

INFORME FINAL DE LA PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

COLEGIO TÉCNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE
ASÍS
SEDE
CRISTO REY



ALUMNO-MAESTRO
WILSON FERNEY BURBANO RIVERA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACION
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA RECREACION Y
DEPORTES
2018

INFORME FINAL DE LA PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

COLEGIO TÉCNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE
ASÍS

SEDE
CRISTO REY



SUPERVISORA
JORGE ORLANDO VILLAMIZAR

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACION
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA RECREACION Y
DEPORTES
2018

DQS is member of:



DEDICATORIA

Este logro se lo quiero dedicar primeramente a mi Dios por todas sus bendiciones ya que sin el nada es posible, a mi familia, a mi madre, a mi padre, a mi hermana, quienes me brindaron su apoyo constante en todo el proceso como estudiante en la universidad así como lo han hecho durante toda mi vida en todo lo que me propongo hacer, ellos siempre están hay incondicionalmente apoyándome.

En esta etapa, llena de momentos tanto buenos como malos pero inolvidables, que me enseñaron muchas cosas más allá de los conocimientos y de lo intelectual y académico, aprendí cosas que me ayudaron a formarme hoy como una buena persona, con valores y principios que se me inculcaron por parte de grandes maestros, de grandes personas en esta universidad que es mi casa.

A mi madre y a mi padre que día a día con sus sacrificios, consejos y apoyo constante me concientizaron de la importancia de la formación académica, de la importancia de prepararme para ser un gran profesional, e incluso hoy en día que estoy a punto de culminar mi primer escalafón, que es ser licenciado en educación física, ellos piensan aun mas en grande me motivan a seguir preparándome aun mas, a seguir estudiando, a crecer tanto como persona como profesional.

AGRADECIMIENTOS

Primordialmente agradecer a mi Dios por permitirme estar acá, por estar vivo, por todas sus bendiciones que me permitieron lograr este objetivo, agradecer a mi madre y a mi padre por su apoyo constante tanto económicamente como motivacionalmente, a ellos les estoy infinitamente agradecido porque gracias a ellos estoy hoy culminando esta etapa de aprendizaje en la cual me ha dejado la conclusión de que con esfuerzo, dedicación y amor se pueden alcanzar los sueños, y este era mi sueño ser licenciado en educación física y este sueño va aun mas allá pues me seguiré preparando, seguiré estudiando para ser mejor profesionalmente.

Agradecerles a todos los profesores y maestros que en este proceso de formación tuve el placer de conocer y aprender de todos y cada uno de ellos, los cuales fueron quienes aportaron todos sus conocimientos, valores y experiencias para que hoy visualice mi futuro aun mas allá de lo que tiempo atrás pensaba poder lograr y que hoy estoy enfocado en conseguir porque sé que lo lograre.

Finalmente agradecerle a todos los compañeros, amigos con los cuales compartí en este proceso y que con sus consejos y apoyo ayudaron a que este objetivo se esté logrando conseguir.

TABLA DE CONTENIDOS

1. PORTADA
2. CONTRAPORTADA
3. DEDICATORIA
4. AGRADECIMIENTOS
5. TABLA DE CONTENIDOS
6. INTRODUCCIÓN
7. OBJETIVO GENERAL
8. OBJETIVOS ESPECIFICOS

CAPITULO I (INFORME DE OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO)

1. RESEÑA HISTÓRICA DEL COLEGIO TECNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASIS Y DE SUS SEDES.
2. PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL.
3. MISIÓN
4. VISIÓN
5. FILOSOFIA
6. OBJETIVOS INSTITUCIONALES
7. SÍMBOLOS INSTITUCIONALES

8. OBSERVACION Y DIAGNOSTICO DEL COLEGIO
TECNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASIS
SEDE CRISTO REY
9. HORARIO
10. PLANTA FISICA
11. TALENTO HUMANO
12. CUERPO ESTUDIANTIL
13. ALMACEN DE DEPORTES
14. DATOS GENERALES DE LA INSTITUCION
15. RESULTADO DEL DIAGNOSTICO Y OBSERVACION
INSTITUCIONAL
16. IMAGENES

CAPITULO II (DISEÑO DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA)

1. TITULO
2. INTRODUCCIÓN
3. OBJETIVO GENERAL
4. OBJETIVO ESPECIFICO
5. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA
6. DESCRIPCION DEL PROBLEMA
7. DELIMITACION DEL PROBLEMA

8. ANTECEDENTES
9. ANTECEDENTES LEGALES
10. MARCO CONCEPTUAL
11. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION
12. DISEÑO DE LA INVESTIGACION
13. POBLACION Y MUESTRA
14. RECURSOS HUMANOS
15. RECURSOS FISICOS
16. RECURSOS LOGISTICOS
17. TIEMPO DEL PROYECTO
18. CRONOGRAMA Y PLANES DE CLASE

CAPITULO III INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

1. SEMANA 1

JUEGOS PRE DEPORTIVOS ATLETISMO: RELEVOS

2. SEMANA 2

JUEGO PREDEPORTIVO FUTBOL: 4 VS 4

3. SEMANA 3

JUEGO PRE DEPORTIVO BEISBOL: CUATRO ESQUINAS

4. SEMANA 4

JUEGO PREDEPORTIVO ATLETISMO VS BALONCESTO:
LANZAMIENTO VS RELEVOS

5. SEMANA 5

JUEGO PREDEPORTIVO BALONCESTO: CESTA EXPLOSIVA

6. SEMANA 6

JUEGO RECREATIVO VOLEIVOL: CIRCUITO DE VOLEIBOL

7. SEMANA 7

JUEGO EN SI DE VOLEIBOL Y FUTBOL

8. SEMANA 8

JUEGO EN SI DE BALONCESTO, CUATRO ESQUINAS.

CAPITULO IV (INFORME DE ACTIVIDADES INTRAINSTITUCIONALES Y EXTRACURRICULARES)

1. JUEGOS SUPERATE
2. DIA DE LA MUJER
3. DIA DEL MAESTRO
4. REUNION DE PADRES DE FAMILIA
5. ADECUACION DEL DEPARTAMENTO DE DEPORTES

6. IZADA DE BANDERA: DIA DEL IDIOMA
7. PRIMER TORNEO INTERCURSOS COLEGIO CRISTO REY

CAPITULO V (EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE)

1. ARTICULO 16 Y 17
2. AUTOEVALUACION
3. COEVALUACION
4. EVALUACION DE LA SUPERVISION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE
5. CONCLUSIONES
6. ANEXOS
7. BIBLIOGRAFÍA Y WEDGRAFIA

INTRODUCCIÓN

La práctica integral docente, es la manera de afrontar lo aprendido durante el proceso de estudio en la universidad donde se observa que aprendizaje se obtuvo durante dicho proceso de formación académica, ya que esta práctica será el complemento de la teoría.

Al ser docente de jóvenes del Colegio Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey, de los grados sexto, séptimo, octavo, noveno, decimo y undécimo; fue una experiencia muy gratificante ya que en el proceso ellos aprendieron de mi como yo de ellos, más allá de lo académico, experiencias de vida que me marcaron como persona.

En este primer semestre del 2018, durante los meses de febrero a junio, se me permitió desarrollar la practica integral docente en el Colegio Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey, ubicada en un barrio periférico de la ciudad de Pamplona, donde desarrolle este proceso con estudiantes de los grados sexto, séptimo, octavo, noveno, decimo y undécimo.

En cada uno de estos grados se desarrollaron diversas y diferentes competencias acordes a los conocimientos y capacidades con respecto a las edades, siempre en busca de lograr recalcar en ellos la importancia que tiene la educación física y la práctica del ejercicio y estilos de vida saludable, para mejorar su estilo de vida tanto sociales, mentales y sus capacidades físicas básicas, ya que el deporte y el ejercicio no solo cambia tu cuerpo, también cambia tu mente, tu actitud y tu vida.

OBJETIVO GENERAL

Demostrar las capacidades que tengo para desempeñarme como docente en el área de educación física y aplicarlas en la I.E Águeda Gallardo de Villamizar sede Jardín Infantil Nacional para una mejor formación como profesional.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Identificar las fortalezas y debilidades durante la práctica profesional
2. Conocer la forma de enseñanza-aprendizaje más acorde para desarrollar en el proceso de la práctica integral docente.
3. obtener durante el rol de docente experiencia, teniendo en cuenta sugerencias tanto de mi supervisor como de todas aquellas personas que forman parte de toda la institución educativa.

CAPITULO I

INFORME DE OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO

COLEGIO TECNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASIS

RESEÑA HISTORICA

Con la iniciativa de Monseñor RAFAEL TARAZONA MORA, se fundó en 1978 la ESCUELA ARQUIDIOCESANA SAN FRANCISCO DE ASÍS, la cual funcionó en las instalaciones de Seminario Mayor, mediante Acuerdo N° 23 de 1990, el Honorable Concejo Municipal de la ciudad "...CREA EL COLEGIO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASÍS DE LA CIUDAD DE PAMPLONA CON LAS MODALIDADES DE EBANISTERÍA, ELECTRICIDAD Y DIBUJO TÉCNICO".

Ms TARAZONA MORA Se retiró de la rectoría de nuestra institución educativa en el año 2001, siendo sus sucesores en este cargo La magíster AMPARO ZAPATA DE LOZANO, el Especialista MARCOS DANIEL CARRILLO MERCHÁN y desde el año 2002 el docente BERNARDO WILCHES GELVES quien ha sacado adelante la institución sobre todo en el proceso de fusión que a continuación abordaremos.

En el año 2003, con la expedición del decreto departamental 000132 del 28 de enero se crea nuestra institución educativa, inicialmente conformada por las sedes SAN FRANCISCO DE

ASÍS, RAFAEL AFANADOR Y CADENA, JOSÉ ANTONIO GALÁN, CRISTO REY, LAS NIEVES, CUATRO DE JULIO, JUAN XXIII, SAN MARTÍN, SANTA MARTA, DEMOSTRATIVA ISER Y LA ORIOL RANGEL. Debido a su situación de cobertura y planta física, la rectoría en común acuerdo con la Alcaldía municipal, la comunidad y los estudiantes, clausuró en el mismo año la sede Las Nieves. Por su parte, la sede Oriol Rangel fue segregada en el año 2006 y posteriormente en el año 2007, fue segregada la sede Demostrativa ISER.

Para el año 2013 la sede Rafael Afanador Y Cadena fue segregado por parte de la Secretaría de Educación Departamental y asumió su dirección la institución educativa Brighton. De igual manera, fruto de los ajustes institucionales para mayor organización se suprimieron las sedes San Martín y Juan XXIII.

DQS is member of:



THE INTERNATIONAL CERTIFICATION NETWORK



PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL

MISION

Aportar a nuestros estudiantes los espacios de formación que les garanticen para sí, para sus familias, para la ciudad, la región y para Colombia, aprendizajes y experiencias de vida aplicables como alternativas laborales a la solución de sus problemas económicos, para que vayan consolidando con responsabilidad su proyecto de vida. Para ello, la institución impulsará proyectos encaminados a fortalecer el talento humano, la participación comunitaria, la preparación para el trabajo, la inclusión de todos sin ningún tipo de discriminación en un marco de tolerancia y respeto del hombre y la mujer y del medio ambiente natural.

VISION

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

DQS is member of:



FILOSOFIA

Nuestra institución educativa pretende con el desarrollo de sus propuestas pedagógicas y de convivencia social encausar sus esfuerzos a la formación integral de sus estudiantes con criterios objetivos y concretos como lo son el respeto al Estado Social de Derecho, el reconocimiento a la individualidad sujeta esta al precepto constitucional de la primacía del interés general, a la formación competitiva en lo académico y el énfasis a la formación en lo laboral como alternativa de desarrollo individual y colectivo, así como también a la inclusión de todos nuestros estudiantes con limitaciones y/o condiciones especiales o de vulnerabilidad; formando jóvenes capaces de convertirse en agentes transformadores de su entorno con criterios de organización comunitaria, preparación laboral, con sentido de valoración, conservación y amor por el medio ambiente y la naturales.

