



**INFORME DE PRACTICA INTEGRAL INSTITUCIONAL
NORMAL SUPERIOR PAMPLONA
SEDE PRINCIPAL**

**NEYDI MILENA ACEVEDO ACEVEDO
CODIGO: 1094278148**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACION
PROGRAMA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES
PAMPLONA
2018**



**INFORME DE PRÁCTICA INTEGRAL INSTITUCION
NORMAL SUPERIOR DE PAMPLONA
SEDE PRINCIPAL**

**NEYDI MILENA ACEVEDO ACEVEDO
CODIGO: 1094278148**

**ASESORA
MG. LEIDY ORTÍZ**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACION
PROGRAMA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES
PAMPLONA
2018**



Tabla de contenido

DISTRIBUCION, INDUCCION Y ASIGNACION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE	6
CAPITULO I.....	8
ORNADA LABORAL.....	11
ESTUDIOS Y CONOCIMIENTOS DE LA NORMATIVA ESCOLAR.....	13
COMPONENTES TEOLOGICOS	14
OBJETIVOS INSTITUCIONALES	20
EDUCACIÓN INCLUSIVA	22
CRONOGRAMA INSTITUCIONAL	23
ORGANIGRAMA	24
CRITERIOS DE ORGANIZACIÓN ADMINISTRATIVA	24
MANUAL DE CONVIVENCIA	26
DERECHOS DE LOS (AS) ESTUDIANTES.....	28
DEBERES DE LOS (AS) ESTUDIANTES	30
UNIFORME DE DIARIO PARA PRE-ESCOLAR BASICA PRIMARIA Y SECUNDARIA Y MEDIA	33
CAPITULO II.....	35
TITULO: “EL BALONCESTO COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS FALENCIAS FISICAS EN LA ESCUELA NORMAL SUPERIOR.....	35
DESCRIPCION DEL PROBLEMA.....	36
JUSTIFICACIÓN.....	37
MARCO TEORICO	38
EDUCACIÓN FÍSICA	38
EL BALONCESTO.....	42



FALENCIAS FISICAS.....	43
FUERZA.....	44
RESISTENCIA	44
VELOCIDAD.....	44
FLEXIBILIDAD	45
POTENCIA.....	46
COORDINACIÓN.....	46
EQUILIBRIO.....	46
POBLACION	47
CAPITULO III.....	49
CRONOGRAMA DE TRABAJO.....	49
EVALUACIÓN	62
CAPITULO IV	63
ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES	63
INFORME DE ACTIVIDADES	63
INTERCLASES INSTITUCIONALES.....	63
ACTIVIDAD DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE	66
BASAR INSTITUCIONAL	67
CAPITULO V	68
5.1 PLAN TEORICO.....	68
5.2 FORMATO ALUMNO-MAESTRO.....	69
5.3 FORMATO EVALUACION SUPERVISOR.....	71
5.4 FORMATO EVALUACION SUPERVISOR.....	72
5.5.2 NOTA	75
CONCLUSIONES.....	77
ANEXOS	79
BIBLIOGRAFIA.....	80





DISTRIBUCION, INDUCCION Y ASIGNACION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

La asignación de la práctica integral inicio el día 17 de julio del 2018 con la inducción de la profesora Lucy Amparo Jaimes y la profesora Leidy Ortiz a las 8:00 am, comenzando con la entrega de los documentos al docente encargado.

Seguidamente, a las 9:00am del otro día, continuo la jornada de inducción de la práctica docente, donde se dio inicio a la socialización del nuevo pensum del programa del año 2018, en ese momento Se tuvo en cuenta el acuerdo No.032 del 19 de julio del 2004 para así socializar con mayor claridad las actividades de la práctica profesional, a su vez se expuso el reglamento de prácticas para saber de antemano las actitudes que no se deben cometer durante el proceso y el cronograma de actividades que se debe llevar a cabo en la respectiva institución educativa, donde fueron aprobados cada uno de los puntos y dejándolos claros. Por último, se realizó la asignación de las instituciones a cada alumno-profesor donde cada uno realizaría su práctica integral.

El día lunes 23 de julio a las 11:00 am el Alumno-maestro en compañía de LEINER ARLEX VALENCIA SANCHEZ Y HEIDIR ENRIQUE ORTIZ DIAS compañeros asignados en la misma.

Institución, nos dirigió a la institución educativa Normal Superior de Pamplona en busca del señor rector OSCAR CRISTANCHO para la firma de autorización de la realización de la práctica integral y el supervisor encargado, GILVERTO CAPACHO, Además, conocimos a los coordinadores de la institución.

El día martes 24 de julio nos reunimos a las 8:00am con el supervisor GILVERTO



el cual nos dio algunas pautas a llevar, luego se realizó el recorrido por la institución y se conoció los diferentes escenarios deportivos que se podían utilizar para la realización de las clases de educación física en el plantel educativo. El día miércoles 25 de julio no hicieron clase en el colegio apoyando un paro el cual realizaron en pamplona N.D.S, el supervisor nos citó a las 9:30am para darnos el horario de clases dándonos unas pautas de cómo debemos llevar y realizar el planeador de clase. de educación física, luego hablamos y tocamos el tema de las horas a cumplir con la supervisión del profesor titular el cual constaba de 12 horas semanales de clases como mínimo, Y 4 horas de permanencia en el colegio. El Horario fue organizado de la siguiente manera:



CAPITULO I

OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO



OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL

ESCUELA NORMAL SUPERIOR DE PAMPLONA

La ESCUELA NORMAL SUPERIOR.

Encabezada por el rector, OSCAR CRISTANCHO cuenta con varias sedes en el municipio de pamplona generalmente en los barrios más humildes y apartados del casco urbano. Como lo son:

Sede principal: **NORMAL SUPERIOR** Avenida Santander. EL ZULIA



Sede más próxima: La Aurora (Atención a población con NEE)

Sede: ESCUELA NUEVA ISER



HORARIO DE CLASES



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
10C 9:30 A 10:20	8A 11:40 A 12:30	11A 11:40 A 12:30	7B 10:50 A 11:40	9A 11:40 A 12:30
10C 10:50 A 11:40	8A 12:30 A 1:20	11A 12:30 A 1:20	7B 11:40 A 12:30	9A 12:30 A 1:20
10B 11:40 A 12:30				
10B 12:30 A 1:20				

Sede: ESCUELA NUEVA RURAL CARIENGO



LOCALIZACIÓN DE LA OBSERVACIÓN	DIRECCION Y TELEFONO: Avenida Santander. EL ZULIA. Tel: 5686308 FAX 5682877 CORREO ELECTRÓNICO norsupam@gmail.com PÁGINA WEB. www.normalsuperiorpna.com
POBLACION BENEFICIADA	BÁSICA PRIMARIA BASICA SECUNDARIA
FECHA	

CANTIDAD	
37	DOCENTES DE AULA
1	COORDINADOR
1	RECTOR
1	ORIENTADOR
14	ADMINISTRATIVOS
2	SALAS ESPECIALIZADAS EN LA SEDE AURORA
1	DOCENTE SEDE ISE
1	DOCENTE SEDE CARIENGO
3	SALA DE INGLES
37	SALONES
5	BAÑOS
1	BUS



ORNADA LABORAL

La Escuela Normal Superior Pamplona cuenta con una jornada única en la parte educativa que va de las 7:00 am. A las 1:20 pm. En horarios de oficina encontramos habilitadas las oficinas de 7:00 am a los 12 meridianos y de 2:00 pm hasta las 5:00 pm de lunes a viernes.

PLANTA FISICA DE LA INSTITUCIÓN

La institución educativa ESCUELA NORMAL SUPERIOR DE PAMPLONA cuenta con una planta física muy diversa.





INVENTARIO DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACION FÍSICA

MATERIALES	CANTIDAD
BALONES DE VOLEIBOL	21
BALONES DE BALONCESTO	23
AROS	26
BALONES DE MICRO	14
BALONES DE FUTBOL	11
MANCUERNAS GIMNACIA RITMICA	103
BALONES MEDICINALES	6
DISCOS DE ATLETISMO	13
CANCHA DE TENIS DE MESA	1
BOLICHES	16
BOLAS DE TENIS DE MESA	4
COLCHONETAS	2
BALDES PEQUEÑOS	2
LAZOS	33
CONOS	57
BASTONES	23
RAQUETAS	4
BOLAS	4
MAS DE MICRO	2
MALLAS DE FUTBOL	1
SOMBREROS	23



ESTUDIOS Y CONOCIMIENTOS DE LA NORMATIVA ESCOLAR

RESEÑA HISTÓRICA

La creación de la Escuela Normal Nacional para Varones se hizo por medio de la Ley 6935 del 17 de diciembre de 1934.

