



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME FINAL DE PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

“INTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL VALLE MEZA MIXTA #3”

VALLEDUPAR

ESTUDIANTE/MAESTRO:

STIGT DAVID NÚÑEZ AISLANT

1065809199

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

PAMPLONA, NORTE DE SANTANDER

2020



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME FINAL DE PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

“INTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL VALLE MEZA MIXTA #3”

VALLEDUPAR

PRESENTADO A:

Mag. LEIDY CONSUELO ORTÍZ VERA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

PAMPLONA, NORTE DE SANTANDER

2020



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INTRODUCCIÓN

El presente trabajo tiene como enfoque el desarrollo de la agilidad motriz y temporoespacial en los estudiantes de 5° de la Institución Educativa Rafael Valle Meza de la ciudad de Valledupar, debido a que, los estudiantes presentan un déficit en estas habilidades, que a su edad ya deberían tener un desarrollo más avanzado y lograr realizar las actividades propuestas con mayor facilidad en el momento de ejecutarla los ejercicios propuestos por el docente.

Mediante un diagnóstico a nivel general se pudo detectar que esta población presenta mayor debilidad en cuanto a habilidades de coordinación, velocidad, fuerza, equilibrio, flexibilidad entre otras. Este trabajo será ejecutado mediante una serie de actividades, juegos y circuitos dinámicos enfocados en el mejoramiento de las capacidades condicionales anteriormente nombradas utilizando elementos pedagógicos para su aplicación y desarrollo de la misma.

En las investigaciones realizadas por Guyton & Hall (2006), se ha demostrado que las edades entre 9 y 12 años son las más propicias para el aprendizaje motor debido al incremento acelerado del perfeccionamiento de estas capacidades. En estas edades (9-12 años), el perfeccionamiento de las capacidades coordinativas debe realizarse sobre la base de la variedad y complejidad de ejercicios con diferente finalidad y organización.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



TABLA DE CONTENIDO.

Portada	1
Contraportada.....	2
Introducción	3
Tabla de contenido.....	4
1. Capítulo I: Observación Institucional y Diagnóstico.....	7
1.1 Reseña Histórica.....	7
1.2 Proyecto Educativo Institucional (P.E.I).	8
1.3 Marco Legal.	10
1.4 Horizonte Institucional.	13
1.5 Misión.	15
1.6 Visión.	15
1.7 Principios Institucionales.	15
1.8 Filosofía.	16
1.9 Perfil.	17
1.10 Organigrama Institucional.	18
1.11 Cronograma Institucional.	19
1.11.1 Elecciones Del Gobierno Escolar.....	20
1.11.2 Actividades Pedagógicas.	20
1.11.3 Vacaciones Para Docentes y Directivos Docentes.	21
1.12 Símbolo Institucional.	21
1.12.1 Escudo.	22
1.12.2 Bandera.	23
1.13 Manual De Convivencia.	23
1.13.1 Derechos y Deberes Del Estudiante, Docentes, Padres De Familia.....	23
1.13.2 Deberes De Los Estudiantes.	26
1.14 Ley Del Menor.	28



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



1.15	Uniformes.	30
1.15.1	Uniforme Masculino De Diario.	30
1.15.2	Uniforme Femenino De Diario.	30
1.15.3	Uniforme De Educación Física.	31
1.16	Inventario Infraestructura.	31
1.17	Salón De Deportes.	32
1.17.1	Inventario Del Almacén De Deportes.	32
1.17.2	Solicitud De Implementos Deportivos.	34
1.18	Horario De Educación Física.	35
1.19	Matriz DOFA.	36
2.	Capitulo II.....	38
2.1	Titulo.....	38
2.2	Objetivo General.	38
2.3	Objetivo Específico	38
2.4	Descripción Del Problema.	38
2.5	Justificación.	40
2.6	Población.....	42
2.7	Marco Teórico.....	42
2.8	Marco conceptual.....	45
3.	Capitulo III.....	47
3.1	Diseño Cronograma.....	47
3.2	Ejecución.....	48
3.2.1	Velocidad.....	48
3.2.2	Equilibrio.....	52
3.2.3	Coordinación.....	56
3.2.4	Fuerza.....	60
3.2.5	Flexibilidad.....	64
3.3	Informe De Los Procesos Curriculares De Las Actividades Virtuales.....	68
3.3.1	Objetivo General.....	68



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



3.3.2 Ejecución.....	68
4. Capítulo IV.....	76
4.1 Actividades Inter Institucionales.....	76
5. Capítulo V.....	77
5.1 Formato De Evaluación.....	77
5.2 Plan Teórico Practica Integral.....	79
5.3 Nota De La Práctica Integral.....	80
5.4 Formato De Auto Evaluación.....	81
Conclusión.....	83
Bibliografía.....	84
Anexos.....	85



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

1. CAPÍTULO I

OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO



1.1 RESEÑA HISTÓRICA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL VALLE MEZA.

El 20 dCCE septiembre de 1980 por la necesidad de un bachillerato en el barrio primero de mayo se creó el colegio de enseñanza media modalidad comercial, GUSTAVO MANUEL COTES FERNÁNDEZ, el cual al ser oficializado mediante ordenanza No 013 del 27 de noviembre de 1980 recibió el nombre de RAFAEL VALLE MEZA en reconocimiento de ilustre médico que luchó por la educación y la salud de las comunidades marginadas. El primer rector de la institución fue el licenciado CARLOS HENAO, luego el licenciado HUMBERTO SALAZAR, LUIS CARLOS MAESTRE. En el 1989 el colegio amplía su cobertura con la jornada nocturna en el año 1990 se dio la graduación de la primera promoción de bachiller comerciales, en el año 1994 la licenciada MARIA LUISA HERNÁNDEZ, asume la dirección de la institución.



En el año 2002 es fusionado el colegio nacionalizado RAFAEL VALLE MEZA con la escuela mixta No 3, a través de la resolución 1605 del 5 de junio del mismo año.

En el año 2004 asume la dirección de la institución el licenciado ALVARO RICO MARTINEZ.

1.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL. (PEI)

El Proyecto Educativo Institucional (PEI) de la Institución Educativa RAFAEL VALLE MEZA de Valledupar (Cesar) enmarca fundamentos legales de operatividad, promueve el desarrollo de dimensiones comunicativas, participativas, de investigación, de análisis, de reflexión, de apropiación y de transferencia de conocimientos adquiridos.

La Institución Educativa RAFAEL VALLE MEZA de Valledupar (Cesar), como unidad de formación ofrece a la comunidad de su entorno servicios educativos de Educación Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Educación Media; teniendo en cuenta los fundamentos normativos de la Ley 115 o Ley General de Educación y sus Decretos Reglamentarios, incluyendo el Decreto.

Como estructura interna del proceso educativo formal y como parte del Sistema Educativo Nacional debe dar cuenta de las políticas, fines, normas y lineamientos del Estado para el campo de la educación. Políticas, fines, normas y lineamientos que se convierten en unidad para una Institución al dar cuenta de su fin último: la formación y el desarrollo humano integral de las personas de una determinada comunidad educativa. Tal finalidad se logra a partir de las intencionalidades específicas que persigue la interacción dinámica de los componentes del Proyecto Educativo Institucional.

El Componente Conceptual y teleológico del PEI da cuenta de los conceptos fundamentales del campo educativo (educación, formación, enseñanza, aprendizaje, evaluación, conocimiento, pedagogía, cultura, sociedad, comunidad educativa, perfiles y ser humano) en relación con los paradigmas que orientan la educación y con las intencionalidades últimas



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



del proceso educativo (valores, objetivos y principios) que se inscriben en la misión y visión institucional.

El Componente Administrativo da cuenta de la estructura administrativa interna de la Institución hecha posible a partir de acciones tales como: la interacción con otras instituciones, la cualificación de la comunidad educativa, los manuales y reglamentos para la convivencia, la personería escolar y los organismos asesores y consultivos; las cuales permiten establecer el gobierno escolar, los planes operativos institucionales, el estilo de administración y los criterios de organización institucional. Todo ello dentro de un marco legal, un marco histórico institucional con lema y símbolos, un marco situacional, un diagnóstico institucional, una coordinación con el Plan Educativo Municipal, Departamental y Nacional y con las políticas y tendencias educativas nacionales e internacionales.

El Componente Pedagógico expone los saberes y prácticas pedagógicas, didácticas y curriculares que hacen posible un proceso educativo (una propuesta de formación). En dicho componente se dan elementos en interrelación tales como: gestión del tiempo pedagógico, ambientes propicios para aprender y convivir, proyectos pedagógicos, planeación curricular y plan de estudios que hacen posible la constitución de un modelo pedagógico.

El Componente de Interacción y Proyección Comunitaria de la Institución a partir de proyectos contribuye al desarrollo social del entorno, de la cultura interactuando con organizaciones sociales o comunitarias tales como: Acción comunal, centros deportivos, Juntas administradoras locales, museos, casas de la cultura, bibliotecas, sector productivo, centros de salud, centros religiosos y otros centros educativos.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



1.3 MARCO LEGAL

La Institución Educativa estatal RAFAEL VALLE MEZA, tiene sus fundamentos en normas legales nacionales, departamentales, municipales e institucionales, así:

- **NORMA NACIONAL:** En el documento se relacionan las leyes, decretos, resoluciones y directivas ministeriales, consideradas normas esenciales para una eficaz gestión administrativa, conscientes de que estas deben ser estudiadas y analizadas para una correcta toma de decisiones.
 - La Constitución Nacional de 1991 (Art. 1, Art. 67, Art.68)
 - Decreto 2277 de septiembre 14/79 estatuto docente.
 - Ley 80 de 1993 (Estatuto General de Contratación Pública)
 - Ley 115 de febrero 8 de 1994
 - Decreto 679 de 1994 (Reglamentario de la ley 80 de 1993)
 - Decreto 1860 de agosto 3 de 1994 mediante el cual se reglamenta parcialmente la ley 115 en los aspectos pedagógicos y organizativos generales.
 - Decreto 1743 de agosto 3/94 por el cual se instituye el Proyecto Educativo Ambiental.
 - Ley 311 de agosto 12/96 registro nacional de protección familiar.
 - Decreto 111 de 1996 (Estatuto Orgánico del Presupuesto)
 - Ley 715 de diciembre 21 de 2001 mediante la cual se dictan normas orgánicas en materia de recursos y se dictan otras disposiciones para organizar la prestación de los servicios de educación y salud entre otros.
 - Decreto 3222 reglamenta artículo 22 de la ley 715 sobre traslado de docentes y directivos docentes
 - [Decreto 2562 de 2001](#) capítulo iii. carrera docente capítulo iv. escalafón docente capítulo v. directivos docentes capítulo vi. estímulos para docentes.
 - Ley 789 de 2002
 - Decreto 1278 de junio 19/02 Estatuto de Profesionalización Docente.
 - Decreto 1290 de abril 16 de 2009, mediante el cual se dictan normas en materia de evaluación y promoción de los educandos.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- Decreto 3020 de diciembre 10 de 2002 mediante el cual se establece los criterios y procedimiento para organizar la planta de personal docente y administrativo.
- Ley 734 de febrero 10 de 2002, mediante la cual se expide el Código Disciplinario Único reforma a la ley 200/95.
- Decreto 992 de mayo 21 de 2002 (Reglamentario de ley 715 de 2001, Reglamentario de la ley 80 de 1993) sobre fondos de servicios educativos.
- Ley 828 de 2003
- Decreto 2582 de septiembre 12 de 2003, mediante el cual se establecen reglas y mecanismos generales para la evaluación del desempeño de los docentes y directivos docentes.
- Decreto 3755 de noviembre 12 de 2004, mediante el cual se modifica el inciso 2ª del artículo primero del decreto 3238 del 2004, sobre concursos para proveer cargos de etnoeducadores.
- Decreto 2035 de 2005 junio 16 mediante el cual se reglamenta el parágrafo 1ª del decreto ley 1278 de 2002 sobre el establecimiento de objetivos y requisitos del programa de pedagogía que deben acreditar los profesionales con títulos diferentes al de licenciado en educación.
- Decreto 1286 de 27 de abril de 2005 mediante el cual se establecen normas sobre la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos oficiales y privados.
- Decreto 1494 13 de mayo 2005 mediante el cual se reglamentan los procedimientos para realizar modificaciones en las plantas de cargos del personal docente, directivos docentes y administrativo financiadas con cargo al Sistema General de Participaciones.
- Ley 1150 de 2007
- Decreto 2474 de 2008 (Reglamentario Parcial de la Ley 80 de 1993 y Ley 1180 de 2007)
- Decreto 4791 de 2008 (diciembre 19) - Administración de Fondos de Servicios Educativos.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- Decreto 1290 del 16 de abril de 2009 por el cual se Reglamenta la Evaluación del Aprendizaje y Promoción de los Estudiantes de los niveles de la Educación Básica y Media.
- Directiva Ministerial N° 10 del 16 de junio de 2009 – Tiempo de Permanencia de los Docentes en los Establecimientos Educativos.
- Decreto 520 de febrero 17 de 2010 por el cual se reglamenta el Artículo 22 de la Ley 715 de 2001 en relación con el proceso de traslados de docentes y directivos docentes.
- Directiva Ministerial N° 29 de noviembre 16 de 2010 sobre Evaluación de Aprendizajes de los Estudiantes.
- Decreto 1075 del 26 de mayo de 2015
- Decreto 1421 de 29 de agosto de 2017