DQS is member of:



OBJETIVOS INSTITUCIONALES

Nuestra institución educativa encausará sus esfuerzos pedagógicos y sociales a alcanzar los fines de la educación colombiana definidos en el artículo 5º de la Ley 115 de 1994, para lo cual nos hemos propuesto alcanzar los siguientes objetivos:

- Formar hombres y mujeres que conozcan la Constitución Política de Colombia para que la desarrollen en su proyecto de vida y reconozcan sus derechos, deberes y compromisos con la patria y con los demás en el marco del Estado Social de Derecho.
- Proporcionar al estudiante los conceptos, contenidos y procesos que le garanticen una formación académica básica, profunda y objetiva que le permita competir con otros jóvenes en su formación profesional.
- Formar a los estudiantes aprendices en especialidades técnicas que les abran las puertas al trabajo y a la producción de bienes y servicios, partiendo de criterios económicos básicos como lo son la formación en lo laboral.
- Vincular a la comunidad educativa en los procesos participativos y productivos de la institución educativa.
- Vivificar en la cotidianidad institucional el respeto a la diferencia individual y su canalización para el mejoramiento de la calidad vida de nuestra comunidad educativa.

- Incluir a todos nuestros estudiantes en los procesos institucionales sin ninguna diferenciación.
- Implementar un sistema de gestión de calidad como una estrategia de administración.
- Construir e implementar la Ruta De Mejoramiento Institucional.

DQS is member of:



THE INTERNATIONAL CERTIFICATION NETWORK



SIMBOLOS INSTITUCIONALES

Himno

CORO

Paz y bien, es el lema de mi
Institución,

que convierte mi ser en
semilla,

de esperanza, justicia y amor.

Que convierte mi ser en
semilla,

de esperanza, justicia y amor.

I ESTROFA

En mi mente siempre
presente,

el amor siempre a Dios debe
estar,

para así al que sufre ayudar,
con alegre actitud fraternal.

Para así al que sufre ayudar,

con alegre actitud fraternal.

II ESTROFA

Siento orgullo de ser
Franciscano

y a la patria poder aportar:

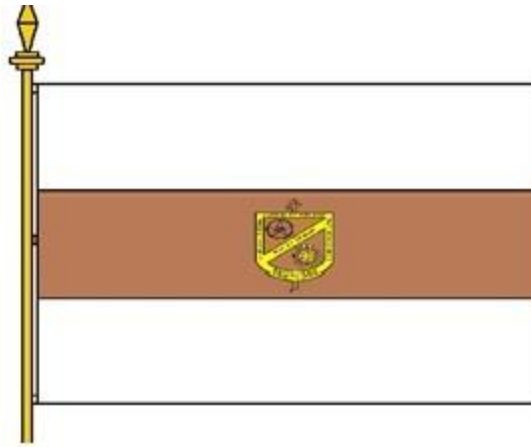
“la verdad, la virtud y el honor
que construye el sol de la
paz”.

“la verdad, la virtud y el honor
que construye el sol de la
paz”.

Letra: Mons: Rafael Tarazona
Mora

Música: Daniel Solano Ortiz

BANDERA



De forma rectangular, dividida en tres cuerpos: superior e inferior en color blanco, símbolo de la Paz, que es construida desde nuestra institución. El cuerpo central, de menos tamaño, en color marrón: este color es característico de la Comunidad Franciscana: simboliza la pobreza y la humildad, y el espíritu de servicio y entrega a los demás, a ejemplo de nuestro patrono Francisco de Asís.

Escudo



Su borde tiene el diseño del escudo de la Arquidiócesis de Nueva Pamplona, pues fue Monseñor Rafael Tarazona Mora el Fundador del Instituto Técnico San Francisco de Asís como Párroco fundador y primer rector. Está enmarcado por el nombre de nuestra Institución, en letras doradas. Una diagonal divide el escudo en dos sectores: Esta diagonal contiene el mensaje franciscano: PAZ y BIEN. Es el lema institucional que nos debe llevar a ser constructores de Paz desde la amistad, la fraternidad y la solidaridad. Los sectores superior e inferior tienen como colores de fondo el Blanco y Marrón, colores de nuestra bandera. El Sector superior, en forma de triángulo, tiene un círculo blanco, que enmarca la estrella de cinco puntas: esta estrella señala los 5 principios institucionales: Dios, Patria, Estudio, Disciplina y Alegría. Dentro de la estrella, y en un círculo se encuentra el anagrama de Jesucristo, señal de la orientación Cristiana de nuestra Institución.



El sector inferior tiene un piñón enmarcado en un círculo, que representa la orientación técnica del Instituto y su misión de formar ciudadanos hacia el trabajo y la productividad. Dentro del piñón se encuentra el esquema de un átomo con la letra griega PI en su centro, símbolos de la ciencia, la investigación y la academia. Tiene nuestro escudo como fondo la Cruz Arquidiocesano de doble brazo, símbolo del origen católico de nuestra institución.

OBSERVACIÓN Y DIAGNOSTICO DE LA INSTITUCIÓN ASIGNADA COMO SITIO DE PRACTICA

El día 23 de ENERO del 2018, se realizó la reunión de práctica en la facultad de educación de la Universidad de Pamplona, con el coordinador de prácticas el profesor BENITO CONTRERAS EUGENIO a la 8:00 am. En la reunión se aclaró sobre la integración del estudiante de educación física en la institución y el desempeño que debe tener dentro de ella en sus prácticas profesionales. El 24 de enero a las 10 am se hizo la segunda reunión donde se le asignó a cada uno de los estudiantes la institución donde deberían hacer sus prácticas profesionales, entregándonos la carta de presentación del alumno-maestro con la que deberíamos ir a ella. Presentando esta carta al rector y a el supervisor de práctica (docente de educación física), plasmando dentro de la anteriormente mencionada la programación de y



calendario de la práctica profesional, desde el día que se empieza hasta el día que termina dicho proceso. El alumno-maestro debe cumplir con 12 horas de clases semanales y 4 horas de permanencia en la institución. Se inició el 05 de febrero y culminó el 01 de junio de 2018.

Se me fue entregado el horario de clases con el cual comenzaríamos las clases de educación física en la institución con la supervisión del profesor, organizado de la siguiente manera:

HORARIO

HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
7:00 am	Octavo	---	Once	---	Sexto
7:55 am	8		11		6
7:55 am	Octavo	Séptimo	Once	---	Sexto
8:50 am	8	7	11		6
8:50 am	---	Séptimo	---	---
9:45 am	DESCANSO				
10:15 am					
10:15 am	---	---	---	Noveno	---
11:10 am				9	
11:10 am	Decimo	---	---	Noveno	---
12:00 pm	10			9	
12:00 pm	Decimo	---	---	---	---
12:50 pm	10				

PLANTA FÍSICA DE LA INSTITUCIÓN

La institución educativa TÉCNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASÍS sede Cristo Rey, cuenta con la siguiente planta física.

CANTIDAD	DESCRIPCIÓN
1	Salón de deportes
1	Salas de
4	informática
1	Baños
1	Sala de coordinación
1	Restaurante estudiantil
1	Canchas al aire libre
1	Coliseos cubiertos
20	Salones académicos
1	Cafeterías
1	



TALENTO HUMANO

COMPONENTES ADMINISTRATIVOS

Los componentes administrativos del plantel educativo cuentan con una gran y amplio recurso humano de docentes muy capacitados y calificados para las labores de enseñanza-aprendizaje en la institución educativa.

Las personas encargadas son las idóneas para hacer del funcionamiento de la institución el mejor y más destacado por su organización y cumplimiento en las diferentes actividades que dentro de esta se realizan ya sean a nivel individual o grupal, estas personas se encuentran distribuidas de la siguiente manera.

NOMRE.	ASIGNACION.
1. LUZ MARINA GELVEZ PELAEZ.....	TRANSICION
2. RUTH HILDEE LATORRE CORREDOR.....	PRIMERO "A"
3. CLAUDIA PATRICIA VILLAMIZAR MONROY.....	PRIMERO "B"
4. CECILIA BAUTISTA GELVEZ.....	SEGUNDO "A"
5. NARKA YAZMIN MEJIA JAIMES.....	TERCERO "A"
6. CARMEN OLINDA MALDONADO.....	CUARTO "A"
7. MIRYAM CECILIA SILVA.....	QUINTO "A"
8. JOSE ANTONIO VERA CACUA.....	INFORMATICA / SOCIALES
9. GILBERTO PEÑA FERNANDEZ....	ED.FISICA/ARTES / ETICA / RELIGION
10. ABRAHAM ORLANDO SANDOVAL.....	MATEMATICAS / ETICA / NATURALES
11. MIRYAM HERNANDEZ COTE.....	QUIMICA / C.NATURALES
12. CARMEN ROSA DAZA.....	INGLES / ETICA
13. WILLIAM DIAZ RUEDA.....	L. CASTELLANA / ETICA
14. CARLOS EDGARDO GALLEGO.....	FILOSOFIA / SOCIALES
15. LUDDY MARISOL URBINA CONTRERAS....	MATEMATICAS / FISICA
16. JORGE ORLANDO VILLAMIZAR...	ED. FISICA / TECNICA RECREACION



17. NELCY ASTRIH ROJAS..... C.NATURALES / SOCIALES / RELIGION / L.C.

ADMINISTRATIVOS	
CARVAJAL MORA MARIA CLEOFE	SECRETARIA
CASTELLANOS CASTELLANOS AIDE	SECRETARIA
CONTRERAS YOLANDA	SECRETARIA
DELGADO OLIVEROS JOSE	SERVICIOS VARIOS
MONTAÑEZ VERA CARMEN	SERVICIOS VARIOS
MENDOZA GELVEZ MANUEL	SERVICIOS VARIOS
EUGENIO PARADA CARMEN	T.I.C.S. VIVE DIGITAL
CARRILO PARADA GLADYS	ASEO
BASTO JUAN RAMON	NOCTURNO

PLANTA ADMINISTRATIVA	
WILCHES GELVEZ BERNARDO	Rector
CASTELLANOS DAVILA MARIO ARMANDO	coordinador primaria.
BARAJAS RUIZ OLGA LUCIA	Coordinadora

CUERPO ESTUDIANTIL

- SEPTIMO GRADO**

Apellidos/Nombres
1. BAEZ DELGADO JESUS HERNAN
2. BARJAS RINCON JULIAN ESAU
3. CABALLERO BARROSO DARWIN JEAN PIERRE
4. CAMARGO CARVAJAL DIEGO ISAAC
5. CARREÑO BOTIA ANA MARIA
6. DUQUE VERA JEAN FRAM FELIPE
7. ESCALANTE JAIMES BRAYAN EDIXON
8. GARCIA CONTRERAS DARWIN YESID
9. GARCIA RAMIREZ YADERLYS DEL VALLE
10. HERNANDEZ SUAREZ MARLYN YULIZA
11. JAIMES GARCIA BRENDA KARIM
12. JAIMES ARENAS JOSE DAVID
13. JAIMES ARENAS JUAN EDUARDO
14. JAIMES COSTERO LISETH KATHERINE
15. LIZCANO ANTOLINEZ LIZETH ADRIANA
16. MARTINEZ TORRES WIIHEN NANSON PHILLIP
17. MENDOZA ROJAS ANDRES SANTIAGO
18. MORA PEÑALOZA CRISTHIAN FERNEY
19. PABON PARRA JUAN SEBASTIAN
20. SUAREZ ROJAS BRAYAN ALEXANDER
21. VERA VERA YURLEY TATIANA

