



INFORME FINAL PRACTICA INTEGRAL DOCENTE COLEGIO COMFAORIENTE-PAMPLONA

PRESENTADO POR:
BREINER CARABALLO RIVERA
1.104.425.182

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
MODALIDAD PRESENCIAL
PAMPLONA
2019

DQS is member of:





INFORME FINAL PRACTICA INTEGRAL DOCENTE
COLEGIO COMFAORIENTE-PAMPLONA

PRESENTADO POR:
BREINER CARABALLO RIVERA
1.104.425.182

PRESENTADA A:
MG. LEIDY CONSUELO ORTIZ VERA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
MODALIDAD PRESENCIAL
PAMPLONA
2019

DQS is member of:





Tabla de contenido

1. CAPÍTULO 1	6
1.1. OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO	6
1.2. RESEÑA HISTORICA	7
1.3. MARCO LEGAL.....	8
1.3.1. HORIZONTE INSTITUCIONAL.	9
1.3.2. VISIÓN	9
1.3.3. MISIÓN	9
1.3.4. FILOSOFÍA.....	9
1.3.5. SLOGAN	10
1.4. ORGANIGRAMA.....	10
1.5. PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL (PEI).....	11
1.5.1. MODELO PEDAGÓGICO.....	11
1.5.2. MARCO LEGAL	11
1.6. DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES.	12
1.6.1. DERECHOS	12
1.6.2. DEBERES	13
1.7. DERECHOS Y DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA.	14
1.7.1. DEBERES.	14
1.7.2. DERECHOS.	15
1.8. PRINCIPIOS Y VALORES.....	16
1.9. MANUAL DE CONVIVENCIA.....	17
1.10. GOBIERNO ESCOLAR Y DEMÁS ESTAMENTOS.	18
1.10.1. CONSEJO DIRECTIVO (ARTÍCULO 143)	18
1.10.2. CONSEJO ACADÉMICO (ARTÍCULO 24).....	19



1.10.3.	COMITÉ DE CONVIVENCIA ESCOLAR.....	21
1.11.	SANCIONES.....	22
1.12.	ESPACIOS RECREATIVOS.....	22
1.13.	UNIFORME INSTITUCIONAL	23
1.14.	HORARIO DE CLASES	25
1.15.	LEY DEL MENOR	26
1.15.1.	CAPITULO I	26
1.15.2.	CAPITULO II	26
1.15.3.	CAPITULO III	27
1.16.	CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.....	28
1.17.	INVENTARIO	29
1.18.	SALÓN DE DEPORTES	30
1.19.	SÍMBOLOS INSTITUCIONALES.....	30
1.20.	MATRIZ DOFA.....	31
2.	CAPÍTULO II	33
2.1.	PROPUESTA PEDAGÓGICA	33
2.2.	OBJETIVOS DE LA PROPUESTA:	34
2.2.1.	OBJETIVO GENERAL.....	34
2.2.2.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	34
2.3.	Descripción del problema.	35
2.4.	Justificación.....	36
2.5.	Población.....	37
2.6.	MARCO CONCEPTUAL	38
3.	Capítulo III	43
	Informe de los procesos curriculares.....	43
3.1.	Diseño (cronograma de actividades)	44



3.2.	Evidencias.....	45
3.2.1.	Conceptualización	45
3.2.2.	Saludos (REY).....	46
3.2.3.	Posiciones (SHISEI)	47
3.2.4.	Desplazamientos (SHINTAI).....	48
3.2.5.	Caídas (ukemis)	49
3.2.6.	Desequilibrios (kuzushi)	50
3.2.7.	Circuito de acondicionamiento físico.....	51
3.2.8.	Técnicas de cadera (koshi waza)	52
3.2.9.	Técnicas de hombro y brazo (te waza).....	53
3.2.10.	Técnicas de pie (ashi waza)	54
3.2.11.	Técnicas de proyección en posición echada (sutemi waza).....	55
3.3.	Evaluación	56
4.	Capitulo IV	57
5.	Capítulo V.....	60
5.1.	Formato autoevaluación	61
5.2.	Formato coevaluación.....	63
5.3.	Formato plan teórico	65
5.4.	Formato semanal	66
5.5.	Formato nota de practica con observación	67
5.6.	Formato nota de practica absoluta.....	68
6.	Conclusiones	69
7.	Bibliografía	70
8.	ANEXOS	71

1. CAPÍTULO 1

1.1. OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO

la presente es la foto de la institución educativa comfaoriente del municipio de pamplona. En esta institución realizare mis prácticas profesionales las cuales van dirigidas a los estudiantes de prejardín, jardín, transición, primero, segundo, tercero, cuarto y quinto de primaria.





1.2. RESEÑA HISTORICA

La educación del hombre nace a partir de quienes lo rodean, de quien le brinda la adquisición de sus primeras letras, de quien le enseña sus primeras formas y quien es el protagonista de sus primeros triunfos. Atender y favorecer las necesidades de los infantes en la iniciación del aprendizaje, fue el fruto de la creación de la propuesta de un jardín infantil BUSECITO ENCANTADO, realizando la inscripción de la propuesta un 24 de octubre de 2002 ante la secretaria de educación del departamento.

Siendo aprobada se elabora el Proyecto Educativo Institución (P.E.I) y bajo la resolución N° 002405 del

11 de junio de 2003, hoy se presenta como una alternativa educacional que cubre el desarrollo integral de los niños y niñas en la etapa del Preescolar y la Básica Primaria.

El jardín infantil inicio su primer año escolar matriculando a 56 niños y niñas con 3 docentes y con los grados de Párvulo, Pre jardín, Jardín y transición, graduándose en la primera promoción 9 niños y niñas quienes hoy están cursando noveno grado de bachillerato.

Cada año que ha pasado el jardín ha cambiado y se han vivenciado un sin número de actividades que hoy viven en el recuerdo de nuestras mentes y en nuestros corazones, recuerdos imposibles de borrar donde un gran número de niñas y niños han pasado por nuestras aulas de clases, se han sentados en nuestros pupitres y se han esmerado a realizar las tareas que les hemos colocado, a la fecha de hoy se han graduado un poco más de 100 niños y niñas.

El jardín inicio bajo la dirección del Doctor: **MAURICIO DUARTE MEJIA**, quien apoyo esta gran idea. Cada uno de sus directores administrativos: el Doctor: **NELSON RAMON**, con quien se inició el Jardín, sucedido por el Doctor **JAVIER ALEJANDRO CARDENAS, JUAN MIGUEL GELVEZ ARAQUE**. El Doctor **NELSON EDUARDO RAMON MORENO**, quien nos acompaña en la actualidad.

El CENTRO EDUCATIVO COMFAORIENTE PAMPLONA, quiere mediante su recorrido estimular y fortalecer el aprendizaje con estímulos del entorno ofreciendo a los niños y niñas un ambiente adecuado para iniciar su formación escolar, y así poder atender a estudiantes con necesidades educativas especiales.

1.3. MARCO LEGAL

Los aspectos legales que fundamentan el Proyecto Educativo Institucional cada uno de sus componentes se definen bajo los preceptos normativos dispuestos en:

- ❖ Constitución Política, artículo 68,
- ❖ Ley 115 de 1994, incisos 2º y 3º Del artículo 142,
- ❖ Decreto 1075 de 2015, Decreto Único Reglamentario del Sector Educativo.
- ❖ Ley 1732 de 2014, Reglamenta la Cátedra de la paz.
- ❖ Ley 1620 de 2013 y su decreto reglamentario 1965 de 2013. Sistema Nacional de Convivencia Escolar.
- ❖ Conpes Social 109 de 2007, Política Pública Nacional de Primera Infancia.
- ❖ Ley 1098 de 2006, Código Nacional de Infancia y Adolescencia
- ❖ Ley 1295 de 2009, Atención Integral de la Primera Infancia.
- ❖ Ley 1618 de 2013, inclusión educativa en Colombia.

- ❖ Decreto 1421, guía implementaría del decreto 1421.
- ❖ Decreto 1965 de 2013, por la cual se crea el comité nacional de convivencia escolar.
- ❖ Decreto 1290, de 2009, por el cual se reglamenta la evaluación del aprendizaje y promoción de los estudiantes de los niveles de básica y media.

1.3.1. HORIZONTE INSTITUCIONAL.

El horizonte institucional lo conforman la visión, misión, filosofía y el slogan.

1.3.2. VISIÓN

En el año 2025 el centro educativo Colegio COMFAORIENTE será una institución reconocida en nuevos escenarios como un centro líder en educación con estrategias pedagógicas integrales, incluyentes y creativas. Preponderando su filosofía institucional en la formación de seres humanos reflexivos, sensibles, propositivos y críticos, conscientes de la diversidad, la autonomía y la participación democrática y comprometidos con la transformación socio-cultural, en procura de la continuidad educativa con excelencia y calidad y en armonía con el medio ambiente.

1.3.3. MISIÓN

Lograr la formación integral de niños y niñas para desarrollar en ellos capacidades, competencias y habilidades científicas, tecnológicas e innovadoras que contribuyen al fomento de la transformación social que requiere la nación, siendo agentes generadores de cambio y seres humanos promotores de paz, respeto, responsabilidad y compromiso, para mejorar no solo su calidad de vida sino también del entorno que les rodea, siendo amigables con el medio ambiente y con los recursos naturales.