NORMA DEPARTAMENTAL

- Proyecto de Ordenanza No. 013 del 27 de noviembre de 1980
- Ordenanza N° 030 del 30 de noviembre de 1981
- Resolución N° 4092 del 27 de noviembre de 2002
- Decreto 515 de 2002 (Hasta el 18 de diciembre de 2008)

NORMA MUNICIPAL

- Autorización de Estudios: Resolución N° 000314 del 15 noviembre de 2016
-

NORMA INSTITUCIONAL

- Código del DANE N° 120001066787, Sede Principal
- Código del DANE N° 120001000948, Sede Anexa, Escuela Mixta N° 3.
- NIT No 800196800-9



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

1.4 HORIZONTE INSTITUCIONAL

Nombre	:	Institución Educativa Rafael Valle Meza
Dirección	:	Calle 26 N° 19 – 30
NIT	:	800196800-9
DANE	:	120001066787
Barrio	:	Primero de Mayo
Municipio	:	Valledupar
Departamento	:	Cesar (Colombia)
Naturaleza	:	Oficial
Carácter	:	Mixto
Modalidad	:	Técnico Comercial
Calendario	:	
Jornada	:	Mañana y Tarde
Niveles	:	Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Educación Media Técnica.
Propietario	:	Municipio de Valledupar
Nombre del Rector	:	Especialista Javier de Jesús Ramírez Molina
Teléfono	:	5871120
Fax	:	



Página WEB	:	
e-Mail	:	ierafaelvallemeza@gmail.com
Sedes	:	2
Calendario	:	A

SITUACIÓN LEGAL DEL PLANTEL

Creación	:	Ordenanza N° 013 de Noviembre 27 de 1980
Última Resolución de Aprobación	:	N° 000442 DEL 23 DE NOVIEMBRE DE 2018
Registro de Inscripción DANE	:	N° 120001066787, Sede Principal
Registro de Inscripción DANE	:	N° 120001000948, Sede Mixta N° 3, Anexa
NIT	:	800.196.800-9
Código ICFES Jornada Mañana	:	051623
Código ICFES Jornada Tarde	:	051631



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

1.5 MISIÓN

Desde los niveles Preescolar, Básico y Medía se ofrece una educación de alta calidad donde se forman personas emprendedoras, responsables y con valores sólidos que les permita su máximo desenvolvimiento y productividad en la sociedad.

1.6 VISIÓN

La institución educativa Rafael Valle Meza se proyecta como una comunidad que propende por la contextualización del quehacer pedagógico en los aspectos académicos y Técnico Comercial con un alto nivel de competencia acorde con las exigencias del mercado ocupacional sin dejar de lado la dimensión social.

1.7 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

- **Principio del respeto al Debido proceso.** Conjunto de garantías sustanciales y procedimentales con las cuales se protegen los derechos e intereses de los individuos que se encuentran incurso en un conflicto, constituyendo a su vez un límite material a la actividad desplegada por las autoridades en el ejercicio del poder mediador. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a que se les apliquen las garantías del debido proceso en todas las actuaciones administrativas y judiciales en que se encuentren involucrados. En toda actuación administrativa, judicial o de cualquier otra naturaleza en que estén involucrados los niños, las niñas y los adolescentes, tendrán derecho a ser escuchados y sus opiniones deberán ser tenidas en cuenta. (Ley 1098 Artículo 26).
- **Principio de legalidad.** Principio fundamental, conforme al cual toda actuación para la toma de decisión deberá realizarse conforme al Manual de Convivencia y las disposiciones legales vigentes.

- **Principio de la responsabilidad.** Es un valor que está en la conciencia de la comunidad educativa que le permite reflexionar, administrar, orientar, analizar y valorar las consecuencias de sus actos; y de responder de los mismos ante quien corresponda en cada momento. El desconocimiento del manual de convivencia no exime el principio de responsabilidad.
- **Principio de primacía del interés general sobre el particular.** Principio constitucional de que el interés general prevalece sobre el particular. Todas las normas contenidas en el manual de convivencia buscan favorecer los procesos educativos y de convivencia donde prima el bien colectivo que el individual en beneficio de la comunidad educativa.
- **Principio de Transparencia.** Principio administrativo que permite dejar ver y a la vista de todos los procedimientos del manual de convivencia.

1.8 FILOSOFÍA

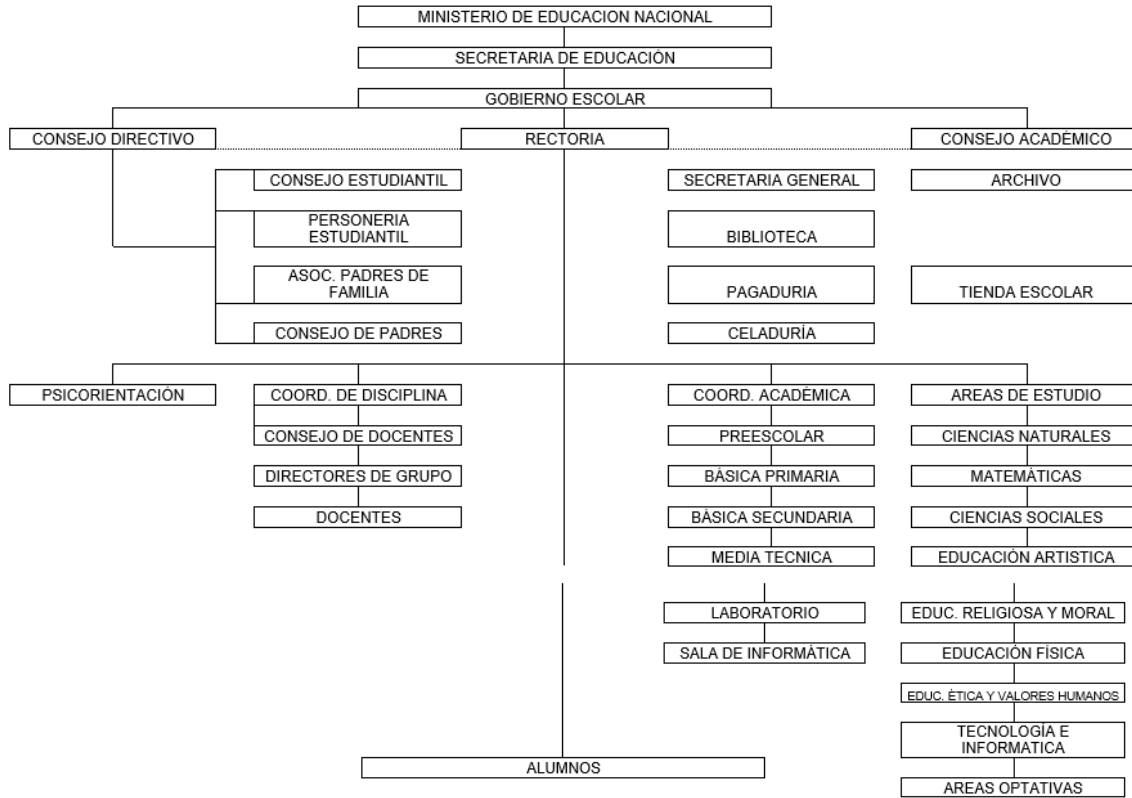
El presente manual de convivencia parte del principio fundamental de que toda persona es un ser social por naturaleza, se gesta, evoluciona, se educa y se realiza como ser situado frente a las circunstancias que le son inherentes a su misma naturaleza y que por lo tanto el espíritu filosófico que orienta, apunta hacia el desarrollo equilibrado de todas las dimensiones del ser humano y de la sociedad, mediante el conocimiento, respeto y vivencia de los valores fundamentales: la vida, la libertad, la ética, la comunicación, la justicia, la paz, dentro de un marco jurídico, democrático participativo.

1.9 PERFIL

El estudiante vallemecista como:

- Ser social que comprende, valora, genera y modifica los procesos de interacción humana en el que se desenvuelve realizándolos con respeto, dinamismo y capacidad de servicio.
- Ser humano libre y autónomo, respetuoso de sí mismo y de quienes los rodean, con capacidad crítica, autocrítica y reflexiva, dispuestos a transformar su realidad, la de los demás y la su entorno.
- Persona innovadora, de iniciativa y toma de decisiones
- Persona que protege, defiende, conserva y da uso racional de los recursos naturales en forma sostenible.
- Persona con pensamiento crítico, con capacidades y habilidades en ciencia, tecnología e innovación. Contribuyendo a la creación de una cultura que valore, gestione y apropie el conocimiento.
- Hombre defensor del medio ambiente abierto a la investigación y competente en todas las dimensiones del ser humano.
- Persona con formación académica y técnica, preparado para desempeñarse en el campo laboral.

1.10 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL.



1.11 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.

CRONOGRAMA GENERAL 2020

- REINCORPORACION DE DIRECTIVOS DOCENTES.
- ACTIVIDADES DE DESARROLLO INSTITUCIONAL.
- VALORACION DE ALUMNOS CON AREAS PENDIENTES.

INICIO DE CLASES.

PRIMER PERIODO	27 de enero al 3 de abril del 2020
ENTREGA DE PRE-INFORMES	19 de marzo del 2020
ENTREGA DE INFORMES	17 de abril del 2020
SEGUNDO PERIODO	13 de abril al 12 de junio del 2020
ENTREGA DE PRE-INFORMES	29 de marzo del 2020
ENTREGA DE INFORME	18 de junio del 2020
TERCER PERIODO	06 de julio al 11 de septiembre del 2020
ENTREGA DE PRE-INFORME	26 de agosto del 2020
ENTREGA DE INFORME	18 de septiembre del 2020
CUARTO PERIODO	23 de septiembre al 6 de diciembre
ENTREGA DE PRE-INFORME	20 de noviembre del 2020
ENTREGA DE INFORME	15 de diciembre del 2020

1.11.1 ELECCIÓN DEL GOBIERNO ESCOLAR

Calendario de elección del consejo directivo, consejo académico, representante docente, consejo de estudiantes, personero y contralor estudiantil:

- Inscripciones para aspirantes a representantes al gobierno escolar del 20 al 24 de enero del 2020.
- Elección de representantes de docentes 24 de enero del 2020.
- Elección concejo académico: 24 de enero del 2020.
- Inscripción para aspirantes a personero y contralor estudiantil y consejo de estudiantes del 10 al 14 de febrero 2020.