- OCTAVO GRADO**

Apellidos/Nombres
1. ANAYA MENESES CARLOS ANDRES
2. ARREDONDO CARRILLO SIRLEY VANESA



3. BARRAGAN GUITIERREZ JUAN SEBASTIAN
4. BARRERA CABEZA VICTOR JESUS
5. CABEZA CONTRERAS KAREN DAYANA
6. CAMARGO VILLAMIZAR ARLEY ALEXANDER
7. GAMBOA GAMBOA JHONATHAN ARMANDO
8. GARCIA CAMPEROS YURLEY YESENIA
9. GOMEZ GONZALES EDDER ERNEY
10. JAIMES PABON LUIS ENRIQUE
11. JAIME LEAL YENNDER ESTIVEN
12. LEAL CUELLAR MARYI BRISNEY
13. LEAL SANDOVAL WILLINTON YESID
14. LOPEX CONTRERAS INGRID JOHANA
15. MANTILLA CRUZ LUZ DARY
16. MENESES JAIMES OSCAR HERNANDO
17. MOGOTOCORO JIMENEZ ANGUIE LIZATH
18. NIÑO RAMON SINDY LILIANA
19. PARADA PEÑA CRISTIAN FABIAN
20. PEÑA MENESES JOHAN ARLEY
21. QUINTERO HOYA JOSE ANDRES
22. ROJAS GONZALES CARLOS ALBERTO
23. ROJAS FLOREZ ELIZABETH
24. SALAMANCA MANTILLA EIDER ALEXIS
25. SANTAFE BASTOS ROSA NELLY
26. SUAREZ JAIMES CARLOS EDUARDO
27. SUAREZ TOLOZA FREYDER MARTIN
28. TORRES RIVERA ERIKA JULIETH
29. VERA LEAL MERLY YADIRA

- **NOVENO GRADO**

Apellidos/Nombres
1. ARIAS CONTRERAS JEFERZON SNEYDER
2. CAMARGO CARVAJAL DAYSI LORENA



3. CAPACHO JAIMES IVAN JOSE
4. CONTRERAS JAIMES ERIKA JAZMIN
5. CONTRERAS VILLAMIZAR ANGIE KARINA
6. GUITIERREZ PARADA MONICA TATIANA
7. HERNANDEZ CONTRERAS ANGIE VALENTINA
8. LEAL ANAYA DANIEL ALEXIS
9. LEAL MALDONADO PEDRO LUIS
10. MEDINA ARAQUE LAURA VALENTINA
11. MENDOZA ROJAS LUIS CARLOS
12. PABON JAIMES JUAN CARLOS
13. PABON PARRA DIANA CAROLINA
14. PARADA MONCADA KAROL MIREYA
15. PARRA ORTEGA OSCAR LEOBARDO
16. PORTILLA GELVEZ YOSMAN JAVIER
17. QUINTERO VILLAMIZAR CLAUDIA KATHERINE
18. SANCHEZ FLOREZ DIANA KATERINE
19. TORRES BUENO JAVIER EDUARDO
20. VERA BAUTISTA GERSON YADIR

- **DECIMO GRADO**

Apellidos/Nombres
1. ACEVEDO HERNANDEZ EDWIN GUSTAVO
2. ACEVEDO PARADA JOSE ALEXANDER
3. BARAJAS TOLOZA ERIKA TATIANA
4. BURGOS PEÑA YONATHAN ALEXIS
5. CONTRERAS RAMIREZ YERALDIN FERNANDA
6. DUARTE VELAZCO MARJORIE LORENA
7. FERNANDEZ ALBARRACIN JOSUE RIKELME
8. FLOREZ VILLAMIZAR OMAR YESID
9. JAIMES ACEVEDO PAOLA FERNANDA
10. JAIMES ARIAS LUIS ALBERTO
11. JAIMES COSTERO DAYRON YESID



12. MALDONADO GONZALES FRNACY ALEJANDRA
13. MEDINA ARAQUE MARIA JOSE
14. MENDOZA GELVEZ MARIANA
15. PABON LEAL YILBANA ALEXANDRA
16. PEÑA MENESES MONICA YUSBAY
17. QUINTANA SUAREZ YEIMY TATIANA
18. QUIROZ CELIS LUIS ENRIQUE
19. SALAMANCA MANTILLA YAN CARLOS
20. TORRES RIVERA DANIEL ALEXANDER
21. VERA HERNADEZ YULITZA JULIANA

- **UNDECIMO GRADO**

Apellidos/Nombres
1. ANAYA MENESES ISIDORO ALBERTO
2. ANAYA VILLAMIZAR LUZ HELENA
3. BARRERA DIAZ NANCY JULIANA
4. CABEZA MARTINEZ ALBERT FEYMAN
5. CARRETERO CONTRERAS YASMIN ADRIANA
6. CONTRERAS BECERRA JUAN DIEGO
7. CONTRERAS VILLAMIZAR ANA ZULEYMA
8. FERNANDEZ CONTRARAS KAREN DAYANA
9. FLOREZ CONTRERAS SLENDY YARETH
10. GELVEZ PARADA GISSEL JOHANA
11. JAIMES HERNANDEZ SANDRA KATHERINE
12. MAYORGA JAIMES DARLY YARITZA
13. MAYORGA JAIMES LUISA FERNANDA
14. MENESES FERNANDEZ BRAYAN FABIAN
15. MONCADA MONCADA LEONARDO
16. RAMIREZ CORREDOR NEIDER ALEXIS
17. SUAREZ MOGOLLON YULUETH NATALIA
18. VARGAS GELVES RONAL JAVIER
19. VILLARRAGA SUAREZ BEATRIZ ADRIANA

ALMACÉN DE DEPORTES

MATERIALES	CANTIDAD	TIPO	
		NUEVOS	VIEJOS
Balones de baloncesto	15	0	15
Balones de voleibol	4	0	4
Balones de futbol sala	4	0	4
balones de futbol	0	0	0
Conos	16	0	16
Platillos	15	0	15
Aros	17	0	17
Mallas de futbol sala voleibol	2 de futbol sala 2 de voleibol	0	4
Tubos de voleibol	2	0	2
botiquín	1	0	1
banquitas	4	0	4
cuerdas	38	0	38
colchonetas	6	0	6
otros	4 trofeos, 4 cuadros 1 espejo, 1 tablero, 2 parques, 3 dominós	0	11



DATOS GENERALES DE LA INSTITUCIÓN

EL INSTITUCIÓN TÉCNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASÍS.

Encabezada por el doctor BERNARDO WILCHES GELVEZ, cuenta con varias sedes en el municipio de pamplona generalmente en los barrios más humildes y apartados del casco urbano. Como lo es la sede Cristo Rey:

LOCALIZACIÓN DE LA OBSERVACIÓN

- **CRISTO REY:** Calle 5n 12-3660 Barrio Cristo Rey parte alta Pamplona - Norte Santander
- Correo:sanfranciscodeasís@hotmail.com.
- WEB: www.ltasfa.edu.co

JORNADA LABORAL: El instituto técnico arquidicesano san francisco de asís en su sede Cristo Rey, cuenta con una jornada única en la parte educativa que va de las 7:00 am. A las 12:50 pm. En horarios de oficina encontramos habilitadas las oficinas de 8:00 am. A las 12 del mediodía y de 2:00 pm. Hasta las 5:00 pm de lunes a viernes.

NIVEL DE FORMACIÓN: Básica primaria, Básica secundaria y media.

RECTOR: Bernardo Wilches Gelvez

RESULTADO DEL DIAGNOSTICO

La población estudiantil de esta institución que se encuentra en un barrio periférico de la ciudad, cuenta con un estrato social bajo, cada grupo se encuentra conformado por no más de 25 estudiantes entre niños y niñas.

En las dos semanas de observación institucional se pudo observar y llegar a la conclusión de que los estudiantes tienen un vocabulario fuerte y ofensivo, en muchas ocasiones solo quieren estar jugando futbol, se nota la envidia, la pelea, e incluso estudiantes que a tempranas edades ya tienen tatuajes, perforaciones y se nota el irrespeto hacia sus mismos compañeros.

En el segundo día de observación se me presento la primera situación mencionada anteriormente de irrespeto entre compañeros ya que en el grado séptimo dos compañeros empezaron a discutir verbalmente con palabras fuertes a tal punto que ya fue tan fuerte la discusión que la estudiante se paro del pupitre se dirigió hacia su otro compañero y lo empezó a golpear acto seguido de ofender a todo el grupo en general y salirse del salón sin autorización, yo Salí en busca de esta estudiante y le pregunte el motivo de su reacción y me cuenta con palabras de ella “estar mamada de que esos chinos inmaduros la estén jodiendo por su peso” y que había reaccionado así porque uno de sus compañeros se paso según ella.

Más allá de estas situaciones se observo que a diferencia de otros colegios acá no se evidencias problemas de drogadicción,



porte de armas o riñas, al ser una institución con poca población estudiantil.

Los estudiantes con respecto a los docentes son respetuosos, se nota el acompañamiento de los docentes en este aspecto con los estudiantes y así mismo se pudo observar la falta de acompañamiento por parte del núcleo familiar, ya que hay niños y niñas que llegan a las a la institución si desayuno, con el uniforme sucio y desarreglado.

DEBILIDADES: La falta de acompañamiento por parte del núcleo familiar es la mayor debilidad, ya que hace que los niños y niñas presenten una gran vulnerabilidad que ocasiona actitudes de mal comportamiento e indisciplina, y a su vez malos hábitos que pueden llevarlos a factores negativos como las malas compañías, la drogadicción, el alcoholismo, la delincuencia entre muchas otras adicciones que se ven en el entorno de esta institución educativa al estar ubicada en un barrio periférico y de estrato social bajo.

FORTALEZAS: Cuenta con un gran equipo de trabajo que día a día busca siempre mejorar la educación para estos niños y niñas.

La motivación constante por parte de los docentes y las ganas que tienen los estudiantes facilita esta labor de buscar la mejor educación. Además cuenta con una plataforma educativa llamada



web colegios que resulta fácil de acceder para los estudiantes y padres de familia.

AMENAZAS: la vulnerabilidad de los estudiantes de la institución, ya que esta sede (Cristo Rey) se encuentra en una ubicación de escasos recursos lo que hace que los padres de familia no hagan el debido acompañamiento con su hijos y en ocasiones de una u otra manera se vean abandonados por estos, ya que los dejan al cuidado de la abuela, o algún familiar o en muchas casos a cargo del hermano mayor lo que hace que se salgan de control en su propio hogar y se dificulta así la labor de la institución.

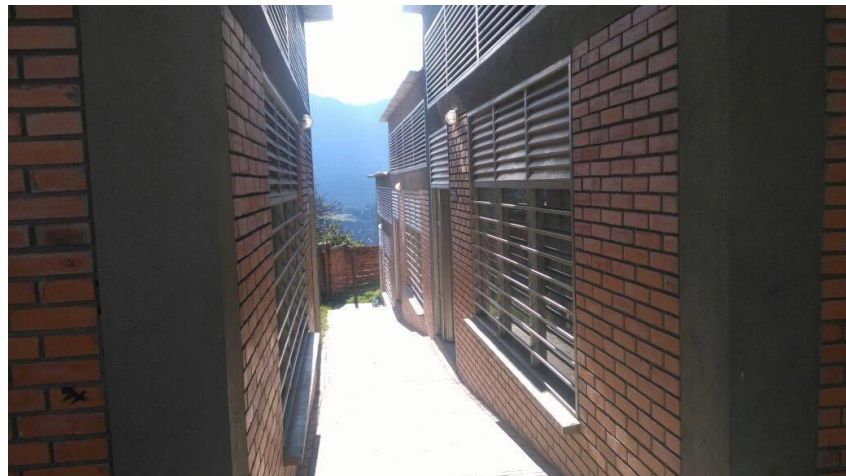
OPORTUNIDADES: la facilidad que hay hoy en día para estudiar una carrera profesional es una de las oportunidades que tienen estos jóvenes, y la buena educación que se les está proporcionando por parte de la institución busca prepararlos para que puedan afrontar estas etapas y se conviertan en grandes profesionales de bien.