El día 6 de mayo de 1940, el señor presidente de la República el doctor EDUARDO SANTOS, y su esposa doña LORENCITA VILLEGAS DE SANTOS, hicieron su arribo a la ciudad de Pamplona para fundar la Normal Nacional para Varones. Quedó bajo la dirección del licenciado Luis Alejandro Barrios, su primer rector.

La aprobación del establecimiento se verificó por medio de la resolución No. 2347 del 23 de noviembre de 1949, y luego se ratificó esta aprobación el 11 de noviembre de 1992, mediante resolución 001366 de la Secretaría de Educación Departamental.

De sus aulas han egresado institutores que se han expandido por todos los ámbitos de la república colocando muy en alto el nombre de la normal que les otorgó su grado



COMPONENTES TEOLOGICOS

MISION

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

VISION

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

BANDERAY ESCUDO DELAESCUELA NORMAL SUPERIOR DE PAMPLONA

La Bandera

Tiene dos franjas horizontales iguales que hacen honor al equilibrio; sus colores verde y blanco son comunes a todas las Normales y representan la esperanza y los anhelos de la juventud.



PARA NOSOTROS LOS NORMALISTAS SIGNIFICA. EL VERDE: Simboliza la esperanza y la riqueza natural, manifestada en el ardiente deseo porque a través de nuestra misión conquistemos no solo corazones ávidos de cambio, sino personas con sentido de pertenencia que ayuden a proteger el medio ambiente, que reconozca la naturaleza como un regalo grande de Dios y todos sus recursos como instrumentos válidos que aseguren una vida digna, armónica, alegre, propia para quienes habitamos el planeta tierra.

EL BLANCO: Simboliza la paz reflejada en la convivencia humana, la misma que nos lleva a ser más tolerantes, menos agresivos, más dados a un ambiente de cordialidad donde primen los valores y se propongan estrategias para trabajar unidos en contra de los conflictos sociales, familiares y personales; para ser



Proyecto Educativo Institucional semillas conciliadoras en momentos de crisis y agentes transformadores de nuevos tiempos



Escudo

En la parte superior sobre fondo sinople que en heráldica, significa esperanza, surgen altos nevados, alturas por las que debemos suspirar. En la parte inferior con fondo plata, emblema de vencimiento de firmeza, sobre unos libros; arcas del pensamiento, brilla una lámpara la de tu ideal, la de tu hambre de superación, la de tu anhelo de apostolado, la de tus afanes por ser útil a Dios y a tu patria. Corta



el escudo de derecha a izquierda una banda que es la del tricolor de Colombia que sintetiza nuestro pasado, nuestro presente y concentra nuestros deseos para el porvenir



HIMNO DE LA INSTITUCIÓN

Himno. Letra del poeta pamplonés, ex – rector del Normal señor Augusto Ramírez Villamizar (QEPD) y música del maestro salazareño Víctor Guerrero

CORO:

En alegre concierto armonioso
Evoquemos la escuela Normal,
Con fervor entusiasmo y con gozo
Pregonemos su excelso ideal.

I ESTROFA

Altas cimas emblemas gloriosos
o se mezcla la niebla y la luz
Verdes valles feraces y lumbrosos
Limpia fuente a la paz del sauz.

II ESTROFA

Almas puras que buscan la ciencia
Con la vista en la altura triunfal;
Voluntades, tenaz resistencia
Por vencer la ignorancia y el mal.



III ESTROFA

Libertad que fecunda lo grande;
De belleza sagrada misión,
Y un inmenso anhelo en el ande
De progreso y de renovación.

IV ESTROFA

Cuerpos ágiles, musculosos y fuertes
Donde quiebra sus dardos el sol;
Fortaleza que humilla la muerte
Y en la sangre el empuje español.

V ESTROFA

En la mente destellos de ciencia;
Férreas fuerzas en la voluntad;
Cuerpos sanos que dan resistencia;
Almas puras que dan claridad.

LETRA: AUGUSTO RAMIREZ VILLAMIZAR MÚSICA:
V ICTOR M. GUERRERO A.



LEMA
NORMALISTAS A LAS CUMBRES



OBJETIVOS INSTITUCIONALES

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

- Fortalecer la naturaleza pedagógica de la Escuela Normal Superior como agente educativo, capaz de reinventarse a sí misma redefiniendo permanentemente su identidad.
- Desarrollar proyectos de investigación que contribuyan a la solución de las problemáticas de los sectores rural, urbano y urbano marginal, desde lo pedagógico, lo productivo y lo tecnológico desarrollando una pedagogía pertinente a través de semilleros, grupos y redes.
- Ofrecer formación pertinente que articule, desde la pedagogía y la didáctica, la cultura de la escuela y de la vida con un currículo que dé respuesta a las necesidades y retos educativos mediante la recontextualización del saber pedagógico.
- Liderar desde la cultura de los derechos humanos y la pedagogía integradora el mejoramiento de la calidad de la educación, la ampliación de la cobertura y los procesos de convivencia y equidad social.
- Ofrecer a maestros en formación y en ejercicio opciones educativas que permitan el fortalecimiento de competencias profesionales para la transformación



rural, urbano y urbano marginal a fin de mejorar la calidad educativa en la zona de influencia

- Garantizar desde los procesos de planificación curricular una educación pertinente y de calidad a la población vulnerable y/o con discapacidad, a

Proyecto Educativo Institucional

fin que se formen como personas útiles a la sociedad. Respetando los ritmos de aprendizaje la cultura de los derechos humanos,

- Fortalecer la condición humana de la población vulnerable y con discapacidad potenciando sus capacidades, respetando sus ritmos de aprendizaje desde la planificación curricular garantizando una educación pertinente y de calidad.
- Incorporar las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación – TIC - en los procesos educativos, acorde con las tendencias del mundo actual.



EDUCACIÓN INCLUSIVA

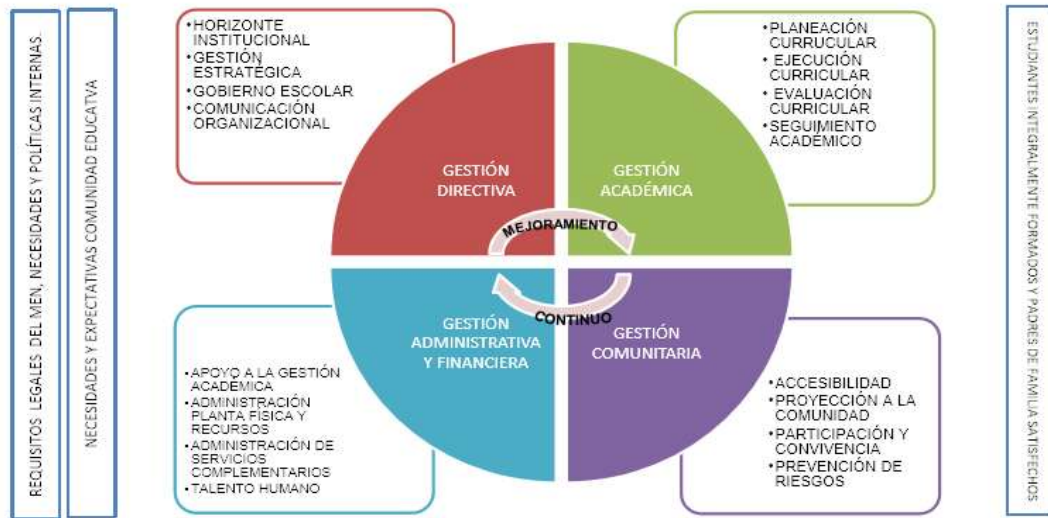
La educación inclusiva da la posibilidad de acoger en la institución educativa a todos los estudiantes, independientemente de sus características personales o culturales.

Parte de la premisa según la cual todos pueden aprender, siempre y cuando su entorno educativo ofrezca condiciones y provea experiencias de aprendizaje significativas; en otras palabras, que todos los niños y niñas de una comunidad determinada puedan estudiar juntos



CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

MAPA DE PROCESOS ESCUELA NORMAL SUPERIOR



Proyecto Educativo Institucional

Página 53 de 107



ORGANIGRAMA

CRITERIOS DE ORGANIZACIÓN ADMINISTRATIVA

LA NORMAL SUPERIOR DE PAMPLONA cuenta con las siguientes dependencias de apoyo a la gestión.



DEPENDENCIA	PERSONAL
Rectoría	1
Coordinación	1
Secretaría general	1
Secretaría del programa de educación	1
Pagaduría	2
Enfermería	1
Servicios generales	4
Celaduría	2
Mantenimiento de recursos físico	1
Parque automotor	2
Restaurante escolar	0

La organización se define según la necesidad del servicio y el perfil del personal de planta vinculado a la institución.

Se considera una fortaleza que el personal esté vinculado a la planta de personal del Departamento, lo cual le da estabilidad y permanencia a la prestación del servicio.