1.11.2 ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS, CULTURALES, CÍVICAS Y DEPORTIVAS BÁSICAS SECUNDARIAS Y MEDIA.

- 10 de marzo de 2020, undécimo grado: día de la mujer.
- 23 de abril de 2020, décimo grado: día del idioma.
- 15 de mayo de 2020, día del maestro. (estudiantes 11°)
- 29 de mayo de 2020, noveno grado: día de la familia.
- 8 de junio día del estudiante. (comité social docentes)
- 19 de julio de 2020, octavo grado: día de la independencia.
- 11 de septiembre de 2020, (comité social).
- Del 8 al 20 de septiembre de 2020, séptimo grado: celebración de cumpleaños de la institución.
- 11 de noviembre de 2020, sexto grado: día de la raza. (apoyo 11).
- 1 de diciembre de 2020, décimo y undécimo grado: entrega de símbolos.

PREESCOLAR Y BÁSICA PRIMARIA

8 de marzo	Día de la mujer
23 de abril	Día del idioma
15 de mayo	Día del maestro. (estudiantes 5°)
31 de mayo	Día de la familia
8 de junio	Día del estudiante
20 de julio	Día de la independencia
13 de septiembre	Día de amor y amistad
Del 23 al 25 de septiembre	Celebración de cumpleaños de la institución
12 octubre	Día de la raza
11 de noviembre	Independencia de Cartagena
27 de noviembre	Entrega de símbolos

1.11.3 VACACIONES PARA DOCENTES Y DIRECTIVOS DOCENTES.

- 06 al 10 de abril de 2020
- Del 22 de junio al 5 de julio de 2020
- Del 21 de diciembre de 2020.

1.12 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES.

Elementos fundamentales para definir la identidad y establecer entre los estudiantes y comunidad educativa en general, respeto, afecto y empoderamiento hacia la Institución educativa.

1.12.1 Escudo

El Computador: Representa el desarrollo y el uso de las nuevas herramientas educativas como mediadoras en el proceso de enseñanza y aprendizaje a la vanguardia de las Tecnologías, Información y Comunicación (TIC).

Las Montañas: Imponentes estribaciones de la Sierra Nevada de Santa Marta. Simboliza la grandeza de las metas, que como espirales ascendentes se logran, a través del esfuerzo y la constancia, la libertad para materializar los sueños y obtener la elevación del conocimiento. La frescura de una juventud que se eterniza a través de los estudiantes. Además, el respeto, preservación, conservación y uso racional de los recursos naturales.

La Paloma: Representa la disposición para la convivencia escolar pacífica, la formación para el ejercicio de los Derechos Humanos, la prevención y mitigación de la violencia escolar.

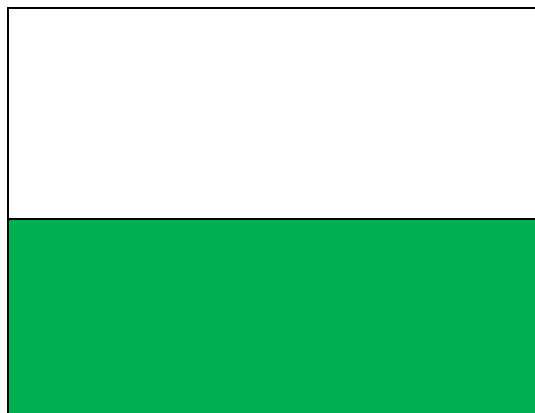
El Libro y tintero: Invita a escribir y hacer parte del momento histórico, cultural y social a través de la contextualización del conocimiento en forma crítica, reflexiva y analítica. Ser agente proactivo de la sociedad forjando su crecimiento personal, profesional, cultural e ideológico.



1.12.2 Bandera

Consta de dos franjas horizontales con los colores blanco y verde repartidas proporcionalmente.

Color Blanco: Representa la bondad, virtud, paz, humildad y amor hacia el proceso educativo y la formación de estos valores en la comunidad educativa.



Color Verde: Simboliza la vida, reflejada en la fertilidad del ser humano y el esplendor de la naturaleza, en la conciencia ambiental y el amor a la misma.

1.13 MANUAL DE CONVIVENCIA

1.13.1 DERECHOS Y DEBERES ESTUDIANTES, DOCENTES, PADRES DE FAMILIA.

- Derechos de los estudiantes:

Son los derechos de los estudiantes los siguientes:

- Recibir educación integral y actualizada, en todos los aspectos humanos, sociales, intelectuales, artísticos y morales.
- Participar activamente en la vida de la comunidad aportando sus iniciativas y sugerencias. c. Ser atendido en sus reclamos y solicitudes, expuestas en forma cortés, ante los conductos regulares establecidos por la Institución.

- Ser evaluado en forma integral y permanente; conocer los resultados de su proceso formativo y académico antes de ser consignado definitivamente.
- Recibir los resultados de su proceso formativo y académico en los momentos establecidos por la Institución o cuando el estudiante lo solicite.
- Ser respetado como persona con oportunidad de mantener un diálogo cordial con sus directivas, profesores, compañeros y comunidad en general.
- Ser escuchado en caso de dificultades disciplinarias y a que le sea aplicado el debido proceso establecido en el presente Manual.
- Representar a la IE en eventos deportivos, artísticos y culturales a nivel nacional departamental e internacional de acuerdo con sus aptitudes, desempeños y comportamientos. i. Encontrar en toda la comunidad educativa actitudes de respeto y acogida cordial que posibiliten su desarrollo personal.
- Elegir y ser elegido para los diferentes estamentos del Gobierno Escolar, siempre y cuando cumpla con los requisitos exigidos por la IE.
- Conocer oportunamente el PEI y sus modificaciones recibiendo las explicaciones y aclaraciones pertinentes al mismo.
- Estar a cargo del personal docente y directivo idóneo, tanto académica como moralmente. m. Participar en los programas complementarios al proceso educativo, ofrecidos por la IE.
- Recibir los estímulos establecidos por la IE, para destacar logros de los estudiantes.
- Recibir el apoyo de la institución a través de la programación de actividades complementarias y evaluaciones supletorias cuando se ausenta para representar la institución en diferentes eventos o en el caso de deportistas de alta competencia.
- Conocer con anterioridad la programación de cada asignatura con los diferentes aspectos que la conforman.

- Tener claridad sobre la metodología utilizada por el profesor tanto en el desarrollo de las clases como en las evaluaciones.
- Presentar evaluaciones debidamente programadas y ejecutadas, según lo previsto, evitando las improvisaciones y concentración de pruebas al final del período.
- Obtener la devolución oportuna de los trabajos y pruebas realizadas, debidamente corregidas.
- Conocer sus valoraciones por parte de los profesores antes de ser sistematizadas.
- Conocer las anotaciones que sobre su comportamiento hagan los consejos, directores de grupo, profesores y/o coordinadores en el observador del alumno, para hacer las observaciones o descargos respectivos.
- Utilizar y recibir oportunamente y dentro de los horarios establecidos los servicios de bienestar estudiantil de que dispone la institución: Orientación escolar, Biblioteca y otras atenciones que se presenten a nivel institucional.
- Ser atendido oportunamente por parte del personal administrativo (Secretaria y Pagaduría) en lo que se refiere a la solicitud de certificados de estudio, paz y salvo, constancia y otros. Estas solicitudes deben hacerse durante los horarios establecidos.
- Acceder un buen servicio y calidad en la educación, la biblioteca, los alimentos que se ofrezcan en la tienda escolar, etc.
- Organizar y operación del periódico estudiantil y otros medios de comunicación masiva, que les permita expresar sus opiniones, quejas o denuncias.
- Promover y participar en campañas que busquen el bienestar y superación estudiantil e institucional.

1.13.2 Deberes de los estudiantes.

Son los deberes de los estudiantes los siguientes:

- Conocer, respetar y cumplir con el PEI y su Manual de Convivencia.
- Demostrar una actitud positiva y comprometida frente a su proceso formativo y de superación personal.
- Practicar el respeto, en sus relaciones con las directivas de la IE, profesores, compañeros, personal administrativo y de servicios generales.
- Participar de manera activa y comprometida en todas las actividades programadas por la IE, ya sean de tipo académico, artístico, religioso o deportivo; manteniendo durante éstas, actitudes adecuadas de respeto, orden y disciplina.
- Observar en todo momento y lugar, dentro y fuera de la institución, una conducta compatible con el perfil del estudiante de la IE y las normas del Manual de Convivencia.
- Cumplir satisfactoriamente con las actividades académicas que le sean asignadas.
- Llegar puntualmente y en forma ordenada a la IE, a las clases y a todos los sitios que se designen para desarrollar las actividades.
- Solicitar el permiso previo y justificado de las directivas del colegio para salir de éste o para no asistir a él.
- Portar los útiles de estudio requeridos, absteniéndose de traer a la institución elementos diferentes a los que se requieren para las actividades educativas.
- Utilizar los recursos didácticos y tecnológicos sólo con la finalidad de apoyar los aprendizajes académicos.
- Respetar los símbolos patrios y de la IE.

- Participar activamente en el desarrollo de todas las clases y actividades programadas por la IE y cumplir con todos los requisitos académicos y comportamentales que posibiliten el logro de las metas académicas y formativas.
- Abstenerse de inducir a compañeros y a otras personas a comportamientos nocivos o negativos mediante conversaciones, mensajes o sugerencias de cualquier tipo o naturaleza. n. Realizar los descansos fuera del aula de clase.
- Ser leal con la Institución, absteniéndose de comentarios, acciones y bromas que atenten contra su prestigio y estabilidad.
- Respetar los bienes ajenos, cuidar sus respectivas pertenencias.
- Disponer de los elementos de trabajo, tales como textos, cuadernos y demás materiales indispensables para dar cumplimiento a sus obligaciones de estudiante.
- Respetar y acatar las sugerencias de profesores y directivos.
- Conservar una adecuada actitud y disciplina dentro y fuera del aula de clase, que favorezca el proceso enseñanza - aprendizaje, que ayude a la formación y al crecimiento personal y comunitario.
- Usar el uniforme reglamentario dispuesto por la IE para las diferentes actividades.
- Observar en todo momento normas de higiene en la presentación personal, en el aseo y limpieza de la institución.
- Hacer uso racional de los bienes y de los servicios de la IE y responder por los daños causados.
- Abstenerse de realizar ventas sin autorización previa de las directivas y con finalidad de lucro personal.
- Conservar dentro y fuera de la IE una conducta moral intachable que en ningún momento atente o contradiga la moral y los valores de la Institución. y. No poseer ni consumir cigarrillo, licor, estupefacientes y sustancias psicotrópicas e informar a las

autoridades del Colegio en caso de detectarlas; para evitar ser cómplice y responsable de la misma falta.

- Abstenerse de portar, distribuir, usar material pornográfico, armas, juguetes bélicos o artefactos que generen violencia o induzcan a ella.

1.14 LEY DEL MENOR

Artículo 79. Deberes y Obligaciones. Son deberes y obligaciones de la IE establecidos en el código de Infancia y adolescencia los siguientes:

- Garantizar a los niños, a las niñas y adolescentes el pleno y armonioso desarrollo en la comunidad estudiantil, sin ninguna clase de discriminación (Art. 1º finalidad).
- Garantizar a los niños, las niñas y los adolescentes, el ejercicio de los derechos y libertades consagrados en los derechos humanos, en la Constitución y la Ley (Art. 2º objeto).
- Brindar a los niños, las niñas y los adolescentes, una educación pertinente y de calidad. (Art. 28 derecho a la educación. Num. 2º. Art. 42 obligaciones especiales de las instituciones educativas).
- Los establecimientos públicos de educación, no podrán abstenerse a recibir a los niños, las niñas y los adolescentes que soliciten educación. (Art. 28 derecho a la educación).
- Facilitar y no restringir la participación de los niños, las niñas y los adolescentes en la gestión académica y las actividades que se realicen en el establecimiento educativo. (Art. 31. Derecho a la participación de los niños, las niñas y los adolescentes. Num. 4º. Art. 42 obligaciones especiales de las instituciones educativas).
- Permitir el ejercicio del derecho de reunión y asociación de los niños, niñas y adolescentes. (Art. 32 derecho de asociación y reunión).

