 12 de febrero la profesora Alba Yolanda Guerrón toma posesión de su cargo asumiendo el reto de colocar La Salina como pionera del Cambio educativo que se vive y se siente en el ambiente Nacional con la ley General de Educación.

El primer paso que se da a nivel de Rectoría, es elaborar Un plan de trabajo que le permitió realizar un diagnóstico real de la educación en el Municipio para definir con claridad las necesidades e intereses de la comunidad Educativa en interacción con su entorno. Luego de evidenciar estas necesidades e intereses, la rectora se coloca como meta la concienciación del docente y demás comunidad educativa, para que se dispongan a involucrarse y comprometerse con el cambio, de este trabajo de investigación surgen los PEI en cada una de las instituciones y se da un cambio total a la educación de los salineros. Con esta dirección técnica y gracias a la promoción del liderazgo se continuó fomentando la capacitación permanente para estar al tanto de los cambios educativos, científicos, tecnológicos y culturales que demanda la modernidad.

Al iniciar el año 1997 el panorama educativo es mucho más claro, en este año se inicia también con la etapa de aprestamiento e investigación de la oferta educativa para la población adulta .Y es así como contamos con 190 estudiantes desde el grado cero hasta el grado once entre las dos jornadas, como aplicación de uno de nuestros proyectos educativos el Instituto bajo definición Administrativa Municipal crea el Hogar infantil “DE LA MANO DEL



NIÑO JESUS” con el fin de ofrecer a las madres que trabajan la oportunidad de contar con un lugar especial y bajo condiciones reglamentarias ,donde dejar sus hijos en horas de trabajo. Otro aspecto importante de resaltar son los recursos tecnológicos que se empiezan a adquirir para apoyar el desarrollo y formación del estudiantado.

Hacia el año 2000 y a merced de las políticas de modernización del estado colombiano se dan grandes cambios a nivel educativo, en La Salina se fortalece la educación al adoptar un modelo pedagógico enmarcado en las concepciones constructivistas del “aprender a aprender, aprender haciendo y aprender a ser”, y que más tarde se complementa con la propuesta de Ausbel sobre aprendizaje significativo. Se fortalece más la parte tecnológica con el programa de computadores para educar, ingresan diversos materiales de laboratorio, se actualizan los textos de consulta brindando mejores oportunidades de investigación, de igual manera se fortalece con materiales la parte agropecuaria. Posteriormente con la promulgación de la ley 715 del 2005 y su decreto reglamentario 1278 de 2002 que plantea la reorganización educativa, desaparecen las direcciones de núcleo, la educación del Municipio pasa a ser administrada por el licenciado Gilberto Alarcón Guevara como Rector y del licenciado Juan de Jesús Cetina como coordinador general. A partir de este momento se adoptan todas las políticas técnicas planteadas por el Ministerio de Educación Nacional, tales como evaluación por competencias, currículo basado en estándares de calidad, logros e indicadores de logros y se evalúa en base a pruebas saber. Durante este periodo surgen grandes dificultades en relación con la planta docente dados por el nuevo estatuto docente y por el proceso de cualificación de docentes a través de los concursos de méritos del estado. En la actualidad contamos con 19 docentes, de los cuales 11 son provisionales y 9 vinculados en propiedad incluyendo un directivo.

Es importante mencionar que algunos de nuestros egresados han hecho estudios de educación superior y en el momento tres de ellos son profesores de nuestra institución, otros prestan sus servicios en empresas privadas y agremiaciones de nuestro Municipio. En la actualidad tenemos cerca de 25 estudiantes que abordaron carreras en medicina, arquitectura, ingenierías, derecho, psicología, etc.; con lo cual estamos alcanzando un peldaño



importante, ya que la proyección que se tiene, es que estos estudiantes retornen a fortalecer el desarrollo de su región.

Otro aspecto significativo es el fortalecimiento que se le ha venido dando al colegio: la gestión para el cambio de modalidad académica a modalidad agropecuaria (proceso de articulación con el SENA, involucramiento de las competencias laborales generales y específicas de manera transversal y correlacionada con las áreas fundamentales), construcción de una planta física proyectada para este tipo de formación, adquisición de seis hectáreas de terreno para la construcción de la granja integral, queda pendiente la dotación de todas las dependencias de la nueva planta física.

SITUACIÓN SOCIO – CULTURAL.

El municipio de la salina cuenta con una población de aproximadamente 1350 habitantes, en su mayoría mestiza, un 30% de estas personas provienen de otros departamentos del país, especialmente de Boyacá, y el 70% son colonos y raizales. La mayoría de los núcleos familiares están formados por el padre, la madre y los hijos, y en un mínimo porcentaje lo complementan los tíos y abuelos entre otros.

La Institución promueve y realiza periódicamente diferentes eventos deportivos, históricos y culturales como: semana científica, cultural, deportiva y olimpiadas campesinas, Conmemoración de fiestas patrias, asambleas de egresados, cumpleaños del colegio, día del idioma, la familia, del estudiante, del niño entre otros. Con lo cual se busca fortalecer los valores, rescate y conservación de lo autóctono.

HORIZONTE INSTITUCIONAL

MISIÓN

La misión de la Institución Educativa Jorge Eliécer Gaitán es integrar y formar a la comunidad educativa, con el firme propósito de orientar y acompañar a los jóvenes en el proceso de su desarrollo integral para la construcción de su proyecto de vida con sentido comunitario, a partir de la



producción agropecuaria, basada en la solidaridad, la equidad, el respeto y la creatividad, fundamentada en el desarrollo sostenible y enraizada en la cultura, para contribuir a la seguridad alimentaria del Municipio

VISIÓN

La IEJEG como establecimiento educativo oficial para el 2018 será promotor e impulsor de una gran empresa técnica agropecuaria con proyección social y desarrollo integral de su comunidad educativa, atendiendo diferencias individuales y necesidades educativas especiales, innovadoras, competitivas, auto sostenible, fortaleciendo constantemente en valores, para contribuir significativamente en el mejoramiento de la calidad de vida de los Salineros.

PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

- ◆ Carácter masivo de la educación
- ◆ Estudio y formación para la vida
- ◆ Participación de la sociedad en la labor educativa
- ◆ Justicia e igualdad de derechos
- ◆ Amor a Dios
- ◆ Respeto a la vida
- ◆ Respeto a las diferencias sociales, religiosas y políticas
- ◆ Integralidad
- ◆ Excelencia
- ◆ Participación
- ◆ Trabajo en Equipo
- ◆ Resolución pacífica de conflictos
- ◆ Cuidado del medio Ambiente
- ◆ Fortalecimiento democrático



VALORES INSTITUCIONALES

- ◆ Responsabilidad
- ◆ Respeto
- ◆ Solidaridad
- ◆ Honestidad
- ◆ Prudencia
- ◆ Tolerancia
- ◆ Autoestima
- ◆ Perseverancia

SITUACIÓN SOCIO - ECONÓMICA.

La base económica del municipio, gira en torno a actividades agrícolas, como es el cultivo del café, caña panelera, frutales y hortalizas; actividades pecuarias, cría de bovinos, porcinos, aves de corral y en los últimos tiempos al cultivo de la trucha arco iris; la actividad industrial gira en torno a la explotación de la sal, también se desarrollan algunas actividades de tipo comercial en baja escala.

La mayoría de su población obtiene sus ingresos de la explotación de sus fincas y conucos o trabajando como jornaleros en oficios varios o como empleados del municipio, por lo que la contribución que pueden hacer a la Institución para mejorar las condiciones pedagógicas y suplir las necesidades que demandan algunos servicios complementarios es mínima, por ello la Institución depende en su gran mayoría de los aportes del gobierno nacional, departamental y municipal, para el desarrollo de las actividades pedagógicas, sociales y culturales de la comunidad Educativa Gaitanista.

3.1. CALENDARIO Y CRONOGRAMA:

El calendario escolar está definido por el MEN y la SED, con base en éste, el consejo académico define el cronograma de actividades



académicas, culturales, pedagógicas, deportivas y comunitarias; el cual se publicará en un lugar visible dentro de la Institución.

PERFIL DEL ESTUDIANTE

El estudiante Gaitanista se proyecta como una persona íntegra, enmarcada dentro de la filosofía del trabajo, servicio y comunicación como base de sus relaciones humanas, con un corazón grande y libre, respetuoso, compañerista, con nobles ideales en pro de su desarrollo integral. Y ante todo mantiene una concepción de respeto por la naturaleza y el medio circundante que le permita diariamente sembrar en el campo semillas de unión, tolerancia, alegría, solidaridad y respeto por las diferencias individuales para cultivar un futuro de progreso social y desarrollo del campo dentro de una perspectiva de sostenibilidad en nuestro pueblo”

OBJETIVOS INSTITUCIONALES:

OBJETIVO GENERAL

- ◆ Ofertar a la Comunidad Educativa Gaitanista un servicio educativo integral, fortaleciendo los procesos de formación técnica agro-agropecuaria y el desarrollo de proyectos de vida con sentido de pertenencia.
- ◆ Brindar una educación que permita abordar los aspectos socio-culturales, ambientales, históricos, científicos, técnicos y tecnológicos preservando la originalidad y el ingenio creador de cada estudiante sin renunciar a insertarlo en la vida real, generando aprendizaje significativo
- ◆ Dinamizar una cultura de investigación en la que se promueva el desarrollo integral de la comunidad educativa y se facilite el cumplimiento de la autonomía institucional.



- ◆ Brindar al niño y al joven Gaitanista oportunidades de formación integral, para que a través del liderazgo defienda y valore su cultura

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ◆ Ajustar el plan de estudios articulando las áreas fundamentales con las áreas técnicas y optativas.
- ◆ Gestionar los recursos necesarios para el fortalecimiento de proyectos productivos y de formación en competencias.
- ◆ Gestionar recursos para la adquisición de implementos de laboratorio.
- ◆ Incentivar el uso de las TICS y el desarrollo de procesos de investigación en el aula.
- ◆ Desarrollar talleres de escuela de padres con temas que propicien su involucramiento en el proceso educativo.

IDENTIDAD Y COMPROMISO INSTITUCIONAL

ESCUDO:





Descripción:

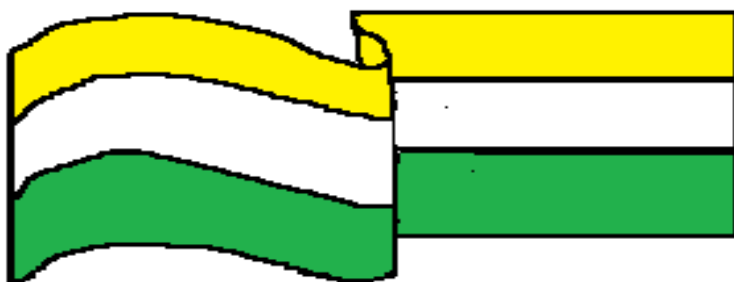
El escudo del establecimiento educativo fue diseñado siguiendo los siguientes parámetros.

1. En la parte superior reposan dos palomas torcazas separadas por un cacharro, símbolo de la cultura de nuestro pueblo salinero.
2. el escudo en su interior está dividido en tres sectores. representando cada uno de ellos la modalidad que imparte el colegio y rodeadas por el nombre de la institución "Institución Educativa Jorge Eliécer Gaitán"
3. cada sector posee un cobre de fondo diferente (amarillo, blanco, verde) los cuales representan la bandera del colegio.
4. el primer recuadro nos muestra a un vacuno símbolo del agro y estandarte que pretendemos fortalecer con el trabajo y dedicación en equipo.
5. el segundo recuadro (fondo verde) representa la parte de la industria; simbolizado por los engranajes tomando el campo como base fundamental asociado a la industria produciremos y transformaremos nuestra región.
6. El tercer recuadro (Fondo amarillo) nos muestra el sol como horizonte hacia donde se pretende conducir al educando, partiendo de los

conocimientos adquiridos, obteniendo frutos que multiplicarán, sabiduría al pueblo salinero.

7. en la parte inferior del escudo encontramos una cinta con el lema del instituto "Forjadores de Cultura, Ciencia y Progreso".

BANDERA:



La bandera de la institución está dividida en tres franjas iguales con lo cual se demuestra que ninguno de los paradigmas de la educación puede tomarse en mayor o en menor grado de importancia y menos si se han enmarcado entre los colores simbólicos de nuestra bandera. Amarillo, Blanco y verde, es decir luz, paz y esperanza.

AMARILLO: simboliza la luz y la virtud que enmarca la filosofía Gaitanista y que busca en los estudiantes la apropiación de valores, actitudes, hábitos, compromisos, actuaciones y valoraciones que le permitan desenvolverse apropiadamente con seguridad y su éxito en la vida escolar, familiar, social y laboral de su entorno.

BLANCO: Simboliza la vinculación estrecha del sentir Nacional y la realidad salinera que pretende hacer comprender la importancia de propiciar la paz en cada uno de nuestros actos personales, familiares, sociales y laborales, el entendimiento de la autoestima, las actuaciones responsables, justas, racionales, productivas, solidarias, democráticas y pacíficas en todos los momentos de la vida presente y futura de La Salina.



VERDE: Significa la esperanza del pueblo Salinero puesta en el hombre que se educa en el Instituto Educativo Jorge Eliécer Gaitán y del cual se espera llegue a un proceso de interiorización y aplicación de los valores y del conocimiento que le permitan la coherencia entre el pensamiento y la acción, entre la idea y la realidad, para que sean capaces de transformar su propia historia y la de su pueblo

LEMA

“forjadores de cultura, ciencia y progreso”

PROYECCIÓN INSTITUCIONAL

La IEJEG desarrolla diferentes proyectos pedagógicos: recreación y aprovechamiento del tiempo libre, jornadas complementarias, escuelas de padres, anualmente se realiza la semana “CIENTIFICO, CULTURAL, DEPORTIVA Y OLIMPIADAS CAMPESINAS, que contribuyen a la interacción, desarrollo y capacitación de la comunidad Educativa.

COMPONENTE PEDAGÓGICO

1. CRITERIOS PEDAGÓGICOS.

1.1. MODELO PEDAGÓGICO INSTITUCIONAL.

El modelo pedagógico del ITAJEG es el “Aprendizaje Significativo” fundamentado en el concepto de que, “el estudiante es un ente que posee conocimientos previos, con los cuales el maestro potencializa el aprendizaje a través de la mediación”.



SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACIÓN DE LOS ESTUDIANTES.

En el marco del cumplimiento del decreto N° 1290 de 2009 el SIEE la evaluación será permanente, continua e integral, con una escala de valoración de 1 a 10 donde se definen los niveles de desempeño atendiendo a la siguiente tabla:

VALORACIÓN NUMÉRICA	NIVEL DE DESEMPEÑO
DE 95 A 100	SUPERIOR
DE 76 A 94	ALTO
DE 60 A 75	BASICO
DE 0 A 59	BAJO

Dichos niveles serán el resultado de las siguientes ponderaciones:

- TRABAJOS 50%
- EVALUACIONES ESCRITA U ORAL 50%

JORNADA ESCOLAR ESTUDIANTES

Sede central

- ◆ Preescolar: 7:00 a.m. - 11:30 a.m.
- ◆ Primaria: 7:00 a.m. - 12:30 m.
- ◆ Secundaria: 7:00 a.m. - 1:30 p.m.

Sedes anexas.

- ◆ Preescolar: 8:00 a.m. - 12:00 m.
- Primaria: 8:00am -1:00 p.m.



HORARIOS DE CLASE.

Los horarios de clases se diseñan de acuerdo a la asignación académica de los docentes y las directrices del rector, se entregan a los estudiantes el primer día de labores académicas. Ver anexo 04.

JORNADA LABORAL DOCENTES

La jornada laboral está orientada de acuerdo al decreto 1850, se desarrolla de lunes a viernes de 7:00 am a 1:10 pm dentro de la Institución. A excepción de los docentes que orientan clases en la media técnica, estos van hasta las 4:00 pm.

En las tardes se trabajan 2 horas para planeamiento de áreas dentro o fuera de la Institución.

HORARIO DE CLASES DE ED. FISICA SECUNDARIA AÑO LECTIVO 2017

	SEXTO	SEPTIMO	OCTAVO	NOVENO	DECIMO	ONCE
MARTES						
		EDU FISICA				
		EDU FISICA				
	EDU FISICA					
	EDU FISICA					
MIERCOLES						



			EDU FISICA			
			EDU FISICA			
VIERNES				EDU FISICA		
				EDU FISICA		
						EDU FISICA
						EDU FISICA
					EDU FISICA	
				EDU FISICA		

HORARIO DE CLASES PRIMARIA

HOR A	LUNES	MARTES	MIERCOL.	JUEVES	VIERNES
7:00-8:00	EDUCACION FISICA SEGUNDO	EDUCACION FISICA PRIMERO	EDUCACION FISICA CUARTO	EDUCACION FISICA QUINTO	
8:00 - 9:00	EDUCACION FISICA SEGUNDO	EDUCACION FISICA PRIMERO	EDUCACION FISICA CUARTO	EDUCACION FISICA QUINTO	



9:00- 9:20	DESCANS O	DESCANS O	DESCANS O	DESCANS O	
9:20- 10:20			EDUCACIO N FISICA TERCERO		
10:20 - 11:20			EDUCACIO N FISICA TERCERO		

PLANTA FISICA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ELIECER GAITAN

La Institución Educativa Jorge Eliecer Gaitán cuenta con una excelente planta física conformada por las siguientes instalaciones:

- **12 salones:** Un salón para el grado preescolar, cinco salones para primaria y seis para bachillerato.
- **Laboratorios de física y química:** Estos espacios son adecuados para el desarrollo de las clases y cuentan con personal calificado para su buen uso.
- **Biblioteca:** Esta consta de diferentes módulos en muy buen estado y proporciona excelente información para el aprendizaje y desarrollo de las tareas de los estudiantes. Cuenta con libros de todas las asignaturas, en sus diferentes ediciones de carácter educativo.



- **Un internado:** Este cuenta con dormitorios para hombres y aparte para las mujeres. A su vez estos tienen sus baños independientes y camarotes, una alcoba para los directores y un restaurante para la alimentación de las personas que habitan el mismo.
- **Un laboratorio para el área técnica:** cuenta con un excelente servicio a los grados de bachillerato de la educación básica y la media técnica en lo referente a proyectos de investigación y tareas sencillas.
- **Un polideportivo:** Este cuenta con las medidas adecuadas para la práctica de diferentes disciplinas deportivas.
- **Salón de educación física:** Está en perfectas condiciones y cuenta con el material necesario para trabajar con todos los grados.
- **Restaurante escolar:** Tiene un comedor amplio que brinda la cobertura necesaria para alimentar a los estudiantes de la institución.
- **Cafetería:** brinda un buen servicio a la comunidad educativa en general.
- **Baños:** cuenta con seis instalaciones independientes para primaria, bachillerato y los dos restantes para los docentes, cumpliendo con los espacios para hombres y mujeres por separado.
- **Sala de profesores:** allí se llevan a cabo reuniones y cada docente cuenta con su escritorio y espacio adecuado.
- **Sala de informática:** esta cuenta con la cantidad de equipos para el número de estudiantes incluyendo a todos por igual y prestando un buen servicio educativo.
- **Sala de idiomas:** En esta se lleva a cabo clases virtuales y con el asesoramiento y apoyo del personal capacitado.
- **Salón para los celadores:** Es un recinto de seguridad, donde se refugian los celadores mientras descansan del turno.
- **Rectoría:** cuenta con el despacho del rector y un salón de secretaría y coordinación e disciplina.
- **Salón de la cultura:** este cuenta con materiales para el desarrollo de actividades artísticas y culturales.
- **Dos portones:** cuenta con un portón para el ingreso de colectivos escolares y vehículos de algunos funcionarios y docentes. El portón de



la parte superior de plantel, está diseñado para el ingreso de estudiantes y demás comunidad educativa.

- **Parqueadero:** Este cuenta con una cubierta en zinc, y sirve para guardar tanto carros, como las motos; sin permitir el ingreso de motocicletas por algún estudiante.
- **Lugar de formación:** Es un campo abierto en el centro de la institución, constituido por zonas verdes y un excelente ambiente.
- **Jardines:** El centro educativo está constituido por un hermoso jardín en pinos, que forman figuras y debidamente podados, para la buena imagen institucional y el cuidado del medio ambiente.

INVENTARIO EDUCACION FISICA 2017

ELEMENTO	ESTADO			TOTAL
	BUENO	REGULAR	MALO	
BALONES DE VOLEIBOL	7		1	8
BALONES FUTBOL DE SALON	11		3	14
BALONES DE BALONCESTO	15	2		17
BALONES DE FUTBOL				
RAQUETAS DE TENIS	2			2
BOLAS DE TENIS	3			3
MALLA TENIS DE MESA	1			1
MESA TENIS DE MESA			1	1
CONOS	15			15
MALLA DE TENIS		1		1
COLCHONETAS	8	4		12
TACOS ATLETISMO	5			5
CANCHAS BANQUITAS	4			4
AROS	15		6	21



AJEDREZ		13		
INFLADOR	1		1	2
MALLAS FUTBOL DE SALON		1		1
MALLAS VOLEIBOL	1			1
MESAS RIMAX		2		2
PITOS	2			2
PINPONES	1			1
ESCRITORIO		1		1
SILLA ESCRITORIO	1			1
DISCOS ATLETISMO	5			5
BALAS ATLETISMO	2			2
PETOS	10	5	5	20
VENTILADOR		1		1
TULA	1	1		2
FUTBOLIN		1		
SOGAS	7			7
PELOTAS PLASTICO	40			40
VALLAS		3		3
BOMBILLO	1			1
DECAMETRO		1		1

CAPÍTULO II.

PROPUESTA PEDAGÓGICA.

IMPLEMENTACION DE LA DANZA COMO ESTRATEGIA PARA MEJORAR LA COORDINACION EN LOS ESTUDIANTES DE GRADO SEXTO A ONCE Y DESARROLLO DE METODOLOGIA PARA EL APRENDIZAJE EN LOS NIÑOS DE PRESCOLAR A QUINTO, RESCATANDO LOS VALORES CULTURALES Y ARTÍSTICOS DE LA INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ELIECER GAITÁN “IEJEG”

INTRODUCCIÓN.

Con este tipo de propuestas, se hace hincapié en los valores culturales y que permiten remitirse a las tradiciones que son valiosas para el fomento de las



relaciones humanas, aceptando la danza como un instrumento que genera desarrollo personal e integral en el ser humano. Por medio de la danza se logra desarrollar algunas destrezas y capacidades coordinativas, siguiendo con los patrones de ritmo, tiempo y espacio; que estas son indispensables a su vez para la ubicación tempo espacial y perceptiva del estudiante. Es importante resaltar que la música, hablando en términos de la melodía; genera impacto en el ser humano, ya que hace que este se motive o no. Se parte de que la melodía genera familiaridad o apatía, frente a las personas; pues no a todas las personas les gusta el mismo género o el mismo ritmo. Por otra parte, hay que tener en cuenta la región de que proviene la danza, sus costumbres culturales, la idiosincrasia, la parafernalia, entre otras cosas que forman parte de la identidad cultural y las raíces de cada ser humano. Si se tiene presente todo lo anteriormente mencionado, también se puede determinar qué tipo de danza se puede implementar, es el caso de este trabajo; donde se tiene presente las características de la región de la Orinoquía y la danza practicada desde tiempos ancestrales al día de hoy, que es el joropo y sus diferentes modalidades. Además, se hace el intento de enfatizar en otras danzas folclóricas que representan a otras regiones y de un grado menor de complejidad, que generan confianza para que los estudiantes aprendan y se motiven a participar del proceso. Pues antes de formar bailarines, se pretende formar personas íntegras, respetuosas, honestas consigo mismas y sus semejantes para que exploten el talento, generar participación y competitividad.