MANUAL DE CONVIVENCIA

El Manual de Convivencia vigente fue adoptado según Acuerdo No. 05 del 15 de Julio de 2010

PRINCIPIOS REGULADORES O MÍNIMOS ÉTICOS

En este capítulo se encuentran las normas y principios que regulan las relaciones humanas al interior de la Escuela Normal Superior de Pamplona en concordancia con la Constitución Política, la Ley General de Educación, la Ley de la Infancia y la Juventud, el Decreto 1290, la ley 1620 de 2013 y Decreto 1965 del 11 de septiembre del 2013 demás normas vigentes.

.1. PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA CONVIVENCIA

La Comunidad Educativa de la institución, consciente de la educabilidad del ser humano adopta como criterios básicos, los siguientes principios.

Estamos dispuestos a orientar la agresividad desde el quehacer, la enseñanza y las experiencias.

En consecuencia, vamos a cimentar: el respeto a la vida y a la intimidad, el respeto a la diferencia y el respeto a la unidad dentro de la diversidad, pero no la uniformidad.

Aceptamos que la comunicación permite expresar, comprender, aclarar, coincidir, discrepar, comprometernos y que todos tengamos conciencia del poder de la palabra ya que ella construye o destruye.

En consecuencia, adoptamos el diálogo como herramienta en la resolución



pacífica de los conflictos o desacuerdos para lograr reconocimiento individual y grupal.

Asumimos que desde la cotidianidad escolar podemos aprender a percibirnos y a percibir a los otros como personas.

En consecuencia, propendemos formar desde el diario vivir en la igualdad, el respeto, la cortesía, para: acercarnos a los otros, aprender a comunicarnos con los otros, a estar con los demás y a sentir que ellos están conmigo, a vivir la intimidad, es decir aprender a cortejar y aprender a amar.

Aprender a convivir exige aprender a concertar lo particular con lo que sea de interés común entendiéndose por común lo institucional.

En consecuencia, aceptamos participar directa o indirectamente en la búsqueda de acuerdos que nos comprometan a todos. Manual de convivencia Escuela Normal Superior Pamplona.



DERECHOS DE LOS (AS) ESTUDIANTES

Derecho a:

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

Como miembro de la comunidad normalista, el estudiante tiene

- Utilizar adecuadamente los servicios que la institución ofrece, previo cumplimiento de los requisitos exigidos.
- Representar a la institución en eventos para los cuales sea elegido o seleccionado, de acuerdo con las bases reglamentarias de cada uno de ellos.
- Ser tratado y escuchado con respeto, comprensión, justicia y equidad sin discriminación de raza, sexo, religión o posición social.
- Expresar con libertad y respeto sus opiniones y sugerencias y presentar solicitudes, atendiendo el conducto regular.
- Elegir y ser elegido para formar parte de los diferentes órganos de gobierno escolar.



- Conocer los contenidos de los programas, los estándares de competencia y logros durante cada período, acatando el sistema de evaluación adoptado por la institución.
- Recibir una educación con un currículo y planta física adaptada acorde con sus necesidades en busca de su bienestar.
- Utilizar las dependencias de la institución tales como aulas de clase, biblioteca, salas de cómputo e Internet, servicio de fotocopidora y audiovisuales, acatando el reglamento establecido para cada una de ellas.
- Recibir orientación y asesoría para desarrollar experiencias educativas, y/o superar las debilidades del aprendizaje en cada una de las áreas.
- Recibir información oportuna y completa sobre su situación académica, juicios evaluativos y de comportamiento.
- Ser evaluado de manera integral en todos los aspectos académicos, personales y sociales como lo dispone la ley y el SIEE
- Ser formado y asesorado en las tendencias pedagógicas actuales que le permitan un buen desempeño en el contexto local y global.
- A integrar la banda de marchas, equipos deportivos, grupo musical, etc.



Manual de convivencia Escuela Normal Superior Pamplona

DEBERES DE LOS (AS) ESTUDIANTES

El ejercicio de los derechos reconocidos en este Manual implica el cumplimiento de los deberes que favorecen la convivencia y el desarrollo de la personalidad y a la vez constituyen normas de comportamiento, evaluables a través del proceso educativo.

- Acatar la Constitución Nacional, la Ley General de Educación y sus decretos reglamentarios, la Ley de Infancia y Juventud y las normas establecidas en este Manual.
- Participar en la construcción, implementación y ajustes al proyecto educativo institucional.
- Respetar y valorar a todos los miembros de la E.N.S.P. para ser valorado y respetado; y no utilizar el nombre de la Institución, bienes y distintivos para uso personal, grupal o familiar.
- Portar permanentemente el carnet estudiantil, dentro y fuera del colegio y presentarlo a las personas autorizadas cuando lo soliciten
- Participar en el diseño, ejecución y evaluación de las actividades curriculares programadas (estándares, competencias y contenidos programáticos de cada asignatura, área y/o proyecto), que garanticen su formación ética, pedagógica, estética, moral e investigativa.



- Asumir responsablemente las actividades académicas, deportivas y sociales programadas por la institución dentro de los plazos establecidos, sin plagios, suplantaciones o fraudes asistiendo puntualmente a su desarrollo.
- Cumplir con las recomendaciones y compromisos adquiridos para la superación de sus debilidades.
Manual de convivencia Escuela Normal Superior Pamplona
- Traer y cuidar los útiles y elementos solicitados por el colegio para el adecuado desarrollo de las actividades curriculares.
- Presentar la incapacidad médica o la justificación en caso de calamidad familiar firmada por los padres y /o acudiente en el momento de su reintegro a la institución.
- Informar oportunamente a sus padres o representante legal de las reuniones o citaciones que hace la institución.
- Representar dignamente a la Institución y cumplir las responsabilidades asumidas al ser elegido como vocero, representante o personero de los estudiantes.
- Acatar, respetar y apoyar a los representantes y demás elegidos a los órganos del gobierno escolar.
- Responder por los daños que ocasione en la planta física, materiales, equipos, herramientas y demás elementos de la institución, de forma inmediata, asumiendo



las consecuencias legales y disciplinarias previstas.

- Presentarse con el uniforme, aseado en su cuerpo, con el cabello corto (varones) y sin accesorios (collares, pirsines, bufandas, cachuchas, maquillaje, esmaltes vistosos y demás elementos que no correspondan al uniforme) portándolo únicamente durante la Jornada escolar.
- Evitar confrontaciones y agresiones físicas y verbales por sí mismo o por terceras personas, dentro y fuera del plantel, así como el porte de todo tipo de armas o elementos que presenten riesgo para la integridad física.
- Abstenerse de traer o elaborar material pornográfico, y de usar aparatos electrónicos (celulares, walkman, discman, video juegos y otros) en horas de clase.
- No protagonizar espectáculos o demostraciones afectivas irrespetuosas que vayan en contra de la moral y la sana convivencia en la Institución, o por fuera de ella, máxime si se porta el uniforme
- Cumplir con las normas de salud pública que preserven el bienestar de la comunidad educativa, y la prevención frente al consumo de sustancias psicotrópicas y alcohólicas.
- No practicar juegos de azar, adelantar rifas, negocios o ventas dentro de la Institución.



UNIFORME DE DIARIO PARA PRE-ESCOLAR BASICA PRIMARIA Y SECUNDARIA Y MEDIA



Tiene las siguientes especificaciones:

FEMENINO: Camisa blanca cuello sport

Buzo azul marino en cuello V con franjas verde y blanca y con el nombre de la Escuela Normal Superior bordado al lado izquierdo.

Falda de pliegues a cuadros en lino blanco y verde, hasta la rodilla.

Medias blancas a la rodilla

Zapato negro de material con correa y hebilla plateada.

MASCULINO: Camisa blanca de cuello sport

Buzo azul marino en cuello V. con franjas verde y blanca y con el nombre de la Escuela Normal Superior bordado al lado izquierdo.

Pantalón azul marino en lino, bota recta de 20 cms de ancho y a la cintura.

Medio color azul oscuro



Zapato negro de material y de cordón.

UNIFORME DE EDUCACIÓN FÍSICA

Sudadera blanca y verde según modelo institucional.

Tenis totalmente blancos y de cordón.

Medias blancas.

Franela blanca de cuello redondo.