- La protección del derecho a la intimidad personal de los niños, las niñas y los adolescentes, no permitiendo que los directivos y docentes tengan injerencia arbitraria o ilegal en su vida privada, la de su familia, domicilio y correspondencia (Art. 33 derecho a la intimidad).
- Garantizar la protección y pleno respeto a los niños, las niñas y los adolescentes dentro de la convivencia escolar, de toda conducta, acción o circunstancia que afecte su dignidad, vida, integridad física y moral evitando cualquier conducta discriminatoria por razones de sexo, etnia, credo, condición socio-económica o cualquier otra que afecte el ejercicio de sus derechos. (Art. 33 derecho a la intimidad. Núm. 3°. Art. 42 obligaciones especiales de las instituciones educativas. Art. 43 obligación ética fundamental de los establecimientos educativos).
- Permitir el acceso de los niños, niñas y adolescentes, a los distintos medios de comunicación que dispongan el establecimiento educativo. (Art. 34 derecho a la información).
- Garantizar el libre desarrollo de la personalidad y autonomía personal de los niños, niñas y adolescentes estudiantes; la libertad de conciencia y de creencias; la libertad de cultos; la libertad de pensamiento; la libertad de locomoción (Art. 37 libertades fundamentales).
- Facilitar el acceso de los niños, niñas y adolescentes al sistema educativo y garantizar su permanencia (Num 1°. Art. 42 obligaciones especiales de las instituciones educativas).
- Abrir espacios de comunicación con los padres de familia para el seguimiento del proceso educativo y propiciar la democracia en las relaciones dentro de la comunidad educativa. (Num. 5°. Art. 42 obligaciones especiales de las instituciones educativas).

1.15 UNIFORMES

En la IE Rafael Valle Meza se utilizarán cuatro tipos de uniformes, el cual es un deber del estudiante y del padre de familia adquirir de forma voluntaria el uniforme de diario, el uniforme de educación física, el uniforme de gala y el uniforme del énfasis.

1.15.1 Uniforme Masculino de diario:

- Pantalón Azul Turquí Clásico.
- Correa de color negra.
- Camisa blanca manga corta estilo guayabera.
- Uso de camisilla opcional.
- Escudo del Colegio del lado izquierdo.
- Zapatos Negros con cordones.
- Medias azul turquí clásicas, no tobilleras.



1.15.2 Uniforme Femenino de diario:

- Jardinera Azul Turquí, dos dedos debajo de las rodillas.
- Camisa blanca manga corta con cuello sport.
- Uso de camisilla opcional.
- Escudo del colegio al lado izquierdo.
- Licra negra o blanca debajo de la jardinera.
- Zapatos negros con cordones.
- Medias blancas a media pierna.
- Accesorios de cabello blancos, negros o azul turquí.



1.15.3 Uniforme de educación física:

Sudadera deportiva para ambos sexos que consta de:

- Camiseta blanca, cuello v con vivos rojos y blanco, logotipo del colegio, marcada en la espalda con el nombre del estudiante.
- Pantalón color azul con vivos rojos y una franja blanca.
- Zapatos tenis color blanco, medias blancas



1.16 INVENTARIO INFRAESTRUCTURA.

La institución educativa RAFAEL VALLE MEZA MIXTA #3 cuenta con una infraestructura apropiada, para el desarrollo de sus capacidades cognitivas de los estudiantes en las diferentes áreas del conocimiento, por lo tanto cabe resaltar que la institución no cuenta con los escenarios deportivos adecuados para el desarrollo del área de educación física.

Estas son:

Salones académicos:

- Transición
- Primero 1° (01-02)
- Segundo 2° (01-02)
- Tercero 3° (01-02)
- Cuarto 4° (01)
- Quinto 5° (01)
- Salón académico de lectura

- Biblioteca
- Cafetería
- Baños
- Patio
- Coordinación académica
- Salón de materiales (educación física)
- Sala de informática.
- Sala de profesores.
- Tarima

1.17 SALÓN DE DEPORTES.

1.17.1 INVENTARIO DEL ALMACÉN DE DEPORTES DE LA IE RAFAEL VALLE MEZA.

La INSTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL VALLE MEZA cuenta con una serie de implementos deportivos, los cuales están desglosados en el siguiente informe:

ÍTEM	DESCRIPCIÓN DEL ELEMENTO	CANTIDAD	ESTADO B / R / M
1	Ajedrez	18	1 R (incompleto por fichas)
2	Juegos de bolos	2	2 M
3	Parqués de mesa	16	1 M
4	Domino de sumas y restas	5	2 R y 1 M
5	Costales	10	2R
6	Balones de voleibol.	6	1 R
7	Pelotas de caucho grandes	12	B

8	Pelotas de caucho pequeñas	70	B
9	Balones de baloncesto	6	B
10	Balones futbol de salón	10	2 R
11	Futbol #4	1	B
12	Aros grandes	22	1 R
13	Aros medianos	15	B
14	Aros pequeños	3	B
15	Conos largos.	12	B



1.17.2 SOLICITUD DE LOS IMPLEMENTOS DEPORTIVOS QUE NECESITA LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL VALLE MEZA

ÍTEM	DESCRIPCIÓN DEL ELEMENTO	CANTIDAD
1	Colchonetas para gimnasia básica	30
2	Conos planos (platos)	40
3	Conos largos	30
4	Cuerdas	20
5	Bastones	20
6	Domos	15
7	Aros	20
8	Balones de fútbol	7
9	Balones de voleibol	7
10	Balones de baloncesto	7
11	Bomba para inflar balones	1
12	Petos para fútbol	22
13	Maya de voleibol	1
14	Aros para baloncesto	2

1.18 HORARIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

DÍAS	GRADOS	HORA
LUNES	Primero (01-02)	7:00 am – 9:00 am
	Transición	10:00 am – 12:00 am
MARTES	Quinto (01)	7:00 am – 9:00 am
MIÉRCOLES	Segundo (01- 02)	7:00 am – 9:00 am
JUEVES	Tercero (02)	7:00 am – 9:00 am
VIERNES	Cuarto (01)	7:00 am – 9:00 am
	Tercero (01)	10:00 am – 12:00 am

1.19 MATRIZ DOFA

<p>DEBILIDADES</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No cuentan con escenarios deportivos. • No tiene señales de ruta de evacuación. • No tiene vigilancia. • Poca participación de los estudiantes a reuniones para tratar problemáticas académicas. • Falta de compromiso de los estudiantes para el mejoramiento de su rendimiento académico.
<p>OPORTUNIDADES</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Se consigue con facilidad los recursos necesarios para las actividades institucionales. • Realizan pautas activas entre clases. • Facilitan tareas de aula para aprovechamiento del tiempo libre.
<p>FORTALEZA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cuenta con materiales para la realización de las clases. • Manejan estrictamente la puntualidad de los horarios de entrada y salida. • Los docentes están atentos a cualquier cambio o anomalía que se dé en la hora del descanso. • Se mantiene muy aseada las instalaciones de la institución. • Entre maestros se maneja muy buena comunicación. • Controlan muy bien la convivencia social entre los alumnos.

<p>AMENAZA</p>	<ul style="list-style-type: none">• Una de las avenidas principales, se encuentra a pocos metros de la puerta por donde salen los estudiantes.• Se cuenta con una sola salida, y funciona como de emergencia.• El acceso a los baños es estrecho para movilizar los estudiantes y permanece constante agua.
-----------------------	---

2. CAPÍTULO II

PROPUESTA PEDAGÓGICA

2.1 TITULO

LA AGILIDAD MOTRIZ Y TEMPOROESPACIAL MEDIANTE EL JUEGO Y CIRCUITOS DINÁMICOS EN LOS ESTUDIANTES DE 5º GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL VALLEMEZA, SEDE MIXTA #3 DE VALLEDUPAR.

2.2 OBJETIVO GENERAL:

- Potencializar la agilidad motriz y temporoespacial de los estudiantes de 5º grado de la institución educativa Rafael valle meza mixta #3 de Valledupar, a través del juego para el fortalecimiento de estas capacidades.

2.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Realizar un diagnóstico verbal mediante preguntas para identificar los niveles cognitivos fortaleza y debilidades que tiene los estudiantes.
- Concientizar a los niños y niñas de los beneficios que tiene desarrollar la agilidad, y la Fortaleza que adquiere en su desarrollo corporal.
- Crear estrategias pedagógicas implementando circuitos, juegos grupales, permitiendo al estudiante evolucionar de una manera didáctica.
- Ejecutar los planes propuestos de trabajo, con la finalidad de mejorar las capacidades motrices y corporales.

2.4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Al iniciar este proceso que engloba mi práctica profesional en la Institución Educativa Rafael Valle Meza Mixta #3 De Valledupar donde realizo la participación como docente en el área de educación física, recreación y deporte con los grados de preescolar hasta el grado 5° de primaria, teniendo la oportunidad de observar y diagnosticar minuciosamente las diferentes capacidades, física, mentales, motrices cognitivas entre otras. Dentro de estas capacidades los estudiantes muestran gran dificultad para desarrollar actividades de agilidad, velocidad, equilibrio, saltos, lanzamientos, coordinación, fuerza que limitan a los estudiantes en su formación educativa. Esta problemática se presenta, debido a que institución no cuenta con un profesor de educación física que desarrolle a temprana edad las capacidades básicas, por lo tanto, no ejecutan correctamente las actividades planteadas por el docente.

Los estudiantes también presentan dificultades para ejecutar trabajos grupales, debido a que no tiene buena comunicación y olvidan con facilidad las funciones o roles que deben cumplir dentro de las actividades, por lo tanto, se dificulta el manejo del espacio/tiempo y es fundamental desarrollar la para seguir contribuyendo al esquema corporal, según Jean Piaget plantea que el niño reconoce el espacio en la medida en que aprende a dominarlo. Baldwin, Stern, distinguen en los niños un "espacio primitivo" o "espacio bucal", un "espacio próximo o de agarre" y un "espacio lejano", que el niño aprende a dominar y que paulatinamente va descubriendo, a medida que aprende a moverse por sí solo, según lo que plantea Jean Piaget, es que los niños se van adaptando a su entorno, teniendo en cuenta su ubicación y permitiendo un desplazamiento más fluido al momento de realizar las actividades. Piaget también plantea que al respecto de las diferentes capacidades de aprendizaje de los niños a través de sus etapas de desarrollo cognitivo, se puede ver que las nociones de espacio y tiempo surgen y se desarrollan lentamente, casi confusamente. A menudo se puede ver, desde la experiencia práctica, que durante los primeros 10 años de vida los niños tienen un difícil trabajo para "hacerse la idea" de cómo es el desarrollo del tiempo con que medimos la historia, o de lo que significan los espacios que están más allá de lo que él o ella conoce.