1.3.4. FILOSOFÍA

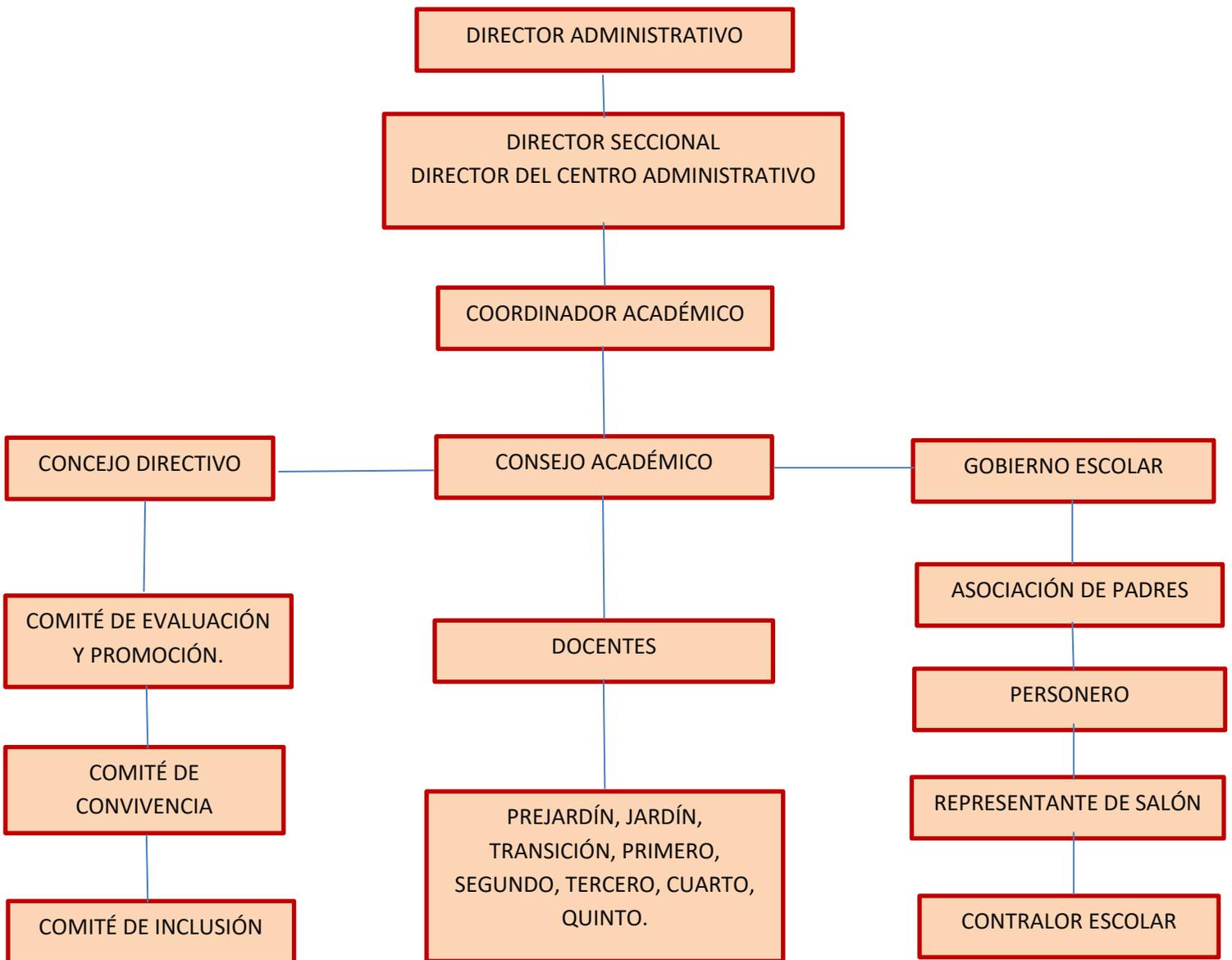
Retomamos la corriente filosófica del constructivismo que consiste en partir de los conocimientos del niño. Esta teoría creada por el psicólogo Jean Piaget basados en observaciones cotidianas de sus hijos y tras muchos años de estudios pudo concluir que las actividades motoras o movimientos corporales y las experiencias sensoriales inmediatas son los dos factores de los que

depende por entero, o casi el aprendizaje que realizan los niños en el estado sensorial del desarrollo cognitivo.

1.3.5. SLOGAN

Excelencia, calidad y valores.

1.4. ORGANIGRAMA



1.5. PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL (PEI)

1.5.1. MODELO PEDAGÓGICO

El modelo educacional constructivista es uno de los de mayor utilización y aceptación tiene en la actualidad. Autores como “Piaget” junto con las aportaciones de otros autores destacados como “Vygotsky” este modelo centra su atención en el alumno como principal protagonista del proceso educativo, siendo un elemento activo imprescindible en el aprendizaje.

Este modelo, profesor- alumno - contenido es vital como un conjunto de elementos que interactúan de manera bidireccional los unos con los otros. Se busca que el alumno pueda construir de manera progresiva una serie de significados compartidos con el profesor y con el resto de la sociedad, en base a los contenidos y orientaciones del docente.

Un elemento fundamental para esta perspectiva es que el aprendiz pueda atribuir sentido al material aprendido y también al propio proceso de aprendizaje, actuando el docente como guía del aprendizaje y teniendo este último en cuenta la necesidad de proporcionar una ayuda ajustada a las necesidades del aprendiz.

Se trata de optimizar al máximo posible las capacidades de este, de tal manera que se acerque al máximo nivel potencial en vez de limitarse a su nivel real (es decir, que alcance el nivel al que puede alcanzar con ayuda). El constructivismo propone un paradigma donde el proceso de enseñanza se percibe y se lleva a cabo como un proceso dinámico, participativo e interactivo del sujeto, de modo que el conocimiento sea una auténtica construcción operada por la persona que aprende.

1.5.2. MARCO LEGAL

Los aspectos legales que fundamentan el Proyecto Educativo Institucional cada uno de sus componentes se definen bajo los preceptos normativos dispuestos en:

- ❖ Constitución Política, artículo 68,
- ❖ Ley 115 de 1994, incisos 2º y 3º Del artículo 142,
- ❖ Decreto 1075 de 2015, Decreto Único Reglamentario del Sector Educativo.
- ❖ Ley 1732 de 2014, Reglamenta la Cátedra de la paz.
- ❖ Ley 1620 de 2013 y su decreto reglamentario 1965 de 2013. Sistema Nacional de Convivencia

Escolar.

- ❖ Conpes Social 109 de 2007, Política Pública Nacional de Primera Infancia.
- ❖ Ley 1098 de 2006, Código Nacional de Infancia y Adolescencia
- ❖ Ley 1295 de 2009, Atención Integral de la Primera Infancia.
- ❖ Ley 1618 de 2013, inclusión educativa en Colombia.
- ❖ Decreto 1421, guía implementaría del decreto 1421.
- ❖ Decreto 1965 de 2013, por la cual se crea el comité nacional de convivencia escolar.
- ❖ Decreto 1290, de 2009, por el cual se reglamenta la evaluación del aprendizaje y promoción de los estudiantes de los niveles de básica y media.

1.6. DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES.

1.6.1. DERECHOS

- ✓ Conocer oportunamente el manual de convivencia. Conocer y recibir explicación sobre el manual de convivencia.
- ✓ Recibir una educación integral basada en los principios filosóficos del centro educativo y los programas del ministerio de educación nacional.
- ✓ A ser escuchado y que se le respete el debido proceso.
- ✓ Hacer uso adecuado de las instalaciones y servicios que presta el centro educativo.
- ✓ Participar en las diferentes organizaciones internas.
- ✓ Un ambiente donde se pueda educar para la tolerancia, el respeto o las diferencias y pluralismo.
- ✓ Recibir información y formación para en todas las áreas, que estimulen y fomenten su creatividad, argumentación, propósito y crítica.

- ✓ Recibir de los profesores cumplimiento y creatividad en el proceso educativo, en la preparación de clases, actividades significativas y una evaluación adecuada.
- ✓ Recibir una adecuada orientación pedagógica y humana que contribuya al proceso de formación.
- ✓ A que se le reconozca y respete la individualidad y ritmo de trabajo, sin mezclar lo académico y lo comportamental.
- ✓ Conocer oportunamente el resultado de sus evaluaciones, trabajos y en general calificaciones con las debidas observaciones, correcciones y alternativas para alcanzar los logros propuestos.
- ✓ Ser atendido en lo académico y lo comportamental oportunamente y de manera sincera y respetuosa siguiendo los parámetros establecidos.
- ✓ Participar activamente de las actividades planteadas por el colegio como: planeación, evaluación y gobierno escolar.

1.6.2. DEBERES

- ✓ Asistir diaria y puntualmente a todas las clases, así como a las actividades programadas por la institución y que ameriten presencia obligatoria.
- ✓ Utilizar el uniforme completo de la institución y mantener una adecuada presentación personal.
- ✓ Brindar a todas las personas que le rodean un trato digno, amable y respetuoso.
- ✓ Respetar y reconocer en los otros los mismos derechos que reclama para si mismo.
- ✓ Tener el dialogo como principal herramienta para la solución de las diferentes dificultades que se pueden presentar y para fortalecer las relaciones con quienes le rodean.
- ✓ Ser respetuosos con todos los compañeros evitando apodos y juegos bruscos.
- ✓ Participar activamente en la solución de las dificultades del grupo.
- ✓ Respetar los símbolos patrios e institucionales, así como todas las expresiones de nuestra cultura.

- ✓ Presentar oportunamente todas las tareas y actividades en forma ordenada y responsable.
- ✓ Tratar adecuadamente todos los implementos de estudios como: enseres, libros, material didáctico, instalaciones del plantel educativo tanto suyos, como de sus compañeros.
- ✓ Contribuir con el orden y aseo de la planta física, el cuidado de las zonas verdes, árboles y jardines, conservando así el medio ambiente.
- ✓ Conocer, acatar y difundir este manual de convivencia.
- ✓ Hacer uso ético y responsable del conocimiento que adquiera dentro y fuera de la institución.
- ✓ Proyectar su aprendizaje en beneficio de sí mismo y de su entorno.

1.7. DERECHOS Y DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA.

1.7.1. DEBERES.

- ✓ Proveer a sus hijos espacios y ambientes en el hogar, que generen confianza, ternura, cuidado y protección de si y de su entorno físico, social y ambiental.
- ✓ Participar en la formulación, planeación y desarrollo de estrategias que promuevan la convivencia escolar, los derechos humanos, sexuales y reproductivos, la participación y la democracia, y el fomento de estilos de vida saludables.
- ✓ Acompañar de forma permanente y activa sus hijos en el proceso pedagógico que adelante el establecimiento educativo para la convivencia y la sexualidad.
- ✓ Participar en la revisión y ajustes del manual de convivencia a través de las instancias de participación definidas en el proyecto educativo institucional del establecimiento educativo.
- ✓ Asumir responsabilidades en actividades para el aprovechamiento del tiempo libre de sus hijos para el desarrollo de competencias ciudadanas.
- ✓ Cumplir con las condiciones y obligaciones establecidas en el manual de convivencia y responder cuando su hijo incumple alguna de las normas allí definidas.

- ✓ En acción conjunta con la institución velar por el desarrollo y la formación integral de sus hijos(as).
- ✓ Establecer normas desde el hogar, permitiendo que coincidan con los comportamientos académicos y disciplinarios del colegio.
- ✓ Pagar puntualmente las pensiones.
- ✓ Asistir puntualmente a todos los llamados que hace la institución.
- ✓ Solicitar previamente las citas que requiera para dialogar con profesores o directivas, ajustándose al horario que se le asigne.
- ✓ Tratar adecuadamente a todo el personal que labora en el colegio respetando su condición.
- ✓ Presentar propuestas, sugerencias o reclamos siguiendo los conductos regulares o el debido proceso bajo dialogo y respeto.

1.7.2. DERECHOS.

- ✓ Obtener información necesaria y oportuna sobre el manual de convivencia, proyecto educativo, filosofía, proceso de formación y evaluación, así como de los programas y planes educativos que ofrece el colegio.
- ✓ Conocer los resultados obtenidos por sus hijos (as) al finalizar cada periodo académico, colaborando activamente en los correctivos y apoyos necesarios que requiera.
- ✓ Recibir información sobre el comportamiento de sus hijos.
- ✓ Ser elegido como delegado de los padres de familia del grupo de sus hijos y miembros de la junta directiva del consejo de padres de familia.
- ✓ Participar en los procesos que buscan modificar comportamientos y conductas en sus hijos (as).
- ✓ Recibir orientación e información que contribuya a la buena educación de sus hijos en el hogar.
- ✓ Representar a sus hijos (as) en el colegio cuando estos lo requieran.

- ✓ Recibir la información oportuna y necesaria sobre las diferentes actividades o llamados que hace el colegio.
- ✓ Presentar propuestas o sugerencias que permitan el mejoramiento de la calidad educativa.
- ✓ Recibir un trato respetuoso, oportuno, justo, y eficaz por parte de todos los miembros que conforman la comunidad educativa.