Pantaloneta blanca

Cachucha blanca (si va a utilizar)

UNIFORME DE GALA

FEMENINO: Chaqueta azul marino en paño según modelo institucional

Blusa blanca de sacrócn seda cuello alto según modelo

Falda de pliegues a cuadros en lino blanco y verde hasta la rodilla

Medias blancas a la rodilla según modelo

Zapato negro de material según modelo

Guantes blancos

MASCULINO: Vestido completo azul marino según modelo

Camisa blanca con cuello corbata

Corbata vino tinto según modelo

Medias azul marino

Zapato negro de material según modelo

Guantes blancos



CAPITULO II PROPUESTA PEDAGOGICA

TITULO: “EL BALONCESTO COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS FALENCIAS FISICAS EN LA ESCUELA NORMAL SUPERIOR.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

- Mejorar las Falencias físicas y principalmente la coordinación de los estudiantes de la institución Normal superior, sede principal, mediante la implementación del Baloncesto como juego competitivo y formativo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Incitar A la práctica deportiva de los estudiantes de la escuela Normal Superior para la mejora de la salud física.
- participar en competencias de Baloncesto que permitan al estudiante interesarse por el deporte u otras actividades que conllevan a una vida saludable.
- Optimizar los recursos necesarios o implementos claves, para la realización de las diferentes actividades o ejercicios que se presenten en el proceso.
- Garantizar que se cumplan los procesos de observación, análisis de la ejecución y corrección oportuna a los estudiantes, para detectar a tiempo los errores y darles solución o, por el contrario, potenciar las virtudes.



DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Se decidió realizar esta propuesta, debido a la falta de práctica de este deporte, donde se evidencian falencias positivas y negativas de coordinación y otros aspectos importantes que los estudiantes de bachillerato de la escuela Normal Superior afrontan. Este diagnóstico fue realizado en los escenarios deportivos que la Escuela Normal Superior posee, dando como resultado un inadecuado proceso de coordinación óculo motriz por parte de los estudiantes.

Debido al conocimiento de este deporte y su práctica, en la realización de actividades recreativas, entrenamientos deportivos etc. Además, cabe resaltar la apatía que algunos de los estudiantes de dicho colegio demuestran por este deporte, lo cual resulta uno de los factores determinantes a la hora de analizar porque se presentan tantos casos relacionados a problemas de coordinación u otros aspectos.

Por otro lado, encontramos en algunos el sedentarismo, los malos hábitos, como efectos perjudiciales para que los niños y jóvenes se alejen de la actividad física como vía para tener una vida sana y saludable donde el deporte y una buena educación sean pilares para mejorar sus proyectos de vida y mejoran la calidad de vida tanto para sus familias como para ellos mismos.



JUSTIFICACIÓN

La educación física, en la niñez y adolescencia es de vital importancia en las instituciones educativas, porque ayuda a la formación integral y mejora la capacidad del desarrollo motriz de los educandos. Además, a muchos los introduce a la vida deportiva, recreativa y sana, debido a que se apropian de los conceptos que en ella se presentan, siendo el mayor de los casos, jóvenes que adoptan el deporte como proyecto de vida.

Es por ello que se produce la atención hacia el desarrollo bio-psico-social de los estudiantes de secundaria de la Escuela Normal Superior, logrando con todo esto la formación tanto educativa, como formativa-deportiva para que estos aprovechen al máximo las oportunidades que se les presentan y se evite de la mayor forma que se desvíen del camino.

Wuest y Bucher (1999) nos ayuda a entender un poco mejor el concepto de educación física como “un proceso educativo que emplea la actividad física como un medio para ayudar a los individuos que adquieran destrezas, aptitud física, conocimiento y actitudes que contribuyen a su desarrollo óptimo y bienestar”. Partiendo de esto, podemos afirmar que la implementación la educación física no solo es deporte o actividad física, sino que trasciende más allá de esos aspectos y que con lleva a que el individuo pueda formarse integralmente. Por consiguiente, es importante implementar una propuesta que ayude a los niños y jóvenes del colegio básico José Antonio Galán a mejorar sus capacidades o valencias físicas, porque como bien se dice el conocimiento va ligado a un cuerpo óptimo y saludable, “cuerpo sano, mente sana”.



MARCO TEORICO

EDUCACIÓN FÍSICA

La educación física es difícil de definir pues abarca muchos aspectos diversos porque sirve como formación integral, muchos la orientan por la rama educativa, otros por el campo deportivo, pero existen otros que la relacionan con el estudio del cuerpo y sus diferentes expresiones.

Un educador físico prominente describe la Educación Física como aquella que "es una parte integral del proceso total educativo y que tiene como propósito el desarrollo de ciudadanos física, mental, emocional y socialmente sanos, a través del medio de las actividades físicas que se hayan seleccionado con vista a lograr estos resultados."

(Bucher). Para Nash la Educación Física "es un aspecto del proceso total educativo, que utiliza los impulsos inherentes a la actividad para desarrollar aptitud orgánica, control neuromuscular, capacidades intelectuales y control emocional" A continuación, tendremos otras definiciones de la Educación Física desde el punto de vista de diversos educadores

Nixon & Jewllet (1980, p. 28): "La única diferencia entre la educación física y otras formas de educación es que la educación física tiene que ver principalmente con situaciones de aprendizaje y respuestas de los estudiantes que se caracterizan por movimientos abiertos/públicos, tales como deportes acuáticos, baile y ejercicios".



Wuest & Bucher (1999, p. 8): “un proceso educativo que emplea la actividad física como un medio para ayudar a los individuos que adquieran destrezas, aptitud física, conocimiento y actitudes que contribuyen a su desarrollo óptimo y bienestar”

Nixon & Jewllet (1980, p. 28): “aquella fase del proceso total educativo que concierne al desarrollo y utilización de las capacidades de movimiento voluntarias y con propósito definidos, incluyendo respuestas directamente relacionadas con las dimensiones mentales, emocionales y sociales. Las modificaciones del comportamiento estables resultan de estas respuestas centralizadas en el movimiento, de manera que el individuo aprende a través de la educación física”

Nixon & Cozens: “La educación física es esa parte del proceso total educativo que utiliza las actividades vigorosas que involucran el sistema muscular para producir los aprendizajes resultantes de la participación en estas actividades”

Vannier & Fait: “La educación física es parte del currículo escolar cuya finalidad es el desarrollo de los jóvenes física, social, mental y moralmente, de modo que se conviertan en ciudadanos bien balanceados, inteligentes, saludables, responsables y felices para la democracia”

Baley & Field (1976, p.4): “el proceso a través del cual se adquieren adopciones y aprendizajes favorables (orgánicos, neuromusculares, intelectuales, sociales, culturales, emocionales y estéticos) que resultan y proceden mediante la selección actividades físicas bastantes vigorosas”



Lumpkin, (1986, p.9): “un proceso a través del cual un individuo obtiene destrezas óptimas físicas, mentales y sociales y aptitud física a través de la actividad física”
Calzada, (1996, p. 123): “La Educación Física es el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento”. El término integral se refiere a todas las dimensiones del ser humano, a saber: físico (cuerpo), mental (inteligencia), espiritual y social.

SALUD

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y también social, no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia, según la definición presentada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en su constitución aprobada en 1948.

La salud (del latín *salus*, -ūtis) es un estado de bienestar o de equilibrio que puede ser visto a nivel subjetivo (un ser humano asume como aceptable el estado general en el que se encuentra) o a nivel objetivo (se constata la ausencia de enfermedades o de factores dañinos en el sujeto en cuestión). El término salud se contrapone al de enfermedad, y es objeto de especial atención por parte de la medicina.

"Salud es un estado físico y mental razonablemente libre de incomodidad y dolor, que permite a la persona en cuestión funcionar efectivamente por el más largo tiempo posible en el ambiente donde por elección está ubicado".

"una condición de equilibrio funcional, tanto mental como físico, conducente a una integración dinámica del individuo en su ambiente natural y social"



EL DEPORTE

El deporte es una actividad física reglamentada, normalmente de carácter competitivo, que en algunos casos mejora la condición física y psíquica de quien lo practica y tiene propiedades que lo diferencian del simple juego. Gómez, A. (2001), La RAE, en su Diccionario de la lengua española, define deporte como una «actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas»; también, en una segunda acepción, más amplia, como «recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre.

Cagigal (1959), citado por Hernández Moreno (1994:14), nos dice que el deporte es “diversión liberal, espontáneo, desinteresado, en y por el ejercicio físico entendido como una superación propia o ajena, y más o menos sometido a reglas”.

Parlebás (1988:49) define el juego deportivo como “el conjunto finito y numerable de las situaciones motrices, codificadas bajo la forma de competición, e institucionalizada”. Del mismo modo define el juego deportivo como “toda situación motriz de enfrentamiento codificado, llamado juego o deporte por las instancias sociales”.

Para Cobertin (1960), citado por Hernández Moreno (1994:14) restaurador de las Olimpiadas modernas en 1896 el deporte es “culto voluntario y habitual del intenso ejercicio muscular.



EL BALONCESTO

El baloncesto nació como una respuesta a la necesidad de realizar alguna actividad deportiva durante el invierno, la escuela de YMCA en Massachusetts. Al profesor de la Universidad de Illinois (Massachusetts) James Naismith, (un profesor de educación física) le fue encargada la misión, en 1891, de idear un deporte que se pudiera jugar bajo techo, pues los inviernos en esa zona dificultaban la realización de alguna actividad al aire libre.