El desarrollo de estas capacidades, es de carácter predominantemente cuantitativo, motivo por el cual su desarrollo y evolución es más fácilmente evaluable y observable (crecimiento y desarrollo de masa y/o funciones de algunos órganos y sistemas del cuerpo, como el muscular, óseo, respiratorio, eficiencia y eficacia en las relaciones espacio-tiempo durante la ejecución de tareas motrices, medición de cargas en Kgms., etc.) que el desarrollo de las capacidades coordinativas, perceptivo motrices, cognitivas y volitivas, razón por la cual en muchas ocasiones, la agilidad, la fuerza, la velocidad, la resistencia y la movilidad se constituyen en el medio más utilizado por los profesores para la elaboración y ejecución de los programas de Educación Física, olvidándose de la necesidad de un trabajo integral que considere la interacción permanente de todas las capacidades, como lo requiere el niño para su adecuado desarrollo, por lo tanto, según Ozolin comenta que "La capacidad para resolver de forma rápida y sin problemas las tareas motoras, particularmente aquellas que surgen de forma inesperada, es como el pico de la habilidad de los niños para coordinar sus movimientos. La agilidad está vinculada orgánicamente a la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad. Por lo tanto, el desarrollo de todas estas cualidades permite una mayor agilidad." (N.G.Ozolin, 1989, p. 326).

2.5 JUSTIFICACIÓN:

Esta propuesta fue diseñada para fortalecer la agilidad motriz y temporo-espacial en los estudiantes de 5º grado de la Institución Educativa Rafael Valle Meza sede mixta #3; ya que se evidencian debilidades en cuanto a su coordinación, velocidad, lateralidad y la agilidad para ejecutar las actividades plateadas por el docente, lo cual, se hace necesario fortalecer estas debilidades para que tengan un mejor desempeño durante su formación educativa.

Dicha propuesta busca una opción pedagógica, que está conformada con una Metodología teórico-práctico, buscando un ambiente propicio para el desarrollo de Estas habilidades, teniendo en cuenta que los niños y niñas están en constante aprendizaje

Y desarrollo, con esta metodología se busca que los niños superen sus falencias y Fortalezcan debilidades, debido a esto se realizaron una serie de actividades de manera Didáctica, con el fin de trabajar las habilidades físicas, motoras de una manera recreativa y lúdico-pedagógico, como lo es por medio de juegos, mini deportes, deportes pre Deportivos.

Estas capacidades tienen una fase de desarrollo intensivo desde los 6 a los 11 años, debido a que en estas edades se observa una madurez más rápida del SNC, produciéndose un ligero descenso en las de 12-14 años. Como resultado del desarrollo alcanzado por el aparato vestibular y otros analizadores (óptico y acústico), así como una mejora del análisis y la elaboración de información sensorial, se logra un elevado nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas, lo que posibilita que los escolares, si son bien enseñados, pueden llegar a dominar habilidades motrices de una alta complejidad de ejecución.

En las investigaciones realizadas por Guyton & Hall (2006), se ha demostrado que las edades entre 9 y 12 años son las más propicias para el aprendizaje motor debido al incremento acelerado del perfeccionamiento de estas capacidades. En estas edades (9-12 años), el perfeccionamiento de las capacidades coordinativas debe realizarse sobre la base de la variedad y complejidad de ejercicios con diferente finalidad y organización.

La mayoría de los autores mencionados en párrafos precedentes, aluden que las capacidades coordinativas dependen predominantemente del proceso de control del movimiento condicionando al rendimiento, y se expresan por el nivel de velocidad y calidad del aprendizaje, perfeccionamiento, estabilización y aplicación de las habilidades técnico-deportivas; nunca se presentan aisladas y lo hacen siempre como requisitos para muchas actividades. A decir de Verdecia (2002, p. 81), las capacidades físicas, permiten al deportista dominar las acciones motoras con precisión y economía, en diferentes situaciones que pueden ser conocidas (estereotipadas), o desconocidas (adaptación), y aprender de forma más rápida

los gestos deportivos; por lo que se considera a las capacidades coordinativas como la condición general fundamental en la base de toda acción gestual.

Las capacidades no son innatas, sino que se desarrollan sobre la base de las propiedades fundamentales que tiene el organismo del hombre, en el enfrentamiento diario con el medio. Ellas tienen de común con las habilidades, de que son premisas coordinativas del rendimiento que se desarrollan en la actividad, especialmente en la actividad deportiva. Es decir, si ellas constituyen un resultado de la enseñanza, se puede encontrar un contenido y un método de enseñanza apropiado que permitan fomentar una u otra capacidad al más alto nivel de desarrollo en todas las personas; para mejorarlas o desarrollarlas es necesario involucrar todos los segmentos del cuerpo, o algunos de ellos en movimientos complejos.

Los niños beneficiados con esta propuesta son de la Institución Educativa Rafael Valle Meza Mixta #3 que al finalizar el ciclo de trabajo tendrán un dominio sobre su manejo corporal, un aprendizaje mayor que lo llevará a un mejor rendimiento, el cual se verá reflejado en su diario vivir, he incluso en su entorno familiar y social.

Hay que tener en cuenta que esta propuesta se enfoca en superar y mejorar cada una de estas capacidades anterior mencionadas, que presenta esta población en específico y se tomara esta metodología ya que los alumnos muestran un gran interés y mejor disposición para trabajar mediante el juego y las actividades didáctica.

2.6 POBLACIÓN.

GRADO	NIÑOS	NIÑAS	EDAD	TOTAL
5°	18	19	10 – 12	37

2.7 MARCO TEÓRICO.

Esta teoría también es conocida como la Teoría Pragmática y del Pre ejercicio. El autor alemán Karl Gross (1861-1946) sostiene que el juego es una forma de ejercitar o practicar una serie de destrezas, conductas e instintos que serán útiles para la vida adulta. Por tanto, el juego parte de una predisposición innata, que lleva a las personas a estar activas y a potenciar sus cualidades y sus funciones biológicas con el fin de adaptarse al medio. El juego es una forma primordial de aprendizaje. Esta interpretación del juego se inspira en la teoría de Darwin. Gross hace la siguiente deducción: si los animales juegan es porque con ello obtienen ventaja en la lucha por la supervivencia. Esta idea, aplicada a la infancia, le lleva a pensar que los niños, cuando juegan, mueven sus dedos, su cuerpo, parlotean y gritan, y en ese proceso aprenden a controlar su cuerpo, aspecto que le será muy útil en la vida adulta. Para Gross, las personas y los animales en las primeras etapas de su vida hacen dos tipos de actividades: las dirigidas a cubrir sus necesidades básicas, facilitadas por sus progenitores, y las dirigidas a adquirir un cierto grado de madurez de los órganos mediante la práctica. Estas actividades las realizan protegidos y acompañados por los adultos, y ahí es donde se ubican los juegos. En esta teoría, el juego es uno de los elementos más importantes en el desarrollo. El instinto es lo que obliga al ser humano a ser activo y le impulsa a continuar desarrollándose. Las personas adultas continúan jugando porque el juego ha sido siempre una experiencia agradable durante su juventud. La teoría del juego de K. Gross ha sido a lo largo del siglo XX una de las más estudiadas y defendidas desde las distintas disciplinas. A partir de ésta, al juego se le concede la importancia que tiene en el desarrollo general de los individuos. Gross probó que una actividad hasta entonces considerada inútil puede tener una finalidad biológica importante, pues todas las funciones naturales del organismo se pueden desarrollar en el juego y durante éste.

Sin embargo, (Stanley Hall, 1904). También llamada teoría antropológica, fue formulada por el psicólogo americano Stanley Hall (1846- 1924). Basándose en las ideas de Darwin, Hall explico el orden de aparición de los distintos tipos de juegos en la vida del niño, argumento

que este imita actividades de la vida de sus antepasados, de tal forma que represente simbólicamente las diferentes etapas de la evolución del hombre:

- Durante la **etapa animal**, los niños trepan o se columpian como los primates.
- En la **etapa salvaje** realización actividades de rastreo, caza y escondites como los depredadores.
- En la **etapa nómada** se interesan por los animales.
- En la **etapa neolítica** juegan a las muñecas o a cavar en la arena, como las primeras sociedades agrícolas.
- Y, finalmente, en la **etapa tribal** juegan organizados en equipo.

Según Hall, el niño juega para eliminar las funciones rudimentarias que se han convertidos en inútiles en la vida actual y propiciar así, el desarrollo posterior.

Esta teoría se basó en la idea de que un organismo hereda las habilidades aprendidas por su antecesor, aunque estas premisas fueron desarticuladas por investigaciones posteriores realizadas acerca de la función de los genes en la herencia. Años más tarde, Hall completó su primera teoría matizando que las actividades lúdicas sirven también de estímulo para el desarrollo, es decir, tienen una función preparatoria para la vida adulta.

H. A. Carr (1873-1954) fue uno de los fundadores del funcionalismo americano. Afirma que el juego es una expulsión liberadora que encuentra espacio para realizarse en la irrealidad del propio juego. Para Carr, la conducta del ser humano es de adaptación o ajuste de la experiencia, por lo que la reconducción de los hábitos es primordial. El juego sirve como simulador de situaciones que desprenden consecuencias y que educan sin necesidad de pasar por experiencias a veces desagradables. También se atribuye a Carr la Teoría del Ejercicio Complementario, que sostiene que el juego tiene como función la fijación de los nuevos hábitos adquiridos, refrescándolos para ser mejor conservados. Esta función del juego

permitirá asegurar la constante actividad, así como los hábitos operativos que ayudan al perfeccionamiento del individuo.

2.8 MARCO CONCEPTUAL.

- **COORDINACIÓN:** la coordinación hace referencia a la capacidad de los músculos esqueléticos del cuerpo de lograr una sincronización para lograr un determinado movimiento. Así, los músculos de las extremidades conjuntamente con son movidos por impulsos del sistema nervioso a partir de las directrices del cerebro de un modo armónico en vistas de la consecución de un objetivo en términos de movimiento; conjuntamente, el cerebelo controla al denominado tono muscular. Esta capacidad es extremadamente importante en los deportistas, en especial los que se desarrollan en áreas que requieren de habilidad con el cuerpo. Es importante resaltar que este tipo de coordinación puede aprenderse y desarrollarse.

George Terry, por su parte, lo define, como la sincronización ordenada de los esfuerzos para adecuarlos en cuanto a monto, tiempo y dirección al ejecutarlos, resultado de ellos acciones unificadas que tiendan al objetivo establecidos.

- **VELOCIDAD:** La velocidad puede ser definida como “la capacidad física básica de realizar acciones motrices determinadas en el menor tiempo posible”. La velocidad puede ser considerada una cualidad neuromuscular, ya que en su desarrollo intervienen los procesos metabólicos, determinados por las capacidades condicionales, y por otro lado los procesos de dirección del sistema nervioso central determinados por las capacidades coordinativas.

La velocidad es la capacidad de ejecutar un movimiento en un tiempo mínimo y realizar el mayor número de movimientos en el menor tiempo posible (Le Deuff, 2003). Vila (1999) la define como la máxima rapidez posible en la ejecución de movimientos bajo control voluntario.

- **FUERZA:** La fuerza es un fenómeno físico capaz de modificar la velocidad de desplazamiento, movimiento y/o estructura (deformación) de un cuerpo, según el punto de aplicación, dirección e intensidad dado. Por ejemplo, acciones como arrastrar, empujar o atraer un objeto conllevan la aplicación de una fuerza que puede modificar el estado de reposo, velocidad o deformar su estructura según sea aplicada. Platonov y Bulatova (2006) mencionan que “bajo el concepto de fuerza del ser humano hay que entender su capacidad para vencer o contrarrestar una resistencia mediante la actividad muscular”. Otro concepto es el que nos brindan González y Gorostiaga (1995) quienes definen la fuerza como “la capacidad de producir una tensión que tiene el músculo al activarse o como se entiende habitualmente contraerse”.
- **EQUILIBRIO:** Es la habilidad para mantener el cuerpo u otro objeto en posición estable y controlada, por medio de movimientos compensatorios o de equilibración. El equilibrio es un problema permanente del hombre debido a su posición bípeda y la acción permanente de la fuerza de gravedad, por lo tanto, el hombre permanentemente está adaptado su equilibrio de acuerdo a las actividades que va a realizar. Existen tres categorías de equilibrio y que están determinadas por las fuerzas que actúan sobre un cuerpo. Equilibrio estático, cuando un cuerpo está en reposo o no se desplaza. Equilibrio cinético, cuando el cuerpo esta movimiento rectilíneo y uniforme. Equilibrio dinámico cuando intervienen fuerzas inerciales, es decir en movimientos no uniformes, donde un cuerpo parece estar en aparente desequilibrio, pero no se cae. (López Elvira, en Izquierdo, 2008).
- **FLEXIBILIDAD:** La flexibilidad en educación física puede ser definida como el rango de movimiento que tienen las articulaciones y la habilidad que tienen las articulaciones de moverse libremente. Adicionalmente, también se refiere a la movilidad de los músculos, lo que permite más movimiento alrededor de las articulaciones, sin embargo, Martin y col. (1989) la define como la capacidad del

individuo de alcanzar las máximas amplitudes articulares, acompañadas de las elongaciones musculares y ligamentosas correspondientes.