1.8. PRINCIPIOS Y VALORES

El Centro Educativo Comfaorient Pamplona tiene como ejes entrelazados y dinamizadores del proceso de formación los siguientes principios:

- ❖ AUTONOMIA: Capacidad de discernir y responder por sí mismo.
- ❖ LIBERTAD: Para actuar bajo el marco de los deberes y derechos.
- ❖ RESPETO: Es un **valor** que permite que el hombre pueda reconocer, aceptar, apreciar y valorar las cualidades del prójimo y sus derechos. Es decir, el **respeto** es el reconocimiento del **valor** propio y de los derechos de los individuos y de la sociedad.
- ❖ DEMOCRACIA: Aporte participativo, pluralista, político e ideológico en un marco de respeto e igualdad.
- ❖ PERTENENCIA: Quererse y querer a su familia, al Colegio, a su región y al país sintiéndose orgulloso de sí mismo y de los demás.
- ❖ RELIGIOSIDAD: El respeto por la libertad de culto y credo religioso.
- ❖ TOLERANCIA: El aceptar al ser humano tal como es, sin herirle o afectarle.
- ❖ AUTOESTIMA: Valoración de las propias capacidades de quererse, amarse y evaluarse en todos los momentos de su vida.
- ❖ ASERTIVIDAD: Capacidad de aprender a decir las cosas tal como son y de decir no o si en el momento preciso.
- ❖ SENSIBILIDAD SOCIAL: Asumir actitudes de compromiso y vivencia por las realidades que se presentan alrededor de su vida.

1.9. MANUAL DE CONVIVENCIA

La comunidad educativa del CENTRO EDUCATIVO COMFAORIENTE PAMPLONA: alumnos, padres de familia, educadores, directivos, administrativos y demás empleados, adoptamos el presente manual de convivencia como herramienta pedagógica, la cual guiará nuestro proceso formativo dentro del centro educativo, teniendo como referencia las normas legales contenidas en la convención internacional sobre los derechos de los niños, la constitución política de Colombia de 1991, la ley 1098 de 8 de noviembre de 2006(ley de la infancia y la adolescencia), la ley general de educación 115/94, los decretos reglamentarios de la misma ley, el decreto 1860/94, el decreto 1108/94 (estupefacientes), el decreto 1423/93 (ejercicios de las resolución 7550 de octubre 6 de 1994 (prevención de emergencias y desastres), el decreto 1286 del 27 de abril de 2005 (participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos), la ley 1014 del 26 de enero de 2006 la ley 1620 de 15 de marzo del 2013 (por la cual se crea el sistema nacional de convivencia escolar y la formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar) y normatividad reglamentaria, así como en otras disposiciones que regulan el comportamiento de sus integrantes y en la filosofía del liceo expresada en visión, misión, proyecto educativo institucional, objetivos y principios.

Este manual debe servir de garantía para tener una sana convivencia basada en los derechos y los deberes que asumirá cada una de las personas que la comunidad educativa del CENTRO EDUCATIVO COMFAORIENTE PAMPLONA para que se convierta en un verdadero pacto que propenda por una coexistencia no solo pacífica, sino creativa, más humana y formativa, guiados siempre por Jesucristo como modelo de vida.

El consejo directivo escolar por unanimidad aprobó para que se le hagan los ajustes, modificaciones y adecuaciones pertinentes cuando sea necesario al manual de convivencia para la anualidad del 2018 y 2020, según consta en el acta Nro. 03 del 18 de julio del 2018 emanada de este estamento, la cual reposa en los archivos correspondientes.

1.10. GOBIERNO ESCOLAR Y DEMÁS ESTAMENTOS.

El gobierno escolar es el órgano encargado de velar por los derechos y deberes de la comunidad educativa.

El gobierno escolar se encuentra por estudiantes, padres de familia, docentes, directivos, personal administrativo, y de servicio, representantes de sector productivo y líderes de comunitarios, los cuales conforman los diferentes estamentos como lo son: consejo directivo, consejo académico, consejo de padres, consejo de estudiantes y personero de los estudiantes. (artículo 142).

De igual manera que a la nación la rige el congreso, al departamento la asamblea, al municipio el concejo; a la institución la rige el gobierno escolar.

Todos los establecimientos educativos del estado deben tener un gobierno escolar conformados por:

- ❖ Rector
- ❖ Consejo directivo
- ❖ Consejo académico
- ❖ Comité de convivencia escolar
- ❖ Personero

1.10.1. CONSEJO DIRECTIVO (ARTÍCULO 143)

En cada establecimiento educativo del estado debe existir un consejo académico conformado por:

- ❖ Rector.
- ❖ Dos representantes de los docentes de la institución.
- ❖ Un representante de los padres de familia.
- ❖ Un representante de los estudiantes del grado 5°.
- ❖ Un representante de los ex alumnos de la institución.
- ❖ Un representante del sector productivo.

Nota: la elección de estos representantes será de manera democrática por cada estamento.

FUNCIONES DEL CONSEJO DIRECTIVO (ARTÍCULO 144)

- ❖ Tomar las decisiones que no afecten el funcionamiento de la institución y que no sean competentes con otra autoridad.
- ❖ Servir de instancia para resolver los conflictos que se presenten entre docentes y administrativos con los estudiantes del plantel educativo.
- ❖ Adoptar el reglamento escolar de la institución de conformidad con las normas vigentes.
- ❖ Fijar criterios para la asignación de cupos disponibles.
- ❖ Asumir la defensa y garantía de los derechos de toda la comunidad educativa, cuando alguno de los miembros sea lesionado.
- ❖ Aprobar el plan anual de actualización del personal de la institución por el rector.
- ❖ Estimular y controlar el buen funcionamiento de la institución educativa.
- ❖ Establecer estímulos y sanciones para el buen desempeño académico y social del estudiante.

1.10.2. CONSEJO ACADÉMICO (ARTÍCULO 24)

Siguiendo los lineamientos del artículo 145 de ley 115 y del art. 24 del decreto 1860 de 1994, el consejo académico, estará confirmado por el rector, quien lo preside, los directivos docentes y un docente por cada área definida en el plan de estudios.

Este consejo cumplirá las siguientes funciones:

- ❖ Servir de órgano consultor del consejo directivo en la revisión de la propuesta del proyecto educativo cultural e institucional.
- ❖ Organizar el plan de estudios y orientar su ejecución.
- ❖ Participar en la evaluación anual.
- ❖ Integrar los consejos de docentes para la evaluación periódica del rendimiento académico de los educandos, para su promoción, asignarles sus funciones y supervisar el proceso general de la evaluación.

PERSONERO DE LOS ESTUDIANTES (ART. 94)

En todos los establecimientos educativos y en cada año los estudiantes elegirán un líder del último grado para actuará como personero y para que promueva los derechos y deberes que consagran la constitución política de Colombia, las leyes, los reglamentos y el manual de convivencia.

PERFIL DEL PERSONERO.

El personero debe ser líder de gran calidad humana comprometido con el mejoramiento de la convivencia y calidad de vida de toda la comunidad educativa.

DEBERES DEL PERSONERO.

- ❖ Buen rendimiento académico.
- ❖ Sin antecedentes disciplinarios.
- ❖ Elegido democráticamente y aceptado por su comunidad.
- ❖ Dar ejemplo.
- ❖ Identificar y conocer las necesidades de su comunidad.
- ❖ Ser honesto.
- ❖ Saber escuchar y no imponer sus puntos de vista.
- ❖ Ser buen comunicador.
- ❖ CONSEJO DE ESTUDIANTES.
- ❖ Es el máximo órgano de presentación del estamento estudiantil. Los parámetros legales le atribuyen no solo autonomía, sino una forma organizativa, democrática, amplia y pluralista.
- ❖ La autonomía del consejo de estudiantes radica fundamentalmente que no depende de ningún otro estamento de la comunidad educativa, como tampoco de ningún órgano del gobierno escolar. El carácter autónomo del consejo de estudiantes le dé la posibilidad de establecer su propio reglamento, además de realizar deliberaciones, foros o seminarios, teniendo como invitados a personas que tengan aportes entorno al desarrollo de la vida estudiantil.
- ❖ FORMA DE ELECCIÓN.
- ❖ El consejo directivo deberá convocar en una fecha dentro de las cuatro primeras semanas del calendario académico, sendas, asambleas

integradas por los alumnos que cursen cada grado, con el fin de que elijan de su seno mediante votación secreta, un vocero estudiantil para el año lectivo en curso. Los alumnos del nivel preescolar y de los tres primeros grados del ciclo de primaria serán convocados a una asamblea conjunta para elegir un vocero único entre los estudiantes que cursen el tercer grado (decreto 1860/94 Art.29). Un estudiante de cada grado puede ser integrante de dicho consejo.

1.10.3. COMITÉ DE CONVIVENCIA ESCOLAR.

Artículo 38: definición: comisión creada con el objetivo de orientar y coordinar estrategias, programas y actividades para la prevención y mitigación de la violencia escolar y formación para los derechos humanos, sexuales y reproducción de los alumnos del plantel en el marco de la corresponsabilidad de los miembros de la comunidad educativa.

Conformación del comité de convivencia escolar: el comité estará conformado por:

- ❖ El rector, quien lo preside.
- ❖ El personero estudiantil.
- ❖ El psicólogo de la institución.
- ❖ Un coordinador.
- ❖ Un representante de los padres de familia.
- ❖ In docente.

FUNCIONES DEL COMITÉ ESCOLAR DE CONVIVENCIA.

- ❖ Identificar, documentar, analizar y resolver los conflictos que se presenten entre docentes y estudiantes, directivos y estudiantes, entre estudiantes y entre docentes.
- ❖ Liderar entre los establecimientos educativos acciones que fomenten la convivencia, la construcción de ciudadanía, el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos y la prevención y mitigación de la violencia entre los miembros de la comunidad educativa.

1.11. SANCIONES

De conformidad con lo establecido con el artículo 45 del código de la infancia y la adolescencia, se señala las siguientes:

Amonestación. Puede ser de dos tipos:

- ❖ Dialogo reflexivo: cuando sucede una falta leve.
- ❖ Compromiso académico o actitudinal: reincidencia a faltas contempladas en el manual de convivencia y otras.

Suspensión. Puede ser de tres tipos según la gravedad de la falta.

- ❖ Uno (1) día.
- ❖ Dos (2) día.
- ❖ Tres (3) día.

Matricula condicional. Por infringir reiteradamente las normas del manual de convivencia.

- ❖ Matricula condicional con exigencia académica o actitudinal.
- ❖ Semi escolaridad con negociación del cupo.
- ❖ No proclamación en ceremonia de grado.

Cancelación de matrícula. Por violación del manual de convivencia por faltas excesivamente grave o por haberse agotado todo el proceso anterior.

1.12. ESPACIOS RECREATIVOS.

El centro educativo ofrece a sus estudiantes el patio de juego que le permiten momentos de diversión, esparcimiento y aportan un mejor desarrollo a nivel corporal, cognitivo y social.

Comportamientos generales.

- ❖ Dirigirnos al lugar en orden y disciplina.
- ❖ Asistir con el docente encargado.
- ❖ Dejar el lugar limpio y organizado.
- ❖ Respetar las normas establecidas.



- ❖ Cuidar los enseres y materiales del lugar.
- ❖ No comer al utilizar el espacio.
- ❖ Evitar juegos bruscos.
- ❖ Avisar oportunamente daños o deterioros del lugar que puede perjudicar el uso de este u ocasionar accidente a los niños.

CAFETERÍA.