Naismith analizó las actividades deportivas que se practicaban en la época, cuya característica predominante era la fuerza o el contacto físico, y pensó en algo suficientemente activo, que requiriese más destreza que fuerza y que no tuviese

mucho contacto físico. El canadiense recordó un antiguo juego de su infancia denominado "duck on a rock" (El pato sobre una roca), que consistía en intentar alcanzar un objeto colocado sobre una roca lanzándole una piedra. Naismith pidió al encargado del colegio unas cajas de 50 cm. de longitud, pero lo único que le consiguió fueron unas canastas de melocotones, que mandó colgar en las barandillas de la galería superior que rodeaba el gimnasio, a una altura determinada.

El baloncesto femenino comenzó en 1892, en el Smith Collage, cuando Senda Berenson, una profesora de educación física, modificó las reglas de Naismith para adaptarlas a las necesidades de las mujeres.



Como Naismith tenía 18 alumnos, decidió que los equipos estuviesen formados por 9 jugadores cada uno. Con el paso del tiempo, este número se redujo primero a 7, y luego al actual de 5 jugadores.

El tablero surgió para evitar que los seguidores situados en la galería donde colgaban las cestas, pudieran entorpecer la entrada del balón. Con el paso del tiempo las cestas de melocotones se convirtieron en aros metálicos con una red sin agujeros hasta llegar a la red actual.

El baloncesto fue un deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de 1928 y Juegos Olímpicos de 1932, alcanzando la categoría olímpica en los Juegos Olímpicos de 1936. Aquí Naismith tuvo la oportunidad de ver como su creación era convertida en categoría olímpica, cuando fue acompañado por Adolf Hitler en el palco de honor, en Alemania. El baloncesto femenino debió esperar hasta 1976 para su admisión como deporte olímpico.

FALENCIAS FISICAS

Pedro chourrio denomina Valencias Físicas “conjunto de aspectos o características naturales o adquiridas que determinan las condiciones físicas de un individuo y que pueden desarrollarse y mejorarse a través de los trabajos de entrenamiento” Todo individuo posee de manera natural una serie de cualidades o valencia físicas, como lo son la fuerza, resistencia, flexibilidad, velocidad, potencia, coordinación y equilibrio.



FUERZA

Platonov y Bulatova (2006) mencionan que “bajo el concepto de fuerza del ser humano hay que entender su capacidad para vencer o contrarrestar una resistencia mediante la actividad muscular”.

Otro concepto es el que nos brindan González y Gorostiaga (1995) quienes definen la fuerza como “la capacidad de producir una tensión que tiene el músculo al activarse o como se entiende habitualmente contraerse”.

RESISTENCIA

La mayoría de las definiciones tienen en común el concepto de la resistencia contra el cansancio o bien la capacidad de resistir frente al cansancio o fatiga.

Morehouse: "Capacidad que el cuerpo posee para soportar la actividad prolongada".

R. Thomas: "Cualidad esencialmente física que posibilita continuar un esfuerzo sin gran deuda de oxígeno".

Langlade: "Capacidad para mantener un esfuerzo prolongado, sin merma apreciable de la performance".

VELOCIDAD

García Manso y cols (1998) introducen a la velocidad dentro del ámbito puramente deportivo y motriz, y lo define como “La capacidad de un sujeto para realizar



acciones motoras en un mínimo de tiempo y con el máximo de eficacia”. Determina que se trata de una capacidad híbrida que se encuentra condicionada por todas las demás capacidades condicionales (fuerza, resistencia y movilidad). Sin embargo, nos centraremos en la definición de Ortiz (2004) que define la velocidad como “la capacidad de reaccionar y realizar movimiento ante un estímulo concreto, en el menor tiempo posible, con la mayor eficacia y donde el cansancio aún no ha hecho acto de presencia.

FLEXIBILIDAD

Según Alter (1996), la flexibilidad puede ser definida de diferentes formas, dependiendo del contexto físico-deportivo o, si nos referimos al ámbito de la investigación, de los objetivos o diseño experimental.

Villar (1987) la define como la cualidad que, en base a la movilidad articular y elasticidad muscular, permite el máximo recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al sujeto realizar acciones que requieran gran agilidad y destreza.

Por otro lado Araujo (1987; 2001; 2002; 2003) en numerosos textos sostiene que la flexibilidad puede entenderse como la amplitud máxima fisiológica pasiva en un determinado movimiento articular. Según este enfoque, la flexibilidad sería específica para cada articulación y para cada movimiento.



POTENCIA

Se refiere a la fuerza que puede aplicar una persona con un movimiento y a la velocidad con que dicha aplicación se concreta. Se trata, por lo tanto, de la capacidad de un individuo para ejercer fuerza de manera rápida.

Ana Gardey define la potencia como “la capacidad de un individuo de desarrollar una gran aceleración y de superar una cierta resistencia”. Cuanto más grande sea la resistencia a vencer, mayor será la potencia muscular que se requiera.

COORDINACIÓN

La coordinación es una capacidad motriz tan amplia que admite una gran pluralidad de conceptos. Entre diversos autores que han definido la coordinación, vamos a destacar a:

Castañer y Camerino (1991): un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de precisión, eficacia, economía y armonía.

Álvarez del Villar (recogido en Contreras, 1998): la coordinación es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento.

EQUILIBRIO

En general, el equilibrio podría definirse como “el mantenimiento adecuado de la posición de las distintas partes del cuerpo y del cuerpo mismo en el espacio”.



El concepto genérico de equilibrio engloba todos aquellos aspectos referidos al dominio postural, permitiendo actuar eficazmente y con el máximo ahorro de energía, al conjunto de sistemas orgánicos.

Diversos autores han definido el concepto de Equilibrio, entre ellos destacamos: Contreras (1998): mantenimiento de la postura mediante correcciones que anulen las variaciones de carácter exógeno o endógeno.

García y Fernández (2002): el equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre el eje corporal y eje de gravedad.

POBLACION

William Francisco Ospina López	15 AÑOS
David Alejandro Sandoval Parra	16 AÑOS
Jerónimo Toloza Pineda	16 AÑOS
Santiago Restrepo Portilla	16 AÑOS
Andrés Felipe forero Pérez	17 AÑOS
Juan Carlos Flores Parada	16 AÑOS
Alder Esteban Parada Garzón	14 AÑOS



Cesar Andrés Espinoza Pereira	13 años
Andrés Camilo Parada Garzón	16 AÑOS
Juan José Cáceres torres	15 años