JUSTIFICACION.

Es importante realizar este proyecto, ya que permite fomentar la actividad física por medio de la danza y desarrollar la coordinación en el individuo de una forma específica. Por otro lado, se ve la necesidad de rescatar los valores artísticos y culturales de una región azotada por la violencia durante más de 30 años y que tiene fuerza pública solo desde el 2004. Todo esto ha generado un retroceso en la parte económica, social y cultural; pues es difícil contar con personal calificado para las danzas en el municipio. Todos los profesionales



que quieren hacer el intento de vivir la experiencia laboral en La salina, son muchas veces cuestionados, con el argumento de que pueden correr peligro. Haciendo que en ocasiones renuncien a venir o se resistan. De ahí la importancia que tiene el valor de rescatar nuestra cultura y demostrar que lo que se habla en otras partes de este bello municipio es falso y que es un territorio de paz y armonía. También es indispensable precisar que la danza incentiva a los estudiantes a hacerse partícipes a nivel institucional, municipal y departamental.

La idea de todo este proceso es formar grupos de danza folclórica para poder participar en las fechas especiales y poder mostrar con hechos que nada es imposible de lograr y que la danza une, integra, la danza hace que las personas tengan buenas relaciones interpersonales.

Este municipio hace más de ocho años que no hace representación en otros pueblos, ni muestra su riqueza cultural en otros lugares por falta de un instructor, además prima la falta de oportunidades para que los jóvenes generen espacios donde se puedan desenvolver en la práctica de la danza. Es por eso que se hizo la propuesta, buscando mostrar todo lo bueno que puede aportar la cultura de la danza folclórica a una sociedad en la que los chicos se dedican al ocio, dependiendo a veces de tecnología para desarrollar la creatividad que su cuerpo les puede facilitar, una sociedad en la que los padres cada vez se olvidan de la importancia que tiene la actividad física para el bienestar de la salud y de sus familias enteras. Tristemente una sociedad donde el estado se preocupa más por el cemento y el ladrillo, la explotación de nuestros recursos y la corrupción; que en aportar al deporte y la cultura.

OBJETIVOS.

OBJETIVO GENERAL.

- Mejorar la coordinación en los estudiantes de grado sexto a once y desarrollo de metodología para el aprendizaje en los niños de precolar a quinto, rescatando los valores culturales y artísticos de la institución



educativa Jorge Eliecer Gaitán “IEJEG”, mediante la práctica de la danza folclórica colombiana.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Enseñar a los estudiantes la importancia que tiene la danza para su vida, formación y crecimiento personal.
- Enfatizar en los conceptos, historia y orígenes de la danza folclórica, para la enseñanza en los estudiantes de la IEJEG.
- Diseñar una metodología de la enseñanza para cada una de las etapas y niveles educativos de los estudiantes en el proceso de formación.
- Realizar la demostración correspondiente en cada proceso de la enseñanza, para un mejor aprendizaje.
- Conformar grupos de danza en la institución educativa por grados, grupo de danzas estudiantes IEJEG y grupo de danzas conformado por los docentes.
- Representar a nivel municipal y departamental la Institución Educativa Jorge Eliecer Gaitán.
- Continuar con el proceso de enseñanza en danza folclórica

MARCO CONCEPTUAL

HISTORIA DE LA DANZA FOLCLÓRICA COLOMBIANA.

El descubrimiento de América marca la historia de nuestro país, porque penetraron al continente nuevas razas con rasgos físicos y costumbres muy diferentes a las de nuestros aborígenes, estas razas, se mezclaron dando origen al mestizaje y como resultado de esta función de razas nació el pueblo colombiano. La danza folclórica colombiana tiene sus orígenes en los diferentes grupos como el indígena el europeo, el africano, mestizo, mulato, y zambo, cada uno de ellos hizo su aporte.

Las más antiguas son las danzas que practicaban los indios, antes de la conquista. Se caracterizan porque se realizan en grupos para contar una historia o un hecho vivencial, como los matrimonios, antes de las cosechas o para recogerlas, la caza, la pesca, o preparase para la guerra.



Luego de la conquista los españoles llegan a presentarnos sus danzas elegantes de salón en parejas. En la colonia se imponen valeses, polkas, contradanzas, bambucos, pasillos, pero nuestros ancestros africanos en las partes costeras de Colombia dieron importantes aportes, destacándose las danzas al aire libre con una gran expresividad de todo el cuerpo según los ritmos. En Colombia aún se conservan danzas de origen africano como el Mapalé, el Congo, el currulao, el abozao, hacen parte de la riqueza del folclor colombiano y Latinoamericano. Son tan variadas y de orígenes tan diversos que llegan a distinguir cada una de las regiones geográficas de Colombia, convirtiendo la cultura colombiana en una de las más ricas del mundo.

Nuestros indígenas danzaban al ritmo de tambores y palmoteos, sus bailes son simples y des complicados, participan en forma colectiva planimétricamente ejecutan círculos, filas, éstas separadas por sexos, desplazamientos individuales en distintas direcciones, flexionan la cabeza y el torso, se cruzan por sexos y sus brazos los extienden para recoger el compañero de baile por los hombros y para cruzarlos sobre el pecho de cada uno el paso básico entre ellos es el galopeo (caballitos) y el caminadito.

El folclor es el compendio de todas las manifestaciones de la cultura popular e incluye por lo tanto las leyendas, los cuentos, las danzas, las tradiciones, la música y multitud de expresiones artísticas diversas. El folclor colombiano es muy rico, tanto en el número, como en la variedad de sus manifestaciones, a tal punto que cada una de las distintas regiones geográficas del país, posee sus características folclóricas propias. La Cumbia Colombiana es el baile representativo del país, es una rica expresión dejada por los africanos.

También bailes como el Fandango dejaron como descendiente al Joropo, baile muy conocido en los llanos orientales, aun así, cada departamento tiene su música y bailes que lo caracterizan porque estos son producto de su historia y de su manera de ser. Las raíces africanas son más o menos comunes en las regiones costeñas de Colombia.



Además de las culturas andinas y africanas, se tiene como ancestro la cultura española que, como las coplas, la trajeron los conquistadores; lo mismo que la costumbre de festejar a los santos católicos como el San Pedro, célebre en el Tolima y el Huila; la fiesta de la Candelaria en Cartagena, las fiestas de la Virgen del Carmen y de la Inmaculada Concepción en todo el país.

El folclor colombiano es una manifestación cultural que comprende la unión y fusión de muchos ritmos, culturas y tendencias. Aunque Colombia es un país relativamente pequeño, tiene una gran diversidad cultural, lo cual genera que cada región del país tenga diferentes influencias. El baile más representativo de Colombia, y que ahora le ha dado la vuelta al mundo por su popularidad, sencillez y contagio es la cumbia, la cual se deriva de ritmos producidos por tribus africanas que trabajaban las tierras en la época post-colombina.

Las danzas colombianas son sumamente influenciadas por los ritmos africanos, cuentan con tambores y otras percusiones, además de coloridos vestidos y movimientos cadenciosos. En Phoenix también se cuenta con un ballet folclórico, el cual celebra sus danzas en distintos eventos y reuniones. Tal es el caso de la celebración de la independencia de Colombia, la cual fue celebrada el pasado 16 de julio, aunque la fecha original es el 20 de ese mes. La fiesta se llevó a cabo en el Centro de Convenciones de la Plaza Crowne en la calle Peoria, y el lugar fue toda una experiencia para aquellos colombianos, y los que no son de aquella bella tierra. El grupo folclórico deleitó a los invitados con 3 danzas, el sanjuanero, la cumbia y algo llamado pasillo.

A continuación, se dará a conocer algunas de las danzas competitivas y que redundan en el folklore colombiano de manera reiterada. No obstante, dichas danzas han tomado evolución a lo largo de la historia en lo que refiere a los esquemas coreográficos, teniendo presente el aumento en grado de complejidad de los pasos y figuras, tratando así de dar espectáculo al público.



CONRADANZA

Origen: La contradanza es una danza europea que se originó en los bailes de campiña en el ambiente rural inglés, en los siglos XVI y XVII, con el nombre de contrydance, nombre que se forma de contry, campo y dance, danza; o sea, danza de campo o contradanza, en español. La contradanza de Inglaterra pasó a Francia y a España, de donde fue traída a América por los conquistadores; en primer lugar, a Cuba de donde se dispersó por todo el continente americano.

Según Tomás Carrasquilla, la existencia de esta danza en Colombia data de antes de 1750. Harry Davison, por su parte describe tres tipos de contradanza: la española, la cual se hizo célebre y estuvo de moda durante la primera mitad del siglo XIX; la francesa, llegada poco antes de 1840 y conocida con el nombre de cuadrilla y la inglesa, llegada en 1850. Los historiadores dicen que el general Santander era un gran aficionado y extraordinario bailarín de contradanza y que ejecutaba figuras complicadas. Ubicación geográfica: En un comienzo la contradanza se bailó en las ciudades más importantes, donde las familias europeas y sus descendientes fijaron su residencia y establecieron sus negocios, especialmente donde se encontraban los gobernantes impuestos por la corona, por consiguiente, fue muy popular en Santa Fe de Bogotá, Popayán, Santa Fe de Antioquia, Cartagena y otras ciudades.

Con el paso del tiempo, esta danza fue perdiendo popularidad en las zonas urbanas y ganado espacio en las rurales, donde sufrió transformaciones sustanciales en su forma y en su estilo cortesano y en algunos lugares, su nombre fue sustituido por otros, lo que en parte explica, porqué algunas danzas colombianas que tienen otros nombres, se bailan con ritmo de contradanza. Actualmente esta danza se baila en el Chocó, aunque con características bastante diferentes a las del siglo pasado, con el sabor y el temperamento propio de los Afro descendientes.

Funcionalidad: La contradanza que hizo parte de las fiestas sociales de clase alta durante la Colonia, fue un baile muy elegante, con movimientos refinados



donde se tenían presentes los buenos modales, pues era la máxima expresión de la aristocracia de aquella época, se le consideró el baile más suntuoso de cuantos se han conocido y las damas más prestantes de sociedad lo aprovecharon para lucir sus joyas más valiosas y los trajes de última moda en Europa.

La contradanza alcanzó mucho prestigio, por ejemplo, a Simón Bolívar le rindieron homenaje con la contradanza la Libertadora y la batalla de Boyacá fue celebrada con La vencedora. Un baile de contradanza duraba hasta una hora, sin que los danzantes tuvieran descanso; la duración dependía del número de participantes, ya que, con cada una de las mujeres, el hombre debía ejecutar todas las figuras propuestas por el dueño de casa, por el homenajeado o por una persona de importancia en la sociedad. Esta persona debería ser excelente bailarín, pues le correspondía encabezar la danza y tenía que dirigir las figuras. Para dar comienzo a una contradanza se tenía tres formas: a un redoble de tambor, cuando alguien gritaba-“A sacar pareja”-, o cuando le pedían a los músicos-“toquen contradanza”. En los tres casos, los hombres corrían en busca de una dama, con quien previamente habían convenido bailar y formaban dos filas en la mitad del salón. Los mejores bailarines se ubicaban en los puestos de adelante, los regulares detrás de éstos y los más malos lo hacían en los últimos puestos. Quien pedía la contradanza definía las figuras del baile y lo encabezaba.

Sobre la forma como se hizo el traspaso de esta danza a las clases populares, urbanas y rurales, se tienen dos versiones. Una sostiene que este baile lo aprendió la servidumbre en los ratos libre donde imitaban la forma en que bailaban sus amos, unos para burlarse de ellos y otros para aparentar ser como éstos. La otra sostiene que fueron los amos quienes enseñaron a su servidumbre, no sólo el baile de la contradanza, sino también los demás ritmos llegados de Europa durante la Colonia.

En este proceso también participaron algunos misioneros, quienes enseñaron bailes europeos a sus feligreses. Lo cual aclara por qué algunas comparsas y danzas teatrales del Corpus Cristi y fiestas patronales, tiene como modelo ritmos europeos y pasos similares a los de algunos bailes coloniales. El estilo



refinado de los bailes europeos se perdió porque los esclavos no tenían destreza propia para este tipo de danza, ni la elegancia requerida para una buena interpretación de estos bailes; lo aprendido por la servidumbre resultó ser una imitación muy regular de lo que hacían los amos blancos, tanto que en algunos casos, cuando los esclavos bailaban ponían en ridículo los buenos modales que los europeos quisieron transmitir con la enseñanza de estas danzas.

Temática: La contradanza no tiene temática definida, por tanto, se clasifica dentro de las danzas recreativas. Originalmente fue un baile de salón con una coquetería que permitió la comunicación entre personas de sexo opuesto.

Modalidades: Este baile tiene tres modalidades: abierta, numerada y de grupo. A la abierta pertenecen las versiones derivadas de la primera versión que llegó de Europa, especialmente de la forma inglesa. Es una danza en la cual participan las parejas libremente, pueden retirarse antes de terminar el baile o de ingresar después de que éste comience. No obstante, todos los participantes, sin excepción, tienen que someterse a las reglas preestablecidas, tanto técnicas como protocolarias. A la numerada pertenece la cuadrilla o contradanza francesa, la cual, por su formación en cuadros, sólo se podía bailar en grupos de cuatro formada por dos parejas mixtas, la cantidad de participantes en el baile se podía aumentar de cuatro en cuatro sin límite. Esta modalidad influyó mucho en los bailes del Pacífico como la danza, la contradanza, la jota, el torbellino y la bámbara negra. Danzas que tienen como base planimétrica el cuadro, formado por cuatro personas. A la de grupo pertenecen las de proyección folclórica y las académicas, con puestas en escena, en las que participan cuatro, seis u ocho parejas.

Versiones: En este caso nos estamos refiriendo a la contradanza chocoana y las versiones académicas, porque de la colonial poco se sabe sobre de la forma, como la gente de la región andina bailó esta danza, ya que hoy no tiene vigencia popular. En cambio, actualmente la forma más conocida es la contradanza chocoana, la que todavía tiene cierta vigencia en el departamento del Choco, la que proyectan los grupos de proyección folclórica, conformados por portadores directos o indirectos y por personas pertenecientes a la



etnocultura chocoana. Sus versiones siempre han sido planteadas en grupo, con un número de integrantes en múltiplos de cuatro; dentro de las versiones más conocidas nacionalmente están la de Madolia de Diego y la de Delia Zapata Olivella, las dos han servido de modelo en el campo académico, en el cual han surgido muchas variantes, pues cada coreógrafo, apartándose mucho, o poco de su estructura coreográfica tradicional y del formato de múltiplos de cuatro personas, (dos parejas mixtas).

Características: La contradanza es un baile de adultos, para parejas mixtas tomadas o abrazadas y con movimientos suaves y regulados al estilo cortesano, con los cuerpos estirados, actitudes y comportamientos señoriales, elegantes y con refinamiento personal. Cuentan que, en tiempos de la colonial, las parejas se colocaban frente a frente formando un corredor, mujeres a un lado hombres al otro y cuando el director de la orquesta gritaba “la primera”, la pareja que encabezaba el baile ejecutaba la primera figura y, de inmediato la segunda repetía lo de la primera, luego la tercera y así sucesivamente; una vez que todas las parejas habían ejecutado la primera figura, los que encabezaban la danza realizaban la segunda figura, la que también era repetida por las demás parejas. La primera parte del juego coreográfico terminaba cuando paraba la música: y de nuevo gritaban “la segunda”. Refiriéndose a una segunda tanda de baile en la que realizaban el mismo proceso de la primera parte, pero con figuras diferentes; después de ejecutar varias figuras se daba por terminado el baile. La duración dependía del número de parejas participantes y de la variedad de figuras propuestas por la primera pareja.

En el Chocó las cosas fueron diferentes. Allí el negro le imprimió su propio sello de identidad, con su estilo, su temperamento y las características propias de la cultura africana, de los bailes europeos conservaron algunos rasgos de esta cultura impuesta por la colonial, sobretodo lo reverencial, algunas figuras, la formación de cuadros y la de corredores que se cambió por círculos; a los movimientos estereotipados de los tiempos cortesanos y clásicos, se les imprimió más velocidad, su ejecución es mucho más saltada, los bailarores permanecen unidos por las manos y en formación de rueda la mayor parte del



tiempo. En el Choco el comportamiento y la actitud de los bailarines se aparta totalmente de las normas europeas; la picardía, la alegría, el entusiasmo y la expresión corporal de los afro-descendientes, reemplazó el estilo característico y el señorío de los europeos.

Lenguaje corporal(Estereometría): Sobre la contradanza bailada en la época colonial no quedan documentos que expliquen cómo eran los pasos y las figuras, sólo se conocen los nombres de algunas de éstas como: florero, paseo abajo, paseo arriba y abajo, cambio y descambio, alas abajo y alas arriba, al frente, cruzados, rueda, cadena, molinete, ocho, cruz, arco, caracol. En la contradanza chocoana, hombres y mujeres bailan con el mismo paso toda la danza y las figuras más sobresalientes son: Gran rueda, dos ruedas, ruedas de cuatro, ascos de brazo, pasamanos, balseo, ocho y giro de cuerpo en forma individual; en la mayoría de las figuras los bailarines se unen con las manos o se toman en parejas para bailar en valseo o hacer arcos de dos en dos.

Parafernalia: En los formatos tradicionales, el traje es el típico de la región chocoana: Pantalón por lo general color blanco, camisa de colores vivos, sombrero de la región, descalzos. Mujer falda o pollera larga, blusa por lo general color blanco con algunos adornos y sombrero

Música: El ritmo es propio, o sea ritmo de contradanza, no tiene canto; la música es interpretada por un grupo instrumental, llamado chirimía chocoana, y los instrumentos utilizados son el clarinete, el bombardino, los platillos, el redoblante y el bombo.

Coreografía experimental.

A manera de experimento y pensando en algo práctico y funcional que se acomode fácilmente al trabajo educativo, se propone este esquema coreográfico, el cual, más que una danza, es un juego de rapidez mental y de habilidad corporal, en él los danzantes deben responder con precisión rítmica y coordinación colectiva. Una pareja tras otra describe un círculo, la mujer a la derecha del hombre, todos van unidos por de las manos; al cambiar la música



todos forman una rueda, con rotación en la misma dirección. Cambia la música y la rueda se divide en dos, a otro cambio, las dos ruedas de parten en cuatro, luego vuelven a dos y de éstas se regresa a la rueda inicial. Todo esto debe hacerse en cuarenta pases, o sea que se cambia cada ocho y en los ocho finales, las mujeres dan un rodeo en torno a su respectivo pareja y sin soltarse de la mano derecha de su pareja. Con el cambio de música se da comienzo al pasamanos, éste se hace en doce compases; en los cuatro siguientes, las parejas ejecutan un arco en su puesto y de inmediato repiten el pasamanos, pero al lado contrario y en el último compás el hombre hace girar a su pareja; todos los bailarines vuelven a formar una rueda, avanzan ocho compases, luego la dividen en cuatro partes y continúan girando en la misma dirección. Con el cambio de música, se forman cuatro grupos de dos parejas cada uno, ejecutan dos ochos completos, primero con los brazos derechos y luego con los izquierdos, pero entre uno y otro, cada grupo debe hacer una rueda en ocho compases, al finalizar el segundo ocho, las parejas ejecutan un arco en cuatro compases y de inmediato todos los integrantes forman una rueda; se repiten las divisiones de la rueda que se hicieron al comienzo y vuelven a quedar en grupos de cuatro, realizan valseo persiguiéndose entre sí, las dos parejas que forman cada grupo.

Al terminar la frase musical, todos deben formar una sola rueda, repetir el pasamanos en una sola dirección cuando terminan todos vuelven a la posición inicial, la mujer al lado derecho del hombre, en parejas y tomados de las manos describen un círculo, el que convierte en semicírculo; se detienen los hombres y las mujeres dan vuelta alrededor de su respectivo pareja, sin soltarse de la mano derecha de éste; al terminar, las damas se sueltan, giran sobre sí y se desplazan hacia el centro, los caballeros también giran, pero lo hacen al lado contrario, para finalizar balsean en forma circular y abandonan el escenario unos tras otros.

CUMBIA COLOMBIANA.

ISO member of





HISTORIA.

La cumbia nació en el país de Pocabuy conformado por El Banco, Chiriguana, Mompo, Tamalameque, Guamal y Chimí. Pocabuy era un país indígena que se extendía a todo lo largo del río Tucurínca (actual Magdalena).⁷ Pocos días antes de la batalla naval que se llevó a cabo en la bahía de las Ánimas de Cartagena de Indias entre los últimos reductos españoles y el ejército republicano, confrontación bélica que selló la independencia de Colombia,¹² el almirante José, escribiendo en la vecina población de Arjona sobre la celebración de la fiesta de San Juan Bautista, señala las gaitas y las cumbiambas como animadoras de las festividades: No era noche de luna la del 18 de junio de 1821; pero la pintoresca población de Arjona ostentaba la más pura serenidad en el cielo tachonado de estrellas, y en el alegre bullicio de las gaitas y cumbiambas con que festejaban los indígenas, al abrigo de las armas republicanas, la aproximación de la celebrada fiesta de San Juan...

En su obra Viaje por Colombia: 1825 y 1826, el teniente de la marina sueca Carl August Gosselman¹⁴ relata sobre su visita a Santa Marta:

Por la tarde del segundo día se preparaba gran baile indígena en el pueblo. La pista era la calle, limitada por un estrecho círculo de espectadores que rodeaba a la orquesta y los bailarines. La orquesta es realmente nativa y consiste en un tipo que toca un clarinete de bambú de unos cuatro pies de largo, semejante a una gaita, con cinco huecos, por donde escapa el sonido; otro que toca un instrumento parecido, provisto de cuatro huecos, para los que solo usa la mano derecha, pues en la izquierda tiene una calabaza pequeña llena de piedrecillas, o sea una maraca, con la que marca el ritmo. Este último se señala aún más con un tambor grande hecho en un tronco ahuecado con fuego, encima del cual tiene un cuero estirado, donde el tercer virtuoso golpea con el lado plano de sus dedos. A los sonidos constantes y monótonos que he descrito se unen los observadores, quienes con sus cantos y palmoteos forman uno de los coros más horribles que se puedan escuchar. En seguida todos se emparejan y comienzan el baile. Este era una imitación del fandango español, aunque daba la impresión de asemejarse más a una



parodia. Tenía todo lo sensual de él pero sin nada de los hermosos pasos y movimientos de la danza española, que la hacen tan famosa y popular.