- ❖ Demostrar modales de respeto en la cafetería.
- ❖ Consumir los alimentos sin regarlos en el piso o salones.
- ❖ No jugar, empujar o fastidiar a los compañeros.
- ❖ Saludar, despedirse y agradecer el servicio prestado en la cafetería.
- ❖ Depositar la basura en las canecas establecidas.

1.13. UNIFORME INSTITUCIONAL

Niños básica primaria y preescolar de diario

- ❖ Pantalón azul con bota recta y suelta.
- ❖ Saco azul institucional con el escudo del colegio.
- ❖ Medias azules, color del pantalón.
- ❖ Polo blanco con el escudo del colegio.
- ❖ Zapatos negros de cuero línea escolar.

Nota: se sugiere camisita interna blanca.

Niñas básica primaria y preescolar de diario.

- ❖ Jardinera azul institucional.
- ❖ Saco azul institucional con el escudo del colegio.
- ❖ Medias azules, color de la jardinera.
- ❖ Zapatos negros de cuero línea escolar.
- ❖ Polo blanco con el escudo del colegio.

Nota: accesorios en la cabeza con los colores institucionales del uniformen nada de maquillaje, y uñas sin color.

Uniforme de educación física para preescolar y básica primaria.

- ❖ Sudadera con el logo institucional, color azul, franja naranja y blanca. La sudadera debe ser de bota recta y suelta.
- ❖ Polo blanco con el escudo del colegio.
- ❖ Tenis de atadura totalmente blancos, lisos y sin adornos.
- ❖ Medias totalmente blancas deportivas institucionales.





1.14. HORARIO DE CLASES

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
7:15 a 8:05	Cuarto		Primero	Tercero	Primero
8:05 a 8:55	Primero	8:15 a 9:15 Jardín		8:15 a 9:15 Pre jardín	8:15 a 9:15 Transición
8:55 a 9:45	9:45 a 10:45 Pre jardín				
10:15 a 11:05				Quinto	Segundo
11:05 a 11:40	10:45 a 11:45 Transición		10:45 a 11:45 Transición	Cuarto	Jardín
2:15 a 3:05	Segundo	Quinto	Pre jardín	Jardín	
3:35 a 4:30	Tercero		Segundo		

1.15. LEY DEL MENOR

LEY 1098 DE 2006 (noviembre 8) por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia.

1.15.1. CAPITULO I

Principios y definiciones

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

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

Artículo 3°. Sujetos titulares de derechos. Para todos los efectos de esta ley son sujetos titulares de derechos todas las personas menores de 18 años. Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 34 del Código Civil, se entiende por niño o niña las personas entre los 0 y

1.15.2. CAPITULO II

Derechos y libertades

Artículo 17. Derecho a la vida y a la calidad de vida y a un ambiente sano. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a la vida, a una buena calidad de vida y a un ambiente sano en condiciones de dignidad y goce de todos sus derechos en forma prevalente.

artículo 18. Derecho a la integridad personal. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a ser protegidos contra todas las acciones o



conductas que causen muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico.

Artículo 19. Derecho a la rehabilitación y la resocialización. Los niños, las niñas y los adolescentes que hayan cometido una infracción a la ley tienen derecho a la rehabilitación y resocialización, mediante planes y programas garantizados por el Estado e implementados por las instituciones y organizaciones que este determine en desarrollo de las correspondientes políticas públicas.

1.15.3. CAPITULO III

Obligaciones de la familia, la sociedad y el Estado

Artículo 38. De las obligaciones de la familia, la sociedad y el Estado. Además de lo señalado en la Constitución Política y en otras disposiciones legales, serán obligaciones de la familia, la sociedad y el Estado en sus niveles nacional, departamental, distrital y municipal el conjunto de disposiciones que contempla el presente código.

Artículo 39. Obligaciones de la familia. La familia tendrá la obligación de promover la igualdad de derechos, el afecto, la solidaridad y el respeto recíproco entre todos sus integrantes.

1.16. CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

Primer periodo (enero 21- marzo 30)
Enero 14-18 semana institucional
Enero 21-23 inducción de estudiantes nuevos
Febrero 1 a marzo 1 día del no bullying
Marzo 6 miércoles de ceniza
Febrero 8 capacitación salud y seguridad en el trabajo
Febrero 15 elección del personero y representante del salón
Febrero 19 encuentro de padres y correspondencia
Marzo 15 capacitación salud y seguridad en el trabajo
Marzo 21-30 prueba de calidad
Marzo 20 izada de bandera
Marzo 8 día internacional de la mujer

Segundo periodo (abril 1- junio 14)
Abril 8 entrega de informes
Abril 5 día del no bullying
Abril 12 capacitación salud y seguridad en el trabajo
Abril 11-19 semana santa
Abril 23 día del idioma
Abril 26 día del niño
Mayo 1 día del trabajo
Mayo 15 día del maestro
Mayo 23 izada de bandera
Mayo 8 encuentro de padres por correspondencia
Junio 7 día del no bullying
Junio 10-14 pruebas de calidad
Junio 17-julio 5 vacaciones 1 semestre

Tercer periodo (julio 8- septiembre 13)
Julio 10 entrega de boletines 2 periodo
Julio 20 independencia de Colombia
Julio 24 encuentro de padres por correspondencia
Agosto 7 batalla de Boyacá
Julio 12 día del no bullying

Agosto 2 día del no bullying
Septiembre 2 desempeño
Agosto 20-23 semana cultural
Agosto 15 simulacro de evaluación
Septiembre 13 amigo dulce
Septiembre 4 izada de bandera
Septiembre 9-13 pruebas de calidad

Cuarto periodo (septiembre 16- noviembre 30)
Septiembre 23 entrega de boletines tercer periodo
Octubre 7-11 receso escolar
Octubre 7 capacitación salud y seguridad en el trabajo
Octubre 31 Halloween
Noviembre 7-15 pruebas de calidad
Noviembre 5 inicio novena de navidad
Noviembre 6 acto de entrega de banderas
Noviembre 12-15 paz y salvo de estudiantes
Noviembre 27 grados
Noviembre 28 acto de clausura
Noviembre 29 aseo centro educativo
Noviembre 30 paz y salvo docentes
Diciembre 2-13 matriculas

1.17. INVENTARIO

- ❖ 27 balones de baloncesto.
- ❖ 20 balones de futbol.
- ❖ 20 balones de futbol sala.
- ❖ 80 aros 30 lazos
- ❖ 12 colchonetas de gimnasia.
- ❖ 4 colchones de gimnasia.
- ❖ 30 balones de goma.
- ❖ 150 pelotas de pequeñas de colores
- ❖ Red de voleibol
- ❖ 2 balones de voleibol.

- ❖ 2 porterías móviles de fútbol.

1.18. SALÓN DE DEPORTES

El salón de deportes de esta institución cuenta con una gran variedad de implementos deportivos, lo cual facilita la enseñanza de los diferentes deportes y la ejecución de ejercicios metodológicos, el salón es bastante amplio y cuenta con una excelente ventilación.



1.19. SÍMBOLOS INSTITUCIONALES



1.20. MATRIZ DOFA

DEBILIDADES.

La principal debilidad de la institución está en horario de clases, pues hay horas de clases que se cruzan con el descanso de los estudiantes, por ejemplo, los días lunes la clase de educación física de los estudiantes de prejardín se cruza con el descanso de los estudiantes del grado 3°, 4° y 5°, lo que dificulta la ejecución de la clase de educación física.

OPORTUNIDADES.

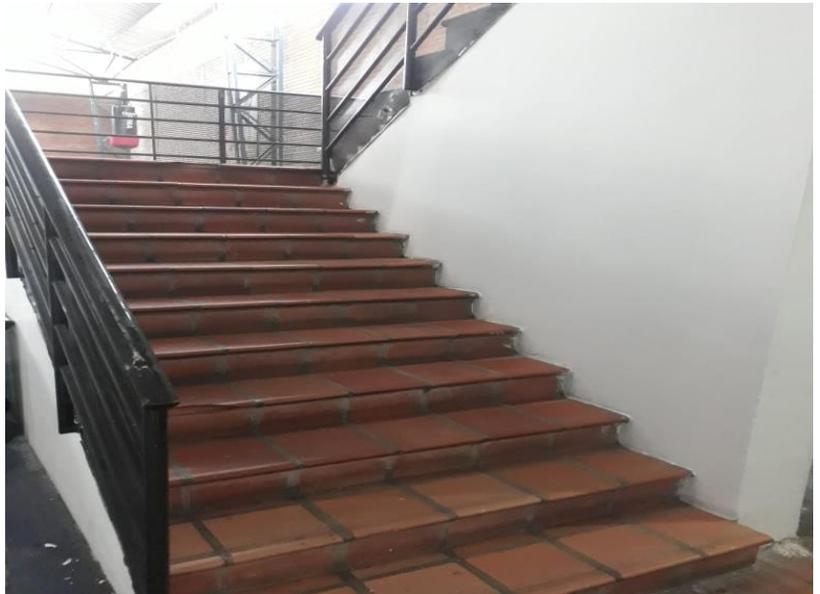
La institución brinda a los estudiantes muchos beneficios a nivel educativo, cuenta con una gran sala de informática, una sala de lectura, con los salones de transición, prejardín y jardín y una cafetería, todos estos ubicados en el primer piso. Los salones de los grados 1°, 2°, 3°, 4° y 5° están ubicados en el segundo piso, también cuentan con unos baños en buen estado y una banda marcial a la cual pueden acceder los estudiantes.

FORTALEZAS.

Las principales fortalezas que presenta la institución es la infraestructura para personas con limitaciones físicas, pues cuenta con una rampa para que estudiantes con sillas de ruedas puedan acceder al segundo piso, los baños para los niños y niñas de la institución están adecuados para la edad que ellos tienen los orinales de los niños de prejardín, jardín y transición están a una altura adecuada para ellos al igual que el de los grados de primaria.

AMENAZAS.

La institución presenta en la cancha de deportes una estructura metálica que puede afectar la integridad física de los estudiantes, también las los aros de la cancha de baloncesto están mal ubicadas pues para lanzar, los estudiantes deben pisar un desnivel que presenta el piso lo que puede generar una lesión. El salón de deportes presenta dos ventanas grandes las cuales son de vidrio por lo que no permite que los estudiantes jueguen fútbol o baloncesto con total libertad pues por el temor de romper estas ventanas.





2. CAPÍTULO II

2.1. PROPUESTA PEDAGÓGICA

Titulo.

Judo como herramienta pedagógica para mejorar las capacidades físicas básicas en los estudiantes de la institución educativa COMFAORIENTE-PAMPLONA.

DQS is member of:





2.2. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA:

2.2.1. OBJETIVO GENERAL.

Mejorar las capacidades físicas básicas por medio del deporte del judo orientando a la disciplina de los estudiantes de los grados 4° y 5° de primaria de la institución educativa COMFAORIENTE-PAMPLONA.

2.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- ❖ Emplear ejercicios que favorezcan el desarrollo del aparato motor de los estudiantes de los grados 4° y 5°.
- ❖ Aprender a conocerse a sí mismo y dominar su propio cuerpo.
- ❖ Desarrollar las habilidades físicas básica por medio del judo.
- ❖ Estimular el pensamiento táctico de los estudiantes para ser más eficaces al momento de realizar las técnicas de judo.
- ❖ Transmitir y enseñar valores por medio del judo para mejorar la disciplina de los estudiantes.