3. CAPÍTULO III

INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 DISEÑO CRONOGRAMA

Para la ejecución de la propuesta pedagógica se estipulo unas fechas de trabajo, desde el 9 del mes de marzo al 15 de mayo, teniendo en cuenta que esas son las semanas disponibles con los estudiantes de 5° grado.

Las capacidades a desarrollar en la propuesta pedagógica son velocidad, equilibrio, coordinación, fuerza y flexibilidad.

AGILIDAD Y CIRCUITOS DINÁMICOS	SM#1	SM#2	SM#3	SM#4	SM#5	SM#6	SM#7	SM#8
Velocidad	Act#1 Act#2 Act#3	Act#4						
Equilibrio		Act#1 Act#2	Act#3 Act#4					
Coordinación			Act#1	Act#2 Act#3 Act#4				
Fuerza					Act#1 Act#2	Act#3 Act#4		
Flexibilidad							Act#1 Act#2	Act#3 Act#4

3.2 EJECUCIÓN.

3.2.1 VELOCIDAD.

Actividad 1. Juego “Corre a tu lugar”

Materiales: Aros y pelota.

Participantes: De 40 máximo.

Edad: De 10 a 15 años.

Descripción: En este juego se ubicarán los aros formando un círculo de tal manera que cada niño tenga su espacio para reaccionar a la salida, cada niño será ubicado dentro de un aro y uno de ellos tendrá una pelota, la cual deberá pasar al compañero que se encuentre a su derecha y correr en esa misma dirección, de esta manera seguirán pasando la pelota hasta llegar a su posición inicial, tanto el niño como la pelota.



Variante:

- Igual, pero a un pie.
- Saltando a pie juntos.
- En parejas.

Actividad 2: Atención y velocidad “Pepes y pepas”

Materiales: Ninguno.

Participantes: De 30 a 50 máximo.

Edad: De 10 a 15 años.

Descripción: Este juego consiste en atrapar al compañero que tenemos al frente. Los estudiantes conformarán dos grupos iguales al número de participante, un grupo se llamará pepes y el otro pepas cuando el profesor diga “pepas” ellos deberán agarrar a los “pepes” que correrán hacia la portería para no ser alcanzados de esta forma los estudiantes estarán atentos al grupo que mencione el profesor para saber si ellos corren agarrar a los compañeros o corren para no ser agarrados.



Variantes:

- Todos sentados.
- Aun pie.
- Todos de rodillas.
- De cubito abdominal.

Actividad 3: Juego “lanza y corre”

Materiales: Conos y pelota.

Participantes: De 40 máximo.

Edad: De 10 a 15 años.

Descripción: primero se conformarán 2 grupos de igual número estudiantes que estarán sentados en fila, el primer estudiante de cada fila tendrá una pelota que deberá pasar al último de la fila, el cual deberá ponerse de pie, agarrar la pelota y correr hacia un cono ubicado a 5 metros, le dará la vuelta al cono y regresará, ubicándose de primero para pasar la pelota, de esta forma seguirá el juego hasta pasar todo el equipo.



Variantes:

- Todos de pie.
- Dando la espalda al cono.
- Se pasa la pelota por medio de las piernas.

Actividad 4: Juego de velocidad y resistencia.

Materiales: Conos.

Participantes: De 30 máximo.

Edad: 10 a 15 años.

Descripción: El juego consiste en ubicar 2 hileras, una en cada esquina de la cancha de igual número de participantes, el primero de cada hilera sale corriendo a toda velocidad hasta un cono ubicado a 5 metros, tendrán que dar la vuelta y regresar por un compañero, los 2 tendrán que correr agarrados de la mano y darle la vuelta al cono, el primer equipo que logre dar la vuelta con todos sus compañeros gana.



Variante:

- Realizaran todo el recorrido saltando.

3.2.2 EQUILIBRIO:

Actividad 1: Juego “salto y no caigo”

Materiales: Conos.

Participantes: De 12 en adelante.

Edad: 10 a 15 años.

Descripción: Los estudiantes se distribuyen en grupos de seis y se alinean en el suelo tumbado boca abajo, separados entre ellos por una distancia de un metro. Al lado de cada grupo se coloca un cono y delante se coloca otro a una distancia de 25 m.

A la señal del educador el último niño de la fila, empieza a saltar sobre sus compañeros pisando una vez entre niño y niño con un solo pie. Al llegar a inicio de la fila se tumba y pasa a ser el primero. Cuando el grupo llega al cono finaliza el ejercicio y vuelve a empezar, dirigiéndose al cono de partida.



VARIANTE:

- Saltando en zigzag.
- Igual, pero a pie juntos.

Actividad 2: Juego “salto y paso”

Materiales: Conos y aros.

Participantes: De 30 máximo.

Edad: 10 a 15 años.

Descripción: Se conforman dos grupos de igual número de participantes, en el suelo habrá dos filas de aros, en una fila se transportarán los estudiantes a un pie y en la otra fila estará un cono que deberán transportar hasta el último aro, el estudiante al pasar por los aros deberá tomar el cono y ubicarlo en el aro siguiente para seguir avanzando hasta el final de los aros, luego sigue el otro estudiante y realizará la misma acción, el equipo que lleve el cono hasta el último aro ganará.



VARIANTE:

- pasan los aros a un pie.
- Deben levantar el cono con un pie.
- En parejas.

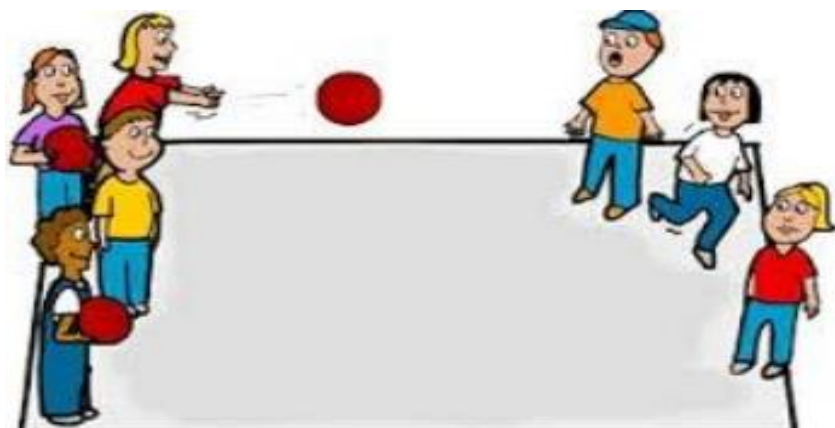
Actividad 3: Juego “si te caes pierdes”

Materiales: pelota.

Participantes: De 20 en adelante.

Edad: 8 a 15 años.

Descripción: Este juego consiste en no dejarse tocar por la pelota que será lanzada por dos estudiantes ubicados en los extremos de cada portería, el resto de los estudiantes estarán en el centro del campo apoyados en un solo pie, el estudiante que sea tocado por la pelota o se caiga al momento de esquivarla deberá salir de juego.



VARIANTE.

- Estarán estáticos y solo podrán hacer un movimiento cuando lancen la pelota.
- Se adicionan dos pelotas al juego.

Actividad 4: Juego “la cadena”

Materiales: Ninguno.

Participantes: De 12 en adelante.

Edad: 10 a 15 años.

Descripción: Este juego consiste en ubicar a los niños en fila, apoyando las manos en los hombros del compañero que tenga al frente, después cada uno tendrá que ponerse de acuerdo a la instrucción que el docente le indique: ‘a un solo pie; saltar, agacharse, entre otras.



Variante:

- Todos están sentados.

3.2.3 COORDINACIÓN:

Actividad 1. ¿Quién comenzó el movimiento?

Materiales: ninguno.

Participantes: De 20 en adelante.

Edad: De 10 a 15 años.

Descripción: El grupo se sienta formando un círculo, se elige a un integrante para que salga de la sala, los demás participantes que quedan dentro de la sala, se ponen de acuerdo, para que uno de los integrantes, comience a ejecutar un movimiento, el cual todos los demás deberán seguir. Por ejemplo, mover las manos, girar la cabeza, mover los hombros, brazos, muecas etc. El compañero o compañera que se encuentra fuera de la sala, al ingresar, deberá descubrir, quien comienza el movimiento, se le dan tres oportunidades, si falla, se le hace una penitencia.



Variantes: se puede utilizar el mismo procedimiento, pero, el integrante que sale de la sala, puede ser el que inicia el movimiento, obviamente sin saberlo, se acuerda esto anteriormente, previo a la entrada de este a la sala. Por lo que se imitaran, todos los movimientos que el realice desde que entra en la sala.

Actividad 2. ¡Atención!

Materiales: ninguno.

Participantes: De 35 máximo.

Edad: De 10 a 15 años

Descripción: Los alumnos se dividen en dos grupos, uno grupo se quedan agachados y otros de pie. Cuando el educador toca el silbato una sola vez, todos quedan como están; en cambio sí toca el silbato dos veces, se cambian de posiciones, los que estaban agachados se colocan de pie, y viceversa.



VARIANTE:

- Se le suma un movimiento, como salta, avanzar un paso, entre otros.
- Se cambia el silbato y la señal será con aplausos.

Actividad 3. Carreras de tres pies

Materiales: ninguno.

Participantes: De 20 en adelante.

Edad: De 8 años en adelante.

Descripción: Es una carrera en pareja. Se llama de tres pies, porque el tobillo izquierdo de uno de los corredores se amarra al derecho del otro. Para avanzar deben mover simultáneamente las extremidades amarradas. Gana la primera pareja que cruce la meta.



Variante:

- Deberán caminar con las manos arriba.

Actividad 4. En sacados

Materiales: Sacos

Participantes: 30 niños

Edad: De 10 años en adelante

Descripción: Los competidores meten sus piernas dentro de un saco. Como los sacos les impiden caminar o correr, deben saltar hasta llegar a la meta.



VARIANTE:

- No pueden hablar y solo se comunicarán por medio de la expresión facial.
- Avanzarán saltando.

3.2.4 FUERZA:

Actividad 1. Juego Tirar la cuerda.

Materiales: Cuerda, pañuelo

Participantes: De 20 en adelante.

Edad: De 10 años en adelante.

Descripción: En la mitad de una cuerda larga se atará un pañuelo. Con la cuerda extendida, se hace una marca en el suelo, a uno o dos metros hacia la derecha del pañuelo y otra hacia la izquierda, a la misma distancia. Los jugadores se distribuyen en dos grupos. Cada uno, ordenado en fila y de pie, agarra la cuerda y se ubica detrás de una de las marcas. Gana el equipo que, tirando de la cuerda y arrastrando al equipo contrario, logrando pasar el pañuelo sobre su marca.



VARIANTE:

- Solo podrán sujetar la cuerda con una sola mano.