El elemento negro de la cumbia proviene del cumbé, ritmo y danza bantú de la isla de Bioko, Guinea Ecuatorial. Los africanos que llegaron como esclavos a esas regiones, al contar la historia de sus grupos étnicos y aquellos hechos famosos dignos de guardarse en la memoria, se servían de ciertos cantos que distinguían con el nombre de “areftos”, que quiere decir bailar cantando: poniendo en alto los candiles, llevaban el coreo, que era como la lección histórica que, después de ser oída y repetida muchas veces, quedaba en la memoria de todos los oyentes. El centro del círculo lo ocupaban quienes daban la lección con el pie del canto y aquellos más duchos y peritos en el manejo de las guacharacas, millos, tambores y maracas, para entonar con la delicadeza la música de aquellos cantares que fueron pasando, con el tiempo, de ser elegiacos a entusiasmar, galantear, querellar y divertir. Los afro colombianistas disputan la cuna de la cumbia, la cual ubican en Cartagena.

En relación con los cantares de vaquería como uno de los orígenes del vallenato, el investigador cultural y musical Ciro Quiroz anota sobre la cumbia:

...Era otra más de las formas musicales nacidas del trabajo colectivo, como aquella de los bogas que en la actividad de la navegación fue la raíz de la cumbia o aquella otra de los 'socoladores', llamada 'zafra' en algunos lugares, y que murió al agotarse la fuente matriz inspiradora, refiriéndose al sitio de origen del vallenato, Quiroz anota sobre el sitio de origen de la cumbia:

Mompox y su zona de influencia, como parte del Magdalena Grande, debe ser incluido también dentro del territorio donde nació el vallenato, con cunas discutibles como Plato, Valledupar, Riohacha, El Paso y la Zona Bananera. Además de que, indiscutiblemente, es la zona de origen de la cumbia, nacida en la región de la ciénaga de Zapatosa bajo su antigua jurisdicción. Sobre la transición de pitos y flautas a los instrumentos actuales del vallenato, el mismo autor dice sobre la primitiva denominación de los aires: Esta primera transición instrumental es difícil de precisar en el tiempo, pero se percibe claramente

todavía hacia finales del siglo XIX, cuando sones, puyas y tamboras se escuchaban a orillas de los ríos en flautas y en pitos cruzados con el nombre genérico de 'cumbia'. El 16 de abril de 1877 se formó La Cumbia Soledaña, una de las agrupaciones más insignes y tradicionales de cumbia.

UBICACIÓN GEOGRAFICA



FORMACION INSTRUMENTAL

La forma más auténtica de la cumbia es exclusivamente instrumental, sigue patrones rítmicos que varían de acuerdo con la instrumentación utilizada, en compás de 2/4 o 2/2, y presenta adaptaciones regionales de acuerdo con el predominio de una población indígena o negra. Es ejecutada y seguida tradicionalmente por el conjunto de tambores: llamador, alegre, tambora, así como la flauta de millo o las gaitas, macho y hembra, las maracas y el guache. La cumbia cantada es una adaptación relativamente cercana en la que el canto de solistas y coros o cuartetos se alternan a la de la flauta de millo o las gaitas. El conjunto de cumbia es una ulterior evolución del originario conjunto de la tambora, estando el conjunto de tambora conformado por el tambor alegre y el llamador y, en algunos casos, por la tambora. Es un baile meramente cantado, como el chandé, con sus palmas y coros, junto al cual luego se sumaron los pitos de las gaitas o los millos





TIPOS DE CUMBIA.

- Cumbia clásica
- Cumbia sabanera
- Cumbiamba
- Cumbia vallenata

VESTUARIO.

Las mujeres usan polleras amplias y dos estilos de blusas: las cerradas, de mangas tres cuartos con volantes, los cuales también están presentes en el remate de la blusa, que cae a unos 50 centímetros del hombro. Por la espalda va entallada a la cintura y por delante totalmente suelta. En los climas más calientes se usa otro tipo de blusa escotada con un volante grande que rodea los hombros y en la cintura va sujeta a la falda. La mujer lleva en el brazo en alto uno o varios manojos de velas encendidas (antiguamente usaban mechones, usuales en fiestas públicas), con las cuales alumbraba y a la vez se defendía de la insistencia del hombre. En la cabeza llevan ramilletes de cayenas y en los cuellos collares de variados colores. Los hombres siempre visten pantalón y camisa blancos. La camisa es de cuello redondo, con pechera adornada y mangas largas de puño cerrado. El pantalón se anuda en la parte de atrás. Además, los hombres lucen un pañolón rojo alrededor del cuello, sombrero concha de jobo o vueltaio, mochila y una funda sin machete al cinto



COREOGRAFIA.

Los bailarines entran en escena desde el fondo en doble fila india, las mujeres por la izquierda, los hombres por la derecha, trazan un semicírculo, las mujeres siguen a un lado y los hombres al otro, se encuentran nuevamente en un punto medio, entonces hombre y mujer dan una vuelta sobre sí mismos en dicho punto. Luego avanzan hasta formar un círculo con que empieza la cumbia.

La mujer baila en posición erguida sosteniendo con el brazo derecho en alto un mazo de velas encendidas y con la mano izquierda levantando un extremo de la pollera a la altura de la cintura. Danza deslizándose sobre el suelo, nunca levanta los pies, el movimiento de las caderas es moderado y rítmico.

El hombre apoya siempre toda la planta del pie izquierdo a manera de pivote, y del derecho sólo apoya el metatarso, elevando el talón. Realiza cabriolas, gesticula, hace ademanes, pela los dientes, saca la lengua, encoge los hombros, se encorva, se quita y se vuelve a poner el sombrero, da más velas a la mujer, a la cual le baila de frente, a los lados, por detrás y da vueltas a su alrededor.

PASOS.



- Repique de tambor. Las mujeres describen el primer círculo y conservan su formación. Cada pareja se enfrenta, la mujer amaga a su pareja y este rehúye. Seguidamente, las mujeres avanzan conservando la formación del círculo.
- El hombre describe un círculo alrededor de la mujer, lo inicia detrás de ella y vuelve al punto de partida.
- El pareja aparenta colocar su antebrazo izquierdo sobre los hombros de la mujer para invitarla a dar una vuelta. La suelta imaginariamente, se separa y gira sobre sí mismo, mientras la mujer completa la suya y sigue adelante.
- La mujer describe un círculo alrededor del hombre. Empieza por el lado izquierdo y sigue adelante.
- El hombre realiza otra vuelta alrededor de su pareja, pasa primero por delante ejecutando figuras y coqueteos. Completa la vuelta por detrás y vuelve a su posición inicial.
- La mujer retrocede tres pasos, gira sobre sí misma y hace el ademán de quemar al hombre con el mazo de velas. Luego sigue hacia adelante.
- El hombre insinúa tomar a su pareja por la cintura y luego se alejan juntos

BAMBUCO.

HISTORIA Y TRADICIÓN.

El Bambuco es la tonada base de la región andina, que comprende los departamentos de la zona montañosa ubicada en los tres ramales de la cordillera centro y oriente de Nariño, Cauca y Valle, Tolima y Huila, Antioquia, Risaralda y Quindío, Cundinamarca, Los Santanderes, centro y occidente de Boyacá. Como danza es la más característica de los bailes típicos de la zona, pero tiene rasgos propios en cada región, aunque guardando una cierta similitud. Es, sin duda alguna, la máxima expresión del folclore andino



colombiano. Son muy variadas las versiones en cuanto a su origen, siendo quizás la más generalizada la de su origen africano, sostenida inicialmente por el escritor Jorge Isaacs en su libro "La María" y luego compartida por un importante número de investigadores, folclorólogos e historiadores sobre la música colombiana.

Tal versión dice que el nombre de "bambuco" fué tomado de la palabra "bambuk", nombre de un río de la región occidental africana, donde se bailaba un ritmo similar, pero de ninguna manera coincidente con el baile del bambuco colombiano. Para otros investigadores su origen es chibcha y para otros es español. Y es desde Colombia que llega el bambuco a Centro América, las Antillas y México, debido principalmente a las giras de Pelón Santamarta por esas tierras con su dueto "Pelón y Marín". En sus inicios el bambuco se interpretó con bandola, tiple y guitarra. Su canto es preferentemente para ser interpretado a dueto de voces, de los cuales han dejado profunda huella por su gran calidad instrumental y vocal. Poco a poco los compositores de cada nueva generación le fueron introduciendo orquestaciones más amplias y complejas, siendo así que en la actualidad se interpreta en todo tipo de conformaciones instrumentales y vocales. Desde un solista hasta una orquesta sinfónica y una masa coral.

La forma coreográfica del Bambuco no difiere en su esencia, de una parte a la otra. Esa unidad interpretativa es la que le ha valido el bien ganado nombre de Danza Típica Colombiana.

Las parejas se desplazan con movimientos puros y recogidos, los contactos son fugaces y llenos de delicadeza. Hay una gran dosis de ingenuidad en su interpretación. En esta danza son inconcebibles las figuras arrebatadas y los pasos en los que se levanta la pareja en actitud de cargarla. Lo esencial es el paso con los pies en el suelo y el escobillao condición imprescindible de un buen Bambuco. Hasta hace relativamente pocos años, unos 30 años, el Bambuco se bailaba en ferias y fiestas, en plazas públicas de ciudades y pueblos y en los campos. Se bailaba al igual que en tiempos de la Independencia, como cuando los Generales Bolívar y Santander mandaban que se ejecutara en sus celebraciones.

EL BAILE.



Su estructura planimétrica es circular, predominando los ochos, además de círculos, combinados con algunos cruces, avances y retrocesos, los desplazamientos se presentan espontáneamente. En la exteriometría hombres y mujeres llevan el mismo paso predominando como rutina el escobillado bajito; las figuras más características son: la arrodillada, la invitación, la perseguida y los coqueteos.

La temática del Bambuco está basada en el amor, es el proceso del romance campesino expresado a través del movimiento; para entender mejor el tema, debe tenerse en cuenta el significado de algunas figuras.

La invitación representa la parte protocolaria, o sea el cumplido social; los ochos son como el espacio, el lugar o medio ambiente en el cual se desenvuelven los enamorados; los cruces, avances y retrocesos, son las diferentes etapas de acercamiento entre uno y otro. Los coqueteos representan el diálogo que conduce a la identificación y comprensión. El beso es el atrevimiento, la parte pecaminosa; la palmada es el reclamo que la mujer hace al hombre cuando éste la ofende en su pudor; la perseguida, cuando es el hombre quien persigue, es la fuerza bruta o el machismo, que sale a relucir, no quedándole a la mujer otro remedio que huir; cuando es la mujer quien persigue, está pidiendo aclaraciones y justificación al hombre por la falta de respeto que ha tenido con ella. La arrodillada es el arrepentimiento; la disculpa, el perdón y también la parte religiosa (matrimonio); el abrazo invita a la unión, la felicidad.

Cuando llega el momento de la música, el hombre sale para "enamorar a la pareja" pero la mujer se queda quieta, para ello el hombre usa el "paso medido", que llaman también "puntiar" y en él se pone, un pie detrás del otro en su sitio y se baila picadito para atrás. Luego el hombre zapatea en su sitio para llamarle la atención. Juega con el pañuelo que lleva en la mano derecha, pero ella "se hace la merecida" y continua indiferente. Él zapatea nuevamente con toda intensidad, la llama con el pañuelo y ella comienza al fin a bailar en su sitio. El pañuelo es muy importante en el baile, ambos lo usan, es el auxiliar para el coqueteo y la conquista. Tan pronto como la mujer comienza a bailar, el hombre se aproxima, bailando también y la "juega con el pañuelo", el zapateo y el cruce; él va y ella viene.

Luego el salta pone las rodillas en tierra y con la mano en alto revolotea el pañuelo. Ella mientras tanto, gira alrededor del hombre y hace juegos con las enaguas.

Después avanza, retrocede en vaivén y danzan frente a frente, haciendo cada cual un círculo, pero esta vez de modo que el área de uno se cruce con la del otro ósea que se sobrepongan los círculos. Luego él zapatea, dobla una rodilla, la llama con el pañuelo y luego se lo arroja; ella se aproxima acurrucándose y finalmente se alejan bailando. Parece que el Bambuco no ha sido baile colectivo ni multitudinario pues siempre se habla de una sola pareja, que baila mientras los demás observan y se hacen copartícipes del regocijo de los ejecutantes, estimulándolos con su entusiasmo, lo que viene a darle el valor colectivo, puesto que es compartido por todos directa o indirectamente.

SU MÚSICA.

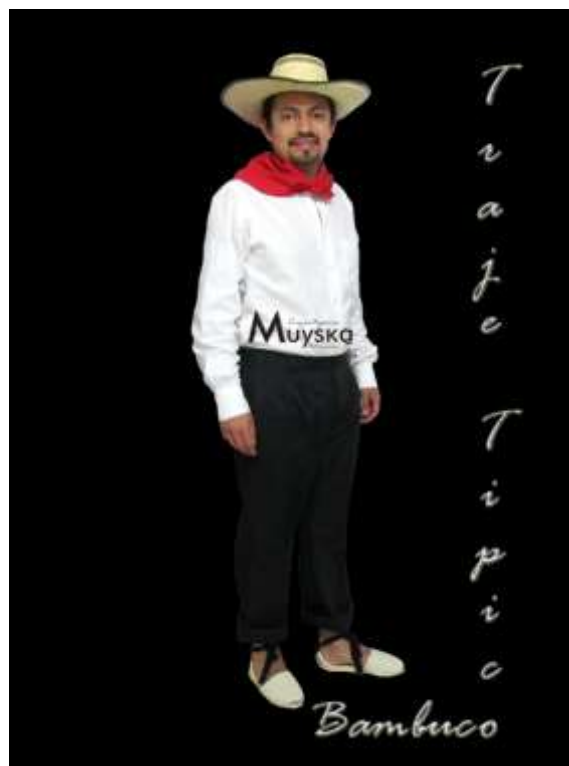
Es un ritmo terciario de 3 / 4 y 6 / 8, ejecutado con base en instrumentos cordófonos: tiple, bandola, guitarra y requinto; en algunos casos se le agrega pandereta y flautas metálicas o típicas; algunas estudiantinas han llegado a utilizar el contrabajo y el violín.



VESTUARIO

Hombre

Pantalón de manta o dril, arremangado desigualmente en las pantorrillas; camisa bordada en la pechera, de color vivo, preferiblemente amarillo; pañuelo raboegallo al cuello, sombrero blanco aguadero, carriel, mulera y machete.



Mujer

Lleva también sombrero aguadero pequeño, adornado; blusa de media manga bordada, poco descotada; falda adornada con franjas horizontales de colores contrastados.



PLANIMETRIA DE BAMBUCO

- Entrada e invitación, con paso de rutina en 20 tiempos.
- Paso salticado con translación, utilizando el pañuelo. 16 tiempos
- Desplazamiento hacia atrás con cambio de paso, 8 tiempos
- Paso de escobillado, realizando la figura de los ochos. 24 tiempos
- Cambio de paso a salticado con desplazamiento al frente en 8 tiempos
- Paso de salticado con desplazamiento en círculo realizando movimiento de falda y pañoleta, en 18 tiempos.



- Figura del pañuelo con arrodillada del hombre. 18 tiempos.
- Paso de salticado con movimiento de falda y sombrero, 14 tiempos.
- Perseguida y salida en 20 tiempos.

CURRULAO.

ETIMOLOGÍA

La palabra currulao tiene una dudosa etimología y sobre la cual se han planteado varias hipótesis. Se dice que este nombre obedece al del tambor tradicional de una sola membrana llamado con uno o cununo que es de uso obligado en la ejecución rítmica de este aire; esta palabra nace de la voz quechua "Conunúnun" (onomatopeya del trueno, según Leonardo Tascón). Por proceso de corruptela idiomática de la voz cununo se derivó el objetivo "cununado" o "conunao" y de éste salió la palabra "currulao". Guillermo Abadía, en la revista Colombia Ilustrada No. 8. toma la siguiente conjetura: dice que el nombre se deriva de uno de los pasos de rutina de su danza que es precisamente un esquema o figura de "acorralamiento" o "encorralao", en que las parejas masculinas al bailar en cuadrilla simulan acosar a las femeninas, acorralándolas. Así, el juego coreográfico podría haberse llamado "acorralado" y por alteración "currulao".

En esta misma revista el señor Abadía habla de una danza antigua llamada "curruchada". similar al currulao y observa que podría ser que "curruchada" se transformara en "curruchado" y éste en "curruchao" hasta pasar a currulao, pero esto es sólo una suposición debido a la semejanza coreográfica entre la



danza curruchada y el currulao. Bajo el nombre de currulao se conocen además otras cosas, tales como el tambor llamado currulao del cual habla el señor Aquiles Escalante y que bien podría ser el mismo cununo; el Presbítero Ricardo Sabio dice en Corridos y Coplas (Cali 1963, pág. 330), que currulao es una "especie de buho pregonero de espantos y brujas". A esto le agregamos que al sur de Turbo existe un municipio llamado Currulao, además de un río que desemboca en el Golfo de Urabá y que también lleva este nombre.

ORIGEN

Sobre el origen del currulao, todos los folclorólogos están de acuerdo en que este ritmo procede del continente africano, siendo además una de las supervivencias más representativas del desarrollo cultural de las concentraciones negras ubicadas en el litoral pacífico colombiano.

Octavio Marulanda piensa que es la danza que más sintetiza las herencias africanas de los antiguos esclavos radicados en las orillas del Mar Pacífico y las cuencas de los ríos centro occidentales del país. Javier Ocampo López, en Música y Folclor de Colombia, pág. 64 dice: "En el litoral pacífico y el Chocó se concentró el mayor porcentaje de población negra, es el área de las supervivencias africanas más representativas de Colombia. En esta región se concentró la mayor explotación de las mismas de oro, plata y platino, que la convirtieron en el siglo XVII en la zona de mayor producción de oro en el mundo (40% mundial).

En el siglo XVIII y XIX se realizó un movimiento de colonización negra a lo largo del litoral pacífico, desarrollando un tipo de cultura, muy representativa de la región, con las supervivencias negras dominantes y en menor proporción las españolas o indígenas".

Algunos escritores hablan del currulao en la costa norte de Colombia, pero las descripciones que hacen sobre él son idénticas a lo que se dice acerca de la

cumbia, lo que hace pensar que se trata de una confusión de términos, la cumbia tiene su dominio en la costa norte y el currulao es la tonada base y el aire folclórico más representativo del litoral pacífico; sus dominios se extienden desde las bocas del San Juan (Chocó) hasta Tumaco, a todo lo largo del litoral y en la mitad occidental de los departamentos del Valle, Cauca y Nariño.

UBICACIÓN GEOGRÁFICA



Comprende la totalidad del departamento del Chocó, y las zonas costeras de los departamentos del Valle del Cauca, Cauca y Nariño.

Está ubicada en la franja oeste del país, limitando al norte con Panamá, al noreste con la región Caribe, al este con la cordillera Occidental que la separa



de la región andina, al sur con Ecuador y al oeste con el océano Pacífico, de donde toma su nombre. Hace parte del Chocó biogeográfico y está dividida en dos grandes zonas marcadas por el cabo Corrientes. Las principales ciudades son Buenaventura, Tumaco y Quibdó. En ella se desarrolló la cultura Tumaco-La Tolita.

ECONOMÍA

Es una región con una inmensa riqueza ecológica, hidrográfica, minera y forestal en la cual se encuentran parques nacionales naturales. Es además considerada una de las regiones de mayor biodiversidad y pluviosidad del planeta con precipitaciones del orden de los 4 000 mm/anuales según el Ministerio de Minas y Energía de Colombia.² Es también la tierra principal de la cultura afrocolombiana y de numerosas tribus indoamericanas que fueron denominados "chocoes" por los españoles al momento de la Conquista, aunque el término incluye familias lingüísticas de diferente origen. El litoral pone a Colombia de frente al Océano más grande del mundo y con ello un campo de encuentro internacional vital para su desarrollo.

LA MÚSICA

El currulao va en compás (no en tiempo) binario de 6/8 aun cuando su parte rítmica percutida (tambores puede ir en figuraciones ternarias, lo cual es aceptable en el compás de 6/8 (Harry Davidson, Diccionario folclórico de Colombia, tomo II). Octavio Marulanda considera que este ritmo presenta un carácter primitivo inconfundible, el coro generalmente está a cargo de las mujeres y se desarrolla utilizando versos reiterados en estribillo y fonemas sujetándose



al proceso rítmico y dejando que la melodía del canto se dibuje sin relieve vocal. Dice además que el instrumento más importante es la marimba (idiófono de percusión) a cargo de la cual se realiza el acompañamiento semi-melódico a base de notas altas y un bordoneo muy particular. Teófilo Potes afirma que hay cuatro clases de currulao, pero no se diferencian en la estructura musical o rítmica sino en el desenvolvimiento coreográfico. Guillermo Abadía M., en la Música Folclórica de Colombia, dice que puede asegurarse que la base rítmica de este aire (a dan fundamentalmente los dos cununos, a ellos se asocia la tambora o bombo, el redoblante y los guasá como elementos de percusión, para la parte melódica debe utilizarse invariablemente la marimba de chonta.

LA DANZA

Baile de pareja suelta y sentido amoroso, pero de carácter ritual, con actitudes graciosas, pero de rostro serio; muy rica en contenido plástico, con movimientos ágiles y vigorosos, fuertes en algunos casos, pero sin perder su armonía ni su belleza plástica; la mujer permanece serena ante las pretensiones del hombre, que con galanteos y zapateos trata de conquistarla. La coreografía se plantea a base de círculos pequeños y los que a su vez configuran un ocho, con enfrentamientos en cuadrillas, avances y retrocesos, giros y abaniqueos de pañuelo. Guillermo Abadía M. opina que el currulao ha perdido algo de su violencia primitiva para aparecer como una armoniosa danza, original de su planimetría de avances y retrocesos ágiles de los danzarines, saltos y enfrentamientos en cuadrillas que lo hacen inconfundible, de una estereometría muy rica en valores plásticos, los ademanes esbeltos de hombres y mujeres, la seriedad ritual de los rostros y la gracia de las actitudes ayudadas en el juego de los giros por los pañuelos, le dan una fuerza o vigor plástico rotundo, semejante al que se observa en la cumbia.