2.3. Descripción del problema.

El planteamiento de este problema toma como eje principal las capacidades físicas básicas, después de hacer un diagnóstico mediante la observación directa se pudo evidenciar que muchos estudiantes de los grados 4° y 5° de primaria presentaban muchas falencias en sus capacidades físicas como lo es el caso de la fuerza, resistencia y velocidad. Para realizar el diagnóstico de estos estudiantes se realizaron una serie de juegos y ejercicios en los cuales se colocan a prueba sus capacidades físicas y la gran mayoría presentaron poca resistencia física al momento de realizar un circuito en el cual tenían que hacer ejercicios físicos de fuerza, velocidad y resistencia. Teniendo en cuenta que las capacidades físicas son muy importantes para nuestro desarrollo físico se toma el judo como una herramienta que permita mejorar estas capacidades, pues es un deporte en el cual se involucran todas nuestras capacidades físicas y también nos permite mejorar en nuestra disciplina.

Para Mengucci (2003). La preparación física, es esa parte del entrenamiento en la cual se trata de poner en forma física al deportista, aprovechando sus aptitudes naturales y desarrollando sus cualidades físicas por medio de ejercicios sistemáticos y graduales que posibiliten la adaptación del cuerpo a un trabajo específico y obtener el máximo rendimiento deportivo posible.

Se toma el judo pues es una actividad deportiva en la cual se involucra todo nuestro cuerpo, por estar siempre en movimiento, y se constituye como un deporte en el cual las capacidades físicas ocupan un lugar muy destacado. También conlleva una disciplina muy estricta para el deportista pues el respeto hacia sus compañeros y sus entrenadores es uno de los ejes principales de esta disciplina deportiva. Por ser un deporte exigente debido a su alta exigencia física y el contacto físico con el oponente, los que practican este deporte deben poseer, entre otras características: concentración, precisión, autocontrol y una alta precisión en sus cualidades tanto coordinativas como condicionales, entre las condicionales tenemos: resistencia, velocidad y fuerza. Entre las coordinativas: flexibilidad,

coordinación y equilibrio. Esto hace del judo un deporte muy completo por este motivo se toma como herramienta para mejorar las capacidades físicas.

2.4. Justificación

Las capacidades físicas han ido tomando gran importancia a lo largo de la historia por su realidad en nuestro entorno social, ya sea por la necesidad de tener un estado de salud óptimo, una mejor condición física para poder realizar un deporte, incluso para poder desarrollar actividades de nuestra vida diaria, todo esto requiere un mínimo desarrollo de las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad). Por este motivo se busca que los niños y niñas en edad escolar comiencen a realizar actividades que mejoren estas capacidades físicas de forma óptima, para esto se utiliza un deporte como el judo que tiene muchos estudios científicos en los cuales se evidencia un gran desarrollo de estas capacidades en las personas que lo practican siguiendo los métodos y planes de entrenamiento.

Según E.J. Martínez López (2003), al referirse sobre el concepto de calidad física como algo que puede medir o estimar un rendimiento, constituye un error ya que, en este caso, se debería hablar de capacidades físicas, pues estas son modificables, aprendidas o mejoradas con el entrenamiento o trabajo físico. Tal vez sería equivocado hablar de medir las cualidades físicas sin tener en cuenta el aspecto cualitativo. En este sentido y atendiendo a las expresiones anteriores se propone utilizar como conceptos básicos: capacidades físicas, capacidades perceptivas y cualidades socio-motrices.

Se debe tener en cuenta que los sistemas de entrenamiento han tenido una gran evolución desde que se confirmó que mejorar las capacidades físicas es indispensable para lograr un rendimiento excelente. Teniendo en cuenta que esto es aplicable para deportistas de nivel competitivo, pero para los estudiantes de un centro educativo se va a implementar el judo como una herramienta pedagógica para mejorar estas capacidades físicas desde una

orientación Educativa y Lúdica del movimiento y debe estar basado fundamentalmente en la Salud del estudiante.

Conociendo las necesidades, capacidades y las posibilidades de los estudiantes, los tiempos de descansos y la progresión que se llevara día a día en los planteamientos de los ejercicios físicos y los juegos metodológicos, y como estos afectaran al organismo, cuáles son los ejercicios que se pueden aplicar y cuales hacemos aun lado.

En términos generales al tener un apropiado desarrollo las capacidades físicas van a ayudar en el desarrollo integral de los estudiantes, va a mejorar la salud de ellos en el presente y en su futuro, al igual que su calidad de vida.

2.5. Población

La población con la cual se realizara la propuesta pedagógica será a los estudiantes de la institución educativa COMFAORIENTE-PAMPLONA, la muestra serán los estudiantes de los grados 4° y 5°, en el grado 4° hay un total de 13 estudiantes en entre los que se encuentran 9 niños y 4 niñas, y en el grado 5° hay un total de 24 estudiantes entre los que se encuentran 15 niños y 9 niñas, para un total de 37 estudiantes con una edad promedio de 13 años.

GRADO 5°		GRADO 4°	
Niños	15	Niños	9
Niñas	9	Niñas	4
Total	24	Total	13

2.6. MARCO CONCEPTUAL.

JUGORO KANO Y EL JUDO (1860-1938)

El 18 de octubre de 1860, en Mikage, distrito de higo Japón, nació Jigoro Kano, tercer hijo de la familia Kano, que era descendiente de Samurais, por esta época en Japón el emperador Hito había prohibido el uso de las armas blancas (cuchillos, puñales, cimitarras, sables, katanas, etc.) y como consecuencia de esto se produce un gran auge en las prácticas de las luchas cuerpo a cuerpo.

Aprendió sus primeros conocimientos de Jiu Jitsu con el maestro Teinisigo Yagi, a la edad de 17 años. Después estudio este arte en la escuela TENSIN SIMIO y en la de Kito percatándose de los secretos ambas. Es por esto que Jigoro Kano, alumno de la Escuela de Ciencias de Estética y Morales, comienza de manera más profunda la práctica del Jiu-Jitsu con el profesor Fokuda. El joven Kano media aproximadamente 1,50 metros y pesaba unos 48,5 kg, a causa de su falta de corpulencia, decidió comenzar la práctica de un arte marcial que lo beneficiaría físicamente y a la vez le proporcionaría medios de seguridad, ya Kano conocía varios estilos de lucha cuerpo a cuerpo y de artes marciales, pero sus inquietudes lo llevaron a crear un estilo de lucha cuerpo a cuerpo a cuerpo con un traje que el mismo hizo. A este estilo de lucha le coloco el nombre de JUDO que significa SENDERO DE LA FLEXIBILIDAD.

Jigoro Kano baso este estilo de lucha en la recopilación de elementos de menos brutales que los de estilos practicados anteriormente. Escoge técnicas eficaces, cuya aplicación por el practicante no implica consecuencias mayores, además crea y perfecciona un grupo de caídas que facilitan la práctica de este deporte.

Fundo su escuela llamada KODOKAN que quiere decir ESCUELA PARA ESTUDIAR LA VIA, el judo fue enseñado por primera vez en 1882, a partir de los finales del siglo XIX el judo fue extendido por todos los países y hoy en día se conoce en todos los países del mundo.

Como nace el nombre del JUDO, como había emanado del Ju-Jitsu, Jigoro kano adopto ese nombre para el primer vocablo JU, que expresa SUAVIDAD, como ha quedao dicho, y le anexo otro, DO, que quiere decir SENDERO o CAMINO. El termino completo del JUDO significa “camino o sendero de la suavidad”

El judo es una disciplina que está avalada por la UNICEF, como arte marcial educativa para el desarrollo de los niños, la cultura física, los patrones básicos de conducta, la habilidad sicomotora y el crecimiento personal y social. Su practica la puede hacer desde la edad de 4 años hasta que la persona lo desee, después que un practicante de judo inicia las clases y empieza a sentir la verdadera filosofía y el encuentro de la máxima “ceder para vencer”, aplicando “máxima eficacia con el mínimo esfuerzo” (sei ryoku zen yo) y el de “prosperidad y beneficios mutuos” (jita kyoei). El primer indica que hay que hacer uso eficiente de las energías físicas y espirituales de cada uno, no solo antes situaciones de combate sino aplicando al desarrollo personal. El segundo principio señala que alcanzar el dominio esencial del judo exige, además de un uso eficiente de la energía, orden y armonía entre todos los miembros del grupo.

CAPACIDADES FISICAS.

J. Weineck (1995) “Define como formas de sollicitación motriz o cualidades que determinan la condición física que se derivan de procesos energéticos: la resistencia general, la fuerza y la velocidad y las que se derivan de procesos de regulación y control: la movilidad y la destreza”

Se definen como las características individuales de la persona, determinantes en la condición física, se fundamentan en las acciones mecánicas y en los procesos energéticos y metabólicos de rendimiento de la musculatura voluntaria, no implican situaciones de elaboración sensorial complejas. En el conjunto de los componentes de la motricidad, las capacidades físicas son las más fácilmente observables, se caracterizan por que se pueden medir, pues se concretan en función de los aspectos anatómico funcionales, además se pueden desarrollar con el entrenamiento y

la práctica sistemática y organizada del ejercicio físico. Constituyen el grupo de las capacidades físicas la resistencia, fuerza, velocidad y la movilidad, la siguiente estructura muestra una clasificación general.

Fuerza

La fuerza, como cualidad física, es la capacidad de ejercer tensión contra una resistencia. Esa capacidad depende esencialmente de la potencia contráctil del tejido muscular (Morehouse, L. y Millar, A., 1986; Mirella, R., 2002; Vella, M., 2007). Dicha

resistencia puede ejercerla el propio cuerpo en pugna contra la gravedad (dar un salto, elevarse suspendido de una barra) o contra un objeto (levantar peso, remar, pedalear). Según las distintas formas de vencer una resistencia, la fuerza puede clasificarse de diferente manera. Aunque existen diversas clasificaciones, mencionaremos dos enfoques básicos, que se ajustan a las características del ámbito de la Educación Física. La fuerza puede ser: máxima, fuerza-velocidad y fuerza-resistencia. La fuerza máxima es la mayor expresión de fuerza que puede desarrollar un músculo o grupo muscular, al vencer resistencias que se encuentran en el límite de su capacidad. La fuerza-velocidad es la capacidad de realizar un movimiento venciendo una resistencia no máxima, a la máxima velocidad. La fuerza-resistencia es la capacidad del músculo de soportar una acción repetida y prolongada en el tiempo (González, J.J. y Gorostiaga, E., 1995; Manno, R., 1999; De la Reina, L. y Martínez de Haro, V., 2003).