IMÁGENES

- SALON DE DEPORTES



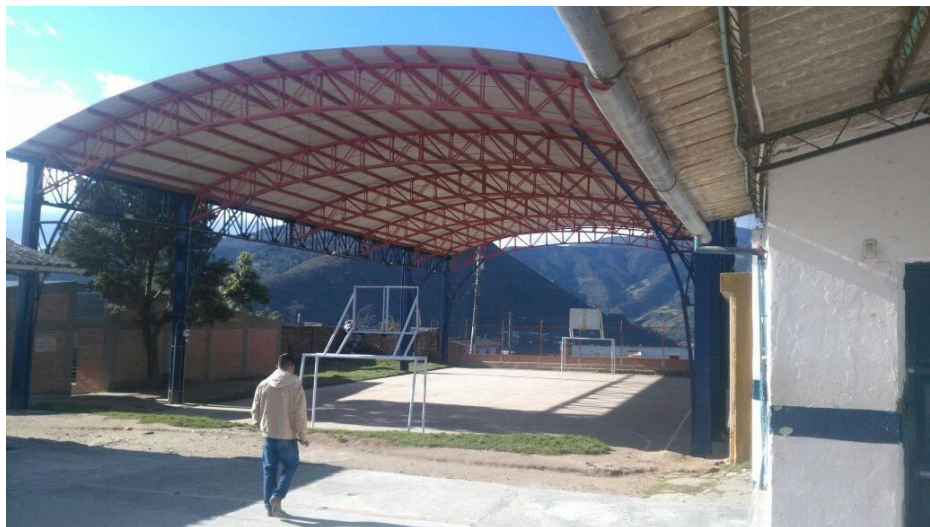
- BLOQUE SALONES DE PRIMARIA



- **BLOQUE SALONES DE SECUNDARIA**



- **CANCHA MULTIFUNCIONAL**



- **BLOQUE SALON DE PROFESORES, SALON DE DEPORTES, ADMINISTRATIVO Y SALA DE INFORMATICA.**



- **BLOQUE DE CAFETERIA, RESTAURANTE Y SALON COMUNAL.**





CAPITULO II

DISEÑO DE LA PROPUESTA PEDAGOGICA

TITULO

EL DEPORTE Y EL JUEGO COMO HERRAMIENTA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS DE LOS ESTUDIANTES DE LOS GRADOS SEPTIMO, OCTAVO Y NOVENO, DEL COLEGIO TECNICO ARQUIDIOCESANO SAN FRANCISCO DE ASIS – SEDE CRISTO REY

INTRODUCCION

Esta propuesta está encaminada a utilizar el juego y el deporte como herramienta para la mejora de las habilidades o capacidades físicas básicas de los estudiantes del Colegio Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey, ya que estas son fundamentales para el buen desempeño en la práctica de los deportes que es lo que estamos buscando y mas allá de esto es fundamental la mejora de estas capacidades físicas ya que estas son las que nos permiten realizar las diferentes actividades cotidianas, por medio de esta propuesta buscamos identificar las falencias que presentan los estudiantes para que mediante el juego y el deporte podamos mejorarlas y corregirlas en busca de un mejor desempeño físico y deportivo.



OBJETIVO GENERAL:

Mejorar las capacidades físicas básicas de los estudiantes del Colegio Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey, por medio del deporte y el juegos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Aplicar juegos pre deportivos y juegos recreativos que fortalezcan las capacidades físicas básicas de los estudiantes.
2. Enseñar actitudes de respeto, tolerancia, trabajo en equipo y deportividad en la práctica del deporte y actividades físico-motrices, utilizando el dialogo y la mediación en la resolución de conflictos.
3. Evaluar a los estudiantes las capacidades físicas básicas trabajadas por medio de diferentes test y juegos deportivos.



PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

¿Cómo el juego y el deporte utilizado como herramienta ayuda a desarrollar y mejorar las capacidades físicas básicas de los estudiantes de los grados séptimo, octavo y noveno del Instituto Técnico Arquidiosesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey de la ciudad de Pamplona, Colombia?

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Las capacidades físicas básicas son como su nombre lo indica básicas para lograr un adecuado desarrollo integral de los seres vivos pues estas son : la fuerza, la flexibilidad, la resistencia y la velocidad, se encuentran presentes en las diferentes acciones que todo ser humano realiza en su diario vivir por esta razón se pretende realizar una clara exposición de la importancias de estas en el desempeño de los estudiantes y la mejoría que se puede lograr en los numerosos procesos que realizamos y que creemos que nuestra parte física no se encuentra inmiscuida.

Desde la simple acción de alzar un vaso, alcanzar un libro, caminar hasta nuestro sitio de trabajo y hacerlo de manera rápida para no llegar tarde son algunas de las actividades que realizamos a diario y que se ven directamente influenciadas por las capacidades físicas básicas, y si queremos un desempeño adecuado en estas acciones es necesario formar y fomentar una práctica adecuada de las mismas en las tempranas edades, de esta forma cuando logremos una total maduración integral de

nuestro cuerpo nuestro desempeño también se va a ver mejorado de una manera sustentable.

Los estudiantes presentan problemas en estas actividades que influyen en su desempeño académico y que se pretenden mejorar con las diferentes actividades físicas basadas en juegos pre deportivo.

JUSTIFICACION:

Esta propuesta pedagógica busca fortalecer o mejorar por medio de juegos pre deportivos y juegos recreativos, las capacidades físicas básicas de los estudiantes del Colegio Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey, al ver la acogida que tienen los deportes como son el atletismo, el futbol, el baloncesto, el voleibol y el beisbol, nace la necesidad del estudiantado por buscar ser mejores en la práctica de dichos deportes.

Planteo esta propuesta ya que estos deportes practicados por los estudiantes en la institución son de muy pobre nivel, debido a que las habilidades o capacidades físicas básicas no son las mejores para el desarrollo de estos deportes.

Debido a esto, se ve la necesidad de aplicar juegos pre deportivos y juegos recreativos que ayuden a mejorar dichas capacidades y mejorar a así su desempeño en los estos juegos deportivos practicados por los estudiantes del Colegio Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey.

DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

Para la ejecución de esta investigación se trabajara con los estudiantes de los grados séptimo, octavo y noveno, del Colegio Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey de la ciudad de pamplona, Colombia; a los cuales mediante un proceso de observación directa se identificaron con problemas en sus capacidades físicas básicas y se realizara en el primer semestre del año 2018.

ANTECEDENTES

Título: Proyecto físico-deportivo-recreativo para el mejoramiento de las capacidades físicas

Autor: Rony Alexander Veloz Camacaro

Fecha: Valencia, Julio de 2010

Resumen: Una comunidad depende de muchos factores para crecer y desarrollarse, lo social, económico y la salud son algunos



de ellos, cuando los habitantes poseen un bienestar integral se puede decir que van en vía del desarrollo, puesto que una persona que no goce de buena salud difícilmente podrá contribuir con su entorno.

El Barrio Francisco de Miranda es una comunidad que no practica ejercicios físicos de forma orientada por un profesor u otros especialistas, además la población se caracteriza por no poseer la motivación y el conocimientos sobre la importancia de las actividades físico-deportivas-recreativas en beneficio de la salud, por lo tanto se elaborara un proyecto físico-deportivo-recreativo para el adulto mayor que vive en dicha comunidad, mediante los siguientes métodos teóricos análisis y síntesis, inducción-deducción, histórico-lógico y la observación como método empírico.

El tipo de investigación será la investigación-acción participativa (iap), para el diseño de la investigación se recolectara los datos directamente de la realidad objeto de estudio, es importante destacar que se aplicara el plan de actividades físicas durante 6 meses y se realizarán mediciones en diferentes etapas a los 50 Adultos Mayores que comprende la muestra de los 212 en edades comprendidas de 61 a 65 años que es el rango seleccionado como objeto de estudio en esta investigación, ya que se considera una edad propicia para mejorar las capacidades físicas.



Título: ANÁLISIS COMPARATIVO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES EN NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 10 AÑOS, DE LOS CONTEXTOS RURAL Y URBANO DEL MUNICIPIO DE SUTATENZA (BOYACÁ)

Autor: KENYI DUVAN TRINIDAD ORDOÑEZ

MAYKOL DAVID AGUILAR DIAZ

Fecha:2013

Resumen:

Este proceso investigativo se desarrolla en el municipio de Sutatenza Boyacá con el propósito de detectar y dar respuesta al interrogante que muchos agentes involucrados en el área de educación física han tenido acerca de las diferencias existentes que hay entre las capacidades condicionales de un niño que vive en el contexto rural, y otro que tiene como habita el contexto urbano del municipio de Sutatenza, de igual manera surgió desde el proceso de observación llevado desde la práctica pedagógica en los contextos rural y urbano con niños en edades menores a los 12 años.

La población a trabajar son niños en edades entre los 6 a los 10 años sin exclusión de sexo; la población se toma de la escuela rural con mayor cantidad de población en estas edades y la escuela del contexto urbano. Mediante una encuesta aplicada a todos los niños de la básica primaria de estas dos escuelas se recolectaron datos de las edades que se encuentran dentro del rango a evaluar, el contexto en el cual vivían y estudiaban;

posteriormente se determinaron tres grupos poblacionales de muestra denominados de la siguiente manera: "niños y niñas que viven y estudian en el contexto urbano", "niños y niñas que viven y estudian en el contexto rural", y "niños y niñas que viven en el contexto rural y estudian en el contexto urbano", en las encuestas aplicadas no se encuentran niños y niñas que vivan en el contexto urbano y estudien en el contexto rural. Posteriormente se eligen las capacidades físicas condicionales tales como: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, y se plantean unos test que fueran propicios para las edades a trabajar, se realiza una selección de test teniendo en cuenta el espacio y contexto para aplicarlo. Los test a aplicar fueron "velocidad, 20 metros lanzados", "fuerza, lanzamiento hacia atrás", "flexibilidad, Wells", y se adapta "resistencia, 500 metros tomado de los 1000 metros". Se realiza recolección de datos, se gráfica y se analiza cada una de las edades y test, luego por edades se compara con los demás contextos, y al final se crean unas graficas donde va el promedio general de los test y se compara con los demás grupos poblacionales.

Este análisis comparativo tiene entre sus prioridades generar un beneficio para la comunidad, en este caso el municipio de sutatenza (Boyacá), es así como este brinda y deja como antecedente un diagnóstico, que brindara información para que entes gubernamentales entren a trabajar sobre las falencias que presentan los niños en sus diferentes contextos, con el propósito de generar proyectos que mejoren las capacidades físicas condicionales, la educación física en la básica primaria e incrementar el nivel deportivo



Título: caracterización de las cualidades físicas en estudiantes que practican futbol sala de la universidad CES-Medellín.

Autor: Olga Arias Ramírez

Ana María Serna Botero

Juan Pablo Toro

Fecha: 2010

Resumen:

El ejercicio deportivo implica tener adecuadas capacidades físicas para hacerlo competitivo y eficaz. Diversas lesiones son generadas de la práctica deportiva, por enfoques deficientes de entrenamiento, ausencia de evaluaciones en los deportistas y registros de los mismos. Se pretende hacer un estudio de tipo observacional, con un diseño transversal, con el fin de analizar las capacidades físicas en los jugadores del equipo de futbol sala.

ANTECEDENTES LEGALES

La Ley general de la Educación; Ley 115 de febrero de 1994: fundamenta la ejecución de trabajos en el ámbito educativo escolar cubriendo necesidades en dicha población. Estableciendo:

Art. 14. En todos los establecimientos oficiales y privados de educación formal es obligatoria en los niveles de la educación preescolar, básica y media cumplir con:

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

Art. 15 Definición de educación preescolar. La educación preescolar corresponde a la ofrecida al niño para su desarrollo integral en los aspectos biológicos, cognoscitivos, psicomotriz, socio afectivo y espiritual, a través de experiencia de socialización pedagógica y recreativa.