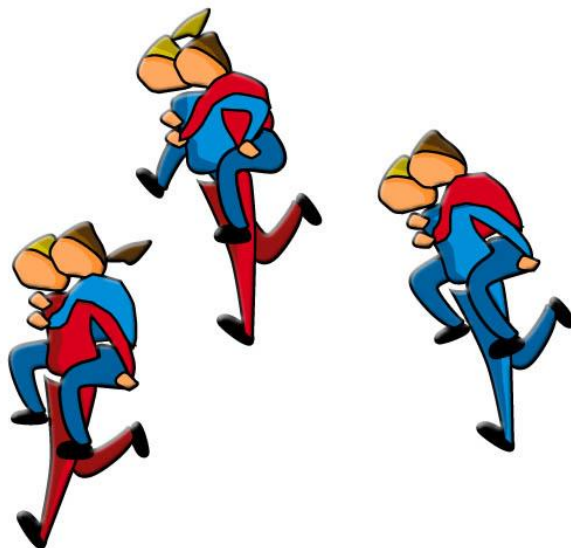
Actividad 2. Juego “El caballito”.

Materiales: Ninguno.

Participantes: De 30 en adelante.

Edad: De 10 años en adelante.

Descripción: El juego consiste en llevar al compañero hasta el otro lado del campo, el cuál cargara a su espalda. Luego el compañero que llevo cargado deberá regresar y buscar al otro compañero, de esta manera le daremos secuencia al juego hasta traer al último compañero, el equipo que primero haya traído todos sus compañeros será el ganador.



VARIANTE:

- Se realiza la misma dinámica, pero esta vez se realiza por tiempo, es decir, que tendrán un minuto para pasar la mayor cantidad de niños.

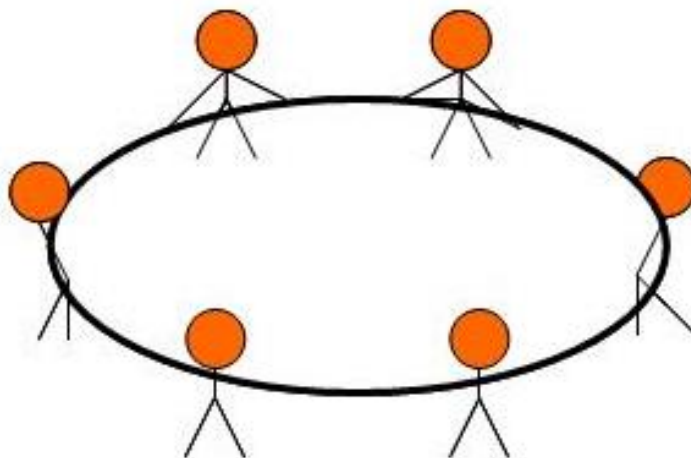
Actividad 3. Juego “Alcanza el cono”.

Materiales: Cuerdas y cono.

Participantes: De 35.

Edad: De 10 años en adelante.

Descripción: Conformarán grupos de 4 estudiantes que deberán ingresar en un círculo formado por unos lazos deberán agarrar el lazo, ingresar y ubicarlo a la altura de la pelvis, cada estudiante estará en una esquina del lazo formando un cuadrado. Estará situado un cono frente a cada estudiante y deberán halar hacia el cono que le corresponde, el primero que agarre el cono gana.



VARIANTE:

- Deberán elevar las manos al momento de halar.

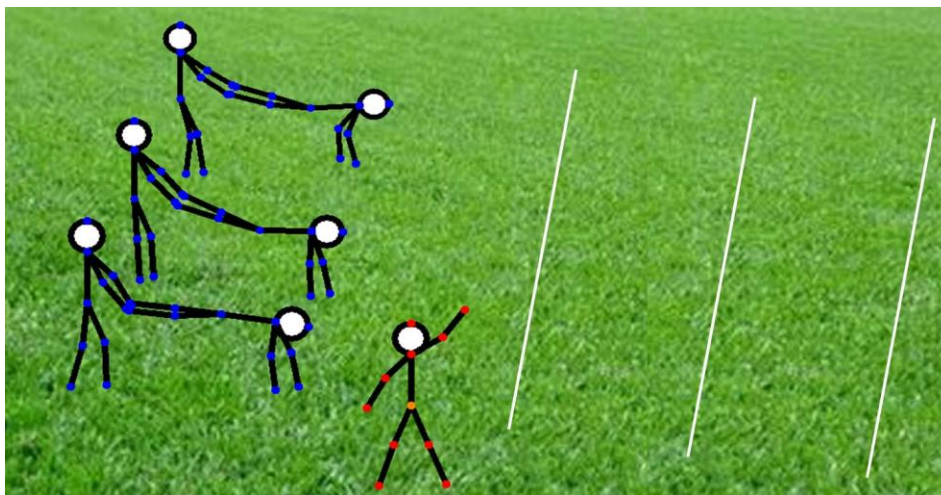
Actividad 4. La carretilla.

Materiales: ninguno.

Participantes: 35 niños.

Edad: De 10 años en adelante.

Descripción: los alumnos se hacen por parejas y se ubicaran a lo largo de la cancha en la línea de bandas, a la señal del profesor los alumnos tendrán que ubicarse de forma cuadrúpeda, los compañeros tomaran a su pareja por ambos pies y los alzarán hasta quedar sostenido con ambas manos, así tendrán que desplazarse hacia el otro lado de la cancha al llegar cambian de posición y así trabajaran todos.



VARIANTE:

- Solo podrán agarrarlo por un solo pie.
- Se realizará en forma de relevo, cada 2 metros habrá un cono, indicado que deberán cambiar las posiciones, es decir, el niño que estaba llevando al compañero pasara hacer la carretilla y el niño que anteriormente era la carretilla pasara a llevar al compañero.

3.2.5 FLEXIBILIDAD:

Actividad 1. Juego “Recibo y paso la pelota”

Materiales: Balón.

Participantes: De 20 en adelante.

Edad: De 8 a 13 años.

Descripción: Se formarán dos grupos de igual número de estudiantes, deberán sentarse en el suelo formados en fila, el primero de cada fila tendrá un balón y deberá pasarlo con los pies al compañero que se encuentra detrás, cuando el balón llegue al último estudiante este deberá ponerse de pie y ubicarse de primero, de esta forma seguirá el juego hasta que el estudiante quede en su posición inicial.



VARIANTE:

- Pasar el balón con las manos.
- Se ubicarán de cubito abdominal.
- Se ponen de pie y deberán pasar el balón por encima de la cabeza.

Actividad 2. “El gusano”

Materiales: Conos y objetos.

Participantes: De 30 máximo.

Edad: De 10 a 15 años.

Descripción: Se hacen 3 o 4 grupos, todos los miembros del grupo se ubica de cubito dorsal formando un gusano, el ultimo de cada grupo pasará con sus pies un cono o cualquier objeto que pueda sujetar, el cual deberá pasarlo a su compañero, el objeto debe llegar hasta el otro extremo del gusano, el grupo que pase todos los objetos ganara el juego.



VARIANTE:

- Pasar los objetos con las manos.
- Cada niño tomara una distancia de 30cm y el objeto deberán lanzarlo, si cae el objeto, deberán regresar y empezar de nuevo.

Actividad 3. “El Alfabeto”

Materiales: Ninguno.

Participantes: De 20 en adelante.

Edad: De 10 a 15 años.

Descripción: Para este juego debes de dividir a los alumnos en grupos de cuatro. A continuación, asignas una letra del alfabeto para cada uno de los grupos. De esta forma, los niños pueden mejorar su flexibilidad al trabajar en equipo para estirar sus extremidades de modo que formen la letra asignada. Luego, el resto de los grupos deben de adivinar de qué letra se trata.



VARIANTE:

- Entre todos formar una palabra.

Actividad 4. “El Limbo”

Material: Un palo.

Participantes: 35 niños.

Edad: De 10 a 15 años.

Descripción: Uno de los juegos más divertidos es el Limbo, con el que los niños pueden mejorar la flexibilidad en la espalda y la cadera. Para llevar a cabo este juego, dos alumnos deben encargarse de sostener cada extremo de un palo de una escoba a la altura de su pecho. Luego, uno por uno, deben ir pasando por debajo inclinándose hacia atrás sin dejar que ninguna parte de su cuerpo toque ni el suelo ni el palo, o perderían. Después de cada ronda en la todos pasan por debajo del palo, o ideal es ir bajándolo un poco más cada vez. El juego sigue hasta que sólo queda un niño.



VARIANTE:

- Realizaran el ejercicio en parejas.

3.3 INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES DE LAS ACTIVIDADES VIRTUALES.

3.3.1 OBJETIVO GENERAL:

Apoyar el proceso educativo virtual en el área de educación física mediante videos audio visuales para el desarrollo de las diferentes capacidades motrices que complementan la formación en los niños de la institución educativa Rafael Valle Meza #3 de Valledupar.

3.3.2 EJECUCIÓN.

Actividad #1 “Juegos con objetos de casa”

Fecha: 27/04/2020.

Descripción: Este material se implementó vía virtual en los niños de 5° grado de la institución educativa Rafael valle meza con el fin de estimular diferentes capacidades motrices y temporo-espacial utilizando elementos accesibles los cuales se pueden encontrar en casa, estas actividades fueron adaptadas para niños de 5 a 13 años, con un grado de dificultad acorde a estas edades.



Actividad #2 “Aeróbico”

Fecha: 1/05/2020

Descripción: Continuando con el proceso, se agregó una sesión de aeróbicos que contiene movimientos básicos y fáciles de ejecutar, para que los niños expresen su corporalidad por medios de este material.



Actividad #3 “juegos de respiración”

Fecha: 11/05/2020

Descripción: En esta sesión trabajamos juegos enfocados al manejo de la respiración y la estimulación pulmonar, estos nos ayudan a tener mejor capacidad de oxígeno en los pulmones en el momento de realizar actividades aeróbicas ó anaeróbicas.



Actividad #4 “Juegos en conjunto”

Fecha: 18/05/2020

Descripción: En esta actividad, vía virtual fue aplicada en los niños de 5° grado de la institución educativa Rafael valle meza, se tuvo en cuenta el trabajo en equipo, incluyendo actividades de conjunto, de creatividad, entre otras; llevando como finalidad la inclusión del padre en el proceso educativo del niño.



Actividad #5 “Pausa activa”

Fecha: 25/05/2020

Descripción: En este video se ilustra movimientos articulares de diferentes extremidades del cuerpo y algunas series de ejercicios como lo son las sentadillas, planchas, flexiones entre otras adaptadas a los niños de 5 grado de la institución educativa Rafael valle meza de la ciudad de Valledupar.



Actividad #6 “Juegos múltiples”

Fecha: 1/06/2020

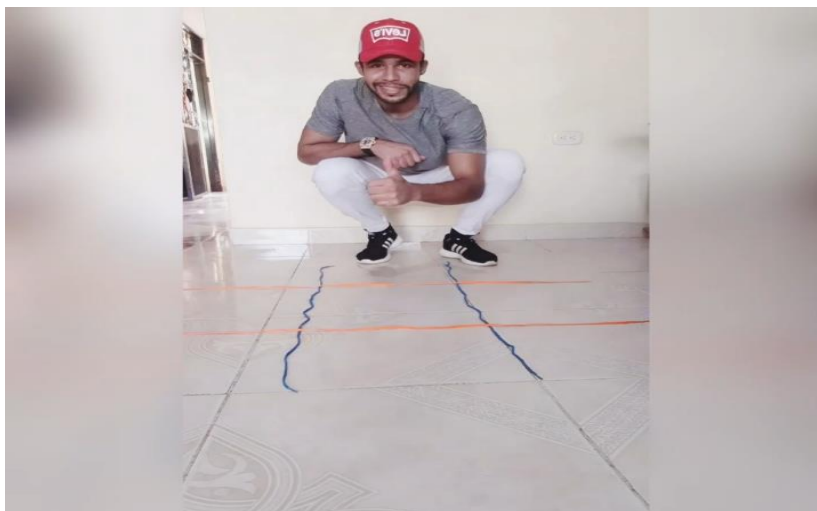
Descripción: En esta sesión vía virtual se incluyeron actividades de coordinación, reflejo, agilidad entre otras, esto con el fin de fortalecer los aspectos corporales y motrices del niño.