TOTAL, ESTUDIANTES: 10

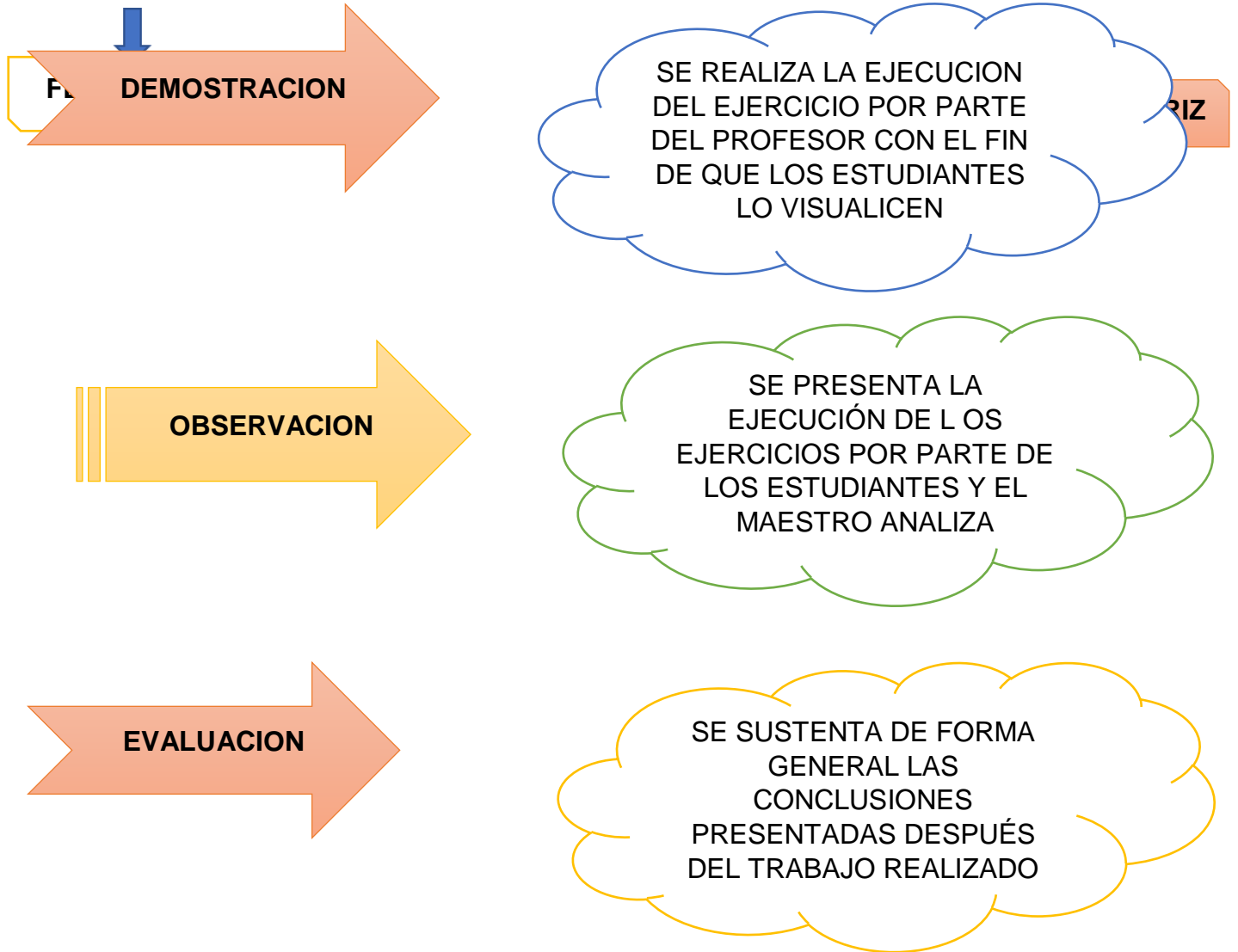


CAPITULO III INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

CRONOGRAMA DE TRABAJO

Dentro del cronograma de trabajo encontramos las actividades más resaltables que se desarrollaron en transcurso de la práctica profesional, además de las fechas y los temas que se establecieron para la ejecución de la propuesta pedagógica.







SEMANAS DE APLICACIONES	GRADOS DE APLICACION	TEMAS O TIPOS DE EJERCICIOS	TIEMPO DE EJECUCION	TIPOS DE EVALUACION
SEMANA 1	9 y 10	Acondicionamiento y Dominio del balón	2 HORAS	Diagnostica y de observación directa
SEMANA 2	9 y 10	Driblar el balón contra el piso	2 HORAS	Formativa y de observación directa
SEMANA 3	9 y 10	Pases y recepción	2 HORAS	Formativa y de observación directa
SEMANA 4	9 y 10	ejercicios coordinativos	2 HORAS	Formativa y de observación directa
SEMANA 5	9 y 10	Acondicionamiento general.	2 HORAS	Diagnostica y de observación directa
SEMANA 6	9 y 10	Driblar el balón con obstáculos.	2 HORAS	Formativa y de



				observación directa
SEMANA 7	9 y 10	driblo y paso la pelota al compañero.	2 HORAS	Formativa y de observación directa
SEMANA 8	9 y 10	Recepción, control y pase.	2 HORAS	Sumativa y de observación

FECHA	EJERCICIOS	DESCRIPCION	DURACION	APLICACION
21 al 23 de agosto	Acondicionamiento y Dominio del balón	El ejercicio consiste en conocer el balón de baloncesto y apropiarnos de él, realizando ochos entre las piernas, pasando el balón de una mano a otra alrededor de la cintura y las rodillas.	Martes y jueves	Semana 1



28 al 30 de agosto	Driblar o botar en balón contra el piso	El ejercicio consiste en driblar el balón en diferentes posiciones (sentado, normal y semi-flexionado), en diferentes direcciones y al rededor del cuerpo.	Martes y jueves	Semana 2
4 al 6 de septiembre	Pases y recepción	El ejercicio busca que un compañero lance el balón de baloncesto y otro lo recepcione el balón con las manos siempre teniendo la vista puesta en el balón. Se pueden realizar pases de distintas formas	Martes y jueves	Semana 3



		(picados, por encima del hombro, largos y cortos)		
11 al 13 de septiembre	Ejercicios coordinativos	La actividad consiste en hacer ejercicios de coordinación motriz ya sea coordinación óculo manual, o coordinación óculo pedica.	Martes y jueves	Semana 4
18 al 20 de septiembre	Acondicionamiento general.	Las actividades y ejercicios realizados se basaron en las principales falencias físicas, es decir, resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.	Martes y jueves	Semana 5
	Driblar o botar en balón con obstáculos.	El objetivo de esta actividad es driblar el balón		



25 al 27 de septiembre		por medio de una serie de obstáculos buscando equivocarse lo menos posible. Es decir, sin tropezar o derribar ninguno de los elementos que se presenten.	Martes y jueves	Semana 6
2 al 4 de octubre	Driblar y paso la pelota al compañero.	La idea de este ejercicio sirve para que los estudiantes tengan una percepción óptima del balón ya que el ejercicio se desarrollara con pelotas de tenis, la cual deberemos rebotar contra el piso apenas el compañero lo	Martes y jueves	Semana 7



		lance.		
9 al 11 de octubre	Recepción, control y pase.	La actividad consiste en recepcionar el balón y realizar un adecuado control driblando por un circuito propuesto y luego pasarlo a donde el profesor lo indique.	Martes y jueves	Semana 8

EJERCICIOS	SEMANA DE LA PROPUESTA PEDAGOGICA
------------	-----------------------------------

D
R
I
B
L
I
N
G

D
E

B
A
L
O
N

<p>EJERCICIO del terreno</p>		<p>1: A lo largo de juego</p>
---	--	--------------------------------------



Llevan driblando el balón y a la vos del profesor pararan en uno o dos tiempos, a medida del ejercicio van aumentando la velocidad

EJERCICIO2: Ir trotando por el terreno de juego driblando el balón efectuando cambios de dirección cuando lo indique el profesor

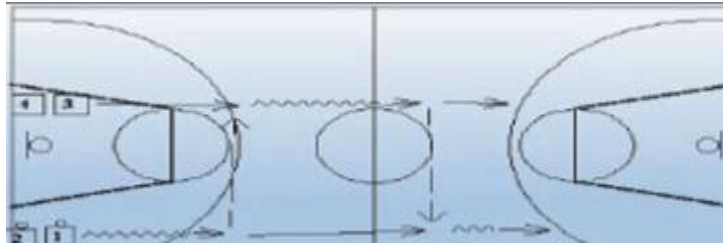
EJERCICIO3: salir driblando de frente, a la señal del profesor tienen que girar y driblar de espaldas hasta la línea final.



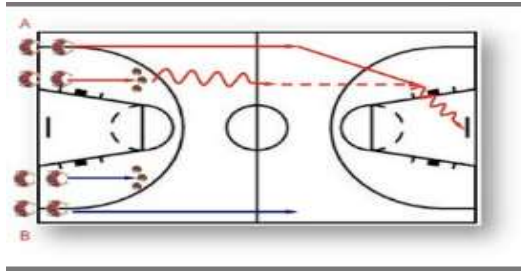
EJERCICIO4: los estudiantes se ubican en cuatro hileras formando una cruz, van en velocidad driblando el balón al centro de la cruz realizando parada en un tiempo y pasando el balón a la siguiente fila colocándose detrás.



EJERCICIO5: los estudiantes dispuestos en dos hileras en la línea final, una hilera con balón el jugador dribla para hacer pase a la otra hilera, el jugador que lo recibe lo hace en parada para que realice el mismo ejercicio van avanzando a la línea final.



EJERCICIO1: Dos equipos (A B) a la señal del profesor sale uno de cada equipo toma uno de los tres balones y pasa al compañero que corre por la banda, un

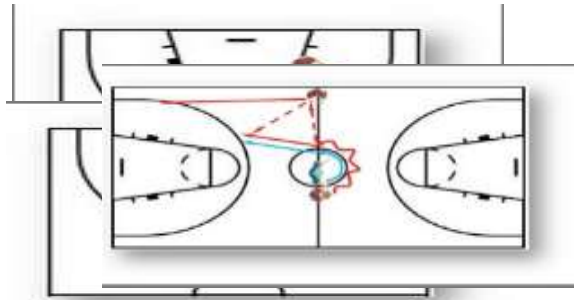


punto para el equipo que haga canasta.

EJERCICIO2: realiza pase de pecho al jugador interior con presión defensiva, el jugador que tiene el balón tiene que leer las líneas de pase que le ofrece el defensa.

EJERCICIO3: Igual al ejercicio anterior. Pase picado dentro y el defensor realiza ayuda defensiva

EJERCICIO4: un defensa y un atacante salen de la línea media, realiza pase por

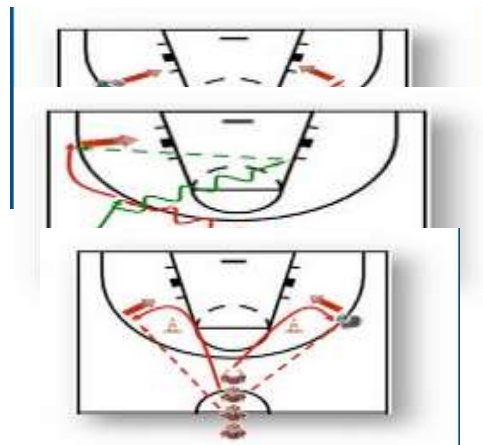


encima de la cabeza a un compañero, se corta este se lo devuelve de pase picado y entra a canasta sin dejarse quitar el balón.