Enrique Pérez Arbeláez, Revista Colombiana de Folclor No. 3, Bogotá, 1954. pág. 99 dice: “las parejas en el currulao van sueltas y ni se tocan, la mujer no pierde jerarquía estética, su fuerza de atracción inconquistable, serena gira sobre sí misma y describe un círculo ante el hombre; éste en cambio, la envuelve en sus giros con su zapateado, con sus flexiones, con su abaniqueo



y el chasquido de su pañuelo". Teófilo Potes da la siguiente opinión: "antiguamente el currulao era una danza ritual de galanteos y amorosa, este baile se desarrolla en base a círculos pequeños que entre hombre y mujer conforman un ocho..."; en cuanto a la descripción del desarrollo y contenido de la danza, dice que los círculos representan la casa y las pertenencias de cada uno. el ocho viene a representar las dos posesiones, los zapateos significan, la primera vez protesta, pero, en la segunda manifestación de alegría. Al empezar la danza el hombre baila frente a la mujer, ella observa sus movimientos, tanto los que hace con el cuerpo como los que ejecuta con el pañuelo; en esta parte el hombre le está haciendo una propuesta a la mujer, ante la insistencia del parejo la mujer describe un círculo pequeño, se detiene por un momento, pero de inmediato inicia otro círculo en su puesto un poco más grande que el primero, para luego pasar al lado del hombre donde hace otro círculo y regresa de nuevo a su puesto. Esto significa que acepta la propuesta pero si se casa con ella, en ese momento el hombre empieza el zapateo en señal de protesta, va que él creía que ella le iba a aceptar de una vez y sin compromiso matrimonial; los dos continúan bailando, hacen círculos y círculos, mueven sus pañuelos como si estuvieran dialogando o discutiendo el asunto; cuando se ponen de acuerdo, la mujer pasa al lado del hombre y éste al de ella, esto quiere decir que la mujer ha accedido a las pretensiones del hombre; este empieza a zapatear con entusiasmo porque ha conseguido al fin lo que quería; vuelven a bailar en círculos, en los lados opuestos, como si estuvieran reconociendo los bienes que poseen cada uno. nueva mente cambia de puesto, ejecutan unos círculos más y terminan la danza en el puesto donde empezaron.

VESTUARIO PARA PROYECCIÓN

a) Hombres: Pantalón de tela burda, dril o manta, sombrero alón de paja y pañuelo de color, el pantalón va habitualmente muy arremangado o bien es corto, desflecado arriba o abajo de la rodilla.



b) Mujeres: Una bata de zaraza, hasta media pantorrilla y turbante de colores vistosos. Frecuentemente se prescinde del sombrero del varón sobre todo cuando la danza se realiza en horas nocturnas y en un ámbito cubierto.

ASPECTO SOCIAL

Javier Ocampo López, en Música y Folclor de Colombia dice: "las impresiones negras, de auténticas reminiscencias africanas, se manifiestan alegres y expresivas como el mismo ardor de la raza, y con profundo tono de tristeza y sátira, que se patentiza en la música por los sonidos y las voces que, en forma de queja, muestran la tragedia de una raza esclavizada por los europeos en el laboreo de las minas y el trabajo de las haciendas y plantaciones". Guillermo Abadía dice: "la composición del litoral pacífico colombiano está mucho menos definida y el predominio del tipo africano es muy notorio. La mezcla con nativos no existe en la práctica, dado el carácter tan disímil de las razas. El indio desprecia al negro y el negro odia al indio. Dos barreras detienen también a indios y negros, manteniéndolos marginados del interior del país; los indios en salvaguardia de su libertad no salen de su ámbito actual selvático, los negros tampoco sobrepasan la costa húmeda y cálida, baja, indispensable para su supervivencia. En las zonas altas, secas y frías, el negro sufre gran detrimento. El indio, completamente adaptado a su medio nativo, original, ocupa costas, valles y cordilleras indistintamente". El currulao es producto del proceso social y las condiciones de vida que han sido sometidos los pobladores del litoral pacífico a través de tres siglos, por otra parte las condiciones climatológicas y topológicas y la honda división entre negros e indios, ha contribuido a que la cultura africana mantenga su predominio, que dando reducido a casi el mínimo la participación indígena en el proceso y desarrollo de esta región. Parece que en un principio el currulao tenía un carácter ritual, esto en cuanto a la danza se refiere y su función social obedecía a las necesidades colectivas y a las características antes anotadas. Según la teoría del maestro Teófilo Potes, el currulao es el testimonio fiel correspondiente a la estructura familiar establecida en el litoral; en esta región predomina la unión libre, siendo temporal en la mayoría de los casos, llegando casi a la prostitución, sobre todo



en las zonas mineras. En la actualidad la danza ha perdido el sentido ritual y la función social de la cual hemos hablado, pasando a convertirse en un baile de diversión con sentido meramente recreativo. El contenido profundo que tenía ha desaparecido casi por completo, ya que las generaciones actuales desconocen el significado de los movimientos, de las figuras y tampoco entienden el lenguaje del pañuelo. Por otra parte, está siendo utilizado con fines comerciales e intereses personalistas, tomándosele como atractivo principal en todos los actos públicos y festejos que se realizan con cualquier pretexto. Los currulaos folks, tradicionalmente se han llamado, según la primera frase o verso que se diga en el canto; en la actualidad los arreglistas y compositores le acomodan nombres caprichosos en unos casos, y en otros para poder patentar como propias creaciones anónimas; un ejemplo lo tenemos, en el currulao Mi Buenaventura, cuya letra comienza: "Bello puerto de mar Mi Buenaventura. . .", por tradición debiera llamarse Bello Puerto; veamos éste que es anónimo y se llama "Venite pa'cá":

"Venite pa'cá,
Venite pa'cá
Como la culebra
cuando va pica.
Que suene, que suene.
que suene el tambó
pa' poder canta,
pa'mi. pa'mi. como la
culebra cuando va a pica".

En cuanto a la parte coreográfica, ésta también ha sufrido modificaciones notorias, sobre todo dentro de los grupos de proyección con carácter artístico y con fines comerciales que buscan sobresalir con creaciones espectaculares; a pesar de todos estos cambios, el currulao mantiene vigencia con carácter colectivo sobre todo en los alrededores de Buenaventura. Guapi, Limón y muchos caseríos de la Costa Pacífica, donde ancianos, jóvenes y niños lo viven, lo sienten, lo practican y además se identifican con él, manteniendo



algunos aspectos de las características tradicionales que, como el pañuelo entre otros, se ha convertido en requisito indispensable para bailar currulao.

PARAFERNALIA

Mujeres: Falda ancha a media pierna o larga, de flores o totalmente blanca, con bolero recogido con letines. Blusa de cuello bandeja no muy escotado, manga tres

cuartos, bolero en el cuello y en la manga, recogida a la cintura, por fuera de la falda y adornada con letines.

Hombres: Pantalones blancos, común y corriente, camisa blanca de cuello militar, manga larga. Indumentaria: Todos llevan pañoletas, van descalzos, los hombres llevan sombreros de caña, las mujeres también pueden llevar sombreros y pañuelo amarrado en la cabeza.

INSTRUMENTOS MUSICALES

Si se toca por parte de una **Chirimia** que predominan en el norte del litoral, específicamente en el Chocó: Tambora, Cununo hembra, Cununo macho y **Clarinete** esta agrupación también puede incluir Bombardino que en algunos casos se reemplaza o acompaña por Saxofón. Si se toca por parte de un **Conjunto de Marimba** que predominan en el sur de la región, específicamente, sur del Chocó, el Valle del Cauca, Cauca y Nariño: la marimba de chonta, los cununos (hembra y macho) el guasá y el bombo.



COMIDAS TÍPICAS DEL PACIFICO COLOMBIANO.

En esta bonita región encontramos comidas exóticas. En el Chocó se encuentra la región más rica en pescados de río y de mar, debido a su amplia red fluvial en donde vive una interesante variedad de peces. Sus costas, con las ensenadas y bahías más bellas de Colombia, favorecen la proliferación de los platos de pescados y mariscos que constituyen la base alimenticia de la población autóctona y que gustan acompañar con plátano y yuca. Tiene también frutas exóticas como el borojó y el almirajó, de magnífico sabor, con las que se preparan agradables refrescos.

En esta región es típico encontrar platos, bebidas, aperitivos, sopas y postres como los siguientes: Caldo de dentón salpreso Crema de cabezas de langostinos pusandao de carne serrana sopa de lentejas con pescado ahumado. Caldo de gazapo quebrao (sanchocho de carne serrana) sopa de almejas, sopa de cangrejo. Arroz atollado de carne ahumada arroz clavado bacalao de pescado seco-liso Chanfaina bocachico con escamas Cazuela de mariscos pescado con lulo chocoano pescado encurtido pargo frito en salsa de mostaza Pusandao de bagre pargo o corvina arroz con calamares en su tinta calamares rellenos cazuela de mariscos.



sopa de cangrejo

Plato con Pescado



Aborrajados de pescado



Aperitivos

Arepas
torta de ñame blanco chocoano
buñuelos
Arepas del árbol del pan
Aborrajados de pescado
ensalada de calamar
camarón o langostinos
empanadas de jaiba o camarón
Huevos de piando

Bebidas

Sorbete de borjón
Colada de piña

Fresco de aguacate

DSG member of:





Chocolate con leche de coco, jugo de guineo, Fresco de Aguacate, Fresco de Guanábana, Jugo de naidí, socoromo o milpezo, tamales de pescado.

Cocadas



Chancacas Arroz de leche con coco Jalea de árbol de pan Cabellito de papaya biche





DESCRIPCION METODOLOGICA DE LOS PASOS Y FIGURAS

Paso de rutina: este paso, se realiza tanto en hombre como en mujer, es indispensable el balanceo llevando un pie delante del otro en cuatro tiempos, con una semiflexión de las piernas, que a su vez van separadas a una corta distancia. Con este paso se pueden realizar distintos desplazamientos.

Balanceo hacia adelante: se marca con un pie adelante, dando un pequeño salto y llevándolo hacia atrás, mientras el pie opuesto llega al frente. Se hace repetidamente y sirve para realizar desplazamientos de frente, realizar giros con desplazamiento hacia adelante. Se utiliza por hombre y mujer.

Balanceo lateral: Se lleva el pie derecho hacia el lado derecho, realizando semiflexión con el pie contrario, mientras seguidamente salta hacia el lado opuesto. Se repite la acción varias veces.

Balanceo hacia atrás: se marca con un pie hacia atrás, dando un pequeño salto y llevándolo hacia adelante, mientras el pie opuesto llega a ocupar la posición opuesta. Se hace repetidamente y sirve para realizar desplazamientos y giros hacia atrás, con pie cruzado y con circunducción de la cintura. Se utiliza por hombre y mujer.

Alzada de rodilla: Se eleva la rodilla, subiendo los brazos en el caso del hombre. La mujer lo hace acompañándolo con la falda. Juntos pueden hacerlo de forma asimétrica o manteniendo la simetría en el momento de la elevación de miembros superiores. Este movimiento se puede acompañar con la cabeza, además del pañuelo. Este paso además se puede realizar con giros 180° o 360°, simultáneo. Por otra parte, se puede realizar desplazamientos hacia adelante, atrás, laterales sin realizar giros.

Entrelazada: Hombres y mujeres marcan 4 pasos hacia donde están mirando, al 5 dan medio giro para avanzar en 2 pasos largos, yendo las mujeres al



puesto de los hombres y éstos al de ellas, a un tercer paso dan todos medio giro para regresar a sus respectivos puestos en otros dos pasos, pero pasando por el lado contrario en rotación al primer cruce; repitiendo el movimiento una vez más en la misma forma.

Cabeza: Hombres y mujeres juntan sus cabezas y dan dos pequeños giros en el

puesto, mujeres sobre la Dei. y hombres sobre la Izq., pero sin separar las cabezas, después de ocho compases, los que están sobre la Izq. avanzan hacia la Der. por la parte de atrás, mientras los de la Der. Lo hacen por delante y sobre la Izq.; de tal modo forman un círculo grande, hombres por dentro y mujeres por fuera. pero al lado de su correspondiente pareja.

Zapateos: Hombres y mujeres cambian de paso zapateado, mujeres marcando paso en su puesto y mirando hacia donde están los hombres; éstos zapatean avanzando en círculo sobre la Izq.; al octavo compás se colocan al lado de las mujeres para formar 2 hileras, una a cada lado, de esta manera quedan 4 hileras, 2 de hombres por dentro y 2 de mujeres por fuera; en esta posición los hombres marcan otros 4 compases zapateados.

Cruces: Las hileras vuelven a cruzarse entre sí, pero esta vez son los hombres los que van detrás de las mujeres, todos avanzan hasta los extremos donde dan medio giro, para quedar igual que en el primer cruce, o sea. hombres por dentro, mujeres por fuera; se repiten los dos cruces en idéntica forma, cada cruce tiene 16 compases.

Tomada de pareja: Terminada la fila anterior todos bailan en sus puestos, pero las 2 mujeres del centro avanzan hasta los 2 hombres de la fila de adelante, la pareja de la Der. converge sobre su lado Der. la de la Izq. Lo hace sobre la Izq.; las 2 primeras mujeres van seguidas por las demás, las de la Der. toman a los parejas de la Der. y las de la Izq. los hombres de la Izq.

Saludos de hombres y mujeres: Todos están de frente con frente, en esta posición todos describen un pequeño cero sobre la Der. con la Izq. marcan el



primer paso, al segundo paso todos inclinan el cuerpo como para saludarse y completan el círculo en 2 pasos más; esta figura se repite 4 veces más.

Convergencias: Las mujeres del lado Izq. convergen sobre la Der. para seguir detrás de los parejos de este lado, los cuales convergen por la parte de atrás sobre su Der. pero siguiendo detrás de las mujeres de la Izq.; las del lado Der. lo hacen sobre la izq. lo mismo hacen sus parejos, siguiendo unos detrás de otros, tal como lo hacen los del lado contrario; de este modo describen 2 círculos, cuando hombres y mujeres avanzan por el centro, se coquetean continuamente hasta que se separan, regresan todos a los puestos de partida.

Circulo y salida: Al llegar a la parte de atrás, los del lado Der. convergen hacia adentro sobre la Izq. V los del lado Izq. También convergen hacia adentro, pero sobre la Der. para intercalarse pareja con pareja, una del lado Der. y otra del Izq. y así respectivamente hasta formar un círculo el cual avanza sobre la Izq. yendo mujeres por fuera v hombres por dentro, pero al lado de su correspondiente pareja; en esta forma describen un círculo por todo el escenario, para luego salir de escena, una pareja tras otra, por el lado Der. y por la parte de atrás del escenario.

JOROPO.

HISTORIA

El Joropo es la expresión cultural por excelencia de los pueblos llaneros, y aunque se dice que el origen de la palabra se deriva del árabe, es más acertada la tesis de que proviene del vocablo indígena “soropo” palabra que evoca las casas o caseríos antiguos donde se llevaban a cabo las parrandas llaneras.



No existe una fecha exacta para especificar el momento en que apareció el joropo, pero posiblemente sus orígenes se remontan a la época de la conquista, cuando por el auge de la aparición del nuevo mundo y por consiguiente por la fiebre del oro, llegaron a América los afamados conquistadores y con ellos soldados y jesuitas. Estos últimos precisamente jugaron un papel fundamental, debido a que se les encargó la misión de educar a los indígenas cuyo principal instrumento fue la religión y por allí nos entró el resto.

Lo esencial fue que con la llegada de los jesuitas también llegó su cultura y por ende sus costumbres. Y en ese viaje de aires y cuerdas, desembarcó la guitarra con su antepasado la vihuela, que posteriormente nuestros ancestros tratarían de imitar en su fabricación con elementos más rústicos y de esta forma se consolidaría el cuatro que es el instrumento armónico, aunque hoy en día maestros y artistas lo han introducido en las salas de conciertos como instrumento melódico llevándolo a la categoría solista.

De la misma manera apareció en estas tierras la bandola, descendiente de la bandurria y del bandolín español e italiano, que en sus inicios era denominada “pin-pon” por llevar la marcación del bajo hasta que se posesionó como instrumento melódico.

El arpa, el instrumento mayor hoy en día y responsable de la línea melódica llegó de Europa y así se conservó, con la diferencia de que el aire de interpretación en el joropo encontró efectos y matices distintos como el bordoneo, necesarios para darle ese sabor recio característico al género.

La percusión y marcación del ritmo, les corresponde a los capachos. Este instrumento que para algunos parece inferior y poco interesante es la herencia de la evolución de la maraca indígena que era más grande. Su redundante marca es una imitación del galope del equino, amigo inseparable del llanero y hermano de lucha y trabajo. El llanero se hizo acreedor del término de centauro precisamente por su constante utilización de este semental en las faenas. “Se decía entonces que parecían uno solo”.

El joropo como lo conocemos hoy tiene ingredientes nuevos que son necesarios para que el género perdure. Además, los jóvenes amantes y conocedores del aire, le han incorporado nuevos matices y armonías

presentado un joropo más actualizado y más urbano. La guitarra también ha hecho su aparición con obras para guitarra solista de Joropo como el *seis por derecho* del maestro Antonio lauro, cargadas de una magia infinita donde el intérprete se funde con su instrumento y el resultado es llano, sol y atardecer.

Es así como gracias a esa riqueza cultural y al esfuerzo incansable de hombres y maestros en sus inicios empíricos por mostrar y transmitir sus sentimientos y alegrías, hoy somos poseedores y herederos de un género autóctono que ya sea que tenga raíces árabes, andaluces o latinas, lo cierto es que su verdadera esencia está en la tierra, esa a la que el llanero le debe su sustento y de la que pareciera no querer despegar la cotiza cuando está bailando en un parrando.

UBICACIÓN GEOGRÁFICA



La Orinoquía, también conocida como Llanos Orientales, es una de las 6 regiones naturales de Colombia. Está ubicada al este del país, limitando al norte y este con Venezuela, al sur con Amazonia y al oeste con la región andina. Determinada por la cuenca del río Orinoco, es un ecosistema que se caracteriza por ser una planicie. La región se halla entre los ríos Arauca, Guaviare, Orinoco y el Piedemonte llanero.



Es una región de intensa actividad ganadera donde se escenificaron importantes luchas durante la época de la Independencia colombo-venezolana. Culturalmente está habitada por el llanero, individuo común también a los Llanos venezolanos.

La Orinoquía coincide en mucho con dos regiones claramente diferenciadas y suele confundirse con ellas. La primera es una *cuenca hidrográfica, la del río Orinoco*. Esta se extiende desde los Andes a las selvas amazónicas (el mismo río Orinoco nace en la selva amazónica venezolana), e incluye las cuencas de los ríos Meta, Guaviare y Guainía. La segunda, los Llanos, es una región natural, cultural y política colombo-venezolana. A esta la caracterizan sus extensas sabanas de zona intertropical y bosques de galería; sus habitantes, los llaneros, tienen una cultura y una historia diferenciada

MÚSICA

El joropo es un género musical y danzario tradicional que se practica en Venezuela y Colombia. Su gran diversidad se manifiesta en distintas tipologías subregionales. Entre ellas cabe mencionar el joropo oriental, el joropo central (con algunas especificidades como el joropo tuyero, el joropo mirandino o el joropo aragüeño), el joropo andino y el golpe larense en Venezuela; además del joropo llanero, propio de los Llanos colombo-venezolanos. En Venezuela existen además importantes variantes que fusionan elementos de los tipos antes mencionados, con desarrollo de particularidades estilísticas, como es el caso del joropo guayanés, joropo guaribero o cordillerano, joropo horconiao y joropo urbano.

Posee movimientos rápidos a ritmo ternario mezclado con vals y hasta 3/2, que incluye un vistoso zapateado y una leve referencia con la "cabeza" al vals, por lo que representa la más genuina forma expresiva entre las manifestaciones de la música colonial. Se ejecuta en pareja, utilizando numerosas figuras coreográficas, en las que se mezclan las tradiciones hispano-criollas con la aportación de los esclavos africanos.



INSTRUMENTOS MUSICALES

- **LA BANDOLA LLANERA:**

La bandola se utiliza como instrumento solista o como acompañante de cantantes y copleros para interpretar los más diversos géneros del Llano: golpes, pasajes, corridos y tonos de velorio, entre otros. Al igual que el arpa, y en muchos casos como su sustituto, la bandola es acompañada de cuatro y maracas y resultan un instrumento excepcional para la ejecución de lo que ha sido considerado como el baile nacional, el joropo.

- **EI ARPA LLANERA:** El arpa llanera es un instrumento típico musical de la región oriental Colombo-venezolana, tiene 32 o 33 cuerdas en nylon de diferentes calibres y organizadas en la escala musical según el grosor. Regularmente es construida en cedro, aunque existen fabricantes que utilizan el Pino y otras maderas perdurables y resistentes. Se utiliza laca transparente en su pintura para que no pierda sonoridad como si ocurriría con alguna pintura de color. El arpa llanera está muy relacionada con las expresiones artísticas y musicales del oriente

- **EL CUATRO:** Este pequeño instrumento cuyo nombre se deriva de las cuerdas que posee, es una modificación del quinto y toma su origen a finales. El Cuatro se toca rasqueando, teniendo en su ejecución gran importancia el muñequero, el clavijero antiguo de madera ha sido reemplazando por el clavijero automático.

- **LAS MARACAS:** Hecho este instrumento de totumitos que bien cabían en la mano, en algunas de las regiones una maraca era más grande y su sonido era más grave y se le decía: Macho, a las otras se le decía cascabel o cascabelina. Se le depositan semillas de capacho y de ahí que se les llamara a las maracas capachos, o capachas. También se las llamaba chuchas. Las maracas podían ser raspadas, perforadas con mucho huequitos y pintadas. La Maraca Instrumento Precolombino es el aporte aborigen al folclor llanero.



VESTUARIO

El hombre usa: sombrero, camisa y el pantalón o el liquiliqui y alpargatas de cuero. Se puede confeccionar en colores blanco o azul oscuro.

La mujer lleva: su cabello peinado elegantemente y adornado con cintas o algunas flores. Usa una falda sencilla de colores claros y una blusa cuello bandeja con mangas cortas. Tanto el hombre como la mujer bailan con cotizas o descalzos.





ECONOMIA

La economía en Los Llanos se basa principalmente en la ganadería extensiva y en la extracción de petróleo. En los llanos de Arauca se encuentra Caño Limón, uno de los principales yacimientos petrolíferos de Colombia y en el pie del monte de Casanare se encuentran los campos de Cusiana. Existen varios proyectos agrícolas, así como algunos proyectos energéticos basados en la energía eólica, pero la ganadería domina la mayor parte de la actividad llanera. También depende mucho de los sembrados y de los grandes pastizales que allí se encuentran. Además, en Casanare también se puede evidenciar una creciente comercial en la pesca, que es un renglón muy importante; ya que se ha tecnificado.

CULTURA

El llanero es la subcultura colombiana dominante en la región y de particularidades bien distinguibles. El llanero es trabajador, dedicado a la crianza de ganado (el vaquero por excelencia de Colombia) dada la inmensidad de las llanuras que permiten criar el mejor ganado del país.[cita requerida]

Música: el joropo, música que une a dos naciones hermanas, Colombia y Venezuela, es la melodía reina de la región y constituye una trova y un baile. También tiene varias comunidades indígenas, como las selvas del pipichonera. la ciudad de Villavicencio capital del departamento del Meta cuenta con las siguientes bibliotecas públicas que atienden las necesidades de información de la comunidad: la Eduardo Carranza de la Casa de la Cultura, la Germán Arciniegas y su satélite del barrio San Carlos, la Nicolás Buenaventura del barrio Ciudad Porfía y la del colegio COFREM. En lo concerniente a centros de formación artística no formal existen la Escuela de Artes Miguel Ángel Martín de la Casa de la Cultura y la Corporación Batuta Meta, también un buen número de academias particulares para la enseñanza de música, artes plásticas y danzas folclóricas nacionales. En lo referente a recintos cerrados para la realización de eventos públicos de

carácter cultural están la galería y el auditorio de la Cámara de Comercio, el salón Flor Amarillo de la Gobernación, los espacios para exposiciones y el auditorio Mauricio Dieres Monplaisir de Corcumvi, el auditorio La Vorágine, el salón del Banco de la República, la galería de COFREM. Los principales espacios abiertos son las conchas acústicas Luis Ariel Rey y Arnulfo Briceño.