Resistencia

Desde la perspectiva de la Educación Física, la resistencia es la capacidad de realizar un esfuerzo de mayor o menor intensidad durante el mayor tiempo posible (Morehouse, L. y Millar, A., 1986). También puede considerarse una cualidad fisiológica múltiple, como la capacidad que tiene una persona para soportar la fatiga, en los planos anatómico, biológico, cerebral, etc. Según el tipo de actividad que se efectúe, se puede hablar de resistencia a la velocidad, resistencia a la fuerza, etc. (Mirella, R., 2002). La

resistencia se divide en dos grandes apartados: resistencia general, orgánica o aeróbica, y resistencia local, muscular o anaeróbica (Platonov, V. y Bulatova, M., 1993; Navarro, F., 1998; Zintl, F., 1991; De la Reina, L. y Martínez de Haro, V., 2003). La resistencia aeróbica es la capacidad del organismo que permite prolongar el mayor tiempo posible un esfuerzo de intensidad media. Existe un equilibrio entre el aporte y el consumo de oxígeno. Como la fatiga es una sensación de falta de oxígeno, ésta no se percibe a excepción de los primeros minutos, mientras dura la adaptación del organismo al ejercicio. Después de la adaptación, sobreviene un estado de equilibrio que puede prolongarse durante mucho tiempo, hasta que falten los nutrientes necesarios en el organismo. Este es el principio de la carrera de maratón, paradigma del trabajo de resistencia. La resistencia anaeróbica es la capacidad del organismo de resistir una elevada fatiga (falta de oxígeno), manteniendo un esfuerzo intenso el mayor tiempo posible, pese al progresivo aumento de la toxicidad generada por este tipo de trabajo (Zintl, F., 1991).

Velocidad

La velocidad se define en Educación Física como la capacidad de hacer uno o varios movimientos en el menor tiempo posible (Zaciosrskij, V.M., 1968). Aunque son diversas las definiciones que se dan de ella de acuerdo con el factor predominante, se puede hablar de velocidad de traslación de todo el cuerpo, de velocidad de una o varias partes del cuerpo –segmentaria– y de velocidad de reacción para ponerse en movimiento. En cualquier acto motor de velocidad se suceden estas tres fases: concepción de la imagen motriz, transmisión del impulso por el sistema nervioso, y ejecución del movimiento (Grosser, M., Starischka, S. y Zimmermann, E., 1988; De la Reina, L. y Martínez de Haro, V., 2003). En la velocidad de traslación (carrera) se tiene en cuenta la amplitud de la zancada, la frecuencia con que se realiza la impulsión y la resistencia a la velocidad o capacidad de mantener la máxima velocidad durante el mayor tiempo posible. La *velocidad de reacción* viene determinada por el menor tiempo que transcurre entre la aplicación de un estímulo a la obtención de una respuesta motora. También tendríamos que contemplar la velocidad en la toma de decisión de una determinada acción (Generelo y Tierz, 1994 citado en De la Reina, L. y Martínez de Haro, V., 2003).

Flexibilidad

Ateniéndonos al ámbito de la Educación Física, la flexibilidad es la cualidad que permite el máximo recorrido de las articulaciones en posiciones diversas, permitiendo al individuo realizar ejercicios que requieren gran agilidad y destreza (Álvarez del Villar, C., 1985). Su base está en la movilidad articular y en la extensibilidad y elasticidad muscular y tendinosa. La flexibilidad puede venir dada por la constitución de la persona, por la edad y por el sexo. Hay sujetos que poseen una capacidad de movilidad articular enorme, sin haberse sometido a entrenamientos. En el otro extremo existen personas muy rígidas que, a pesar del entrenamiento, no logran nunca buenos resultados. En general, las mujeres tienen más flexibilidad que los hombres, y los niños más que los adultos (Einsingbach, T., Klümper, A. y Biedermann, L., 1989). La flexibilidad está considerada como uno de los factores característicos de la juventud.

Disciplina

García (1994) expresa que una de las funciones de la disciplina es crear una forma de trabajo en la cual las tareas o actividades planificadas para el aula pueden ser realizadas de manera más eficiente.

La disciplina es la capacidad de actuar ordenada y perseverantemente para conseguir un bien. Exige un orden y unos lineamientos para poder lograr más rápidamente los objetivos deseados, soportando las molestias que esto ocasiona. La principal necesidad para adquirir este valor es la autorregulación, es decir, la capacidad de pedirse así mismo un esfuerzo extra para ir haciendo las cosas de la mejor manera. El que se sabe exigir a si mismo se hace comprensivo con los demás y aprende a trabajar y darle sentido a todo lo que hace. La disciplina es indispensable para que se opte con persistencia por el mejor de los caminos, es decir, por el que va a dictar una conciencia bien formada que se sabe reconocer los deberes propios y se pone en marcha para actuar.



3. Capítulo III

Informe de los procesos curriculares

DQS is member of:



3.1. Diseño (cronograma de actividades)

SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE
<p>Jueves 5</p> <p>Conceptualización (historia del judo, regla generales y vestuario)</p>	<p>Jueves 3</p> <p>Caídas (ukemis)</p> <p>Caída hacia delante (Akemi mae) Caída hacia atrás (ukemi uchiro) Caída hacia la derecha (ukemi migi) Caída hacia la izquierda (ukemi idari)</p>	<p>Jueves 31</p> <p>Técnicas de hombro y brazo (te waza)</p> <p>Ejercicios metodológicos (Seoi otoshi (golpe de hombro caído)</p>
<p>Jueves 12</p> <p>Saludos en judo y como realizarlos.</p>	<p>Jueves 10</p> <p>Desequilibrios (kuzushi)</p> <p>Desequilibrio hacia atrás (kuzushi uchiro) Desequilibrio hacia delante (kuzushi mae) Desequilibrio hacia la derecha (kuzushi migi) Desequilibrio hacia la izquierda (kuzushi idari)</p>	<p>Jueves 7</p> <p>Técnicas de pie (ashi waza)</p> <p>Ejercicios metodológicos O soto gari (gran ciega externa)</p>
<p>Jueves 19</p> <p>Posiciones</p> <p>Posición natural (shizen tai) Posición defensiva (jigo tai)</p>	<p>Jueves 17</p> <p>Circuito de acondicionamiento físico.</p> <p>Fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.</p>	<p>Jueves 14</p> <p>Técnicas de proyección en posición echada (sutemi waza)</p> <p>Tomoe nage (proyección en círculo)</p>
<p>Jueves 26</p> <p>Desplazamientos</p> <p>Derecha (migi) Izquierda (idari) Atrás (uchiro) Delante (mae)</p>	<p>Jueves 24</p> <p>Técnicas de cadera (koshi waza)</p> <p>Ejercicios metodológicos Kubi nage (proyección tirando del cuello)</p>	

3.2. Evidencias

3.2.1. Conceptualización

Tema: historia del judo, regla generales y vestuario

Descripción: Lo primo que se realizó en la primera intervención con los estudiantes de los grados 5° y 4° de primaria, fue la conceptualización de lo que se trabajaría en la propuesta pedagógica que en este caso sería el judo. Se comenzó con la historia del judo, quien fue su creador, la evolución que ha tenido, cuando fue su primera intervención en los juegos olímpicos, etc. Después se les explico el vestuario, color de los uniformes, las medidas de los uniformes, color de los cinturones, también se les explico las reglas a nivel general del judo, medidas del tatami, ubicación de los jueces, como se descalifican a los luchadores. La primera intervención fue teórica.



3.2.2. Saludos (REY)

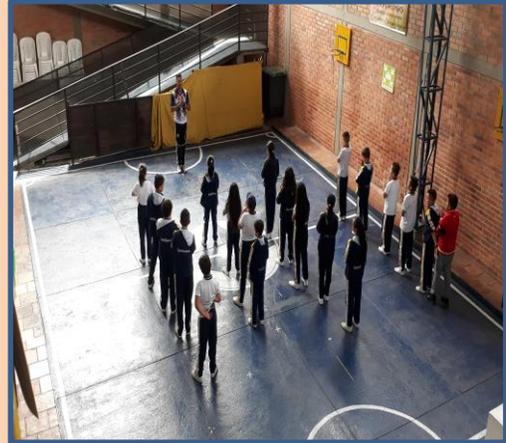
Tema: Saludo ZA REI (Saludo de rodillas), Saludo RITSU REI (Saludo de pie).

Descripción: Saludo ZA REI (Saludo de rodillas):

Primero se flexiona atrás el pie izquierdo y seguidamente el pie derecho. Posteriormente se pone un pie encima del otro, de manera que se cruzan atrás y se apoyan los glúteos en los talones. Las manos están encima de los cuádriceps, con las palmas mirando hacia abajo, y cuando se flexiona el tronco se desliza hasta apoyarse en suelo.

Saludo RITSU REI (Saludo de pie): El cuerpo debe estar recto, con los brazos pegados al cuerpo, y los pies juntos (con una mínima separación de las puntas hacia fuera). Se realiza una semiflexión del tronco manteniendo la mirada hacia el frente, y las manos se deslizan por los muslos, se mantiene unos segundos y se vuelve a la posición inicial.

En la segunda intervención de la propuesta pedagógicas se les enseñó los saludos que se realizan en judo y como se realizan, lo primero que se realizó fue la explicación de los diferentes saludos y su respectiva pronunciación en japones y en español. Los saludos que se les enseñó fueron: rey, ritsu rey, za rey, sensei ni rey. Después de que los estudiantes se aprendieran la pronunciación se les enseñó la posición para realizar los saludos. Cuando los estudiantes ya tenían dominado las posiciones y la pronunciación, iban pasando uno por uno a realizar los saludos que el maestro les preguntara.

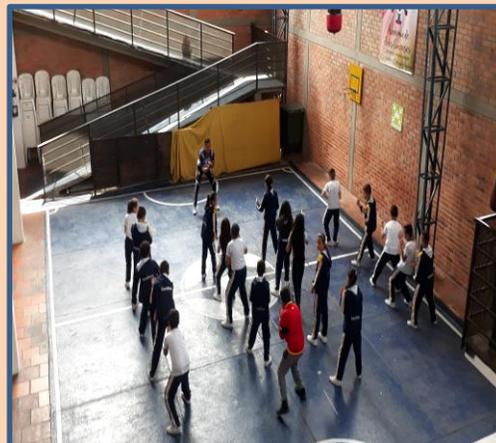


3.2.3. Posiciones (SHISEI)

Tema: Posición natural (shizen tai) y Posición defensiva (jigo tai)

Descripción: SHIZEN TAI. es una postura relajada, erguida, con una separación de los pies aproximada la anchura de los hombros, los brazos extendidos a los lados del cuerpo de forma relajada. JIGO TAI. Es una postura defensiva en la que la distancia de los pies es aproximadamente el doble de la anchura de los hombros. Las piernas flexionadas ligeramente para bajar el centro de gravedad de nuestro cuerpo y las manos pasan a estar encima de nuestros muslos, tensando el abdomen y manteniendo la espalda recta.

En la tercera intervención se les enseñó a los estudiantes las posiciones en judo, la posición natural y la posición defensiva. Lo primero que se les enseñó fue las posiciones, para esto se utilizó un juego metodológico el cual consistía en que los estudiantes se movilizaran en diferentes posiciones, cuando el maestro dijera 1 ellos realizaban la posición natural, si decía 2 los estudiantes realizaban la posición defensiva. Una vez los estudiantes mecanizaran las posiciones el maestro los organizaba en hileras y les enseñaba la pronunciación en japonés y español, después cuando el maestro dijera el nombre de la posición los estudiantes debían realizar la posición.