Art. 16 Objetivos específicos de la educación preescolar. El conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y su autonomía. El crecimiento armónico y equilibrado del niño, de tal manera que faciliten la motricidad, el aprestamiento y la motivación para la lectoescritura y para las soluciones de problemas que impliquen relaciones y operaciones matemáticas. El desarrollo de la



creatividad de las habilidades y las destrezas propias de la edad, como también de su capacidad de aprendizaje.

La ubicación espacio temporal y el ejercicio de la memoria.

El desarrollo de la capacidad para adquirir forma de expresión, relación y comunicación y para establecer relaciones de reciprocidad y participación de acuerdo con normas de respeto, solidaridad y convivencia.

La participación de actividades lúdicas con otros niños y adultos.

El estímulo a la curiosidad para observar y explorar el medio natural, familiar y social.

El Reconocimiento de su dimensión espiritual para fundamentar criterios de comportamiento.

Al igual se apoya el DECRETO 2247 DE 1997(septiembre 11) en su capítulo II menciona las Orientaciones curriculares. Artículo 11º.- Son principios de la educación preescolar:

Integralidad. Reconoce el trabajo pedagógico integral y considera al educando como ser único y social en interdependencia y reciprocidad permanente con su entorno familiar, natural, social, étnico y cultural; Participación.

Reconoce la organización y el trabajo de grupo como espacio propicio para la aceptación de sí mismo y del otro, en el intercambio de experiencias, aportes, conocimientos e ideales por parte de los educandos, de los docentes, de la familia y demás miembros de la comunidad a la que pertenece, y para la cohesión,



el trabajo grupal, la construcción de valores y normas sociales, el sentido de pertenencia y el compromiso personal y grupal; Lúdica. Reconoce el juego como dinamizador de la vida del educando mediante el cual construye conocimientos, se encuentra consigo mismo, con el mundo físico y social, desarrolla iniciativas propias, comparte sus intereses, desarrolla habilidades de comunicación, construye y se apropia de normas.

Así mismo, reconoce que el gozo, el entusiasmo, el placer de crear, recrear y de generar significados, afectos, visiones de futuro y nuevas formas de acción y convivencia deben constituir el centro de toda acción realizada por y para el educando, en sus entornos familiar natural, social, étnico, cultural y escolar.

Artículo 13º. Para la organización y desarrollo de sus actividades y de los proyectos lúdicos - pedagógicos, las instituciones educativas deberán atender las siguientes directrices:

La identificación y el reconocimiento de la curiosidad, las inquietudes, las motivaciones, los saberes, experiencias y talentos que el educando posee, producto de su interacción con sus entornos natural, familiar, social, étnico, y cultural, como base para la construcción de conocimientos, valores, actitudes y comportamientos.

La generación de situaciones recreativas, vivenciales, productivas y espontáneas, que estimulen a los educandos a explorar, experimentar, conocer, aprender del error y del acierto, comprender el mundo que los rodea, disfrutar de la naturaleza, de



las relaciones sociales, de los avances de la ciencia y de la tecnología.

La creación de situaciones que fomenten en el educando el desarrollo de actitudes de respeto, tolerancia, cooperación, autoestima y autonomía, la expresión de sentimientos y emociones, y la construcción y reafirmación de valores.

La creación de ambientes lúdicos de interacción y confianza, en la institución y fuera de ella, que posibiliten en el educando la fantasía, la imaginación y la creatividad en sus diferentes expresiones, como la búsqueda de significados, símbolos, nociones y relaciones.

El desarrollo de procesos de análisis y reflexión sobre las relaciones e interrelaciones del educando con el mundo de las personas, la naturaleza y los objetos, que propicien la formulación y resolución de interrogantes, problemas y conjeturas y el enriquecimiento de sus saberes.

La utilización y el fortalecimiento de medios y lenguajes comunicativos apropiados para satisfacer las necesidades educativas de los educandos pertenecientes a los distintos grupos poblacionales, de acuerdo con la Constitución y la ley.

MARCO CONCEPTUAL

Deporte

Se denomina deporte a la actividad física pautada conforme a reglas y que se practica con finalidad recreativa, profesional o como medio de mejoramiento de la salud. El deporte descrito bajo estas circunstancias tiene un amplio historial dentro de la historia humana. Con el paso del tiempo ha sufrido variaciones menores, creándose nuevas formas de deporte y dejándose de lado otras. Con frecuencia el deporte se practica bajo la forma de una competencia. En este tipo de orientación, puede distinguirse entre aquellas manifestaciones deportivas que son individuales de aquellas que son grupales. Así, las competencias pueden desempeñarse entre dos personas compitiendo entre ellas, o dos equipos que compiten entre ellos pero internamente cooperan.

El deporte ya era practicado en la antigüedad. En efecto, en este sentido puede mostrarse las prácticas que se realizaban en las ciudades griegas y que involucraban a distintos tipos de actividades. Tal era el nivel de relevancia que se le concedía a la práctica deportiva que se organizaron en ese momento los primeros juegos olímpicos. En este caso, constituían un certamen que involucraba a distintas ciudades estado y que tenían como finalidad honrar a Zeus. Los juegos olímpicos involucraban distintas actividades, muchas de las cuales hoy se encuentran presentes en los modernos juegos que heredaron esta tradición.

El deporte es recomendado enormemente por distintos profesionales de la salud como consecuencia de los beneficios

que acarrea en el organismo. Así, por ejemplo es un factor que reduce de forma considerable la posibilidad de tener problemas cardíacos. Además, mejora el tono muscular y por ende la estética. Todo ello con el agregado de ser de relevancia en lo que respecta a la salud mental. En efecto, en general el deporte aumenta el nivel de autoestima como consecuencia del bienestar que provoca. Este bienestar no es una mera apariencia que tienen algunos, sino que ha sido documentado en ocasiones y que guarda explicaciones plausibles. En efecto, cuando se ejerce un esfuerzo prolongado el organismo libera que tienen como efecto lograr una sensación de placidez.

La recomendación de practicar deporte se torna más relevante si consideramos que en la actualidad el sedentarismo está afectando negativamente la calidad de vida de la población. En efecto existen datos preocupantes en lo que respecta a enfermedades que antes se presentaban en edades avanzadas y ahora lo hacen en un período relativamente temprano. El deporte es un remedio contra estas circunstancias que sin lugar a dudas redundará en beneficios a largo plazo.

Futbol

El fútbol (del inglés football) es un deporte en el que dos equipos compuestos por once jugadores se enfrentan entre sí. Cada equipo, que dispone de diez jugadores que se mueven por el campo y de un portero (también conocido como arquero o

guardameta), tratará de lograr que la pelota (balón) ingrese en el arco (portería) del equipo rival, respetando diversas reglas.

Este deporte, que en España también recibe el nombre de balompié y que en los Estados Unidos se conoce como soccer, tiene como regla más importante que los jugadores, con la excepción del arquero en su área, no pueden tocar la pelota con las manos o los brazos.

Cada vez que la pelota entra en el arco rival, se consigue un gol (una anotación). El equipo ganador es el que marca más goles en el tiempo reglamentario (dos tiempos de 45 minutos), aunque el empate (la igualdad de goles) es un resultado posible.

El campo de juego en el fútbol es rectangular y está cubierto de césped, por lo general natural. Los arcos se encuentran a cada lado del campo, y cada equipo debe defender uno y anotar (hacer goles) en el otro.

El origen del fútbol tuvo lugar en Inglaterra. La Football Association desarrolló, en 1863, la mayoría de las reglas que, aún hoy, rigen este deporte. En la actualidad, la Fédération Internationale de Football Association (cuya sigla es FIFA) es el organismo que se encarga de regir el fútbol a nivel mundial.

Voleibol

El voleibol, vóleibol, volibol, vólibol, balonvolea o simplemente vóley (del inglés: *volleyball*), es un deporte que se juega con una pelota en el que dos equipos, integrados por seis jugadores cada

uno, se enfrentan sobre un área de juego separada por una red central. El objetivo del juego es pasar el balón por encima de la red, logrando que llegue al suelo del campo contrario mientras el equipo adversario intenta impedir simultáneamente que lo consiga, forzándolo a errar en su intento. Surge una fase de ataque en un equipo cuando intenta que el balón toque el suelo del campo contrario mientras que en el otro equipo surge una fase de defensa intentando impedirlo.

El balón debe ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Cada equipo dispone de un máximo de tres toques para devolver el balón al campo contrario (además del contacto del bloqueo). El balón se golpea normalmente con manos y brazos. Desde hace algunos años está permitido el contacto del balón con cualquier parte del cuerpo, incluidos los pies. Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos.

El deporte tuvo su origen en Estados Unidos en 1895, siendo hoy muy popular y practicándose en casi todo el mundo. Lo regula la Federación Internacional de Voleibol (FIVB) y en ella se encuentran representadas 220 naciones. Han encabezado los *rankings* de comienzos del siglo XXI Brasil, Estados Unidos, Italia y Rusia. La lista de naciones que lideran el deporte continúa con Japón, Serbia, Polonia, Cuba, República Dominicana, China y Alemania. De acuerdo con estimaciones de la FIVB, una sexta parte de las personas en todo el mundo participa en el voleibol, activamente o como espectador.

El voleibol es uno de los deportes donde mayor es la paridad entre las competiciones femeninas y masculinas, tanto por el nivel de la competencia como por la popularidad, presencia en los medios y público que sigue a los equipos.

Baloncesto

El baloncesto, basquetbol o básquetbol (del inglés *basketball*; de *basket*, 'canasta', y *ball*, 'pelota') o simplemente básquet, es un deporte de equipo, jugado entre dos conjuntos de cinco jugadores cada uno durante cuatro períodos o cuartos de diez o doce minutos cada uno. El objetivo del equipo es anotar puntos introduciendo un balón por la canasta, un aro a 3,05 metros sobre la superficie de la pista de juego del que cuelga una red. La puntuación por cada canasta o cesta es de dos o tres puntos, dependiendo de la posición desde la que se efectúa el tiro a canasta, o de uno, si se trata de un tiro libre por una falta de un jugador contrario. El equipo ganador es el que obtiene el mayor número de puntos.

El contacto con la pelota se realiza con las manos. Los jugadores, también llamados baloncestistas, no pueden trasladarse sujetando la pelota, sino botándola contra el suelo. El equipo en posesión del balón o atacante, intenta anotar puntos mediante tiros, entradas a canasta o mates, mientras que el equipo defensor busca impedirlo robando la pelota o efectuando tapones. Cuando un tiro hacia la canasta fracasa, los jugadores de ambos equipos intentan atrapar el rebote.

James Naismith, un profesor canadiense de educación física, inventó el baloncesto en 1891 en la YMCA de Springfield,

Massachusetts, Estados Unidos. El deporte ganó rápidamente popularidad y se expandió por las universidades y colegios norteamericanos a principios del siglo XX.

La Federación Internacional de Baloncesto (FIBA) surgió en 1932 y el deporte debutó en los Juegos Olímpicos de verano en 1936. En 1946 se fundó la principal liga profesional de los Estados Unidos, la National Basketball Association (NBA), donde se formaron grandes jugadores que contribuyeron a la creciente popularidad del baloncesto: Wilt Chamberlain y Bill Russell en los años 1960 y, posteriormente, Kareem Abdul-Jabbar, Moses Malone, Larry Bird, Magic Johnson, y Michael Jordan, este último considerado por muchos como el mejor jugador de la historia.