COMIDAS TÍPICAS

- **CARNE A LA LLANERA:** como sabemos carne a la llanera es carne de res ensartada en chusos de cubarro o varas de café.

Duración: entre 2 a 3 horas



- **SANCOCHO DE GALLINA:** 1 gallina grande despresada, una cebolla cabezona picada, 1 taza de tomate maduro pelados y picados, 2 cucharadas de mantequillas, 3 dientes de ajo picado, 10 tazas de caldo de pollo, 2 mazorcas cortadas en trozos, 2 plátanos hartones verdes cortados en trozos, 2 yucas peladas y cortadas en trozos, 8 papas sabaneras peladas, cilantro picado, color (opcional) sal, pimienta y comino.

Duración: entre 40 a 60 minutos



- **LAS HAYACAS:** cómo podemos ver estos pasa bocas llevan: arroz, carne, arvejas, papa, cebolla, aceite, masa, sal, hojas de topocho

Duración: 1 a ½ hora



- **CALDO DE COSTILLA:** para este plato necesitamos: 1 ½ litro de agua
1 ramito de cilantro
1 trozo de cebolla larga
1 diente de ajo
1 libra de papa (pastusa)
Cebolla larga y cilantro finamente picados para servir
1 tableta de caldo
Sal y condimentos al gusto



- **MUTE:**



FESTIVALES EN LOS LLANOS ORIENTALES

- **El Festival Nacional de la Canción** - Villavicencio Meta
- **Fiestas Patronales de Arauca:** Se rinde homenaje a símbolos de la cultura llanera como el joropo, el canto recio, el pasaje, la copla, el baile, el corrío y el contrapunteo,
- **El Festival de la Negra:** Las festividades de los pueblos llaneros han girado en torno a un santo patrono: Santa Bárbara, en Arauca; la Virgen



de la Asunción, en Tame, la Virgen de la Candelaria, en Orocué. El calendario de fiestas es el siguiente: Arauca en la primera semana de diciembre; Tame, el 15 de agosto; en Maní, Casanare, el 6 de enero; en San Martín, Meta, 11 de noviembre; en Puerto López, Meta, 28 de diciembre.

- **Feria Agroindustrial de Catama** - Villavicencio, enero
- **El Festival Internacional del Joropo** - Villavicencio, junio-Julio
- **La Fiesta de la Virgen del Carmen** - Villavicencio, 16 de julio
- **El Campeonato Mundial de Coleo** - Villavicencio, octubre

DESCRIPCION TECNICA DE LOS PASOS

Escobillado (paso de la mujer): Las manos van agarradas fuertemente de las del hombre, brazos rígidos; se eleva la pierna derecha flexionando un poco la rodilla, se extiende completamente la pierna hasta llevarla al frente y con la punta del pie se desliza hacia el cuerpo; posteriormente se realiza el mismo movimiento con la pierna izquierda, de forma asimétrica.

Zapateo (paso del hombre): después de realizar el paso básico, con el pie derecho da un golpe fuerte hacia delante y el izquierdo se golpea en el puesto, trasladando el pie derecho atrás golpeándolo y terminando con el izquierdo adelante un golpe aún más fuerte. Esto solo es para zapateo básico, pues existe incontable diversidad de zapateos y a diferentes ritmos.

La culebra: la mujer está tomada de las manos del hombre fuertemente, lo suelta y va girando alrededor de él deslizando su brazo por la cintura del hombre hasta llegar a su punto inicial, si gira hacia la izquierda se desliza con el brazo derecho.



La sogá: la mujer tomada de una mano del hombre (los dos con la mano derecha), va girando alrededor del hasta llegar nuevamente a su puesto.

Pecho y cola: el brazo del hombre va a la cintura de la mujer y el brazo de la mujer va al hombro cruzando por el pecho del hombre.

Despescuezada: los brazos tanto del hombre como de la mujer pasan detrás de la nuca o del cuello pueden realizar vueltas al realizar esta figura, desplazamientos en distintas direcciones. La clave para esta figura, es no despegar la mano de apoyo sobre el cuello de la mujer, dándole un giro de 360° y quedando en posición lateral hacia el hombre.

Paso básico: se lleva el pie derecho hacia delante dando un pequeño golpe y el pie izquierdo se adelanta un poco golpeando igualmente mientras el pie derecho se desliza hacia atrás sin despegarlo del suelo, se realiza el mismo movimiento con el pie izquierdo.

Balseo o gabán: Como su nombre lo indica es hacer un vals mientras la música va a un ritmo lento, el pie de los dos debe hacer un deslizado hacia delante y hacia atrás, moviéndose en forma asimétrica, en distintas direcciones y dando un toque de delicadeza a la danza.

Chipola: Es un poco más rápido que el balseo, se combina los zapateos y escobillados con el vals.

Joropo recio: Este es más complicado que el balseo. Se inicia con zapateos secuenciales y muy complejos, escobillados a gran velocidad y algunas vueltas que hacen el baile más emocionante en su parte final y a su vez más exigente.



CONCEPTOS A TRATAR.

Coordinación:

Es la capacidad para utilizar los sentidos, destacando la visión y la audición, unido al movimiento y las diferentes partes del cuerpo, y así poder desarrollar los movimientos con precisión y suavidad.

La coordinación incluye:

- En el equilibrio corporal, siendo la habilidad para mantener una determinada postura, especialmente en gravedad. Por ejemplo, andar sobre una barra fija).
- El ritmo.
- Percepción del cuerpo y el espacio y coordinación espacial, como hacer una voltereta, o aprender un paso de baile.
- Coordinación ojo-pie, como conducir un balón con el pie.
- Coordinación ojo-mano, como golpear una bola con la raqueta.

Estas actividades son muy importantes, sobre todo en la infancia ya que:

- Evitan caídas.
- Proporcionan satisfacción.
- Son importantes para el desarrollo físico-psíquico.

Flexibilidad:

La flexibilidad es uno de los beneficios del deporte en la niñez. Es la capacidad que tienen las articulaciones de realizar movimientos con la mayor amplitud posible. No se encarga de generar movimiento, pero sí lo facilita. Se pueden practicar con actividades físicas como: estirar suavemente los diferentes músculos, bailar, jugar a los bolos, a la goma elástica, deportes como gimnasia, kárate, judo y otros similares. Aunque en la infancia la flexibilidad es mayor, conviene iniciar estas actividades en edades tempranas y mantenerlas a lo largo de la vida.



BENEFICIOS DE LA DANZA.

Beneficios físicos.

La danza, mejora el estado físico general, como cualquier otra actividad física, aunque con la ventaja de ser más motivante que otros ejercicios físicos, a la hora de realizarla, mantenerla y trabajarla con más intensidad. Estos beneficios son:

- Aumento de la fuerza muscular.
- Aumento de la flexibilidad.
- Incremento de la resistencia física.
- Mejora del funcionamiento cardiovascular.

Estas consecuencias físicas llevan consigo importantes beneficios psicológicos, como la mejora del auto concepto y de la autoestima, tan importantes en el desarrollo saludable de un sujeto.

Beneficios psicológicos.

La práctica de la danza favorece también el desarrollo de las facultades cognoscitivas, según afirma Robinson J. en su libro “El niño y la danza”, (1992). Según esta autora se despertarán facultades como: la observación, la memorización, asociación, análisis, disociación, síntesis, previsión, conceptualización, combinación, etc.

Por ejemplo, aprendiendo un encadenamiento de pasos por imitación, el sujeto tiene que observar cuidadosamente; asociar series de pasos para conseguir memorizarlos; analizar el todo para obtener información sobre las direcciones a seguir, las piernas que usar; disociar piernas de brazos para aprender movimientos diferentes ejecutados al tiempo, combinando todos esos elementos. Es un proceso complejo que depende de todas esas facultades, que, al ejercitarlas mediante la danza, obviamente se ven favorecidas.



No solo las facultades cognitivas se ven incrementadas, también ciertos factores afectivos pueden beneficiarse positivamente si se trabaja una danza en la que se despierte la confianza del sujeto, se solicita su imaginación y se suscita la inventiva y la creatividad, (según Robinson, J., 1992)

Por último, decir que la danza también optimiza las facultades sensoriales, ya que agudiza el sentido de la vista y el oído en un programa de danza convencional y además el sentido del tacto y el cinestésico en una propuesta educativa más amplia, (que siga a Laban, 1978).

El sentido cinestésico que nos informa de las sensaciones de nuestro cuerpo, quieto o en movimiento, (su extensión, contracción, velocidad, posición, movimiento) suele ser un sentido poco trabajado. La danza es la disciplina idónea para ello, ya que requiere que la persona sienta cómo se mueve para rectificar, continuar, parar, poner más energía, etc. y usa este sentido, quizá inconscientemente, aprendiendo a observar-escuchar el cuerpo y desarrollando, por tanto, este sentido, (según Hamilton, Iris, 1989).

Beneficios socio-afectivos.

Si hablamos de una danza, planteada como trabajo colectivo, también despierta las aptitudes de relación con los demás. Según Robinson J. (1992): Los juegos grupales favorecen la escucha y el intercambio, la atención y el respeto del otro, la comunicación y la colaboración con vistas a un proyecto común.

Desarrollo de la creatividad.

Es cierto que la danza puede llegar a ser la reproducción de pasos que otros han creado y puede generar brillantes técnicos de la danza que emocionan a nivel estético, pero que no llegan a desarrollar su creatividad. Sin embargo, sí se logra en un planteamiento en el que se incita a “descubrir” la capacidad de producir arte, de ser “artista” y desarrollar a través del movimiento, pero muy



en consonancia con nuestra mente, cualidades de sensibilidad, percepción, afectividad, espiritualidad, creatividad y comunicación.

Ello ayuda al sujeto no solo a ser bailarín y creativo en la danza, sino a ser creativo en cualquier área de su vida, incluso científica, según Stokoe, Patricia (1996).

Según Cañal Santos y Cañal Ruiz (2001), puede decirse que “el valor educativo de la danza es doble. Primero, en razón de la práctica del movimiento, y segundo, al facilitar el perfeccionamiento de la armonía personal y social que fomenta la observación exacta del esfuerzo”. Ellos sostienen que, con la práctica sistemática de la danza en la educación, el alumnado:

a) Perfecciona el sentido cinestésico (por el cual percibe el esfuerzo muscular, el movimiento y la posición de su cuerpo en el espacio).

- Incrementa con garantía la conciencia del propio cuerpo, en cuanto que las sensaciones de los movimientos se hacen más diferenciadas, y se desarrolla más la capacidad de adaptación rítmica.
- Logra seguridad en los movimientos y, tras experimentar muchas y variadas gradaciones y combinaciones de los mismos, obtiene la plenitud del rendimiento y de la creatividad.
- Acrecienta la capacidad de respuesta inmediata y automática en los movimientos, debido a la adecuación a los variados y diferenciados cambios de velocidad, de ritmo y de ubicación en el espacio.

b) Consigue movimientos armoniosos al lograr, con el mínimo esfuerzo, el mayor rendimiento. El movimiento armonioso se basa en el control de la energía y en el buen sentido rítmico.



c) Establece una relación corporal con la totalidad de la existencia, modela su personalidad, se ejercita en la expresión artística de acuerdo con su estadio de desarrollo y su talento.

d) Vive la interacción social.

En conclusión, como se ve la danza atañe a la persona en su totalidad. Hay quien ve en ella los mismos beneficios que puede aportar el deporte, pero aparte de la resistencia, valentía, dominio físico, sentido de la superación, etc., la danza es algo más, es una disciplina artística, como afirma Robinson, J. (1992).

El lenguaje simbólico que utiliza requiere todas las facultades, tanto cognoscitivas, como físicas, como afectivas, y a todas beneficia; por tanto, su importancia en la educación queda más que justificada. En el congreso de DaCi (La Danza y el niño. Unesco, 1982) se dijo:

“El objeto de la enseñanza de la danza es hacer mejores a los seres humanos”.

Según esta afirmación podría decirse que el niño tiene derecho a la danza.



MARCO LEGAL

LEY GENERAL DE EDUCACIÓN o ley 115 de 1994.

(La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.)

Artículo 14. Enseñanza obligatoria. En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de la educación preescolar, básica y media, cumplir con:

- a) El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo.

Artículo 21. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria.

D) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

Artículo 22. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria.

ñ) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.



LEY 181 DE 1995

TÍTULO III (DE LA EDUCACIÓN FÍSICA)

Artículo 10°.- Entiéndase por Educación Física la disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos con sujeción a lo dispuesto en la Ley 115 de 1994.

Artículo 11°.- Corresponde al Ministerio de Educación Nacional, la responsabilidad de dirigir, orientar, capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de Educación Física de los niveles de Prescolar, Básica Primaria, Educación Secundaria e instituciones escolares especializadas para personas con discapacidades físicas, síquicas y sensoriales, y determinar las estrategias de capacitación y perfeccionamiento profesional del recurso humano.

Artículo 12°.- Corresponde al Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes, la responsabilidad de dirigir, orientar, coordinar y controlar el desarrollo de la Educación Física extraescolar como factor social y determinar las políticas, planes, programas y estrategias para su desarrollo, con fines de salud, bienestar y condición física para niños, jóvenes, adultos, personas con limitaciones y personas de la tercera edad.

Artículo 13°.- El Instituto Colombiano del Deporte, Col de deportes, promoverá la investigación científica y la producción intelectual, para un mejor desarrollo de la Educación Física en Colombia. De igual forma promoverá el desarrollo de programas nacionales de mejoramiento de la condición física, así como de eventos de actualización y capacitación.



Artículo 14º.- Los entes deportivos departamentales y municipales diseñarán conjuntamente con las secretarías de educación correspondientes los programas necesarios para lograr el cumplimiento de los objetivos de la Ley de Educación General y concurrirán financieramente para el adelanto de programas específicos, tales como centros de educación física, centros de iniciación y formación deportiva, festivales recreativos escolares y juegos intercolegiados.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

SEMANAS	CONTENIDOS	GRADOS	RECURSOS	TIEMPO
1	Diagnóstico, Conceptualización Teórica y pasos básicos del joropo	6,7,8,9,10 y 11	Coliseo IEJEG	10 horas
2	Diagnóstico, Conceptualización Teórica y pasos básicos del joropo	0,1,2,3,4 y 5	Coliseo IEJEG	10 horas
3	Conceptualización pasos básicos de la Redova, Chotis, contradanza, bambuco, el ventarrón	0,1,2,3,7 y docentes	Coliseo IEJEG	16 horas
4	Pasos básicos para Carranga	10 y 11	Coliseo IEJEG	16 horas
5	Esquemas coreográficos	6,7,8,9,10, 11 y docentes	Coliseo IEJEG	16 horas
6	Esquemas coreográficos	0,1,2,3,4, 5, 6,7,8,9,10,	Coliseo IEJEG	36 horas



		11 y docentes		
7	Semana cultural	0-11	Coliseo IEJEG	10 horas
8	Danzas Joropo y chotis	8-10	Coliseo IEJEG	16 horas
9	Trabajo de danza el chotis laboreo	docentes	Coliseo IEJEG	8 horas
10	Redova y joropo	7-11	Coliseo IEJEG	24 horas
11	Refuerzos Y Presentación	7-11	Coliseo IEJEG	10 horas

CAPITULO III

INFORME DE PROCESOS CURRICULARES PARA EL AREA DE EDUCACIÓN FISICA.

El modelo pedagógico del ITAJEG es el “Aprendizaje Significativo” fundamentado en el concepto de que, “el estudiante es un ente que posee conocimientos previos, con los cuales el maestro potencializa el aprendizaje a través de la mediación”.

SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACIÓN DE LOS ESTUDIANTES.

En el marco del cumplimiento del decreto N° 1290 de 2009 el SIEE la evaluación será permanente, continua e integral, con una escala de valoración de 1 a 10 donde se definen los niveles de desempeño atendiendo a la siguiente tabla:

VALORACIÓN NUMÉRICA	NIVEL DE DESEMPEÑO
DE 95 A 100	SUPERIOR



DE 76 A 94	ALTO
DE 60 A 75	BASICO
DE 0 A 59	BAJO

Dichos niveles serán el resultado de las siguientes ponderaciones:

- TRABAJOS 50%
- EVALUACIONES ESCRITA U ORAL 50%

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO PRIMERO (1) 2016

Universidad de Pamplona

Pamplona - Norte de Santander - Colombia

Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
				FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
I PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> NUESTRO CUERPO DESARROLLO DE LA LATERALIDAD 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco las diferentes partes de mi cuerpo con sus respectivos segmentos y los utilizo de manera acorde y eficaz según mis necesidades diarias. 	<ol style="list-style-type: none"> Mover de forma segmentada diferentes partes del cuerpo y reconocerlas por el nombre. Diferenciar la derecha y la izquierda en sus miembros superiores e inferiores. Identificar las partes del cuerpo en un dibujo de una figura humana. Es capaz de diferenciar la derecha e izquierda en su cuerpo. Acepta su propia realidad corporal 	<ol style="list-style-type: none"> Reconoce en él y en sus compañeros las tres grandes partes del cuerpo: la cabeza, el tronco y las extremidades y la perspectiva de movimiento del cuerpo: adelante-atrás, derecha izquierda, arriba – abajo. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta reconocer en él y en sus compañeros los tres grandes segmentos del cuerpo: la cabeza, el tronco y las extremidades y la perspectiva de movimiento del cuerpo: adelante-atrás, derecha izquierda y arriba – abajo. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.
II Y III PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> COORDINACION Y EQUILIBRIO 	<ul style="list-style-type: none"> Realizo diferentes tipos de movimientos con cierto grado de fluidez y armonía en mis labores cotidianas. 	<ol style="list-style-type: none"> Cambia de una postura de equilibrio a otra diferente a la señal del maestro. Se desplaza sin perder el equilibrio por superficies elevadas con base de sustentación variable. Coordinar los desplazamientos en carrera y salto con alternancia brazo-pierna realizando un apoyo adecuado y activo del pie. Coordinar los movimientos corporales globales. Coordina los movimientos de brazos y piernas en las formas básicas de desplazamiento: marcha y carrera. Lanza y recoge el balón en diferentes posturas sin que se le caiga. Desplazarse llevando rodado un balón por encima de una línea sin desviarse. Lanza varias veces contra una pared recogiendo el balón sin que toque el suelo. 	<ol style="list-style-type: none"> Tiene autonomía y confianza en sí mismo y en su propia actividad motriz. Realiza movimientos y ejercicios desarrollando su coordinación dinámica. Conoce y experimenta la posibilidad de movimiento dentro de la variedad de las posturas corporales y la vez reacciona positivamente ante situaciones que provocan el desequilibrio postural. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta realizar movimientos y ejercicios que le ayudan a desarrollar su coordinación dinámica. Tiene dificultad para experimentar las posibilidades de movimientos dentro de la variedad de las posturas corporales y la vez reaccionar ante situaciones que provocan el desequilibrio postural 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.

IV PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> FORMAS BASICAS DE MOVIMIENTO. NOCION TIEMPO - ESPACIO 	<ul style="list-style-type: none"> Dispongo conscientemente de las habilidades básicas de movimiento y las aplico, a través de juegos y ejercicios en mi contexto. 	<ol style="list-style-type: none"> Ejecuta diferentes tipos de desplazamientos (Reptar, gatear, caminar, correr, girar y saltar) variando sentidos y direcciones en función de obstáculos, sin pérdida del equilibrio. Corre entre obstáculos, sin perder el control del desplazamiento. Gira en torno al eje longitudinal en diferentes posturas. Rueda en torno al eje transversal hacia adelante en un plano inclinado. Es capaz de saltar con los pies juntos dentro de varios aros colocados en fila. Combina la carrera con el salto ejecutándolo de forma más o menos correcta. Se coloca él o coloca los objetos orientados en las diferentes posiciones que se le marca (arriba, abajo, delante, atrás, encima, debajo...) Establece correctamente relaciones delante-atrás entre objetos orientados. Se desliza correctamente en la dirección que se solicita (delante-atrás, lejos-cerca, encima-debajo). 	<ol style="list-style-type: none"> Aplica las formas básicas de caminar, correr, posición de pies, posición sentada y en cuadrupedia manteniendo la coordinación y ritmo en su cuerpo. Participa en los juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por las normas de juego. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta aplicar las formas básicas de caminar, correr, posición de pies, posición sentada y en cuadrupedia manteniendo la coordinación y ritmo en su cuerpo. Tiene dificultad para conservar el respeto por las normas de juego. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.
------------	--	---	---	---	---	---

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO SEGUNDO (2) 2016

PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
				FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
I PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> NUESTRO CUERPO AFIANZAMIENTO EN EL DESARROLLO DE LA LATERALIDAD 	<ul style="list-style-type: none"> Reafirmo mi conocimiento referente a las diferentes partes de mi cuerpo con sus respectivos segmentos y los utilizo de manera acorde y eficaz según mis necesidades diarias. 	<ol style="list-style-type: none"> Mover diferentes articulaciones y reconocer su nombre. Representar el cuerpo de forma global mediante un dibujo. Respeto y responsabilidad hacia el propio cuerpo y el de los otros. Afirmación de la lateralidad. Diferenciar la derecha y la izquierda en un objeto con respecto a uno mismo. Adquirir confianza con ambos lados en la realización de los diversos juegos. Afirmar su propia lateralidad corporal. 	<ol style="list-style-type: none"> Posee cierto grado de independencia y fluidez en la realización de las tareas motrices. Reconoce y utiliza conscientemente diferentes articulaciones en la realización de ejercicios. Resuelve problemas motores con ambos lados del cuerpo. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta realizar algunas tareas motrices. Se le dificulta reconocer y utilizar conscientemente diferentes articulaciones en la realización de ejercicios. Se le dificulta resolver problemas motores con ambos lados del cuerpo. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.