Actividad #7 “Coordinación”

Fecha: 8/06/2020

Descripción: para continuar con el apoyo metodológico virtual en los estudiantes de 5 grado de la institución educativa Rafael valle meza se realizó una serie de ejercicios enfocados en la coordinación óculo – manual y óculo – pédica, utilizando como método unos cordones que formaban una serie de cuadrados donde los niños deberían saltar.



Actividad #8 “juego de equilibrio”



Fecha: 15/06/2020

Descripción: Esta sesión fue enfocada al fortalecimiento de la motricidad gruesa, realizando diferentes circuitos en espacio reducido, utilizando como material algunos elementos reciclable fáciles de conseguir en casa.



4. CAPITULO IV

4.1 ACTIVIDADES INTER INSTITUCIONALES

FECHA	ACTIVIDAD	EVDENCIA
<p>26 DE FEBRERO 2020</p>	<p>SEMANA SANTA, MIERCOLES DE SENISA</p>	
<p>10 DE MARZO 2020</p>	<p>ACTO CÍVICO DEL DIA DE LA MUJER, SESIÓN DE AEROBICO.</p>	

5. CAPITULO V

5.1 FORMATOS DE EVALUACIONES

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
_____E_____
- 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

4. Ejecución

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

5. Control

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

NOMBRE DEL SUPERVISOR: *César Corvacho*
c.e.H 7.570.688 (Piv. 5-14)

CÉSAR CORVACHO

FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO: *Stigt David Nuñez Aslant*
STIGT DAVID NUÑEZ ASLANT

FECHA: 08/06/2020



UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

5.2. PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: STIGT DAVID NUÑEZ AISLANT

SUPERVISOR:

David González R
c.e.H. 7.570.688 (Pivis-14)

INSTITUCIÓN: RAFAEL VALLE MEZA MIXTA #3

FECHA: 08/06/2020

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

OBSERVACIONES: Excelente trabajo en su practica integral, logrando un buen rendimiento y aporte a nuestra institución.



SC-CER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

5.3 NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: STIGT DAVID NUÑEZ AISLANT

SUPERVISOR:

*David Borrero R.
c.e.H. 7.590.688 (Pivis-14)*

INSTITUCIÓN: RAFAEL VALLE MEZA MIXTA #3

GRADO: 5º GRADO

FECHA: 08/06/2020

ETAPAS	OBSERVACIÓN	%	NOTA	%
1 Administrativa	Cumplió con los planteamientos de la práctica.	30%	5.0	
2 Docente y Evaluativa	Buen dominio de grupo y logra con facilidad acoplarse al entorno educativo.	50%	5.0	
3 Actividades extracurriculares	Es puntual en la entrega de sus compromisos.	20%	5.0	
	NOTA DEFINITIVA	100%	5.0	

Supervisor:

*David Borrero R.
c.e.H. 7.590.688 (Pivis-14)*

Alumno – Maestro:

[Signature]

5.4 FORMATO DE AUTO EVALUACIÓN.

NOMBRE ESTUDIANTE: STIGT DAVID NUÑEZ AISLANT

CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: INSTITUCIÓN EDUCATIVA RAFAEL VALLE
MEZA MIXTA #3

SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA:

David Borracho R
co # 7.590.688 (Pivis+U)

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

ASIGNE: E = EXCELENTE

B = BUENO

R = REGULAR

D = DEFICIENTE

NA = NO APLICA

1. De la Institución de Práctica

- El espacio de trabajo ofrecido por la institución da una buena oportunidad de aprendizaje para los alumnos maestros del área de educación física, recreación y deportes.

___ B ___

- Se le brindan facilidades administradoras y físicas para el desarrollo de la práctica.

___ B ___

- El supervisor de la práctica fue un apoyo constante en el desarrollo de la propuesta pedagógica.

___ 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.

___ B ___

2. De la Universidad

- La asignatura de taller pedagógico le dio una pauta general de la práctica profesional. B
- Las asignaturas del plan de estudio visto, le proporcionaron apoyo formativo y complementario en el desempeño profesional. B
- 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. E
- Los objetivos propuestos se cumplieron a cabalidad. E
- La práctica fue importante en el crecimiento y desarrollo personal y profesional. E

SUGERENCIAS: Ninguna.

FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO:



FECHA: 08/06/2020

CONCLUSIÓN

El área de educación física es muy dispensaba en la formación y desarrollo de nuestros estudiantes ya que se fortalecen muchas habilidades físicas y cognitivas, que influyen en todo su proceso académico e incluso profesional.

En el trascurso de la practicas se desarrollaron unas series de juegos y actividades recreativas que fueron planificadas y enfocadas al desarrollo de las diferentes habilidades motrices del niño, que se trabajó durante este periodo teniendo como resultado una mejoría significativa en estos aspectos físicos.

A pesar de todos los cambios ocasiono por la pandemia, se logró alcanzar los objetivos planteados al inicio de este proceso, ejecutado por los alumnos de 5° grado de la institución educativa Rafael Valle Meza mixta #3 logrando un fortalecimiento de sus capacidades físicas y cognitivas. previamente a esto los alumnos tomaron de una forma positiva la metodología planteada, realizando sin dificultad y de una forma divertida las diferentes actividades propuestas en el proceso, manteniendo una motivación positiva en cada encuentro. Para definir esta experiencia fue muy satisfactoria, ya que los alumnos tuvieron mucha disposición y entrega teniendo como resultado un mejoramiento en su desarrollo educativo y social.

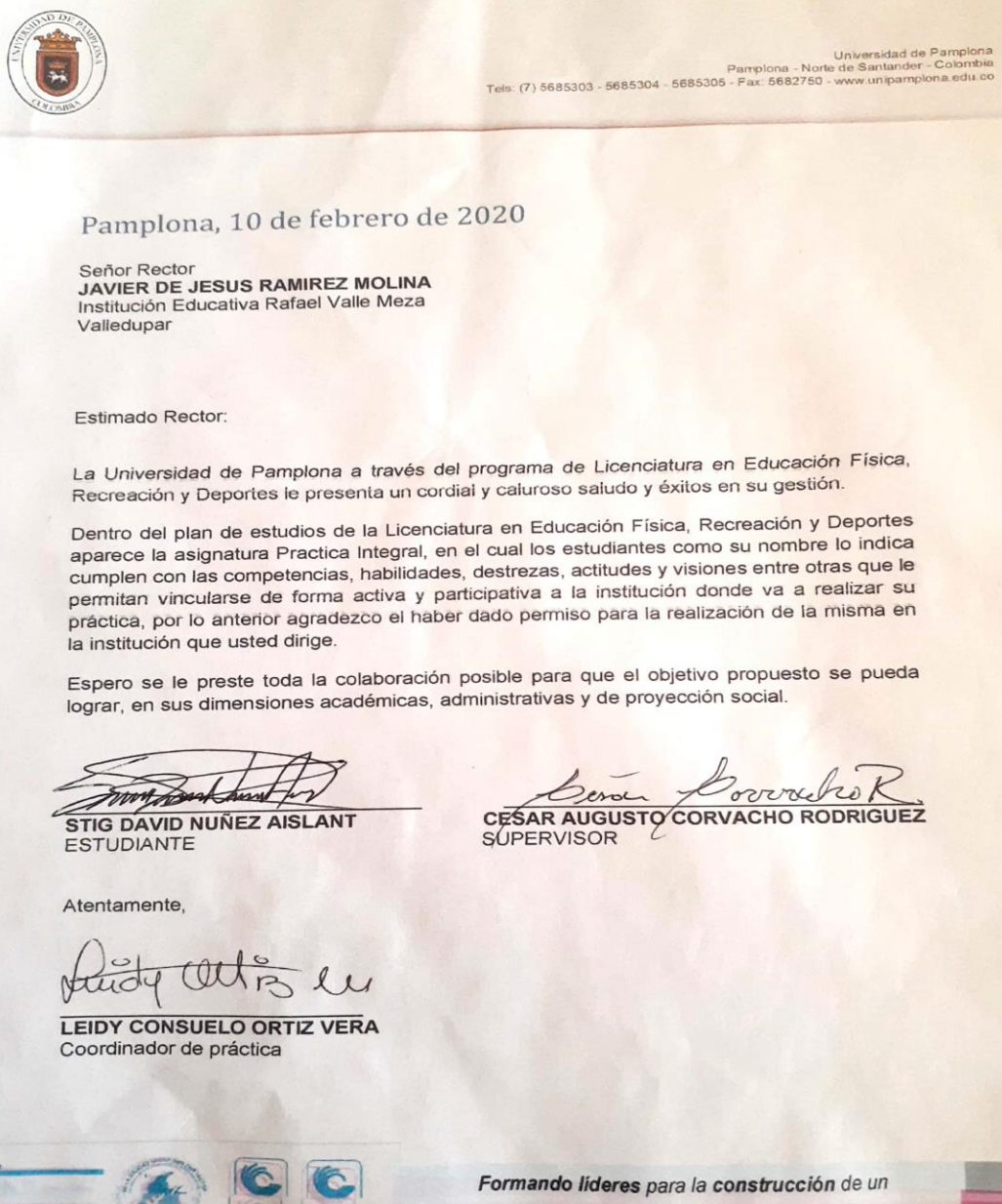
Para finalizar, agradecerá a Dios, a mis familiares que fueron apoyaron durante este proceso de formación y que hoy en día me han dado quizás el mejor regalo, haberme echo un profesional de la educación en Colombia, también agradecer al cuerpo docente de la institución educativa Rafael Valle Meza y por supuesto a los docentes de la universidad de pamplona que compartieron conmigo todos sus conocimientos para hoy en día estar donde estoy.

BIBLIOGRAFÍA

- https://www.google.com/search?q=concepto+de+velocidad&rlz=1C1CHBF_esCO808CO808&oq=concepto+&aqs=chrome.2.69i57j0l3j69i60l4.9873j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8
- <https://www.lifeder.com/flexibilidad-educacion-fisica/>
- https://www.google.com/search?q=velocidad+segun+autores&rlz=1C1CHBF_esCO808CO808&oq=velocidad+autores+&aqs=chrome.1.69i57j0l7.10084j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8
- <http://reader.digitalbooks.pro/book/preview/18798/b1c2.html>
- condición indispensable para el aprendizaje de las habilidades motrices.
- <https://www.monografias.com/trabajos16/teorias-piaget/teorias-piaget.shtml>
- <https://www.efdeportes.com/efd195/capacidades-coordinativas-desde-educacion-fisica.htm>
- <https://www.fedecoltenis.com/userfiles/Capacitacion/2013/Capacidades%20Coordinativas%20Apts.pdf>
- <http://www.crispersonaltrainer.com/agilidad/>
- <https://es.slideshare.net/Racolo13/la-agilidad-31762895>
- https://eva.udelar.edu.uy/pluginfile.php/237430/mod_resource/content/1/Material_Basico_-_Conceptualizacion_General_de_la_Fuerza.pdf
- <https://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>
- <http://www.eumed.net/libros-gratis/2011a/893/Consideraciones%20teoricas%20acerca%20de%20las%20habilidades.htm>
- https://www.google.com/search?q=juego+corre+o+te+alcanzo&rlz=1C1CHBF_esCO808CO808&sxsrf=ALeKk01mUGzrHQeWB_Gvkl9OMNmoVxpMeg:1587141415006&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjppv_B8u_oAhXuYt8



ANEXOS



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



¡GRACIAS!