3.2.4. Desplazamientos (SHINTAI)

Tema: AYUMI ASHI (Alternando los pies). SUGI ASHI (Siguiendo un pie siempre al otro)

Descripción: En la cuarta intervención se les enseñó a los estudiantes los tipos de desplazamientos en judo. Para esto se organizaron a los estudiantes en hileras, después se les pedía que se colocaran en posición defensiva, cuando los estudiantes estaban en posición defensiva se les pedía que se desplazaran hacia delante sin despegar los pies del suelo, después se les decía que se desplazaran hacia atrás de la misma manera que lo hicieron hacia delante, lo mismo para desplazarse hacia la derecha y hacia la izquierda. Cuando los estudiantes ya tenían dominado los desplazamientos se les enseñó la pronunciación de cada desplazamiento, después el maestro les decía hacia donde se tenían que desplazar, pero lo decía en japonés y los estudiantes lo realizaban manteniendo la posición defensiva en cada desplazamiento.



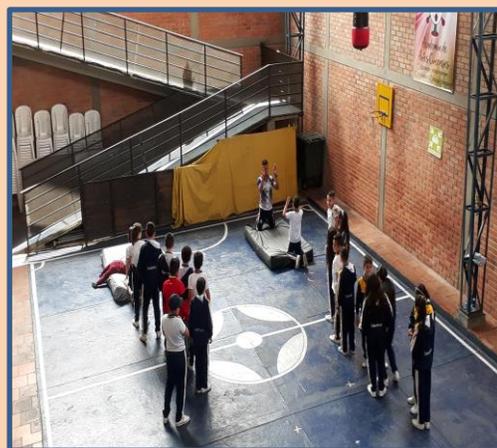
3.2.5. Caídas (ukemis)

Tema: USHIRO-UKEMI. Caída hacia atrás. YOKO-UKEMI. (Migi o Hidari) Caída de costado, derecha o izquierda. MAE-UKEMI. Caída hacia delante.

Descripción: para la quinta intervención en la práctica profesional se trabajó los tipos de caídas que hay en judo, para esto se comenzó haciendo un calentamiento y movilidad articular. Después de realizar esto se comenzó por enseñar los ejercicios metodológicos para las caídas.

El primer ejercicio que se enseñó fue para la caída hacia delante, el cual consistía en arrodillarse en la colchoneta y colocar los brazos al frente y flexionarlos, después se dejaban caer, después era en posición de cuchillas y por último la caída hacia delante. Después se realizó la caída hacia atrás con un ejercicio similar al de la caída hacia delante, por último, se enseñó las caídas laterales.

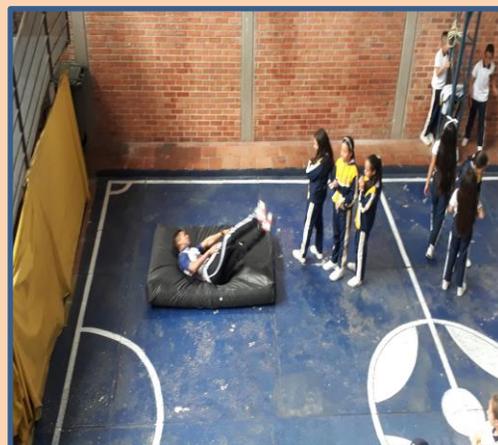
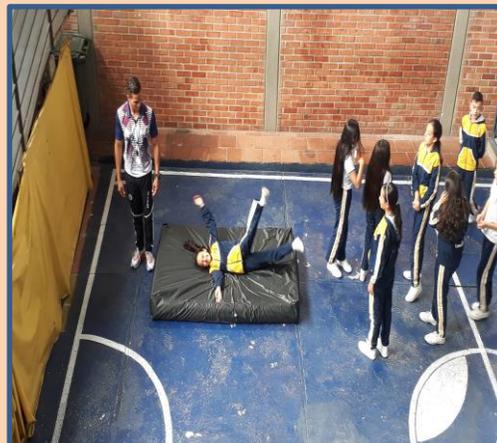
Cuando los estudiantes ya tenían mecanizadas las caídas iban pasando uno por uno a realizar cada una de las caídas.



3.2.6. Desequilibrios (kuzushi)

Tema: kuzushi

Descripción: en esta clase el tema de trabajo fueron los desequilibrios en judo. Lo primero que se enseñó fue el desequilibrio hacia delante, después el desequilibrio hacia atrás y los desequilibrios laterales. Después se practicó varias veces estos desequilibrios, pasaban dos estudiantes a la colchoneta, un estudiante hacía de uke y otro de tori, Tori se desplaza y aprovecha este desplazamiento para colocar a Uke en desequilibrio, esto se realizaba con el fin de colocar en práctica los desequilibrios y los tipos de caídas que se habían enseñado en la clase anterior.



3.2.7. Circuito de acondicionamiento físico.

Tema: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.

Descripción: para esta clase se realizó un circuito de acondicionamiento físico, con ejercicios de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.

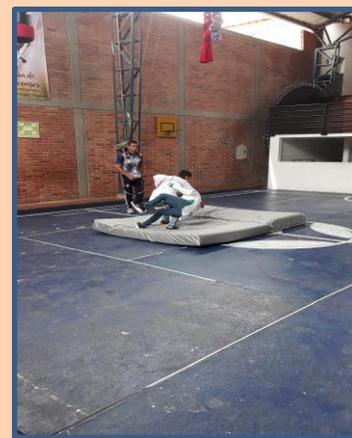
Se dividieron a los estudiantes en grupos, cada grupo estaba ubicado en una estación determinada y en cada una de ellas se realizaban un trabajo distinto. Los estudiantes realizaban 30 segundo de trabajo y 30 segundos de descanso, mientras descansaban rotaban hacia la otra estación, en total eran 4 estaciones, en la primera tenían que realizar ejercicios de velocidad, en la segunda tijeras con saltos, en la tercera abdominales y la última era un ejercicio de fuerza a nivel del tren superior, todo esto tenían que repetirlo 4 veces.



3.2.8. Técnicas de cadera (koshi waza)

Tema: Ejercicios metodológicos, Kubi nage (proyección tirando del cuello)

Descripción: en esta clase se comienzan a realizar las técnicas de proyección, en este caso se comenzó por realizar la técnica de cadera, para ello se realizó un ejercicio metodológico el cual consistía en hacer parejas de la misma estatura, después se colocaban uno al frente del otro, tori realizaba dos pasos y luego se giraba para quedar de espaldas a uke, cuando estaba de espaldas, lo tomaba del cuello y lo desequilibraba, esto lo repetía 5 veces cada estudiante. Una vez se mecanizaba este movimiento los estudiantes pasaban a sus colchonetas a realizar este mismo ejercicio, pero ahora le agregaban la proyección para poder derribar a su rival. Después de realizar estos dos ejercicios metodológicos los estudiantes pasaban a realizar la técnica de cadera.



3.2.9. Técnicas de hombro y brazo (te waza)

Tema: Ejercicios metodológicos, Seoi otoshi (golpe de hombro caído)

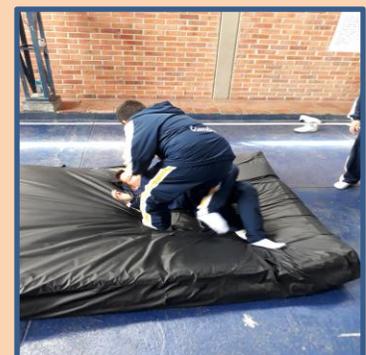
Descripción: para esta clase se realizó la técnica seoi otoshi, para realizarla lo primero que se realizó fue un ejercicio metodológico, el cual consistía en formar parejas del mismo tamaño, después se colocaban uno al frente del otro, estando en esta posición uno de los estudiantes hacía de tori y otro de uke, tori en este caso daba dos pasos, cuando daba el segundo paso se giraba para quedar de espaldas a uke, después se arrodillaba y lo desequilibraba. En el siguiente ejercicio se realizaban los mismos pasos que en el primer ejercicio, pero se agregaba la proyección de uke, una vez se mecanizaba el movimiento de la proyección, los estudiantes iban pasando con su pareja a ejecutar la técnica de hombro y brazo SEOI OTOSHI.



3.2.10. Técnicas de pie (ashi waza)

Tema: Ejercicios metodológicos, O soto gari (gran ciega externa)

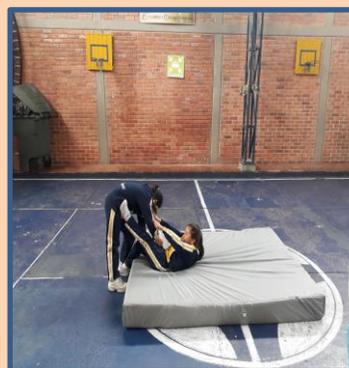
Descripción: para esta clase se enseñó la técnica de pie O soto gari (gran ciega externa), primero se llevó a cabo un ejercicio metodológico, el cual consistía en hacer parejas, después se colocaban uno al frente del otro, estando en esta posición uno de los estudiantes hacía de tori y otro de uke, tori en este caso daba dos pasos, cuando daba el segundo paso desequilibraba a uke y pasaba su pie derecho por detrás del pie derecho de tori, cada estudiante repetía este ejercicio 5 veces. Después se realizaba el mismo ejercicio, pero se agregó la proyección de tori a uke, una vez que los estudiantes mecanizaron el movimiento de la técnica O SOTO GARI, pasaban cada uno con su pareja a realizar la ejecución de dicha técnica.



3.2.11. Técnicas de proyección en posición echada (sutemi waza)

Tema: Tomoe nage (proyección en círculo)

Descripción: para la última clase se enseñó la técnica Tomoe nage. Para los ejercicios precompetitivos se organizaron a los estudiantes en parejas del mismo tamaño, después cada pareja se colocó en su respectiva colchoneta. El primer ejercicio precompetitivo fue el desequilibrio de uke, el estudiante que hace de tori desequilibra a uke, lo agarra y da tres pasos hacia atrás y lo hala hacia él. El otro ejercicio que se realizó fue el del pie a un lado de la pelvis, después de hacer el desequilibrio de uke, tori coloca su pie a un lado de la pelvis de uke y lo vuelve a bajar. Lo último que se realizó fue la proyección de tori a uke, los estudiantes se colocaban al frente de la colchoneta y realizaban los ejercicios precompetitivos y cuando tori tenía su pie en la pelvis de uke, se colocaba en posición cubito dorsal y lanzaba a uke ayudándose de con el impulso de su cuerpo y el pie que tiene en la pelvis de su rival.





3.3. Evaluación

Resultados.

Después de las semanas de trabajo con los estudiantes de grados 4° y 5° de primaria se pudo observar una gran mejoría en su disciplina y sus capacidades físicas. Los estudiantes mejoran el respeto hacia sus compañeros se evidencio el compromiso con las horas de trabajo, llevaban los implementos que se les pidió en la primera clase (medias, agua y la chaqueta del uniforme), el vocabulario también mejoro ya no utilizaban palabras coloquiales y apodos para relacionarse con sus compañeros. En la parte física mejoran en relación a su fuerza, resistencia y velocidad de reacción, en las 3 primeras semanas los estudiantes se cansaban apenas con el calentamiento, no eran capaces de realizar 3 flexiones de pecho, sentadillas, ejercicios y juegos de velocidad, al terminar este proceso los estudiantes ya terminaban las clases en buena condición física, mejoran mucho en la ejecución de ejercicios de fuerza, velocidad y resistencia.

En la parte de judo, los estudiantes realizaron todos los ejercicios metodológicos de una buena manera y con una buena técnica, al realizar la ejecución de las técnicas realizaban los cuidados preventivos para evitar lesiones, y lo mejor fue que durante las clases de judo siempre de mantuvo el orden y la disciplina.