II Y III PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> COORDINACION Y EQUILIBRIO 	<ul style="list-style-type: none"> Realizo diferentes tipos de movimientos con cierto grado de fluidez y armonía en mis labores cotidianas. 	<ol style="list-style-type: none"> Cambia de una postura de equilibrio a otra diferente a la señal del profesor. Permanece equilibrado en planos inclinados. Permanece equilibrado en superficies elevadas. Se desplaza sin perder el equilibrio por superficies elevadas con base de sustentación variable. Se desplaza sin perder el equilibrio en planos inclinados y planos verticales. Se desplaza con objetos equilibrados sobre su cuerpo (con amplia superficie de contacto). Corre con un balón controlado entre y por encima de obstáculos distribuidos por el espacio. Bota el balón realizado «zigzag» entre varios conos sin perder el control del balón. Lanza una pelota acertando varias veces en el objeto contra el cual se lanza. Coordina la carrera con un lanzamiento básico. 	<ol style="list-style-type: none"> Manipula y controla apropiadamente objetos, con las diferentes partes de su cuerpo. Desarrolla sus capacidades motrices en entornos habituales. Coordina movimientos globales combinando diferentes segmentos corporales. Conoce y experimenta la posibilidad de movimiento dentro de la variedad de las posturas corporales y la vez reacciona positivamente ante situaciones que provocan el desequilibrio postural. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta manipular y controlar apropiadamente objetos, con las diferentes partes de su cuerpo. Se le dificulta coordinar movimientos globales combinando diferentes segmentos corporales. Tiene dificultad para experimentar las posibilidades de movimientos dentro de la variedad de las posturas corporales y la vez reaccionar ante situaciones que provocan el desequilibrio postural. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.
IV PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> FORMAS BASICAS DE MOVIMIENTO. NOCION TIEMPO - ESPACIO 	<ul style="list-style-type: none"> Dispongo de muchas posibilidades de movimiento y las aplico conscientemente, a través de juegos y ejercicios en mi contexto. Me ubico y ubico objetos correctamente en un espacio determinado. 	<ol style="list-style-type: none"> Coordina los movimientos de brazos y piernas en las formas básicas de desplazamiento: marcha y carrera. Corre entre obstáculos transportando objetos, sin perder el control del desplazamiento y del objeto. Colabora con los compañeros de forma activa en situaciones que requieran cooperación. Se coloca él o coloca los objetos orientados en las diferentes posiciones que se le marca (arriba, abajo, delante, atrás, encima, debajo...) Establece correctamente relaciones delante-atrás entre objetos orientados. Se desplaza correctamente en la dirección que se solicita (delante-atrás, lejos-cerca, encima-debajo). Es capaz de realizar actividades que impliquen estar separados y juntos según lo determine la situación. Se mantiene a una distancia determinada respecto a un objeto que se desplaza lento y uniformemente. Valora correctamente la distancia entre los objetos Es capaz de saltar con los pies juntos y "a pata coja" dentro de varios aros colocados en fila. Combina la carrera con el salto ejecutándolo de forma correcta. Gira con base de sustentación reducida en una superficie blanda (colchonetas) 	<ol style="list-style-type: none"> Ejecuta las formas básicas de movimiento con un alto grado de fluidez y coordinación. Se coloca él o coloca los objetos de manera exacta orientados en las diferentes posiciones que se le marca (arriba, abajo, delante, atrás, encima, debajo...). Reconoce y actúa con sentido claro y preciso de todos los conceptos de orientación. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta ejecutar las formas básicas de movimiento con un alto grado de fluidez y coordinación. Se le dificulta colocarse o colocar los objetos de manera exacta orientados en las diferentes posiciones que se le marca (arriba, abajo, delante, atrás, encima, debajo...). Tiene dificultad para reconocer y actuar con sentido claro y preciso de todos los conceptos de orientación. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO TECERO (3) 2016

PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRITORES DE COMPETENCIAS		
				FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES

Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz





I PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> MEJORANDO LOS MOVIMIENTOS BASICOS, LA COORDINACION, EL EQUILIBRIO Y ADQUIRIENDO AGILIDAD. 	<ul style="list-style-type: none"> Realizo y perfecciono diferentes tipos de movimientos con un cierto grado de fluidez y armonía en mis labores cotidianas. 	<ol style="list-style-type: none"> Desarrollar el equilibrio corporal mejorando la coordinación de acciones y movimientos. Mantener posiciones determinadas en situaciones estáticas y dinámicas, con y sin objetos. Realizar diferentes circuitos salvando obstáculos con agilidad. Desarrollar las capacidades coordinativas adecuándolas a sus posibilidades. Perfeccionar la coordinación dinámico general y óculo - segmentaria. Diferenciar los diferentes tipos de saltos y giros. Practicar y mejorar la eficacia en las habilidades básicas de saltos. Aumentar el control del equilibrio. Practicar y mejorar la eficacia en las habilidades básicas de giros. Aumentar la agilidad general. 	<ol style="list-style-type: none"> Es capaz de solucionar diferentes problemas motrices donde aparezcan distintas situaciones de saltos y giros. Realiza correctamente los diferentes volteos. Desarrolla el equilibrio corporal mejorando la coordinación de acciones y movimientos. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta solucionar diferentes problemas motrices donde aparezcan distintas situaciones de saltos y giros. Tiene dificultad para realizar correctamente los diferentes volteos. Se le dificulta desarrollar el equilibrio corporal y por ende mejorar la coordinación de acciones y movimientos. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.
II Y III PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> JUEGOS CON VELOCIDAD, FUERZA Y FLEXIBILIDAD. 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco y ejecuto con facilidad diferentes ejercicios, tipos y conceptos básicos de velocidad, fuerza y flexibilidad, aplicándolo en mi cotidianidad. 	<ol style="list-style-type: none"> Conocer y realizar las diferentes posibilidades de juegos: de carrera, de fuerza, flexibilidad con balones y populares. Conocer los diferentes tipos de carrera: distintas modalidades de carreras lisas, con vallas y obstáculos y las carreras de relevos. 	<ol style="list-style-type: none"> Conoce y ejecuta las diferentes posibilidades de juegos: de carrera, de fuerza, flexibilidad con balones y populares. Conoce los tipos de carrera y es capaz de practicarlas en la medida de sus posibilidades. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta ejecutar las diferentes posibilidades de juegos: de carrera, de fuerza, flexibilidad, con balones y populares. Tiene dificultad para practicar los diferentes tipos de carrera. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.
IV PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> PREDEPORTIVOS PARA DEPORTES DE CONJUNTO Y ALGUNAS PRUEBAS INDIVIDUALES. 	<ul style="list-style-type: none"> Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo a mi fase de desarrollo. 	<ol style="list-style-type: none"> Conocer los elementos técnicos básicos de los deportes de equipo: pase, bote conducción, lanzamiento y remate. Conocer la utilidad y algunas posibles formas de ejecución de los citados elementos técnicos. Conocer y aceptar los aspectos básicos del reglamento de algunos deportes de los que se practican a su edad. Practicar las habilidades motrices específicas más sencillas de los deportes individuales. Respetar a todos los participantes en el juego, tanto a los compañeros como a los adversarios. Valorar la importancia del material e instalaciones específicos de la Educación Física y colaborar en su cuidado y mantenimiento. 	<ol style="list-style-type: none"> Conoce algunas habilidades deportivas y es capaz de realizarlas de manera correcta. Conoce y acepta los aspectos básicos del reglamento de algunos deportes de los que se practican a su edad. Respetar a todos los participantes en el juego, tanto a los compañeros como a los adversarios. 	<ol style="list-style-type: none"> Tiene dificultad para realizar algunas habilidades deportivas. Se le dificulta aceptar y reconocer los aspectos básicos de algunos reglamentos deportivos que se practican a su edad. Se le dificulta respetar a todos los participantes en el juego, tanto a los compañeros como a los adversarios 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.



PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO CUARTO (4) 2016

PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRPTORES DE COMPETENCIAS		
				FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
I PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> JUEGOS DE RESISTENCIA, FUERZA, FLEXIBILIDAD Y VELOCIDAD. 	<ul style="list-style-type: none"> Ejecuto diversos ejercicios en mis labores diarias colocando en práctica los diferentes conceptos básicos de resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad. 	<ol style="list-style-type: none"> Conocer, vivenciar y realizar diferentes tipos de juegos: de carreras, de fuerza, de resistencia, sensoriales, con balones, etc. Conocer y aplicar ejercicios de resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad. 	<ol style="list-style-type: none"> Identifica y diferencia las valencias físicas como resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad en la aplicación secuencial de ejercicios, manteniendo el control y ritmo de su cuerpo. Conoce y aplica correctamente ejercicios de resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta identificar y diferenciar algunas valencias físicas como resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad en la aplicación secuencial de ejercicios. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.
II Y III PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> JUEGOS PREDEPORTIVOS DEPORTES INDIVIDUALES. 	<ul style="list-style-type: none"> Vivencio y reconozco ciertos fundamentos básicos para ejecutar algunos gestos técnicos de diferentes pruebas del atletismo. 	<ol style="list-style-type: none"> Conocer algunas modalidades de lanzamientos del atletismo adaptados a su edad. Conocer algunas posibilidades de saltos del atletismo adaptados a su edad. Conocer los diferentes tipos de carrera: distintas modalidades de carreras lisas, con vallas y obstáculos y las carreras de relevos. 	<ol style="list-style-type: none"> Conoce y ejecuta correctamente algunos juegos pre deportivos que afianzan los gestos técnicos del atletismo. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta ejecutar correctamente algunos juegos pre deportivos que afianzan los gestos técnicos del atletismo. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.

IV PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> JUEGOS PREDEPORTIVOS DEPORTES DE CONJUNTO. 	<ul style="list-style-type: none"> Manejo las habilidades y destrezas básicas que me permiten integrarme productivamente en las prácticas de carácter deportivo, recreativo y laboral propias de mi edad. 	<p style="text-align: center;">Universidad de Pamplona Pamplona - Norte de Santander - Colombia Tel: (+57) 300 85305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co</p> <ol style="list-style-type: none"> Aplicar con propiedad la posición básica y el golpe de antebrazo del voleibol en los juegos integrados, lúdicos y deportivos. Aplicar la posición básica y los pases del baloncesto en los juegos integrados, lúdicos y deportivos. Aplicar los diferentes fundamentos técnicos básicos del futbol sala (conducción, pase y recepción) Adoptar una actitud crítica ante las actividades practicas sociales, del deporte, la recreación, y el uso del tiempo libre. 	<ol style="list-style-type: none"> Aplica y ejecuta con propiedad algunos gestos técnicos básicos del baloncesto, el voleibol y el futbol sala. Adopta una actitud positiva ante las actividades prácticas sociales del deporte, la recreación, y el uso del tiempo libre. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta aplicar y ejecutar con propiedad algunos gestos técnicos básicos del baloncesto, el voleibol y el futbol sala. Adopta una actitud negativa ante las actividades prácticas sociales del deporte, la recreación, y el uso del tiempo libre 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.
------------	--	--	--	--	---	---

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO QUINTO (5) 2016

PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRPTORES DE COMPETENCIAS		
				FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
I PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> LAS CUALIDADES FISICAS BASICAS 	<ul style="list-style-type: none"> Identifico y aplico con seguridad las diferentes cualidades físicas básicas en la ejecución de tareas personales, sociales y deportivas 	<ol style="list-style-type: none"> Mejorar el nivel de las cualidades físicas. Conocer cuáles son las cualidades físicas básicas. Relacionar las cualidades físicas básicas con algunos esfuerzos y movimientos del cuerpo humano cuando practica ejercicio físico. Relacionar cada cualidad física básica con el aparato o sistema del organismo en que se basa. Controlar la frecuencia cardiaca. Ejecutar ejercicios de agilidad, resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad, equilibrio y ejercitar la coordinación ojo mano y ojo pie mediante el manejo de objetos. Adquirir el hábito de practicar ejercicio físico enfocado a las cualidades físicas. Conocer las definiciones teóricas de cada una de las cualidades físicas básicas. Adquirir hábitos de cuidado e higiene personal 	<ol style="list-style-type: none"> Reconoce y aplica conscientemente las diferentes cualidades físicas básicas en las actividades deportivas, sociales y personales. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta reconocer y aplicar conscientemente las diferentes cualidades físicas básicas en las actividades deportivas, sociales y personales. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.





II Y III PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> GIMNASIA Y ATLETISMO ESCOLAR 	<ul style="list-style-type: none"> Me apropio de algunos conceptos básicos de la gimnasia y el atletismo, y los desarrollo armónicamente por medio de ejercicios y actividades en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> Realizar todo tipo de rodamientos en base de sustentación reducida (adelante, atrás, laterales, piernas abiertas, piernas cerradas). Identificar y ejecutar diferentes posiciones corporales con varios tipos de base de sustentación (invertidas de cabeza y manos, arcos etc.) Conocer algunas modalidades de lanzamientos del atletismo adaptados a su edad. Conocer algunas posibilidades de saltos del atletismo adaptados a su edad. Conocer los diferentes tipos de carrera: distintas modalidades de carreras lisas, con vallas y obstáculos y las carreras de relevos. Adquirir hábitos de cuidado e higiene personal 	<ol style="list-style-type: none"> Conoce y ejecuta correctamente algunos juegos pre deportivos que afianzan los gestos técnicos del atletismo. Conoce y ejecuta los diferentes tipos de rodamientos y posiciones con distintas bases de sustentación. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta ejecutar correctamente algunos juegos pre deportivos que afianzan los gestos técnicos del atletismo. Se le dificulta ejecutar los diferentes tipos de rodamientos y posiciones corporales con distintas bases de sustentación. 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.
IV PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> BALONCESTO VOLEIBOL FUTBOL SALA 	<ul style="list-style-type: none"> Mejoro, y aplico apropiadamente mi coordinación general, óculo manual y óculo pédica en el desarrollo de actividades físico deportivo. Manejo las habilidades y destrezas básicas que me permiten integrarme productivamente en las prácticas de carácter deportivo, recreativo y laboral propias de mi edad. 	<ol style="list-style-type: none"> Aplicar con propiedad la posición básica y el golpe de antebrazo del voleibol en los juegos integrados, lúdicos y deportivos. Aplicar la posición básica y los pases del baloncesto en los juegos integrados, lúdicos y deportivos. Aplicar los diferentes fundamentos técnicos básicos del futbol sala (conducción, pase y recepción) Adoptar una actitud critica ante las actividades prácticas sociales, del deporte, la recreación, y el uso del tiempo libre. Adquirir hábitos de cuidado e higiene personal 	<ol style="list-style-type: none"> Aplica y ejecuta con propiedad algunos gestos técnicos básicos del baloncesto, el voleibol y el futbol sala. Adopta una actitud positiva ante las actividades prácticas sociales del deporte, la recreación, y el uso del tiempo libre. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta aplicar y ejecutar con propiedad algunos gestos técnicos básicos del baloncesto, el voleibol y el futbol sala. Adopta una actitud negativa ante las actividades prácticas sociales del deporte, la recreación, y el uso del tiempo libre 	<ol style="list-style-type: none"> Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase. Estar mas atento en las actividades en clase.

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO SEXTO (6) 2016

COMPETENCIAS MOTORAS GENERALES	PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRPTORES DE COMPETENCIAS		
					FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES



<p>PERSONAL</p> <p>Poseo libertad motriz y la utilizo responsablemente en la practica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas.</p>	<p>I PERIODO</p>	<p>BALONCESTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Historia • Reglamento. • Dribling. • Pases. • Doble ritmos. • Preparación física. 	<ul style="list-style-type: none"> • Poseo los conocimientos básicos acerca de la historia y los fundamentos técnicos del baloncesto y el atletismo, y los aplico correctamente en las actividades físicas, deportivas y recreativas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer y aplicar algunas reglas del juego del baloncesto en las actividades deportivas. 2. Conocer e identificar los aspectos más relevantes de la historia del baloncesto y el atletismo. 3. Adquirir un mejor dominio y control en el manejo de los fundamentos técnicos del baloncesto. (dribling, pases, doble ritmos). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Adquiere un mejor dominio y control en el manejo de los fundamentos técnicos del baloncesto. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tiene dificultad con el dominio y el control de los fundamentos técnicos del baloncesto. 2. Se le dificulta ejecutar correctamente algunos componentes técnicos utilizados en las pruebas de campo. 3. No trabaja activamente en clase. 4. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
<p>SOCIAL</p> <p>Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente escolar y familiar.</p>	<p>II PERIODO</p>	<p>ATLETISMO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Historia. • Pruebas de campo (saltos – lanzamientos) 	<p>Poseo los conocimientos básicos acerca de la historia y los fundamentos técnicos del atletismo, y los aplico correctamente en las actividades físicas, deportivas y recreativas.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar y ejecutar algunos componentes técnicos utilizados en las pruebas de campo. 2. Participar activamente en eventos deportivos y cuidar de su desarrollo. 3. Utilizar la práctica deportiva como medio de integración social. 4. Adquirir hábitos de cuidado e higiene persona 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica y ejecuta algunos componentes técnicos utilizados en las pruebas de campo en el atletismo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se le dificulta ejecutar correctamente algunos componentes técnicos utilizados en las pruebas de campo. 2. No trabaja activamente en clase. 3. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	
<p>PRODUCTIVA</p> <p>Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requieren de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.</p>	<p>III PERIODO</p>	<p>VOLEIBOL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Historia. • Reglas. • Técnica. • Preparación Física. <p>GIMNASIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Historia. • De piso. • Flexibilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Poseo los conocimientos básicos acerca de la historia y los fundamentos técnicos del voleibol y la gimnasia, y los llevo a la práctica correctamente en las actividades físicas, deportivas y recreativas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollar algunos fundamentos técnicos de adaptación al voleibol. 2. Conocer y aplicar algunas reglas del voleibol. 3. Conocer e identificar los aspectos más relevantes de la historia del voleibol y la gimnasia. 4. Realizar ejercicios conscientemente para mejorar su flexibilidad articular. 5. Realizar ejercicios gimnásticos que le ayuden a mantener su capacidad óseo muscular. 6. Utilizar las prácticas físicas y deportivas como medio de integración social. 7. Participar activamente en eventos deportivos y cuidar de su desarrollo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrolla y ejecuta correctamente algunos fundamentos técnicos de adaptación al voleibol. 2. Realiza ejercicios gimnásticos que lo ayudan a mantener su capacidad óseo muscular. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se le dificulta ejecutar correctamente algunos fundamentos técnicos de adaptación al voleibol. 2. Tiene dificultad para realizar algunos ejercicios gimnásticos que lo ayudan a mantener su capacidad óseo muscular. 3. No trabaja activamente en clase. 4. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.



	IV PERIODO	<p>FUTBOL SALA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Historia. • Reglamento. • Técnica. (conducción, recepción, pase, dribling). • Preparación física. 	<ul style="list-style-type: none"> • Poseo los conocimientos básicos acerca de la historia y los fundamentos técnicos del futbol sala, y los llevo a la práctica correctamente en las actividades físicas, deportivas y recreativas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer los fundamentos técnicos, históricos y didácticos del futbol sala. 2. Interpretar y aplicar algunas reglas del futbol sala en el juego. 3. Desarrollar su capacidad de creación en el juego. 4. Realizar ejercicios progresivamente para que le ayuden a mejorar los gestos técnicos. 5. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física. 6. Utilizar las prácticas físicas y deportivas como medio de integración social. 7. Participar activamente en eventos deportivos y cuidar de su desarrollo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conoce y ejecuta correctamente los fundamentos técnicos y didácticos del futbol sala. 2. Realiza actividades físico deportivas acorde a su edad para mejorar su condición física. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se le dificulta ejecutar correctamente los fundamentos técnicos y didácticos del futbol sala. 2. Tiene dificultad para realizar actividades físico deportivas acorde a su edad para mejorar su condición física. 3. No trabaja activamente en clase. 4. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
--	-------------------	--	---	--	---	--	--



COMPETENCIAS MOTORAS GENERALES	PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRITORES DE COMPETENCIAS		
					FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
PERSONAL Poseo libertad motriz y la utilizo responsablemente en la practica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas	I PERIODO	BALONCESTO <ul style="list-style-type: none"> Reglamento. Posiciones básicas. Lanzamientos. Pre deportivos. Juego. Preparación física. 	<ul style="list-style-type: none"> Manejo los conceptos específicos de las posiciones básicas y los lanzamientos en el baloncesto, y los aplico claramente en la ejecución de pre deportivos y encuentros reales de baloncesto. Conozco y ejecuto la técnica adecuada para las pruebas atléticas de velocidad. 	1. Conocer y aplicar las posiciones básicas en situaciones de juego. 2. Realizar juegos pre deportivos que mejoren sus fundamentos técnicos. 3. Conocer y ejecutar apropiadamente la técnica correcta para los diferentes tipos de lanzamientos. 4. Reconocer y aplicar algunas reglas del juego del baloncesto. 5.	1. Conoce y aplica las posiciones básicas del baloncesto en situaciones de juego. 2. Conoce y ejecuta apropiadamente la técnica correcta para los diferentes tipos de lanzamientos. 3. Adquiere y mejora la técnica para las pruebas atléticas de velocidad.	1. Tiene dificultad para aplicar las posiciones básicas del baloncesto en situaciones de juego.	1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
		ATLETISMO Pruebas de pista (100mts, 200mts, 110 vallas)	<ul style="list-style-type: none"> Conozco y ejecuto la técnica adecuada para las pruebas atléticas de velocidad. 	1. Realizar ejercicios para adquirir y mejorar la técnica en las pruebas atléticas de velocidad. 2. Utilizar las prácticas físicas y deportivas como medio de integración social. 3. Participar activamente en eventos deportivos y cuidar de su desarrollo.	1. Conoce y ejecuta apropiadamente la técnica correcta para los diferentes tipos de lanzamientos. 2. Adquiere y mejora la técnica para las pruebas atléticas de velocidad	1. Se le dificulta ejecutar la técnica correcta apropiadamente para los diferentes tipos de lanzamientos. 2. Tiene problemas para realizar ejercicios donde adquiere y mejora la técnica para las pruebas atléticas de velocidad en clase. 3. No trabaja activamente en clase.	1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
	VOLEIBOL <ul style="list-style-type: none"> Reglas. Servicio. Posiciones básicas. Recepción. Preparación Física. GIMNASIA <ul style="list-style-type: none"> Calentamiento. Rodamientos. Invertidas. Cadena de movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> Manejo los conceptos específicos de las posiciones básicas, los servicios y la recepción en el voleibol, y los aplico claramente en la ejecución de pre deportivos y encuentros reales de baloncesto. Reconozco las cualidades físicas básicas de mi cuerpo y las utilizo inteligentemente para realizar movimientos gimnásticos de manera consecutiva y armónica. 	1. Conocer y aplicar las posiciones básicas en situaciones de juego. 2. Realizar juegos pre deportivos que mejoren sus fundamentos técnicos. 3. Conocer y ejecutar apropiadamente la técnica correcta para realizar los diferentes tipos de servicio en el voleibol. 4. Mejorar la recepción por medio de actividades deportivas. 5. Realizar ejercicios que le ayuden a mejorar su capacidad de equilibrio y reacción. 6. Utilizar las prácticas físicas y deportivas como medio de integración social. 7. Participar activamente en eventos deportivos y cuidar de su desarrollo.	1. Conoce y aplica las posiciones básicas del voleibol en situaciones de juego. 2. Conoce y ejecuta apropiadamente la técnica correcta para realizar los diferentes tipos de servicio en el voleibol. 3. Mejora su capacidad de equilibrio y reacción por medio de ejercicios.	1. se le dificultad aplicar las posiciones básicas del voleibol en situaciones de juego. 2. Tiene dificultad para ejecutar apropiadamente la técnica correcta en los diferentes tipos de servicio en el voleibol. 3. Se le dificulta realizar ejercicios que le ayudan a mejorar su capacidad de equilibrio y reacción. 3. No trabaja activamente en clase. 4. No realiza los ejercicios propuestos en clase.	1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.	
SOCIAL Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente escolar y familiar	II PERIODO						
PRODUCTIVA Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana	III PERIODO						





que requieren de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.	IV PERIODO	FUTBOL SALA <ul style="list-style-type: none"> Reglamento. Técnica. (conducción, recepción, pase, dribling). Juegos tácticos menores (con 1 y 2 metas) Posiciones. Preparación física. 	<ul style="list-style-type: none"> Manejo los conceptos específicos de cada una de las posiciones básicas, la conducción, recepción, pase, dribling, remate en el futbol de salón y los aplico claramente en la ejecución de pre deportivos y encuentros reales de baloncesto. 	<ol style="list-style-type: none"> Conocer y aplicar las posiciones básicas en situaciones de juego. Mejorar el dominio de los fundamentos técnicos, para aplicarlo en el juego de equipo. Realizar juegos pre deportivos que mejoren sus fundamentos técnicos. Mejorar la capacidad cardiovascular a través de ejercicios de futbol sala. Adquirir una formación atlética consciente como base para la práctica deportiva. Utilizar las prácticas físicas y deportivas como medio de integración social. Participar activamente en eventos deportivos y cuidar de su desarrollo. 	<ol style="list-style-type: none"> Conoce y aplica las posiciones básicas del futbol sala en situaciones de juego. Mejora y adopta el dominio de los fundamentos técnicos del futbol sala, para aplicarlo en el juego de equipo. Adquiere una formación atlética consciente como base para la práctica deportiva. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta aplicar las posiciones básicas del futbol sala en situaciones de juego. Tiene dificultad para adoptar el dominio de los fundamentos técnicos del futbol sala y aplicarlos en el juego de equipo. No trabaja activamente en clase. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase.
---	------------	--	---	--	--	---	---



PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO OCTAVO (8) 2016

COMPETENCIAS MOTORAS GENERALES	PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
					FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
PERSONAL Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades físicas y deportivas en mi tiempo libre.	I PERIODO	BALONCESTO <ul style="list-style-type: none"> Reglamento. Entradas. Fintes. Reversibles. Preparación para marcar Preparación física. 	<ul style="list-style-type: none"> Identifico los principales fundamentos técnicos para el dominio y control del ataque en el baloncesto y los utilizo favorablemente en las situaciones reales de juego. 	1. Adquirir fundamentos con mayor dificultad en su ejecución para aplicarlos en el juego. 2. Implementar las técnicas de ataque realizando una correcta ejecución en la práctica. 3. Desarrollar ejercicios para adquirir y mejorar la técnica en las pruebas atléticas de resistencia semi fondo. 4. Utilizar las prácticas físicas y deportivas como medio de integración social. 5. Participar activamente en eventos deportivos y cuidar de su desarrollo. 6. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física.	1. Implementa las técnicas de ataque en el baloncesto y realiza una correcta ejecución de ellas en la práctica. 2. Utiliza las prácticas físicas y deportivas como medio de integración social. 3. Adquiere y mejora la técnica en las pruebas atléticas de resistencia (semi fondo). 4. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados en la aplicación de los tests físicos.	1. Se le dificulta implementar y realizar correctamente las técnicas de ataque en el baloncesto. 2. Tiene dificultad para integrarse socialmente. 3. Se le dificulta adquirir la técnica adecuada para realizar las pruebas atléticas de semi fondo. 4. No trabaja activamente en clase. 5. No realiza los ejercicios propuestos en clase.	1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
		SOCIAL Lidero la organización y dirección de actividades lúdicas, deportivas y	II PERIODO	ATLETISMO Pruebas de pista (semi fondo, 1000mts, 1500mts, relevos)	Comprendo y ejecuto la técnica adecuada para las pruebas atléticas de medio fondo.	1. Desarrollar ejercicios para adquirir y mejorar la técnica en las pruebas atléticas de resistencia semi fondo. 2. Utilizar las prácticas físicas y deportivas como medio de integración social. 3. Participar activamente en eventos deportivos y cuidar de su desarrollo. 4. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física.	1. Adquiere y mejora la técnica en las pruebas atléticas de resistencia (semi fondo). 2. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados en la aplicación de los tests físicos.



recreativas en mi ambiente familiar e institucional. PRODUCTIVA Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requieren habilidades y destrezas complejas.	III PERIODO	VOLEIBOL <ul style="list-style-type: none"> Reglas. 3 contra 3. 4 contra 4. 6 contra 6. Sistemas de juego. Remate. Preparación Física. GIMNASIA <ul style="list-style-type: none"> Rodamientos. Volteos. Invertidas. Cadena de movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> Identifico los principales fundamentos técnicos para el dominio y control del ataque en el voleibol, y los utilizo favorablemente en las situaciones reales de juego. Reconozco las cualidades físicas básicas de mi cuerpo y las utilizo inteligentemente para realizar movimientos gimnásticos de manera consecutiva y armónica. 	<ol style="list-style-type: none"> Realizar ejercicios utilizando las estrategias y fundamentos técnicos adquiridos. Perfeccionar el juego del voleibol identificando y aplicando sus componentes principales. Conocer y ejecutar los diversos gestos técnicos del remate. Implementar correctamente las estrategias ofensivas en las diferentes situaciones de juego. Realizar ejercicios gimnásticos con cierto grado de dificultad aplicando las prácticas anteriores. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física. 	<ol style="list-style-type: none"> Utiliza las estrategias y los fundamentos técnicos adquiridos para el juego de voleibol. Perfecciona el juego del voleibol identificando y aplicando sus componentes principales. Implementa correctamente las estrategias ofensivas en las diferentes situaciones de juego. Realiza ejercicios gimnásticos con cierto grado de dificultad aplicando las prácticas anteriores. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta utilizar las estrategias y los fundamentos técnicos en el juego de voleibol. Tiene dificultad para Implementar correctamente las estrategias ofensivas en las diferentes situaciones de juego. Se le dificulta realizar ejercicios gimnásticos con cierto grado de dificultad aplicando las prácticas anteriores. No trabaja activamente en clase. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase.
	IV PERIODO	FUTBOL SALA <ul style="list-style-type: none"> Reglamento. Dominio del balón. Remates. Sistema de juego. Juego. Preparación física. 	<ul style="list-style-type: none"> Identifico los principales fundamentos técnicos para el dominio y control del ataque en el futbol sala, y los utilizo favorablemente en las situaciones reales de juego. 	<ol style="list-style-type: none"> Realizar ejercicios específicos que mejoren la coordinación y la ubicación con relación al elemento. Identificar y ejecutar los gestos técnicos de las diferentes formas de rematar a la portería. Aplicar los fundamentos técnicos aprendidos en situaciones reales de juego. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física. 	<ol style="list-style-type: none"> Identifica y ejecuta los gestos técnicos de las diferentes formas de rematar a la portería. Aplica los fundamentos técnicos aprendidos en situaciones reales de juego. Participa activamente en la organización e intervención de eventos deportivos. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados en la aplicación de los test físicos. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta identificar y ejecutar los gestos técnicos de las diferentes formas de rematar a la portería. Tiene dificultad para aplicar los fundamentos técnicos aprendidos, en situaciones reales de juego. No participa activamente en la organización e intervención de eventos deportivos. No trabaja activamente en clase. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase.



PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO NOVENO (9) 2016

COMPETENCIAS MOTORAS GENERALES	PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
					FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
PERSONAL Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades físicas y deportivas en mi tiempo libre.	I PERIODO	VOLEIBOL <ul style="list-style-type: none"> Reglas. Fundamentos tácticos (apoyar, bloquear, infiltrar, tocar) Preparación Física. GIMNASIA <ul style="list-style-type: none"> Con sogas. Con aro. Con pelotas. Con clavos. 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco y ejecuto correctamente algunos de los fundamentos tácticos de base utilizados en el juego de voleibol. Combino mis movimientos, habilidades y destrezas adquiridas gracias a la gimnasia básica con la manipulación armónica de pequeños elementos. 	1. Adquirir y ejecutar adecuadamente algunos de los diferentes fundamentos tácticos utilizados en el voleibol. 2. Utilizar los fundamentos tácticos del voleibol como elemento sorpresa. 3. Realizar ejercicios específicos que mejoren la coordinación y la ubicación con relación al elemento. 4. Identificar algunas de las características principales en la ejecución de ejercicios con pequeños elementos. 5. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en clase o extra clase. 6. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física.	1. Adquiere y ejecuta adecuadamente algunos de los diferentes fundamentos tácticos utilizados en el voleibol. 2. Identifica algunas de las características principales en la ejecución de ejercicios con pequeños elementos. 3. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados en la aplicación de los test físicos. 4. Se esfuerza por superar las pruebas propuestas durante el periodo.	1. Tiene dificultad para reconocer y ejecutar adecuadamente algunos de los diferentes fundamentos tácticos utilizados en el voleibol. 2. Se le dificulta identificar y ejecutar algunas de las características principales en la ejecución de ejercicios con pequeños elementos. 3. No trabaja activamente en clase. 4. No realiza los ejercicios propuestos en clase.	1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
		SOCIAL Lidero la organización y dirección de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar e institucional.	II PERIODO	FUTBOL SALA <ul style="list-style-type: none"> Fundamentos tácticos. (marcar, ayudar, desmarcar, flotar, anticipar) 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco y ejecuto correctamente algunos de los fundamentos tácticos de base utilizados en el juego de futbol sala. 	1. Adquirir y ejecutar adecuadamente algunos de los diferentes fundamentos tácticos utilizados en el futbol sala. 2. Implementar los fundamentos tácticos de base como medio de introducción a la táctica del futbol sala. 3. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en clase o extra clase. 4. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física.	1. Adquiere y ejecuta adecuadamente algunos de los diferentes fundamentos tácticos utilizados en el futbol sala. 2. Implementa los fundamentos tácticos de base como medio de introducción a la táctica del futbol sala. 3. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados y superar las pruebas propuestas durante el periodo. 4. Se esfuerza por superar las pruebas propuestas durante el periodo.



PRODUCTIVA Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requieren habilidades y destrezas complejas.	III PERIODO	BALONCESTO <ul style="list-style-type: none"> Reglamento. Fundamentos tácticos (Deslizamientos, Marcas, Flotar, Ayudar, Doblar, Interceptar) 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco y ejecuto correctamente algunos los fundamentos tácticos de base utilizados en el juego de baloncesto. 	1. Adquirir y ejecutar adecuadamente algunos de los diferentes fundamentos tácticos utilizados en el baloncesto.	1. Adquiere y ejecuta adecuadamente algunos de los diferentes fundamentos tácticos utilizados en el baloncesto.	1. Tiene dificultad para reconocer y ejecutar adecuadamente algunos de los diferentes fundamentos tácticos utilizados en el baloncesto.	<ol style="list-style-type: none"> Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase.
	III PERIODO	ATLETISMO <ul style="list-style-type: none"> Pruebas de pista (fondo, 1500mts, 5000mts) 	<ul style="list-style-type: none"> Comprendo y ejecuto la técnica adecuada para las pruebas atléticas de fondo. 	<ol style="list-style-type: none"> Desarrollar ejercicios para adquirir y mejorar la técnica en las pruebas atléticas de fondo. Realizar ejercicios de asimilación y aplicación que le ayuden a desarrollar su capacidad de resistencia. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en clase o extra clase. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física. 	<ol style="list-style-type: none"> Adquiere y mejora la técnica en las pruebas atléticas de fondo. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados en la aplicación de los test físicos. Se esfuerza por superar las pruebas propuestas durante el periodo. 	<ol style="list-style-type: none"> Se le dificulta adquirir y mejorar la técnica en las pruebas atléticas de fondo. No trabaja activamente en clase. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase.



PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO DECIMO (10) 2016

COMPETENCIAS MOTORAS GENERALES	PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
					FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
PERSONAL Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud física y mental.	I PERIODO	VOLEIBOL <ul style="list-style-type: none"> Sistema de juego 4 – 2 simple. 5 – 1 infiltrado Preparación Física. 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco, aplico y ejecuto correctamente los diferentes sistemas de juego, los principios tácticos defensivos y ofensivos del voleibol y los llevo a la práctica en situaciones reales de juego. 	1. Diseñar un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. 2. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en el contexto educativo. 3. Implementar las técnicas de defensa realizando una correcta ejecución para llevarla a la práctica. 4. Identificar las posiciones fundamentales y las funciones específicas de cada uno de los diferentes sistemas de juego. 5. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física. 6. Realizar correctamente las pruebas propuestas durante el periodo.	1. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados y superar las pruebas propuestas durante el periodo. 2. Ejecuta correctamente la táctica defensiva y los diferentes sistemas de juego poniéndolos en práctica en el juego del voleibol.	1. Tiene problemas para identificar y ejecutar la táctica defensiva y los diferentes sistemas de juego. 2. No participa activamente en clase. 3. No realiza los ejercicios propuestos en clase.	1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
		SOCIAL Lidero, planifico y administro de manera concertada, proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario.	II PERIODO	<ul style="list-style-type: none"> Administración Deportiva. GIMNASIA <ul style="list-style-type: none"> Historia de la Corpografía Flexibilidad y elasticidad Montajes básicos 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco, aplico y ejecuto correctamente los diferentes sistemas la administración deportiva. Combino mis movimientos, habilidades y destrezas adquiridas gracias a la gimnasia básica con la manipulación armónica de pequeños elementos y de pequeñas coreografías. 	1. Diseñar cuadros y sistemas de clasificación. 2. Investigar y socializar sobre la actualidad del deporte municipal, nacional, internacional. 3. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en el contexto educativo. 3. Realiza fixtures y organiza eventos deportivos sencillos. 1. Identificar algunas de las características principales en la ejecución de ejercicios en pequeñas coreografías. 2. Realizar montajes y desmontajes de figuras gimnásticas como pirámides y levantamientos. 3. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en clase o extra clase. 4. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física.	1. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados y superar las pruebas propuestas durante el periodo. 2. realiza correctamente fixtures. 3. ejecuta programaciones y realiza pequeños eventos deportivos en la institución.
PRODUCTIVA							





Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en mi comunidad.	III PERIODO	BALONCESTO <ul style="list-style-type: none"> Táctica. Defensa. Defensa en zona 2 -1 – 2. 1 – 2 – 2. Individual. 3 – 2, 2 al balón. Preparación física. ATLETISMO <ul style="list-style-type: none"> Pruebas de pista y de campo. 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco, aplico y ejecuto correctamente los diferentes sistemas de juego, los principios tácticos defensivos y ofensivos del baloncesto y los llevo a la práctica en situaciones reales de juego. Realizo las pruebas atléticas de pista y de campo con un alto grado de estética y utilizo la técnica precisa para cada una de ellas. 	<ol style="list-style-type: none"> Diseñar y ejecutar un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. Participar activamente en los eventos deportivos realizados en el contexto educativo. Conocer los diferentes elementos teóricos y prácticos para organizar y administrar eventos deportivos. Implementar la táctica defensiva realizando una correcta ejecución para llevarla a la práctica. Identificar las posiciones fundamentales y las funciones específicas de cada uno de los diferentes sistemas de juego. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física. Realizar correctamente algunas de las pruebas atléticas de pista y de campo. 	<ol style="list-style-type: none"> Se esfuerza por alcanzar buenos resultados y superar las pruebas propuestas durante el periodo. Identifica y ejecuta correctamente la táctica defensiva y los diferentes sistemas de juego poniéndolos en práctica en el juego del baloncesto. Realiza correctamente algunas de las pruebas atléticas de pista y de campo. 	<ol style="list-style-type: none"> Tiene problemas para identificar y ejecutar la táctica defensiva y los diferentes sistemas de juego. Se le dificulta realizar correctamente algunas de las pruebas atléticas de pista y de campo. No participa activamente en clase. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase.
	IV PERIODO	FUTBOL SALA <ul style="list-style-type: none"> Táctica. Técnica. Rombo. Cuadro. Individual. Preparación física. 	<ul style="list-style-type: none"> Conozco, aplico y ejecuto correctamente los diferentes sistemas de juego, los principios tácticos defensivos y ofensivos del futbol sala y los llevo a la práctica en situaciones reales de juego. 	<ol style="list-style-type: none"> Diseñar un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en el contexto educativo. Implementar las técnicas de defensa realizando una correcta ejecución para llevarla a la práctica. Identificar las posiciones fundamentales y las funciones específicas de cada uno de los diferentes sistemas de juego. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física. Realizar correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. 	<ol style="list-style-type: none"> Se esfuerza por alcanzar buenos resultados y superar las pruebas propuestas durante el periodo. Ejecuta correctamente la táctica defensiva y los diferentes sistemas de juego poniéndolos en práctica en el juego del futbol sala. 	<ol style="list-style-type: none"> Tiene problemas para identificar y ejecutar la táctica defensiva y los diferentes sistemas de juego. No participa activamente en clase. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase.



PROGRAMA DE EDUCACION FISICA GRADO ONCE (11) 2016

COMPETENCIAS MOTORAS GENERALES	PERIODOS	EJES TEMATICOS	LOGRO	INDICADORES	DESCRIPTORES DE COMPETENCIAS		
					FORTALEZAS	DEBILIDADES	RECOMENDACIONES
<p>PERSONAL</p> <p>Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la</p>	I PERIODO	<p>VOLEIBOL</p> <ul style="list-style-type: none"> Juzgamiento. (Liberero, Zaguero, Zaguero al ataque) Estrategia de equipo. Aplicabilidad de la técnica y la táctica. Preparación Física. 	<ul style="list-style-type: none"> Dispongo de los elementos teóricos, reglamentarios, estratégicos, técnicos y tácticos suficientes para afrontar con éxito un juego de voleibol en sus distintas fases de protagonismo tanto como jugador como de juez. 	<ol style="list-style-type: none"> Utilizar los diferentes elementos teóricos y prácticos para organizar y administrar eventos deportivos. Aplicar productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego de voleibol. Implementar la estrategia de equipo como elemento sorpresa en el juego. Diseñar y ejecutar un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. Realizar correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. Administrar y juzgar los eventos deportivos desde las diferentes tareas de los jueces. 	<ol style="list-style-type: none"> Aplica productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego de voleibol. Realiza correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. Utiliza los diferentes elementos teóricos y prácticos para organizar y administrar eventos deportivos. Diseña y ejecuta un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. 	<ol style="list-style-type: none"> Tiene problemas para aplicar productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego de voleibol. Se le dificulta realizar correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. No participa activamente en clase. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. Mejorar su actitud en clase. Trabajar activamente en clase.



<p>conservación de mi salud física y mental.</p> <p>SOCIAL</p> <p>Lidero, planifico y administro de manera concertada, proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario.</p>	<p>II PERIODO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Administración Deportiva. • GIMNASIA • Historia de la Corpografía • Flexibilidad y elasticidad • Montajes complejos • Ejecución de piruetas gimnásticas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conozco, aplico y ejecuto correctamente los diferentes sistemas la administración deportiva. • Combino mis movimientos, habilidades y destrezas con mis compañeros y realizo coreografías complejas donde involucre ritmo coordinación y exactitud en movimientos. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diseñar cuadros, sistemas de clasificación y aplicarlos en eventos deportivos dentro y fuera de la institución. 2. investigar y socializar sobre la actualidad del deporte municipal, nacional, internacional. 3. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en el contexto educativo. <ol style="list-style-type: none"> 1. realizar y ejecutar revista gimnástica y rítmica. 2. Realizar montajes y desmontajes de figuras gimnásticas como pirámides y levantamientos. 3. Participar activamente en la organización e intervención de eventos deportivos realizados en clase o extra clase. 4. Realizar actividades físico deportivas para mejorar su condición física. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se esfuerza por alcanzar buenos resultados y superar las pruebas propuestas durante el periodo. 2. realiza correctamente fixtures. 3. ejecuta programaciones y realiza pequeños eventos deportivos en la institución. 4. Participa activamente en la realización y ejecución de la revista gimnástica. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tiene problemas para identificar y ejecutar fixtures y coreografías gimnásticas. 2. No participa activamente en clase. 3. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 4. no participa en la realización de la revista gimnástica. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dedicarle más tiempo a la realización de fixtures. 2. Practicar las habilidades y destrezas gimnásticas. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
<p>Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en mi comunidad.</p> <p>PRODUCTIVA</p>	<p>II PERIODO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • BALONCESTO • Juzgamiento. • Sorpresa. • Juego. • Aplicabilidad de la técnica y la táctica. • Preparación física. • Estrategia de equipo. • ATLETISMO • Pruebas de pista y de campo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dispongo de los elementos teóricos, reglamentarios, estratégicos, técnicos y tácticos suficientes para afrontar con éxito un juego de baloncesto en sus distintas fases de protagonismo tanto como jugador como de juez. • Realizo las pruebas atléticas con un menor esfuerzo y ahorro de energía gracias a la oportuna aplicación de la técnica y la táctica. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer los diferentes elementos teóricos y prácticos para organizar y administrar eventos deportivos. 2. Aplicar productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego de baloncesto. 3. Implementar la estrategia de equipo como elemento sorpresa en el juego. 4. Diseñar y ejecutar un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. 5. Realizar correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. 6. Administrar y juzgar los eventos deportivos desde las diferentes tareas de los jueces. 7. Perfeccionar los gestos técnicos en las distintas pruebas del atletismo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aplica productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego de baloncesto. 2. Realiza correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. 3. Aplica la técnica, la estrategia y la táctica de manera efectiva en la ejecución de las pruebas de atletismo. 4. Reconoce los diferentes elementos teóricos y prácticos para organizar y administrar eventos deportivos. 5. Diseña un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tiene problemas para aplicar productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego de baloncesto. 2. Se le dificulta realizar correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. 3. No participa activamente en clase. 4. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.





	II PERIODO	<p>FUTBOL SALA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reglamento. • Técnica. • Estrategia de equipo. • Sorpresa. • Aplicabilidad de la técnica y la táctica. • Preparación física. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dispongo de los elementos teóricos, reglamentarios, estratégicos, técnicos y tácticos suficientes para afrontar con éxito un juego de futbol sala en sus distintas fases de protagonismo, tanto de jugador como de juez. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organizar y administrar eventos deportivos. 2. Aplicar productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego de futbol sala. 3. Implementar la estrategia de equipo como elemento sorpresa en el juego. 4. Diseñar y ejecutar un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. 5. Realizar correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. 6. Administrar y juzgar los eventos deportivos desde las diferentes tareas de los jueces. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aplica productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego del futbol sala. 2. Realiza correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. 3. Organiza y administra eventos deportivos. 4. Diseña y ejecuta un plan de entrenamiento que le ayude a conservar su salud física. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tiene problemas para aplicar productivamente los diversos fundamentos técnicos y tácticos en las diferentes situaciones del juego de futbol sala. 2. Se le dificulta realizar correctamente las pruebas propuestas durante el periodo. 3. No participa activamente en clase. 4. No realiza los ejercicios propuestos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dedicarle más tiempo a la práctica deportiva. 2. Practicar las habilidades y destrezas vistas en las clases. 3. Esforzarse más en las clases prácticas y aplicar lo que se desarrolla en las clases teóricas. 4. Mejorar su actitud en clase. 5. Trabajar activamente en clase.
--	-------------------	---	--	--	--	--	--



FECHA: 09/08/2017

INSTITUCION EDUCATIVA: Institución Educativa Jorge Eliecer Gaitán

NOMBRE DEL COORDINADOR DE PRÁCTICA: Benito Contreras Eugenio

NOMBRE DEL SUPERVISOR: Jaime Adres Flórez Corredor

NOMBRE DEL ESTUDIANTE-PROFESOR: Miller Alejandro Gaona Álvarez

ACTIVIDAD: introducción a las expresiones artísticas y la danza, en los niños de segundo y tercero de la **IEJEG**.