EJERCICIO5: el primer jugador de la hilera, realiza pase de béisbol a un compañero sale en velocidad a recibir el balón y entra a canasta

EJERCICIO6: El jugador con balón realiza pase mano a mano., el otro dribla y realiza pase para que este lance de línea de tres puntos.

EJERCICIO7: una hilera el primer jugador sin balón, rodea un cono y recibe para



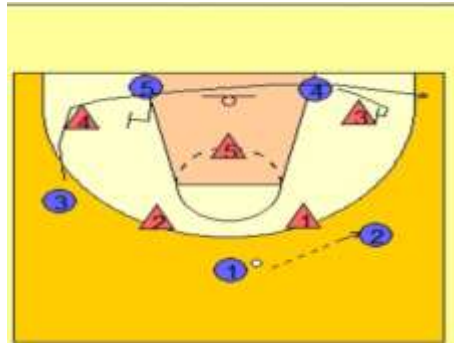
tirar. El jugador que pasa juega para recibir y lanzar.

EJERCICIO8: igual al ejercicio anterior, variando las posiciones de lanzamiento y



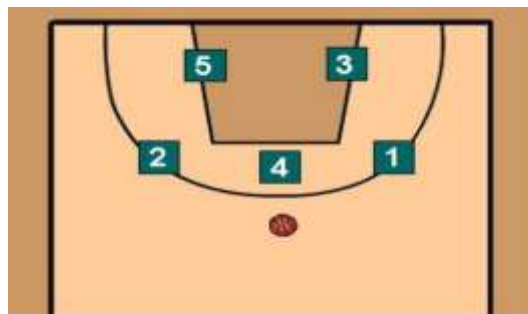
modificando el desplazamiento de los conos.


EJERCICIO1: zona 2-1-2 se intenta no hacer cruces ofensivos en este sistema defensivo el punto débil es que en la zona superior de la línea de



tiros libre y la línea de fondo bajo la canasta.

EJERCICIO2: zona 2-3 dos defensores en poste tres defensores altos usualmente está el pivot dentro de los aleros, permitiendo el contrataque con rapidez puede ser fácil por el pasillo vacío que se encuentra por ambas líneas.



N S I V O	<p>EJERCICIO3: zona 1-2-2 el jugador 1 tiene que ser u defensa muy rápido normalmente base esta zona es débil en el centro,</p> 
----------------------------------	---

EVALUACIÓN

La evaluación de la propuesta se realizó de manera semanal, donde se analizaban los diferentes resultados teniendo en cuenta lo arrojado en la semana anterior para determinar si el proceso era acorde a lo que se planteó y si los resultados obtenidos mostraban la evolución o el mejoramiento que se esperaba a obtener con la implementación de baloncesto como estrategia pedagógica para el mejoramiento de las falencias físicas, especialmente la coordinación en la escuela normal superior. Concluyendo con la aceptación de dicha propuesta y satisfechos con las mejoras que se presentaron en la mayoría de los estudiantes de la institución.



CAPITULO IV

ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES INFORME DE ACTIVIDADES:

INTERCLASES INSTITUCIONALES

El 31 de agosto del 2018 en la Escuela Normal Superior se realizaron campeonatos de futbol de salón y futbol en las intercalases del colegio, donde nuestra participación fue arbitrar los partidos, el campeonato de futbol de salón fue de mujeres y hombres, y en el de futbol participaron solo los hombres.



DIA DE DISFRACES





Este evento fue realizado en la cancha cubierta de la escuela Normal Superior las actividades fueron realizadas a los estudiantes de bachillerato, el principal objetivo era el propiciar el orden y acompañamiento con actividades ludico recreativas en dicho evento, los profesores del colegio organizaron la precdentacion de los estudiantes para desfilan sus disfraces.



IZADA DE BANDERA

se realizó una izada de bandera para realizar la entrega de insignias, donde los estudiantes de once grados entregan el escudo, bandera e himno de la institución a los estudiantes de décimo grado, esta izada de bandera se llevó acabo en la cancha cubierta de la institución a las 10:00 am culminando a las 12:00 de la mañana. Retomando la normalidad académica de los estudiantes



DIA DE COMETAS

La actividad de las cometas se realizó el día 31 de agosto del 2018 la jornada inicio a las 8:00 am donde participaron los estudiantes de secundaria y primaria, en la cancha de futbol de la institución donde se observaron diversas cometas de



forma y color. Los estudiantes estaban animados y felices ya que la cometa que volara más alto sería la ganadora Y el estudiante ganaba un premio.



ACTIVIDAD DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

La jornada extra institucional fue realizada en la hora de la tarde exactamente a las 3:00 pm donde se reunían diferentes colegios de la ciudad de Pamplona realizando una comparsa por la salud, los estudiantes que participaron fueron los de bachillerato, los docentes en formación hicimos el respectivo acompañamiento de toda la actividad. El recorrido salió del parque dirigiéndose a la plazuela y calle





real llegando nuevamente al sitio de partida. Donde organizaron a los colegios para iniciar una bailo terapia. La actividad finalizó a las 7:00 pm muy activamente.

BASAR INSTITUCIONAL

El día 4 de noviembre del 2018 se realizó un bazar institucional donde hicieron un campeonato de futbol, los docentes en formación acompañaron esta actividad los días sábado y domingo planillando y pitando los partidos desde las 10:00 am a 6:00 pm





CAPITULO V FORMATOS DE EVALUACION

5.1 PLAN TEORICO

Planeador.

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

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - PROFESOR: *Alvaro Moreno Acosta*
SUPERVISOR: *Jeffery Capelha Mendosa*
INSTITUCIÓN: *Escuela Superior*
FECHA: *23-11-2018*

ACTIVIDADES	PUNTAJE MAXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	5.0
2 Unifica criterios y aclara de conceptos y dudas	5	5.0
3 Emplea y domina el aspecto pedagógico y metodológico	4	4.0
4 Usa el lenguaje técnico de la materia	2	2.0
5 Dosifica el tiempo	3	2.8
6 Lleva el material didáctico	2	2.0
7 Emplea bien el material didáctico	4	3.4
8 Emplea bien el tablero y consigna lo principal	4	3.7
9 Refuerza a sus alumnos	3	2.5
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	2.5
11 Dirige y redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3.5
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	3.2
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3.0
14 Se cumplió el objetivo	4	3.7
15 Presentación personal excelente	2	2.0
TOTAL	50	46.6

OBSERVACIONES: _____



5.2 FORMATO ALUMNO-MAESTRO

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. Rol en la Institución

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

2. Planeación

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

3. Organización

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



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

3. Formación profesional y personal.

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

SUGERENCIAS:

FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO: Mydi Acevedo

FECHA: _____



5.3 FORMATO EVALUACION SUPERVISOR

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL ALUMNO – MAESTRO - Auto

NOMBRE ESTUDIANTE: Naydi Milena Arcevedo
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: Normal Superior Paipote
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Gilberto Cepeda Medina

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. De la Institución de Práctica

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

2. De la Universidad

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



5.4 FORMATO EVALUACION SUPERVISOR

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. Rol en la Institución

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

2. Planeación

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

3. Organización

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



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

4. Ejecución

- La metodología propuesta es coherente con su plan de desarrollo
B
- Es puntual en el cumplimiento de sus obligaciones laborales
B
- 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
B
- Soluciona las dificultades encontradas en el desarrollo del proceso
B

NOMBRE DEL ASESOR: Gilberto Zapachú Mendoza
FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO: Alfred Acuña
FECHA: _____



5.5.1 NOTA

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

FICHA DE EVALUACIÓN DEL PLAN DE CLASE. PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - PROFESOR: Naydi Milena Sicaudo SUPERVISOR: Giberto Papacho Hernández
 PERIODOACADEMICO: _____ FECHA: 23-11-2018