El baloncesto es uno de los deportes más practicados del mundo, con más de 450 millones de jugadores en 2013. Se juegan numerosas ligas y campeonatos en el mundo entero, sobre todo en Europa y más recientemente en Asia, donde el deporte ha despuntado en el siglo XXI. Las mujeres representan una buena parte de los practicantes, a pesar de una exposición menor en los medios del baloncesto femenino. Se han desarrollado algunas variantes, como el baloncesto en silla de ruedas para deportistas discapacitados, el *streetball* y el baloncesto 3x3. Existe una cultura específica surgida a partir del deporte que se expresa en la música, la literatura, el cine y los videojuegos.

Atletismo

El atletismo es considerado el deporte organizado más antiguo del mundo. Abarca numerosas disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos y pruebas combinadas.

El vocablo atletismo procede de la palabra griega *atletes*, que se define como «aquella persona que compite en una prueba determinada por un premio», haciendo notar que dicha palabra griega, está relacionada con el vocablo *aethos* que es sinónimo de la palabra «esfuerzo».

El atletismo es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia llamado también fondo, en distancia o en mayor altura. El número de pruebas, y los tipos ya sean individuales o en grupos, ha variado con el paso del tiempo. El atletismo es uno de los pocos deportes practicados a nivel mundial, ya sea entre aficionados o en competiciones de todos los niveles. La simplicidad y los pocos medios necesarios para su práctica explican este éxito.

La primera referencia histórica al atletismo se remonta al año 776 a. C. en Grecia, con una lista de los atletas ganadores de una competencia. Dentro del atletismo existen diversas modalidades de pruebas. Así, están las carreras a pie (velocidad, media distancia, fondo, carreras con vallas, campo a través, relevos...), los saltos de longitud o altura, los lanzamientos (peso, jabalina, martillo...), la marcha atlética, y las pruebas combinadas. Estas últimas también se conocen como decatón y, como su propio nombre indica, se compone de diez pruebas: tres de lanzamiento, tres de saltos y cuatro de carreras.

La disciplina fue desarrollándose a lo largo de los siglos, desde las primeras pruebas hasta su reglamentación. Los Juegos Olímpicos son el evento internacional más prestigioso y visto por todo el planeta. Los Juegos Olímpicos se celebran cada cuatro años desde 1896 y el atletismo es la disciplina más importante en ellos. Desde 1982, la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (IAAF), que es el organismo responsable de la

regulación de la disciplina, ha flexibilizado sus normas acabando con el periodo amateur de la disciplina. El primer Campeonato Mundial de Atletismo se organizó en 1983 y tienen lugar cada dos años desde 1991.

Beisbol

El béisbol (del inglés: *baseball*), también llamado baseball o pelota base, es un deporte de equipo jugado entre dos conjuntos de nueve jugadores cada uno.

Es considerado uno de los deportes más populares en Australia, Canadá, Colombia, Corea del Sur, Cuba, Estados Unidos, Italia, Japón, México, Nicaragua, Países Bajos, Panamá, Puerto Rico, República Dominicana, Sudáfrica, Taiwán y Venezuela. Los países considerados potencias de este deporte se encuentran concentrados en América (Norte, Central, Caribe) y en Asia, siendo los continentes europeo y africano los más rezagados. Sin embargo, Europa cuenta con dos buenos exponentes (Países Bajos e Italia); y en África cabe destacar a la selección de Sudáfrica.

Se juega en un extenso campo cubierto completamente por césped natural o artificial, con excepción de la zona llamada línea del corredor, donde los jugadores de la ofensiva corren para alcanzar las bases (ubicadas en los vértices del área cuadrangular llamada diamante) y *anotar*, así como el área del lanzador (donde el terreno es una loma de tierra).

El objetivo del juego es golpear una pelota con un bate (*batear*), desplazando la pelota a través del campo y correr por el campo

interno de tierra (*infield*) buscando alcanzar la mayor cantidad de bases posibles hasta dar la vuelta a la base desde donde se bateó (*home*) y lograr anotar el tanto conocido como carrera, mientras los jugadores defensivos buscan la pelota bateada para eliminar al jugador que bateó la pelota o a otros corredores, antes que éstos lleguen primero a alguna de las bases o consigan anotar la carrera.

El equipo que anote más carreras al cabo de los nueve (9) episodios, llamados *innings* (o entradas) que dura el encuentro, es el que resulta ganador. Si al término de las nueve entradas regulares persiste un marcador igualado en carreras, el encuentro se extiende cuanto sea necesario para que haya un ganador, ya que según las reglas básicas del juego no existe el empate, permitido solo en ligas amateurs e infantiles para limitar el desgaste de los jugadores.

A diferencia de otros deportes que se juegan con pelota, tales como el fútbol, al que también se le conoce como *balompié*, o el baloncesto conocido también como *básquetbol*; a pesar de que "béisbol" podría traducirse al español, la costumbre del uso de su forma de raíz inglesa se debe a la sensación de un nombre fonéticamente extraño: la traducción tendría que ser *pelotabase* o *bolabase*, aunque en algunos países de habla hispana se le acostumbra denominar coloquialmente como *el juego de pelota* o sencillamente *pelota*.

Por otro lado, una de las características que diferencian al *béisbol* de otros deportes de conjunto, es que en éste, la *defensa* es la que tiene la pelota, aparte de que las anotaciones las determinan los jugadores del equipo a la ofensiva y no la pelota.

HERRAMIENTAS

Son todas las técnicas, los métodos o instrumentos que utilizamos para diseñar e implementar nuestras actividades, talleres, tareas, evaluaciones o procesos de enseñanza aprendizaje de manera significativa.

Son programas educativos didácticos que son diseñados con el fin de apoyar la labor de los profesores en el proceso de enseñanza- aprendizaje; las herramientas educativas están destinadas a la enseñanza y el aprendizaje autónomo y permite el desarrollo de ciertas habilidades cognitivas.

Las herramientas constan de ciertas características:

- Facilidad de uso
- Capacidad de motivación
- Relevancia curricular
- Versatilidad
- Enfoque pedagógico
- Orientación
- Evaluación

El rol del docente en el uso de las herramientas educativas

Con el uso de nuevas tecnologías enfocadas en la educación el rol del docente y su formación se vuelven protagónicos, ya que el maestro es un facilitador del conocimiento, donde la interrelación maestro- alumno se vuelve más complejo.

CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS

Las cualidades o capacidades físicas son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva, por ello para mejorar el rendimiento físico el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades. Todos disponemos de algún grado de fuerza, resistencia, velocidad, equilibrio, etc., es decir, todos tenemos desarrolladas en alguna medida todas las cualidades motrices y capacidades físicas. Mediante el entrenamiento, su más alto grado de desarrollo, cuestionan la posibilidad de poner en práctica cualquier actividad físico-deportiva. Además en su conjunto determinan la aptitud física de un individuo también llamada condición física. Las cualidades físicas básicas son: Resistencia, Fuerza, velocidad y flexibilidad.

RESISTENCIA

Es la cualidad física que nos permite soportar y aguantar un esfuerzo durante el mayor tiempo posible. Según (Fritz Zintl ,1991) es la capacidad física y psíquica de soportar el cansancio frente a esfuerzos relativamente largos y/o la capacidad de recuperación rápida después de esfuerzos.

Podemos decir que la resistencia depende de diversos factores como las técnicas de ejecución de los ejercicios, la capacidad de utilizar económicamente los potenciales funcionales, la velocidad, la fuerza, el estado psicológico, el estado funcional de diferentes órganos y sistemas como el respiratorio y cardiovascular, etc.

RESISTENCIA A LA VELOCIDAD

Según Harre, es “la capacidad de resistencia a la fatiga provocada por cargas ejecutadas con velocidad sub máxima a máxima y aprovisionamiento energético preponderantemente anaeróbico”.

RESISTENCIA ANAERÓBICA

Es la resistencia que se necesita para un esfuerzo que no requiere de oxígeno. (Trabajo de más corta duración y alta intensidad), como por ejemplo la carrera de 100 metros en patines.

RESISTENCIA AERÓBICA

Es la resistencia que se necesita para un esfuerzo que requiere oxígeno. (El trabajo es de larga duración y poca intensidad), como por ejemplo la carrera de maratón, o escalar una montaña.

FUERZA

Es la Capacidad neuromuscular de superar una resistencia externa o interna gracias a la contracción muscular, de forma estática (fuerza isométrica) o dinámica (fuerza isotónica).

FUERZA MÁXIMA

Es la mayor cantidad de fuerza que puede generar un músculo o un grupo de músculos.

FUERZA RÁPIDA

Es la capacidad de la musculatura para desarrollar altos valores de fuerza en corto tiempo. En donde se vencen resistencias medias a gran velocidad. Por ejemplo: un salto vertical máximo u horizontal. Este tipo de fuerza al combinarse con el factor velocidad, se convierte en una nueva cualidad no básica pero muy utilizada en el deporte: es la potencia o fuerza explosiva.

FUERZA DE RESISTENCIA

Es la capacidad de la musculatura de realizar un trabajo intenso de fuerza durante un largo tiempo sin disminuir la calidad de la ejecución. Con ella se vencen resistencias no máximas (30% del peso máximo) con velocidad media y con un alto número de repeticiones prolongando el esfuerzo sin llegar a la fatiga. En la práctica deportiva la fuerza aparece siempre combinada ya sea con la velocidad o con la resistencia.

VELOCIDAD

Capacidad de realizar acciones motrices en el mínimo tiempo posible. Algunos autores como Grosser y Brüggeman la nombran como la rapidez y nos dice que es la capacidad de reaccionar con máxima rapidez frente a una señal y/o de realizar movimientos con máxima velocidad.

Velocidad de reacción simple. Se da cuando el individuo responde a un estímulo conocido. Por ejemplo la señal de un silbato en el fútbol.

Velocidad de reacción compleja, se manifiesta cuando el individuo responde a un estímulo no conocido. Por ejemplo; el atacante en el voleibol tiene que reaccionar ante un pase y rematar según el bloqueo.

Velocidad de acción simple, se proyecta cuando la persona realiza en el menor tiempo un movimiento sencillo. Por ejemplo el golpe del boxeador.

Velocidad de acción compleja, se manifiesta cuando se producen varios movimientos rápidos y coordinados en el menor tiempo. Por ejemplo una finta de un jugador de fútbol para driblar a un defensor. DT. Leopoldo Cuevas Velázquez La frecuencia máxima de movimientos (velocidad), se da en los ejercicios cíclicos, que se realizan en el menor tiempo posible. Por ejemplo en el atletismo la carrera de los cien metros.

FLEXIBILIDAD O MOVILIDAD

Harre (1973) plantea que “la movilidad es la capacidad del hombre para poder ejecutar movimientos con una gran amplitud de oscilaciones. La amplitud máxima del movimiento es, por tanto, la medida de la movilidad”

La elasticidad y la flexibilidad son dos elementos de un mismo componente, la movilidad.

La movilidad es una condición previa y elemental para la ejecución de un movimiento, cuyo desarrollo facilita el aprendizaje de determinadas habilidades motrices, disminuye la posibilidad de lesiones musculares y liga mentarías, favorece el desarrollo de otras capacidades como fuerza, resistencia, y velocidad, se incrementa la amplitud de los movimientos reduciendo el esfuerzo muscular durante la práctica y la competencia con lo que se retrasa el cansancio y en forma muy importante, mejora la calidad en la ejecución motora.

La elasticidad es una propiedad de los músculos, mientras que la flexibilidad es articular, pero en la ejecución del acto motor ambas

intervienen importantemente y en forma coordinada para lograr una buena ejecución.

La mayor elasticidad de un músculo se ve favorecida si las articulaciones sobre las que se aplica su acción tienen un alto grado de flexibilidad y viceversa.