COMPETENCIA: Emplea ejercicios coordinativos, involucrando los diferentes segmentos corporales.

INDICADOR DE DESEMPEÑO: Aprenderá algunos conceptos de danza y folklore.

GRADO: segundo y tercero



ACTIVIDAD	MEDIOS EDUCATIVOS	TIEMPO	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none">• Orientaciones por parte del profesor.• Introducción a la danza (teoría)• Calentamiento general y específico, fundamentado en la danza.• Estiramiento e hidratación.• Ejercicios de ambientación y metodológicos para el desarrollo de las capacidades coordinativas.• Metodología para la asimilación de ritmo• Correcciones y retroalimentación.• Estiramiento e hidratación.	<ul style="list-style-type: none">• Talento humano.• Talento humano• Coliseo, aros, conos, cuerdas, música.• Talento humano• Talento humano.• Conos, aros, música y talento humano.• Talento humano, música.• Talento humano	5 minutos 20 minutos 15 minutos 5 minutos 25 minutos 25 minutos 15 minutos 10 minutos TOTAL: 120 minutos	Formativa y de observación directa. <div data-bbox="1749 492 2069 537" style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 10px auto;">OBSERVACIONES</div> Firma:



CAPITULO IV

ACTIVIDADES INTRINSTITUCIONALES Y EXTRACURRICULARES

DIAGNÓSTICO DE CAPACIDADES BASICAS EN LOS ESTUDIANTES: en este diagnóstico fui hice un estudio previo, para saber en qué condiciones estaban los estudiantes de los diferentes grados. Ver anexo 1.

ACTIVIDADES DE CLASE: en esta ocasión, dadas algunas pautas y teniendo en cuenta n a la que me enfrentaba; realicé competición en los niños y así mismo determiné algunas fortalezas y debilidades de los diferentes grupos. Ver anexos 3, 4, 5, 6, 7, 8, 12. 13,14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23.

ACTIVIDADES DE DANZAS CON ESTUDIANTES Y DOCENTES.

En estas actividades fui instructor de danzas en los niños, jóvenes y adultos (docentes), realizando diversos esquemas coreográficos para algunas actividades institucionales y municipales, además de la participación a nivel departamental. Ver anexos 24, 25, 26, 27 y 28.

ENTRENAMIENTOS CON LOS DOCENTES DEL IEJEG.

Realicé actividades de preparación física y entrenamientos con los docentes de la institución, para la participación en interdocentes, en las diferentes disciplinas deportivas. Ver anexos 29, 30, 31, 32, 33

Anexo 1



Anexo 2.





Anexo 3.



Anexo 4



Anexo 5





Anexo 6





Anexo 7



Anexo 8



Anexo 9



Anexo 10



Anexo 11



Anexo 12



Anexo 13



Anexo 15





Anexo 16





Anexo 17



Anexo 18



Anexo 19



Anexo 20





Anexo 21



Anexo 22





Anexo 23



Anexo 24



Anexo 25





Anexo 26



Anexo 27



anexo 28





Anexo 29.



Anexo 30.





Anexo 32.



Anexo 33.





CAPITULO V

EVALUACIÓN DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

Según el **acuerdo 032 del 19 de julio del 2004** en el cual, se aprueba el reglamento de práctica integral para programas de licenciaturas de la universidad de pamplona el cual en su:

ARTÍCULO 16.- DE LA EVALUACIÓN: La evaluación de la Práctica Integral Docente comprende los aspectos formativos, expresados conceptualmente en observaciones y recomendaciones para la cualificación de los procesos de desempeño pedagógico y la valoración cuantitativa, correspondiente al resultado de los desempeños efectivos en el diligenciamiento de documentos y procesos pedagógicos. La calificación de la Práctica Integral Docente, se hace mediante valoración numérica en la escala de 0 a 5. La nota mínima aprobatoria es de 3.5.

ARTÍCULO 17.- DE LOS ASPECTOS DE CALIFICACIÓN Y PORCENTAJES: Son objeto de calificación todas las actividades y procesos relativos a los contenidos de que trata el Artículo 5° del presente Reglamento, en los porcentajes establecidos para cada aspecto, diferenciados de la siguiente manera:

- **Etapa Uno:** Observación institucional y diagnóstico.
- **Etapa Dos:** Diseño y presentación de la Propuesta Pedagógica.
- **Etapa Tres:** Ejecución y evaluación de la propuesta y sus correspondientes secuencias de aprendizaje.
- **Etapa Cuatro:** Actividades interinstitucionales
- **Etapa final:** socialización.



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

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO-PROFESOR: MILLER ALEJANDRO GAONA ALVAREZ.

SUPERVISOR: LIC. JAIME ANDRES FLORES CORREDOZ.

INSTITUCION: INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ELIEGER GAITAN . LA SALINA.

FECHA: _____

	PUNTAJE MAXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1. Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	5
2. Unifica criterios y aclara 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	3
9. Refuerza a sus alumnos	3	3
10. Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11. Dirige y dirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3
12. Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	2
13. Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3
14. Se cumplió el objetivo	4	4
15. Presentación personal excelente	2	2
	5.0	4.8.

TOTAL

OBSERVACIONES: DEMOSTRO UN EXCELENTE DOMINIO EN LOS TEMAS, SU PRESENTACIÓN SIEMPRE FUE LA MEJOR, MUY BUEN TRABAJO.

Esp. Alta Gerencia Des.



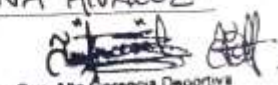
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
 Facultad de Salud
 Dpto de Cultura Física, Recreación Y Deportes

NOTA DE PRÁCTICA INTEGRAL

Alumno-profesor: Miller Alejandro Gaona Alvarez.
 Asesor: Lic. Jaime Andres Florez Corredor.
 Institución: INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ENECER GAITAN.
 Curso: _____

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%		4.9
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%		4.9
III. EXTRACURRICULAR	20%		4.8
NOTA DEFINITIVA			48.6.

COMENTARIOS ESPECIALES: ESTUDIANTE-PROFESOR MUY ORGANIZADO EN SUS ACTIVIDADES, MUY RESPONSABLE Y CUMPLIDO. SU PRÁCTICA FUE IMPECABLE SIEMPRE DEMOSTRANDO QUE AMA ESTA HERMOSA LABOR DE SER DOCENTE.

ALUMNO - PROFESOR: Miller Alejandro Gaona Alvarez.
 SUPERVISOR: Jaime Andres Florez Corredor.  Esp Alta Gerencia Deportiva



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

NOTA DE PRÁCTICA INTEGRAL

Alumno-profesor: MILLER ALEJANDRO GAONA ALVAREZ
 Asesor: LIC. JAIME ANDRES FLORES COLLECOR
 Institución: INSTITUCION EDUCATIVA JORGE EHELER GAITAN LA SALINA
 Grado: _____ fecha: _____

ETAPAS	OBSERVACION	%	NOTA	%
1. Administrativa	TRABAJOS INFEALIBLES, ORDEN EN SUS PLANES Y PROGRAMACION	30%	4.9	
2. Docentes y Evaluativa	SU DESEMPEÑO FUE MUY BUENO COMO EN TODO PROceso HAY COSAS POR MEJORAR, PERO SON MUY POCAS.	50%	4.9	
3. Actividades extracurriculares	TRABAJO EXCESENTE CON LA COMUNIDAD. SEGUIR TRABAJANDO CON MUCHA RESPONSABILIDAD COMO LO HA VENIDO HACIENDO.	20%	4.8	
	NOTA DEFINITIVA NO TIENE NOTA DE 5.0 NO POR QUE NO LA MEREZCA POR EL CONTRARIO LO FELICITO POR SU BUEN TRABAJO, SIMPLEMENTE CADA DIA HAY QUE MEJORAR MAS Y MAS.	100%	48.6	

Supervisor: _____

[Signature]
 Esp. Alta Gerencia Deportiva



FORMATO DE AUTO EVALUACIÓN ALUMNO - MAESTRO

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: Miller Alejandro Gama Alvarez
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: I.E.J.E.G.
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Joime Andrés Fbriez Corredor

INSTRUCCIÓN PARA EVALUAR

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

1. De la institución de práctica:

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

2. De la universidad:



- La asignatura de taller pedagógico le dio una pauta general de la práctica profesional. €
- Las asignaturas del plan de estudio visto le proporcionaron apoyo formativo y complementario en el desempeño profesional. €
- Las asesorías del supervisor de prácticas fueron importantes en el desarrollo de la práctica. €

3. Formación profesional y personal

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

SUGERENCIAS: _____

FIRMA DEL ALUMNO-MAESTRO

FECHA: 16/11/2017



➤ Su proyecto de área es acorde con el PEI
 E

3. Organización

➤ Elabora y presenta su proyecto de desarrollo de área
 E

➤ Lleva los diarios de campo-planes de unidad de clase
 E

➤ Su comunicación es fácil y asertiva
 E

➤ La documentación requerida es presentada con orden, pulcritud y estética
 E

4. Ejecución

➤ La metodología propuesta es coherente con su plan de desarrollo
 E

➤ Es puntual en el cumplimiento de sus obligaciones laborales
 E

➤ Se integra a los grupos de trabajo con facilidad
 E

➤ Es líder en desarrollo del trabajo de su área
 E

5. Control

➤ Hace seguimiento continuo a las actividades desarrolladas
 E

➤ Soluciona las dificultades encontradas en el desarrollo del proceso
 E

NOMBRE DEL ASESOR: _____
FIRMA DEL ALUMNO-MAESTRO _____



DEPARTAMENTO
DE CASANARE
MUNICIPIO DE LA SALINA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ELIÉCER GAITAN CON ESPECIALIDAD
AGROPECUARIA
Resolución de aprobación 1401 de 2008
Código 069229

EL SUSCRITO RECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ELIÉCER GAITAN EN USO DE SUS FACULTADES LEGALES QUE LE CONFIERE LA LEY GENERAL DE EDUCACIÓN (115) DECRETOS REGLAMENTARIOS (1860, 1290) Y DEMAS NORMAS VIGENTES ESTABLECIDAS POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL.

CERTIFICA:

El docente en formación **MILLER ALEJANDRO GAONA ALVAREZ**, identificado con C.C. No. 1116020290 expedida en La Salina Casanare, del programa Licenciatura en Educación Física Recreación y Deportes de la Universidad de Pamplona, Realizó satisfactoriamente su práctica integral, durante el segundo semestre del año en curso, con los estudiantes de transición a undécimo de la sede principal, cumpliendo con la intensidad horaria orientada por la Universidad de Pamplona, desempeñando a cabalidad las competencias, habilidades, destrezas y actitudes, que le permitieron el desarrollo pedagógico de manera integral, buscando en los estudiantes la participación activa y el aprovechamiento del tiempo libre.

Así mismo agradezco al Mg. **BENITO CONTRERAS EUGENIO**, coordinador de práctica, por atender la solicitud y tener presente esta institución para el desarrollo de la práctica integral de estos futuros profesionales.

Por solicitud del interesado(a), se firma el día 16 de noviembre de 2017 en el Municipio de La Salina Casanare.

Esp. **JUAN DE JESUS CETINA CETINA**
Rector ITAJEG
C.C. 79.381.300 DE BOGOTA
Cel. 3107952998

Forjadores de Cultura, Ciencia y Progreso. Email: itajeglasalina@hotmail.com
Cel. 3107952998 - Dirección Barrio la Plata



DEPARTAMENTO
DE CASANARE
MUNICIPIO DE LA SALINA
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ELIECER GAITAN CON
ESPECIALIDAD AGROPECUARIA**

La Salina Casanare, viernes 24 de noviembre de 2017

Señor
BENITO CONTRERAS
Coordinador Practica Universidad de Pamplona

Estimado Señor,

La Institución Educativa Jorge Eliecer Gaitán de La Salina Casanare, se encuentra altamente agradecida por su grandiosa labor y gestión, al tenernos en cuenta para que su estudiante Miller Alejandro Gaona Álvarez realizara la practica en nuestro claustro educativo.

Dentro de los requisitos el estudiante/practicante debía cumplir con lo siguiente:

12 horas semanales de clase y 4 horas de permanencia diarias en la institución a partir del 19 de agosto y con una terminación al 15 de noviembre.

El estudiante/practicante **MILLER ALEJANDRO GAONA ALVAREZ**, estudiante del programa de Licenciatura en Educación Física Recreación y Deportes en la asignatura Practica Integral de la Universidad de Pamplona cumplió con su trabajo de la siguiente manera:

- Su permanencia en la institución siempre fue de 6 horas cumpliendo el horario normal de un docente.
- Realizo actividades extraescolares como apoyo en la dirección y entrenamiento de los equipos de los docentes masculino y femenino en los deportes de baloncesto, voleibol y futbol de salón.
- Preparador e instructor con los grupos de danzas de alumnos y docentes.

Un excelente ser humano con condiciones innumerables polifacético en sus actividades, responsable honesto y puntual, dedicado a su trabajo.

Gracias por su atención quedamos altamente agradecidos y esperamos seguir contando con su apoyo en cuanto a prácticas de estudiantes.

JAIME ANDRES FLORES CORREDOR
LIC. EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE
DOCENTE I.E.J.E.G SUPERVISOR PRACTICA.

INSTITUCION EDUCATIVA
JORGE ELIECER GAITAN
EST. AMALBAYES-1
La Salina - Casanare

Forjadores de Cultura, Ciencia y Progreso. Email: itajegiasalina@hotmail.com
Cel. 3107952998 - Dirección Barrio la Plata



Pamplona, 17 de Julio de 2017

Licenciado:
JUAN DE JESUS CETINA CETINA
Rector
Institución Educativa Jorge Eliecer Gaitán
La Salina Casanare
Casanare

Estimado Rector:

La Universidad de Pamplona a través del programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes le presenta un cordial y caluroso saludo y éxitos en su gestión.

Dentro del plan de estudios de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes aparece la asignatura Practica Integral, en el cual los estudiantes como su nombre lo indica cumplen con las competencias, habilidades, destrezas, actitudes y visiones entre otras que le permitan vincularse de forma activa y participativa a la institución donde va a realizar su práctica, por lo anterior agradezco el haber dado permiso para la realización de la misma en la institución que usted dirige

Así mismo le estoy enviando para su conocimiento la programación de la Práctica Integral que debe realizar el alumno maestro en el segundo semestre del 2017, dentro de la cual debe desarrollar 12 horas semanales de clase, debe permanecer 4 horas diarias en la institución la cual se iniciará el 19 de Agosto su terminación será el 15 de Noviembre y la socialización el 30 de Noviembre.

Espero se le preste toda la colaboración posible para que el objetivo propuesto se pueda lograr, en sus dimensiones académicas, administrativas y de proyección social.

ESTUDIANTE

Miller Alejandro Gaona

Atentamente,

BENITO CONTRERAS EUGENIO
Coordinador de práctica

Copia a: Supervisor

SUPERVISOR

Lic. Jaime Andrés Flórez C.

Recibido: 19/07/2017
Hora: 8:00 AM



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz

CONCLUSIONES

Al finalizar este proceso de formación enseñanza y aprendizaje, es necesario tener presente algunas conclusiones y poder realizar un balance, para determinar la eficiencia de lo propuesto al iniciar este proyecto. Por consiguiente, se concluye que:

Se cumplió con este proceso en un cien por ciento, ya que se logró de la mejor manera el desarrollo de las capacidades coordinativas en los estudiantes, mediante la danza folclórica. Además, es necesario precisar que todo se dio conforme al cronograma de actividades y el aprendizaje fue el esperado.

Aunque falta algunas cosas por mejorar, se ha rescatado los valores culturales y artísticos de la institución educativa Jorge Eliecer Gaitán "IEJEG", mediante la práctica de la danza folclórica colombiana, ya que los estudiantes han logrado comprender la importancia que tiene la danza en el proceso de formación académico, para la vida y en su crecimiento personal. Además de la conceptualización que se dio para un mejor entendimiento y por ende un mejor avance.

Se implementó una metodología más práctica que teórica, ya que la demostración de cada uno de los pasos en la danza, genera un mejor aprendizaje.

Se conformó grupos de danza en la institución educativa por grados, grupo de danzas estudiantes IEJEG y grupo de danzas conformado por los docentes.

se representó a nivel municipal en la semana científico cultural, con danzas de diferentes regiones y a nivel departamental con Danza de laboreo "el proceso de la miel", ritmo chotis, por los docentes de la Institución Educativa Jorge Eliecer Gaitán.

Posteriormente se ha dado continuidad con el proceso de formación en danza folclórica.

Por último, esta práctica fue una experiencia llena de enriquecimiento en cuanto a la parte profesional, es de una u otra forma enfrentarse al mundo de una manera real en la profesión del



edufísico, donde hay que valerse de estrategias para contrarrestar algunas dificultades. Este es el espacio en que se puede evidenciar las necesidades de cada persona y de la institución, pero así mismo las fortalezas y debilidades que estos tienen. La práctica profesional fue una serie de vivencias que enseña lo importante de ser competitivo, ya que fomenta criterio y sentido de pertenencia en la persona, se aprende a valorar las cosas y se puede observar que el docente en formación es un espejo más para el estudiante. En el proceso de formación, la práctica es la más importante, ya que se asume el papel de docente dentro y fuera de la institución, no solo se fomenta los valores mediante la enseñanza; sino que en los de más espacios públicos se refleja lo que verdaderamente los estudiantes pueden observar de su maestro.

RECOMENDACIONES

Primero se debe tener en cuenta un poco más la parte cultural, pues si bien es cierto, las diferentes disciplinas deportivas son vitales, la danza no es la excepción, ya que por medio de ella se adquieren muchas habilidades y destrezas.

Invertir en los grupos de danza conformados en las instituciones educativas o en la casa de la cultura, ya que esto genera motivación para los niños y niñas, adolescentes, jóvenes y adultos.

Fomentar la participación sin importar estrato social o cualquier diferencia entre los participantes del proceso de formación en la danza, ya que esto genera una convivencia sana y una mejora en la dinámica de la danza.

Buscar siempre las mejores soluciones a los problemas que se generen en un grupo, ya que es importante que no haya apatía entre sus integrantes.

La práctica profesional debería darse dentro de cada semestre de enseñanza en la universidad, ya que cuenta con profesionales de



alto nivel y la acreditación es de alta calidad. Esto hace que mejore la confianza en el docente en formación y cuando salga de la universidad, tenga un mejor desenvolvimiento y confianza para la interacción con el entorno donde tendrá lugar la ejecución de todo lo aprendido. Otra recomendación importante es que las practicas se realicen por etapas en cuanto a las edades de los estudiantes, pues al tener una apreciación de lo que se debe enseñar en cada edad, por haber hecho prácticas de este tipo, genera un mayor bagaje y experiencia como profesional.





BIBLIOGRAFIA

Audureau, Claude et cols. El niño y la actividad física. Barcelona: Paidotribo. (1986).

Academia De Historia Del Meta. Los Llanos, Una Historia Sin Fronteras. Villavicencio, 1988.

La Academia. Revista De La Academia De Historia Del Meta. Universidad De Texas, 2008.

Academia Colombiana de Historia. *Biblioteca De Historia Nacional*, Academia Colombiana De Historia. Colombia, 1963.

Londoño, Alberto. DANZAS COLOMBIANAS, 1998.

Bandura, A. (1982). Teoría del aprendizaje social. Madrid: Espasa Calpe. Bandura, Albert (1977).

Teoría del aprendizaje social. En Roberts, Glyn (1995) Motivación en el deporte y el ejercicio físico. Bilbao: Descleé de Brouwer. Biblioteca de Psicología.

Bermell, M^a Ángeles (1993). Interacción, música y movimiento en la formación del profesorado. Madrid: Mandala Ediciones S.A.

Berk, Laura E. (1999), "Herencia, ambiente y conducta: una mirada hacia delante", en Desarrollo del niño y del adolescente, Madrid: Prentice Hall Iberia.

Bermell, M^a Ángeles (1993). Interacción, música y movimiento en la formación del profesorado. Madrid: Mandala Ediciones S.A.

Berruezo Adelantado, P.P. (1995). El cuerpo, el desarrollo y la psicomotricidad. Psicomotricidad, revista de estudios y experiencias, nº 49, pp.15-26.

Bonilla, Luis (1964). La danza en el mito y en la historia. Madrid: Biblioteca Nueva.



Boscaini, F. (1994). ~~La educación psicomotriz en la relación pedagógica.~~

Psicomotricidad, revista de Estudios y Experiencias. nº 46, pp.17-22.

Bosco Calvo, Juan (2001). Apuntes para una anatomía aplicada a la danza. Madrid: Veriser.

Boujon, Ch. y Quaireau Ch. (1999). Atención, aprendizaje y rendimiento escolar. Madrid: Narcea.

Bower, T.G.R. (1979). Psicología del desarrollo. Madrid: Siglo XXI, 1983.

Bruner, J. (1983). El habla del niño. Aprendiendo a usar el lenguaje. Barcelona: Paidós.

CAIRON. Revista de ciencias de la danza (periodicidad anual). Universidad de Alcalá.

Calais-Germaine, Blandine (1990). Anatomía para el movimiento. Introducción al análisis de las técnicas corporales. Barcelona: Ediciones de la Liebre de Marzo.

Calais-Germaine, Blandine y Lamotte Andree (1991). Anatomía para el movimiento. Bases de ejercicios. Barcelona: Ediciones de la Liebre de Marzo.

Cañal Santos y Cañal Ruiz (2001). Música, danza y expresión corporal en educación infantil y primaria. Editado por la Consejería de Educación y ciencia de la Junta de Andalucía.

Castro Llano y Manso Zamorano (1988). Metodología psicomotriz y educación. Madrid: Popular.

Cervera Salinas, V. y Rodríguez Muñoz, A. (1999). El diálogo del alma y la danza. En Revista de las I Jornadas de Danza e Investigación. Murcia: Los libros de Danza, S.L.



Corraze, J. (1988). *Las bases neuropsicológicas del movimiento*.
Barcelona: Paidotribo.

Díaz Lucea, J. (1999). *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona: Inde.

Fraisse, P. (1976). *Psicología del ritmo*. Madrid: Ediciones Morata.