4. Capitulo IV

ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

DQS is member of:



FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIAS
20 DE SEPTIEMBRE	DIA DEL AMOR Y AMISTAD	
31 DE OCTUBRE	DIA DEL NIÑO	
8 DE NOVIEMBRE	ENTREGA DE LOS SIMBOLOS INSTITUCIONES DEL GRADO 5° A 4°	



<p>15 DE NOVIEMBRE</p>	<p>CULMINACION DE ACTIVIDADES ACADEMICAS</p>	
<p>14 AL 22 DE NOVIEMBRE</p>	<p>NOVENAS NAVIDEÑAS</p>	

DQS is member of:





5. Capítulo V

Formatos de evaluación

DQS is member of:





5.1. Formato autoevaluación

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL ALUMNO – MAESTRO

NOMBRE <u>Breiner Canaballo Rivera</u>	ESTUDIANTE:
CENTRO EDUCATIVO DE LA <u>Centro educativo Comfaoiente</u>	PRÁCTICA:
SUPERVISOR DE LA <u>Katherine Jairo Gómez</u>	PRÁCTICA:

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. 6
- Se le brindan facilidades administradoras y físicas para el desarrollo de la práctica. E
- El supervisor de la práctica fue un apoyo constante en el desarrollo de la propuesta pedagógica. E
- Se le da la importancia que merece el área de educación física, recreación y deportes en la institución. B
- Los recursos asignados fueron suficientes, adecuados y oportunos. E

2. De la Universidad



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

3. Formación profesional y personal.

- > A través de la práctica tuve mayor conocimiento de mis debilidades y fortalezas. E
- > La práctica me ayudo a ser autónomo en mis decisiones. E
- > Logre un sentido de pertenencia con la institución. E
- > 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 Bucinos DEL ALUMNO - MAESTRO:

FECHA: 22/NOV/2019



5.2. Formato coevaluación

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
E
- > Da a conocer sus inquietudes
E
- > 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
R
- > Es autónomo en sus decisiones
E
- > Visiona y gestiona acciones futuras
E
- > Su proyecto de área es acorde con el PEI
E

3. Organización

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



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

4. Ejecución

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

5. Control

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

NOMBRE DEL SUPERVISOR: Katherine Jaimes Gómez
FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO: [Firma]
FECHA: 14 Nov 2019



5.3. Formato plan teórico

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

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO: Breiner Camballo Rivera
SUPERVISOR: Katherine Jaimes Gómez
INSTITUCIÓN: Centro Educativo Comfocoiente
FECHA: 19 Nov 2019

ACTIVIDADES	PUNTAJE MÁXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	5
2 Unifica criterios y aclara de conceptos y dudas	5	5
3 Emplea y domina el aspecto pedagógico y metodológico	4	4
4 Usa el lenguaje técnico de la materia	2	1
5 Dosifica el tiempo	3	2
6 Lleva el material didáctico	2	2
7 Emplea bien el material didáctico	4	4
8 Emplea bien el tablero y consigna lo principal	4	4
9 Refuerza a sus alumnos	3	3
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11 Dirige y redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	3
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3
14 Se cumplió el objetivo	4	4
15 Presentación personal excelente	2	2
TOTAL	50	48

OBSERVACIONES: Se comprometió e interesó con el
centro educativo Comfocoiente de excelente
dominio en los grupos y uso
correctamente las metodologías en cada
clase.



5.4. Formato semanal

FICHA DE EVALUACIÓN DEL PLAN DE CLASE. PRÁCTICA INTEGRAL

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

ALUMNO - MAESTRO: Griner Contralío Enrta SUPERVISOR: Katherine Torres Goben
 PERIODO ACADÉMICO: Tercer y Cuarto periodo FECHA: 22 NOV 2014

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).	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05				
2. Los objetivos explícitos están bien formulados (Medibles, Observables y Alcanzables)	10	10	08	08	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10				
3. Los contenidos tienen secuencia lógica, se adaptan a l nivel del alumno y sintetizan la totalidad del tema.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10				
4. Describir las actividades del aprendizaje.	10	10	09	09	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10				
5. Seleccionar los medios de acuerdo al contenido, actividades de aprendizaje y logro del objetivo	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05	05				
6. Los mecanismos de evaluación concuerdan con objetivos, temas y actividades de aprendizaje.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10				
TOTALES	50	50	47	47	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50				



5.5. Formato nota de practica con observación

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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO Breiner Caraballo Rivera
SUPERVISOR Katherine James Gómez
INSTITUCION Centro educativo Compañerista
GRADO 4º y 5º FECHA 22 NOV 2019

ETAPAS	OBSERVACIÓN	%	NOTA	%
1 Administrativa	Colaborador	30%	4.5	1.35
2 Docente y Evaluativa	Bien docente, cumplido responsable y activo.	50%	4.9	2.45
3 Actividades extracurriculares	Participó y desarrolló con gran responsabilidad todas las actividades asignadas.	20%	4.5	0.9
	NOTA DEFINITIVA	100%		4.7

Supervisor: Katherine James Gómez
Alumno - Maestro Breiner Caraballo Rivera



5.6. Formato nota de practica absoluta

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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO Bremer Caraballo Rivera
SUPERVISOR Katherine Jairo Gómez
INSTITUCIÓN Centro educativo Compañero
CURSO 4º y 5º FECHA 22 Nov 2019

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	4.5	1.35
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	4.9	2.45
III. EXTRACURRICULAR	20%	4.5	0.9
NOTA DEFINITIVA			4.7

OBSERVACIONES ESPECIALES:

Demuestra interés por el centro educativo,
participa de todas las actividades y
fue responsable durante toda la práctica
integral.

ALUMNO - MAESTRO: Bremer Caraballo Rivera
SUPERVISOR: Katherine Jairo Gómez



6. Conclusiones

Las clases propuestas despertaron un gran interés en los estudiantes por este tipo de deportes, siempre mantuvieron las ganas por aprender las diferentes técnicas de judo, el judo fue un deporte muy interesante pues ellos nunca había prácticos un deporte de combate, en este proceso no solo se aprendió combate cuerpo a cuerpo, los estudiantes también aprendieron valores y disciplina lo cual les ayudara en su desarrollo interpersonal.

Que los próximos estudiantes que van a realizar sus prácticas profesionales en las instituciones educativas, implementemos otros deportes, pues la gran mayoría siempre implementa deportes de pelotas para realizar sus prácticas profesiones, al realizar otros deportes los estudiantes van a mostrar un mayor interés por el tema y los practicantes cambiaremos el paradigma de que la educación física solo es correr y jugar fútbol.



7. Bibliografía

http://bdigital.ula.ve/storage/pdftesis/pregrado/tde_arquivos/28/TDE-2010-05-26T10:24:01Z-1153/Publico/carmonadaniel_teranomar.pdf

<https://www.easosport.es/tecnicas-tachi-waza/>

https://www.ecured.cu/Capacidades_f%C3%ADsicas

<https://deportivasfeszaragoza.files.wordpress.com/2008/09/capacidades-fisicas-corregido.pdf>

https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/22180/5/JUDO-IdoiaMartin_Pablo_ZarcoGCAFD_2011-12.pdf

<http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/117-proceso.pdf>

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3215949.pdf>

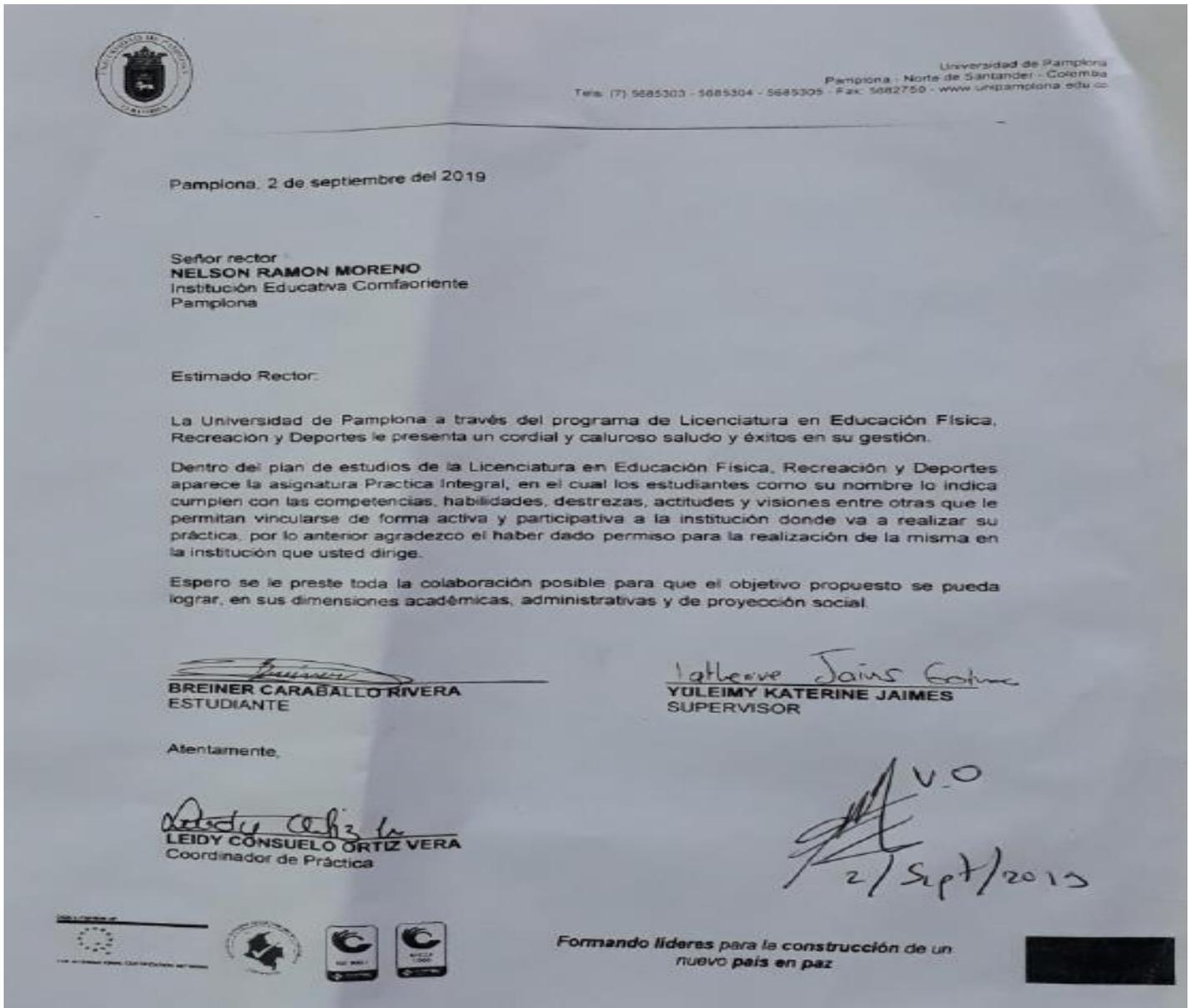
<https://personajeshistoricos.com/c-deportistas/jigoro-kano/>

<http://servicios.educarm.es/templates/portal/administradorFicheros/webquest/educacionfisica/edfisica.htm>



8. ANEXOS

carta



Día del niño batallón del ejército nacional



Cierre de actividades académicas