Harre expresa que existen dos tipos de movilidad:

a) La pasiva que es la movilidad máxima posible en una articulación, que el deportista puede alcanzar con ayuda (compañero, aparato, o su propio cuerpo).

b) La activa. Es la máxima amplitud posible en una articulación, en la que el atleta puede alcanzar sin ayuda, tan solo a través de la actividad de los músculos. Las cualidades o capacidades físicas básicas conforman la condición física de cada individuo, y, mediante su entrenamiento, ofrecen la posibilidad de mejorar las capacidades del cuerpo.

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Esta investigación se apoyó a través de una técnica de observación, con paradigma explicativo, bajo los parámetros del modelo descriptivo, donde se buscó, en primer lugar, las descripciones y relaciones entre características de los fenómenos analizados por parte de los estudiantes. A partir de las relaciones encontradas se posibilitó la formulación de estrategias empíricamente y científicamente fundamentadas, esto permitió la explicación de los fenómenos estudiados y el porqué de las causas.

Reconocer la importancia del deporte en la etapa infantil para aplicar el taller lúdico de la enseñanza en el modelo educativo. Aplicar las técnicas e instrumentos de observación a distintas situaciones lúdico-educativas, para obtener información del niño y de su proceso de desarrollo. Utiliza el deporte como técnica y recursos para el desarrollo de proyectos de intervención lúdico-recreativos que favorezcan el desarrollo global del niño. La estrategia lúdica es una metodología de enseñanza aprendizaje de carácter participativo y dialógica, impulsada por el uso creativo y pedagógicamente consistente, de técnicas, ejercicios y juegos didácticos creados específicamente para generar aprendizajes significativos, tanto en términos de conocimientos, de habilidades o competencias sociales, como incorporación de valores. De esta manera se concibe el proceso de aprendizaje individual y grupal, es coherente que los principios y valores éticos que sustentan la solidaridad, la responsabilidad, los derechos humanos, el respeto, y la diversidad de géneros, culturas y etnias.

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

Esta investigación es de tipo cualitativa, porque con ella se busca explicar los resultados obtenidos, a través de la observación, para explicar las situaciones estudiadas. La misma permitió estudiar un grupo de estudiantes entorno a la motricidad gruesa, con la intención de generar teorías desde los resultados obtenidos y la aplicación de los talleres lúdico-recreativos como elemento dinamizador de movimientos que conlleven a la estimulación de la coordinación y el equilibrio de los objetos estudiados.

Hernández y otros (1998) en el libro Metodología de la Investigación dice que: Todos los seres humanos hacemos investigación frecuentemente y la investigación es la herramienta para conocer lo que nos rodea y su carácter universal y la investigación científica es un proceso, dinámico, cambiante y continuo.

INSTRUMENTOS

Durante la investigación se utilizará el método observacional, el cual trata de recoger todos los datos necesarios, ya sea por medio de imágenes audiovisuales, los cuales están propuestos a través de una serie de ejercicios.

OBSERVACIÓN

Desde la primera infancia la observación es la fuente principal de aprendizaje, es decir, de obtener conocimiento del mundo que nos rodea. Entre las cosas que esperamos de nuestros estudiantes, algunas de las más importantes pueden observarse: hablar, leer, discutir, participar en clase, llevar a cabo experimentos, hacer deporte, cantar, etc. Siempre que algo pueda verse o escucharse, esta será la mejor manera de conocerlo.

Julián de Subiría/Miguel Ángel Gonzales

Estrategias metodológicas y criterios de evaluación.

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población son los estudiantes de los grados séptimo, octavo y noveno del instituto técnico arquidiosesano san francisco de asís sede Cristo Rey de la ciudad de Pamplona, Colombia; la institución cuenta con una totalidad de 69 estudiantes que integran los grados séptimo, octavo y noveno.

Los estudiantes pertenecen en su gran mayoría al estrato uno, hijos de padres jornaleros y asalariados y en su gran mayoría viven en Cristo Rey uno de los barrios más vulnerables de la ciudad de Pamplona Norte de Santander Colombia.

Para los objetivos del Proyecto de Investigación se tuvo en cuenta los integrantes de los grados séptimo, octavo y noveno, del colegio con edades entre 12 y 17 años. Se escogió esta muestra debido a que la gran mayoría de ellos tienen deficiencia en ejercicios motrices y en especial los ejercicios que involucran las capacidades físicas básicas, lo que los hace aptos para un desempeño óptimo en los deportes que es lo que se quiere.

RECURSOS HUMANOS

- Estudiantes

RECURSOS FÍSICOS

- Cancha multifuncional colegio Cristo Rey.

RECURSOS LOGÍSTICOS

- Aros
- Conos



- Balones
- Silbato
- Mallas
- Cuerdas
- Petos
- Domos

TIEMPO DEL PROYECTO

Este proyecto tiene un estimado de una duración de 8 semanas para la realización en su totalidad.

CRONOGRAMA Y PLANES DE CLASES

Se realizarán por semana de la primera a la octava. Las actividades que darán forma a la propuesta pedagógica.



CAPITULO III

INFORME DE PROCESOS CURRICULARES

El Colegio Técnico Arquidiocesano San Francisco de Asís sede Cristo Rey en la asignatura de educación física maneja un cuadro de contenidos donde se encuentran los diferentes grados con los que cuenta la institución, los contenidos temáticos, el desempeño que debe tener el estudiante durante cada proceso, las estrategias de enseñanza que cada maestro puede adoptar, y el tipo de evaluación que se lleva a cabo durante todo el proceso de asignatura a través de la vida escolar.

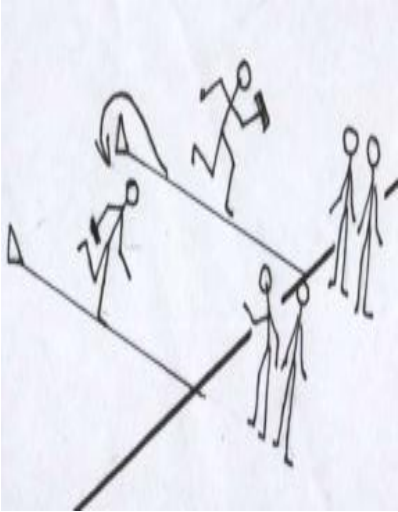
En este cuadro se tiene en cuenta las diferentes habilidades y condiciones que debe desarrollar un estudiante durante su vida escolar, con el fin de obtener un desarrollo integro en su parte motriz, social y cognitiva, sin dejar a un lado la parte recreativa que motiva el proceso de enseñanza aprendizaje.

Semana 1

Cabe destacar que previo a la parte central de la sesión que describiré a continuación se realiza el debido calentamiento general y específico, y luego de la parte central para finalizar, y dar vuelta a la calma con estiramientos o trote de recuperación.

OBJETIVO:

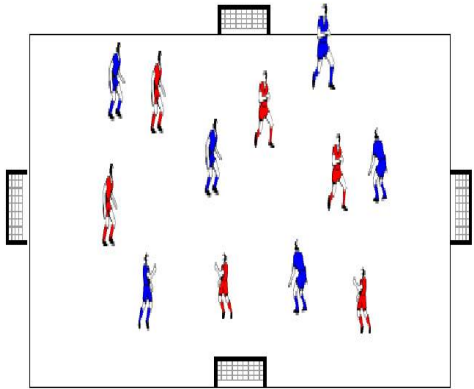
- Desarrollar las capacidades básicas resistencia, velocidad.
- Trabajo en equipo.

EJERCICIOS PARTE CENTRAL DE LA SESIÓN	DESCRIPCIÓN	DURACIÓN DE LA SESION
<p>Circuito de resistencia y velocidad.</p> <p>Atletismo relevos</p> 	<p>Se divide el grupo en dos equipos con igual número de participantes.</p> <p>El juego consiste ubicados en la zona "A" sale el primer estudiante de cada grupo con el testigo en la mano, correrá a toda velocidad hasta la zona "B" donde abran unos platillos y traerá un platillo y volverá a toda velocidad a dar el relevo al siguiente estudiante que estará esperando el relevo en la zona "A" y que solo podrá salir cuando su compañero alla realizado el recorrido y le pase el testigo, así este saldrá de igual manera con el testigo en la mano a la zona "B" y traerá otro platillo. Ganara el primer equipo que traiga todos los platillos.</p>	<p>1 hora 30 min</p>

Semana 2

OBJETIVO:


- Desarrollar la fundamentación del alumno por medio de ejercicios técnicos.
- Fomentar el trabajo en equipo y el respeto hacia sus compañeros.

EJERCICIOS PARTE CENTRAL DE LA SESIÓN	DESCRIPCIÓN	DURACIÓN DE LA SESION
<p>Circuito de fundamentación. futbol 4 vs 4</p> 	<p>Se divide el grupo en 4 equipos con igual número de integrantes por equipo.</p> <p>Cada equipo tendrá asignada una portería la cual tendrá que defender y a su vez tendrá 3 porterías enemigas a las cuales tendrá que hacerle goles, se jugara con dos balones y con diferentes reglas las cuales ira indicando el profesor por ejemplo: solo a dos toques o en parejas agarrados de la mano, etc....</p>	<p>1 hora 30 min</p>

Semana 3

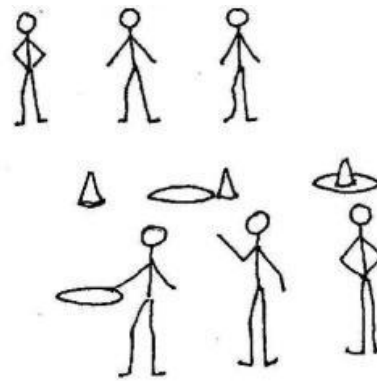
OBJETIVO:

- Desarrollar la táctica del equipo trabajando las capacidades físicas básicas: velocidad, agilidad, fuerza.
- Trabajo en equipo

EJERCICIOS PARTE CENTRAL DE LA SESIÓN	DESCRIPCIÓN	DURACIÓN DE LA SESION
<p>Juego para la mejora del lanzamiento, atrapadas, velocidad, agilidad.</p> <p>Cuatro esquinas.</p> 	<p>Se divide el grupo en dos equipos con igual número de integrantes.</p> <p>Mismo reglamento que el beisbol pero a diferencia que no se batea sino que se patea y no es una pelota de beisbol sino un balón ya sea de futbol o de caucho.</p> <p>Y el lanzamiento del pícher es rastreo ósea que manda el balón rodado hasta la zona de bateo en este caso de pateo.</p> <p>Solo se vale out si se agarra el balón sin dejarlo caer o ponchando una base antes que el corredor llegue, no se vale ponchar con el balón al corredor.</p>	<p>1 hora 30 min</p>

Semana 4

OBJETIVO: Mejorar la velocidad, agilidad y la resistencia por medio del circuito.

EJERCICIOS PARTE CENTRAL DE LA SESIÓN	DESCRIPCIÓN	DURACIÓN DE LA SESION
<p>Circuito de resistencia, velocidad, agilidad.</p> <p>Baloncesto vs atletismo Relevos.</p> 	<p>Se divide el grupo en dos quipos: “rojo” y “verde”</p> <p>Ambos equipos en zona “A” o zona de salida con igual número de integrantes, el equipo rojo ira de zona “A” a zona “B” donde abran cierta cantidad de conos que tendrán que traer por medio de relevos pues solo podrá salir de a un participante por equipo, mientras que el equipo verde ira de zona “A” a zona “B” donde abra un balón de baloncesto e intentara lanzarlo a la canasta y anotar un punto solo tendrá una oportunidad de lanzamiento, lanza y deja el balón en el lugar y le</p>	<p>1 hora 30 minutos</p> <p>Variantes:</p> <p>Salir en parejas</p> <p>Lanzamiento o desde mayor distancia</p>




	<p>dará el relevo a su siguiente compañero, el juego termina cuando el equipo que este trayendo los conos los termine de traer todos, cuando el equipo rojo allá traído todos los conos el equipo verde inmediatamente dejara de lanzar y las cestas que hayan conseguido hasta ese momento serán anotadas y luego cambian de roles, el equipo rojo pasa a lanzar y el equipo verde a traer los platillos, gana quien más cestas logre conseguir.</p>	
--	---	--

Semana 5

OBJETIVO: Mejorar la técnica de lanzamiento, velocidad, resistencia y agilidad.