Aspectos Evaluables		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
1. Precisa los contenidos básicos que debe dominar el alumno para recibir el nuevo conocimiento (conducta de entrada).	0.5	04	04	04	08	04	04	04	04	04	04	08	05	05	05	05	05	05	08	08
2. Los objetivos explícitos están bien formulados (Medibles, Observables y Alcanzables)	1.0	06	09	09	07	09	09	09	09	09	09	09	09	09	09	10	07	10	10	09
3. Los contenidos tienen secuencia lógica, se adaptan al nivel del alumno y sintetizan la totalidad del tema.	1.0	07	09	09	09	08	08	09	09	09	09	08	09	09	09	09	09	09	10	09
4. Describir las actividades del aprendizaje.	1.0	09	08	08	08	08	08	08	08	08	09	09	09	09	09	09	09	09	10	08
5. Seleccionar los medios de acuerdo al contenido, actividades de aprendizaje y logro del objetivo	0.5	04	04	04	04	04	04	04	04	04	04	08	05	08	04	05	05	05	05	04
6. Los mecanismos de evaluación concuerdan con objetivos, temas y actividades de aprendizaje.	1.0	08	08	08	08	08	08	08	08	08	09	09	09	08	08	09	09	09	09	08
TOTALES		36	38	36	36	41	41	42	42	42	44	46	46	44	44	47	46	49	48	

C/Semana:

4.30
 Giberto



5.5.2 NOTA

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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – PROFESOR: Neydi Milena Acevedo
 SUPERVISOR: Gilberto Lapacho Mendoza
 INSTITUCIÓN: Normal Superior
 GRADO: 58-92-100-100-110 FRECHA: 23 Noviembre - 2018

ETAPAS	OBSERVACIÓN	%	NOTA	%
1 Administrativa		30%	4.5	1.35
2 Docente y Evaluativa		50%	4.3	2.15
3 Actividades extracurriculares		20%	4.8	0.96
	NOTA DEFINITIVA	100%		4.46

Supervisor: 

Alumno – Profesor: 



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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – PROFESOR: Nejdi Milena Acevedo
 ASESOR: Alberto Cepacho Hernández
 INSTITUCIÓN: Normal Superior Pamplona
 CURSO: EA-90-190-100-11A FECHA: 23-11-2018

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	45	135
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	43	215
III. EXTRACURRICULAR	20%	48	096
NOTA DEFINITIVA			446

OBSERVACIONES ESPECIALES:

ALUMNO – PROFESOR: Nejdi Milena Acevedo
 SUPERVISOR: Guadalupe



CONCLUSIONES

Es gratificante poder hablar sobre esta experiencia tan maravillosa y enriquecedora, porque se sale de todos los esquemas e incita a volar la imaginación de cada estudiante-maestro. Durante el transcurso del proceso de la institución Escuela Normal Superior de Pamplona pude observar un mejoramiento significativo en cada uno de los aspectos comprendidos, tanto en la parte académica, como la social y humana. Que de cierta manera logran una invaluable satisfacción por el deber cumplido.

Lo aprendido en todo esto, me incita a seguir mejorando, es decir, a buscar más estrategias para brindarle una mejor formación y educación a cada una de las personas que de aquí en adelante tendré la oportunidad de aportarles lo mucho o poco que me han enseñado mis profesores, enseñanzas que, con mucho amor, pasión y dedicación, les brindare. Además, quiero agradecerle a cada uno de los estudiantes que confiaron en mí, aquellos que disfrutaron de cada una de las actividades realizadas y marcaron una huella o precedente imborrable en mi vida. Para culminar quiero dejar estas palabras “me siento satisfecho por la labor cumplida”.

DE LA SUPERVISIÓN DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

Agradezco al profesor GILBERTO CAPACHO quien fue mi supervisor de la práctica profesional por darme las pautas y mostrarme el camino para poder defenderme más adelante en mi vida profesional. Fue una guía para mí en todos asuntos académicos lo cual me sirvió para enriquecerme cada día más como



persona y como profesional, me enseñó cosas valiosas que tengo por seguro me ayudaran a ser mejor cada día y a esforzarme por lo que importa de verdad. Es sin duda una gran persona, aunque había momentos que presentábamos diferencias por la forma de proceder ante las cosas, también es cierto que, si no poseía la razón, se disculpaba por su modo de actuar. Gracias a su exigencia y el empeño que siempre me propuse para mejorar, siento la satisfacción que la evolución que obtuve durante todo el proceso, fue total.



ANEXOS



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tel: (7) 3442300 - 3449304 - 3443205 - Fax: 3442750 - www.udpamplona.edu.co

Pamplona, 17 de Julio del 2018.

Rector
OSCAR CRISTANCHO
Institución Educativa
Normal Superior
Pamplona

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 Práctica 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 2018, dentro de la cual debe desarrollar 12 horas semanales de clase, debe permanecer 4 horas diarias en la institución la cual se iniciará el 23 de Julio, y su terminación será el 23 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

Neidy Milena Acevedo Acevedo

SUPERVISOR

Esp. Gilberto Capacho

Mentafirma

BENITO CONTRERAS EUGENIO
Coordinador de práctica

Copia a: Supervisor



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz





BIBLIOGRAFIA

1. Acuerdo número 032 del 19 de Julio del 2004 reglamento de licenciaturas Universidad de pamplona
2. ALTER, M. J. (1996). Science of flexibility. 2ª edition. Champaign: Human Kinetics.
3. ARAÚJO, C. G. S. de (1987). Medida e avaliação da flexibilidade: Da teoria à prática. Tesis doctoral. Rio de Janeiro: Instituto de Biofísica da Universidad Federal do Rio de Janeiro.
4. ARAÚJO, C. G. S. de (2001). Flexitest: An office method for evaluation of flexibility. Sports & Medicine Today, 1:34-7.
5. ARAÚJO, C. G. S. de (2002). Flexiteste: Proposição de cinco índices de variabilidade da mobilidade articular. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 8(1):13-19.
6. ARAÚJO, C. G. S. de (2003). Flexitest: an innovative flexibility assessment method. Champaign: Human Kinetics.
7. Cagigal, J. M. (1979). Cultura intelectual y cultura física. Buenos Aires. Argentina: Kapelusz.
8. Calzada Arija, A. (1996). Educación Física: 1º y 2º Enseñanza Secundaria Obligatoria (pp. 122-127, 169). Madrid, España: Gymnos Editoria.
9. CASTAÑER, M. y CAMERINO, O. (1991): La E. F. en la enseñanza primaria. Ed. Inde. Barcelona
10. CONTRERAS, O. (1998): Didáctica de la Educación Física. Un Enfoque Constructivista. Ed. Inde. Barcelona.
11. Devís, J. (1996): Educación Física, deporte y curriculum. Investigación y desarrollo curricular, Madrid: Visor



12. Fisiología del Ejercicio. Laurence E. Morehouse y Augustus T. Miller. Bs.As. Editorial "El ateneo"
13. García Manso; La Velocidad. Edit Gymnos, 1998.
14. GARCÍA, J. A. y FERNÁNDEZ, F. (2002): Juego y Psicomotricidad. Ed. CEPE. Madrid
15. Gómez, A. (2001). «Deporte y Moral: Valores Educativos del Deporte Escolar
16. González Badillo, J.J. Gorostiaga, E. (1995). Fundamentos del Entrenamiento de la Fuerza. Editorial INDE, Barcelona. pp. 1-3.
17. Grosser; Manual de Alto Rendimiento Deportivo, Edit. Martínez Roca, 1989
18. Hernández Moreno, J. (1994). Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo. Barcelona: INDE.
19. <http://sedeonline.blogspot.com.co/2012/04/introduccion-al-concepto-de-resistencia.html>
20. http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
21. <http://www.miperiodicodigital.com/2016/grupos/lamentirabg-122/que-salud-1215.html>
22. <https://pedrochourio.jimdo.com/valencias-f%C3%ADsicas/>
23. <https://www.cognifit.com/es/habilidad-cognitiva/coordinacion-ojo-mano>
24. Informe De Practica Integral escuela Normal Superior Pamplona Sede Principal - .Neydi Milena Acevedo
25. LÓPEZ PASTOR, V., MONJAS, R. Y PÉREZ, D. Buscando alternativas a la forma de entender y practicar la Educación Física Escolar. INDE, Barcelona (2003)
26. Lumpkin, A. (1986). Physical Education: A Contemporary Introduction (pp. 21-36). St. Louis: Times Mirror/Mosby College Publishing.
27. Nixon, J. E. & Jewett, A. E. (1980). An Introduction to Physical Education (9na. ed., pp. 68-77). Philadelphia: Saunders College Publishing.



28. Ortiz, R; Tenis: Potencia, velocidad y movilidad. Edit. INDE, 2004
 29. Parlebas, P. (1988).Elementos de sociología del deporte. Málaga: Junta de Andalucía: Universidad Internacional Deportiva.
 30. Platonov, V.N. Bulatova, M.M. (2006). La Preparación Física. Editorial Paidotribo, Barcelona. 4ª Edición. pp. 35-38.
 31. VILLAR, A. del C. (1987). La preparación física del fútbol basada en el atletismo. Madrid: Gymnos
 32. Wuest, D. A., & Bucher, C. A. (1999). Foundations of Physical Education and Sports (13 ed., pp. 8-24). Boston: WCB/McGraw-Hill
- Violencia Escolar.