Trabajo en equipo.

EJERCICIOS PARTE CENTRAL DE LA SESIÓN	DESCRIPCIÓN	DURACIÓN DE LA SESION
<p>Juego pre deportivo baloncesto.</p> <p>Canasta explosiva.</p> 	<p>Dividimos el grupo en dos equipos y se ubican en la línea de la banda, frente a frente.</p> <p>Cada equipo tendrá 5 balones en su zona.</p> <p>Un jugador por equipo coge un balón de su banco y corre hacia canasta botando el balón y lanza una sola vez, si logra encestar corre y deja el balón en el banco del equipo contrario, de lo contrario lo coloca en su banco correspondiente.</p> <p>Gana el equipo que consiga quedarse sin ningún balón en su banco.</p>	<p>1 hora y 30 minutos</p> <p>Variante:</p> <p>salir en parejas</p> <p>Aumentar balones</p>

Semana 6

OBJETIVO: mejorar la destreza en el voleibol: recepción, pase-colocacion, remate.

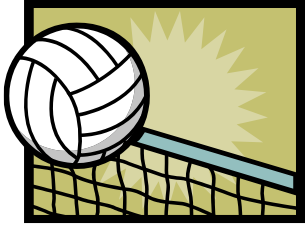
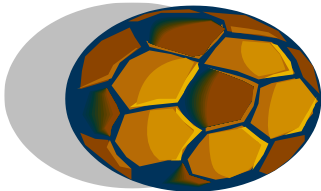
Trabajo en equipo

EJERCICIOS PARTE CENTRAL DE LA SESIÓN	DESCRIPCIÓN	DURACIÓN DE LA SESION
<p>Circuito de voleibol.</p> <p>Saque – recepción- pase- remate.</p> 	<p>Se organiza el grupo en equipos de 4 jugadores, uno realizara el saque de un lado de la cancha al otro lado de la cancha estará el 2 jugador que hará recepción, mientras que un tercero hará el pase-colocación y un cuarto jugador hará el remate. Van rotando de manera que todos los cuatro jugadores realicen las 4 acciones: saque, recepción, pase-colocación y remate.</p>	<p>1 hora 30 min</p>

Semana 7



OBJETIVO: Evaluar mejoras de capacidades físicas básicas por medio del juego en sí. (futbol, voleibol)

Trabajo en equipo

EJERCICIOS PARTE CENTRAL DE LA SESIÓN	DESCRIPCIÓN	DURACIÓN DE LA SESIÓN
<p>Partido de voleibol 6 vs 6</p>  <p>Partido de futbol cancha multifuncional 5 vs 5</p> 	<p>Organizamos el grupo en equipos de 6 jugadores para partido de voleibol.</p> <p>Organizamos el grupo en equipos de 5 jugadores para partido de futbol en cancha multifuncional.</p>	<p>2 horas</p>

Semana 8

OBJETIVO: Evaluar mejoras de capacidades físicas básicas por medio del juego en sí. (Baloncesto, cuatro esquinas)

EJERCICIOS PARTE CENTRAL DE LA SESIÓN	DESCRIPCIÓN	DURACIÓN DE LA SESIÓN
<p>Partido de kikinbol (cuatro esquinas) 10 vs 10</p>  <p>Partido baloncesto 5 vs 5</p> 	<p>Organizamos el grupo en dos equipos con igual número de jugadores para juego en sí de cuatro esquinas para evaluar mejora de capacidades básicas como la agilidad, velocidad, resistencia, fuerza.</p> <p>Organizamos al grupo en equipos de 5 jugadores para evaluar juego en sí.</p>	<p>2 horas</p>

CAPITULO IV

INFORME DE ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES DE LA SEDE CRISTO REY

Como en toda institución educativa de carácter público o privado se realizan una serie de actividades enfocadas al desarrollo integral de los estudiantes y que desde el departamento de educación física se participan activamente con la finalidad de dar un cumplimiento y disfrutar de las mismas junto con todo el personal involucrado.

ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES EN LAS QUE SE PARTICIPO

- 1. JUEGOS SUPERATE:** Se me dio a cargo los jóvenes atletas que participarían en los juegos supérate en la modalidad de atletismo 80 metros planos, 150 metros y 300 metros para categoría pre juvenil y 100 metros, 200 metros y 800 metros para juvenil en el cual clasificamos en total a 5 atletas del Colegio Cristo Rey para la fase regional.



2. IZADAS DE BANDERA: Se realizo la izada de bandera del día del idioma.



3. DIA DE LA MUJER: se realizo el día de la mujer en el cual participe activamente llevando unos juegos que se les hicieron tanto a profesoras como alumnas y lleve sus respectivos premios.



- 4. ADECUACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA:** se realizó un adecuado arreglo al departamento de educación física, con el objetivo de mejorar el aspecto de la sala y la organización de los diferentes objetos para mejorar la accesibilidad y de esta forma tenerlos a disposición para su utilización.



- 5. DIA DEL MAESTRO:** Día que los estudiantes de los grados decimo y once, nos festejaron a los profesores los cuales participamos activamente en las actividades que nos tenían planeadas.



6. REUNION DE PADRES DE FAMILIA: se realizo una reunión de padres de familia debido a que en el colegio llego mucha población estudiantil extranjera (venezolana) por tal motivo se cito a tanto padres de familia como docentes para que estuviéramos en la reunión.



7. JUEGOS INTERCURSOS: lleve a cabo el primer torneo intercurros de futbol de salón tanto modalidad femenina como masculina, siendo campeón el grado octavo en modalidad masculina y decimo grado en modalidad femenina, se les dio su respectiva premiación en una formación en el colegio.



CAPITULO V

EVALUACION DE LA PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE:

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:

1. Etapa Uno: Observación institucional y diagnóstico.

2. Etapa Dos: Diseño y presentación de la Propuesta Pedagógica.
3. Etapa Tres: Ejecución y evaluación de la propuesta y sus correspondientes secuencias de aprendizaje.
4. Etapa Cuatro: Actividades interinstitucionales
5. Informe final- socialización.

AUTOEVALUACIÓN

La preparación de 4 años y medio, los sacrificios y trabajos realizados se ponen a prueba en esta experiencia de trabajo el compromiso, responsabilidad y respeto que tenemos en nuestra carrera recae en este momento de efectuar la practica integral docente, afronte este periodo inicialmente con miedo pues es algo inevitable ya que todo lo nuevo causa esa sensación pero poco a poco fui tomando forma como docente y como profesional y me di cuenta que en realidad esto es lo que siempre había querido ser el profesor de educación física, ya que es innegable que somos los más queridos por el estudiantado somos esa clase que esperan con ansias somos como lo dice mi supervisor de prácticas en centro del colegio pues todo debe girar en torno del profesor de educación física, considero que fue una experiencia

excelente ya que fue un camino de aprendizaje y de experiencia que me ayudaran a formarme como profesional.

COEVALUACIÓN

El profesor de educación física es amable comprensivo y dicta las clases súper bien, es respetuoso y va hacer un buen profesor y tiene un genio increíble.

El profesor es muy buena persona hace las clases muy bien, sabe educarnos sabe hacer muy bien sus clases es respetuoso siempre hace cosas nuevas y enseña bien.

EVALUACIÓN DE LA SUPERVISIÓN DE LA PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

Solo tengo palabras de agradecimiento hacia el profesor Jorge Orlando Villamizar porque desde el primer día fue un guía y constructor de mis prácticas, sus conocimientos y experiencias de vida me ayudaron en la manera de ver las cosas y proyectarme de una manera correcta hacia el futuro para ser un gran profesional. Es una gran persona la cual me brindo su amistad desde el principio, me ayudo en la propuesta educativa y a formarme como persona por esto y muchas razones más estoy agradecido con el profesor Jorge Orlando Villamizar y considero que es el idóneo para ser el supervisor que todo alumno-maestro pudiera tener.

CONCLUSIONES

- Solo al momento de afrontar la practica integral docente como tal nos damos cuenta si en realidad tenemos vocación para esto, ya que solo la práctica y el enfrentamiento con un salón de clase más allá de los conocimientos e informaciones que recibimos por parte de nuestros docentes nos lleva a finiquitar para lo que nos estuvimos preparando.
- Este proceso es de constante aprendizaje ya que nunca nos vamos a encontrar suficientemente preparados par afrontar las dificultades del proceso formativo por esto siempre es bueno contar con personas que nos guíen en nuestro primer periodo de práctica por eso siempre estaré agradecido con el profesor Jorge Orlando Villamizar por toda su guía y acompañamiento.
- Dentro del proceso formativo son muchos los conceptos, conocimientos e informaciones que recibimos por parte de nuestros docentes pero que solo la práctica y el enfrentarse con un salón de clase nos lleva a sacar nuestra vocación como docentes y afrontar el desafío con mucha responsabilidad y respeto.
- La práctica profesional integral pone a prueba todo nuestro proceso formativo dentro de la universidad y hace que saquemos lo mejor de nosotros en todos los aspectos con el fin de trasmitírselo a nuestros estudiantes.
- Se deben abrir mayores espacios dentro de las instituciones y la universidad para los estudiantes de educación física

para lograr un mejor rol formativo y practico que nos den las herramientas necesarias para la vida laboral y profesional.

- Las experiencias vividas en esta etapa me van ayudar a desempeñar mejor mi trabajo como docente.

ANEXOS





DQS is member of:



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



DQS is member of:



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz



DQS is member of:



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



DQS is member of:



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



DQS is member of:



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



DQS is member of:



THE INTERNATIONAL CERTIFICATION NETWORK



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz



DQS is member of:



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

BIBLIOGRAFIA Y WEDGRAFIA

- <http://deconceptos.com/ciencias-sociales/futbol>
- <https://www.onporsport.com/onporsport/5143250/desarrollo-de-las-cualidades-fisicas-basicas-en-futbol.html>
- <https://deportivasfeszaragoza.files.wordpress.com/2008/09/capacidades-fisicas-corregido.pdf>
- <http://roderic.uv.es/handle/10550/23332>
- http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_03.pdf
- <http://www.efdeportes.com/efd136/el-futbol-como-un-proceso-pedagogico.htm>
- <http://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>
- <http://www.futbolformativo.com.ar/2013/02/la-preparacion-fisica-en-el-futbol.html>
- <http://www.efdeportes.com/efd147/las-capacidades-fisicas-basicas-dentro-de-secundaria.htm>
- <http://www.efdeportes.com/efd131/capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm>
- <http://www.efdeportes.com/efd161/mejorar-los-fundamentos-basicos-del-softbol.htm>
- http://www.digef.edu.gt/mesocurriculos2012/libros/beis_y_softbol.pdf
- BONILLA, Carlos – CAMACHO, Hipólito. Programa de Educación Física para la Educación Básica Primaria. Cuarta Edición, 1998. Colombia. EDITORIAL KINESIS.
- VILLEGAS, Víctor. 200 juegos y dinámicas. Decima Primera Edición, 1994. Colombia. EDITORIAL SAN PABLO.



- PÉREZ, Aldo. Recreación y fundamentos teóricos metodológicos. Tercera Edición, 1997. México DF. EDITORIAL HUNGRÍA Y HNOS.
- SANCHEZ, F. Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. Segunda Edición Ampliada, 1990. Madrid. EDITORIAL GYMNOS.
- MORENO PALOS, C. Juegos y deportes tradicionales de España. Quinta Edición, 1999. Madrid. EDITORIAL GYMNOS.
- Manual de Educación Física y Deportes (Técnicas Y Actividades Prácticas). EDITORIAL OCEANO.