



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME FINAL DE PRACTICA INTEGRAL PROFESIONAL DOCENTE
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIERREZ

Carlos Eduardo Villamizar Silva

1093414274

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACION
LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION
FISICA, RECREACION Y DEPORTES

MODALIDAD PRESENCIAL

PAMPLONA

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME FINAL DE PRACTICA PROFESIONAL INTEGRAL DOCENTE
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIERREZ

Carlos Eduardo Villamizar Silva

1093414274

PRESENTADO A:

Mag. LEIDY CONSUELO ORTIZ VERA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACION

LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION
FISICA, RECREACION Y DEPORTES

MODALIDAD PRESENCIAL

PAMPLONA

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INTRODUCCION

El futsal es uno de los deportes más practicados, ya sea de forma profesional, o como hobbies; en el cual cada deportista debe cumplir y fortalecer ciertas habilidades tácticas que permiten un buen desenvolvimiento en el campo de juego.

Estas habilidades se pueden enfocar en tres dimensiones: técnicas, psicológicas y físicas. Las habilidades técnicas permiten a los jugadores conocer las reglas, sanciones, posiciones y funciones que cada uno cumple dentro del juego; así mismo, estas habilidades van siendo reforzadas conjuntamente con entrenamientos físicos que ayuden a mejorar su rendimiento. Por último, y no menos importante el aprendizaje continuo de estrategias psicológicas para el manejo de factores predisponentes como ansiedad, tolerancia a la frustración, o factores facilitadores como el liderazgo, motivación o trabajo en equipo.

Teniendo en cuenta las distintas habilidades que se buscan fortalecer en cada jugador o jugadora se va estableciendo el plan de entrenamiento según la eficacia y adaptación de cada jugador para la preparación antes de una competencia.

Por eso, en la presente estrategia pedagógica deportiva se busca enseñar y fortalecer habilidades idóneas para un desempeño adecuado de las jugadoras que conforman el equipo de futbol sala del colegio MRTG ante la competencia intercolegial supérate 2020. La expectativa es lograr en cada una de ellas aumentar su rendimiento en el campo de juego para la obtención de resultados buenos y exitosos resultados en esta competencia; y a su vez mejorar la calidad deportiva en el colegio en el manejo táctico de este deporte.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION	3
1.1 RESEÑA HISTORICA.....	8
1.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL.....	10
1.2.1 IDENTIFICACION.....	10
1.2.2 CARACTERIZACIÓN	11
1.4 HORizontes INSTITUCIONAL.....	12
1.4.1 MISION.....	12
1.4.2 VISION	12
1.5 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES.....	13
1.6 FILOSOFIA DE LA INSTITUCION	13
1.7.1 PERFIL DEL ESTUDIANTE.....	14
1.7.2 PERFIL DEL DOCENTE	14
1.7.3 PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA	14
1.8 ORGANIGRAMA	16
1.9 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES (aun no disponible).....	17
1.10 SIMBOLOS INSTITUCIONALES	17
1.10.1 .LEMA: Responsabilidad, Sabiduría y trabajo.....	17
1.10.3 LA BANDERA.....	19
1.10.4 EL HIMNO	20
1.11. MANUAL DE CONVIVENCIA	22
1.12 DERECHOS Y DEBERES DE LOS MAESTROS, ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA.....	23
1.12.1. DEBERES DE LOS ESTUDIANTES	23
1.12.2 DEBERES DEL DOCENTE	24
1.12.3. DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA	25
1.13. LEY DEL MENOR.....	26



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.14. UNIFORMES.....	28
1.15. INVENTARIO DE INFRAESTRUCTURA.....	31
1.16. INVENTARIO DE SALON DE DEPORTES	32
1.18 MATRIZ DOFA.....	34
CAPITULO II.....	35
PROPUESTA PEDAGOGICA	35
2.1 TITULO	35
2.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS	35
2.4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	36
2.5 JUSTIFICACIÓN	37
2.6 POBLACIÓN	38
2.7 MARCO CONCEPTUAL.....	39
2.7.1. DEPORTE.....	39
2.7.2 HABILIDADES TÉCNICAS	40
2.7.3 TÉCNICA DEPORTIVA	40
2.7.4 EQUIPO	41
2.7.5 FORMACIÓN DEPORTIVA	41
2.7.6 RENDIMIENTO DEPORTIVO	42
2.7.7 ENTRENAMIENTO	42
2.7.8 FORMACIÓN INTEGRAL.....	43
2.7.9 FUTBOL SALA	43
2.7.10 FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FUTBOL SALA.....	44
CAPITULO III	45
INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES	45
3.1 DISEÑO	45
3.1.1 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	45
3.2 EJECUCIÓN	46
3.2.1 TÉCNICA DE CONDUCCIÓN	46



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3.2.2 TÉCNICA DE REMATE	50
3.2.3 TÉCNICA DE PASE	54
3.2.4 TÉCNICA DE CABECEO	58
3.2.5 SISTEMAS DE JUEGO. SISTEMA DEFENSIVO.	62
3.2.6 TÉCNICA DE PORTERO.....	66
3.2.7 JUGADAS A BALÓN DETENIDO.	70
3.2.8 EJECUCIÓN DEL JUEGO.	74
3.3 INFORME DE ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES	78
CAPITULO IV	102
INFORME DE ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES	102
CAPITULO V	103
FORMATOS DE EVALUACION	103
5.1 AUTOEVALUACION.....	103
.....	104
5.2 COEVALUACIÓN	105
.....	106
5.3 PLAN TEORICO.....	107
5.4 NOTA FINAL	108



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO 1

INFORME INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.1 RESEÑA HISTORICA

Con el proceso de restauración del sector educativo se crea mediante Decreto 000819 del 30 de septiembre de 2002, emanado de la Gobernación de Norte de Santander, la Institución Educativa, bajo el nombre de Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez, insigne benefactor y luchador social a favor de las gentes de Cucutilla, en diversos aspectos de la vida municipal, especialmente en el sector educativo. Esta nueva Institución fue rectorada inicialmente por el licenciado José Álvaro Lizcano Sánchez quien, como director de núcleo, recibió el encargo de asumir estas funciones. Para hablar de la Institución Educativa, es fundamental remontarnos a los tres establecimientos que al fusionarse establecieron las bases de la nueva Institución.

ESCUELA URBANA INTEGRADA JOSÉ MARÍA CÓRDOBA: El dato exacto de la fundación de la Escuela Urbana se desconoce. Según datos aproximados se remonta la fundación a unos 80 años atrás. La escuela urbana de niños funcionó en varios lugares de la población por no tener sede propia, así que, por un tiempo, hasta 1951 ocupó las instalaciones en donde hoy funciona la sede Matilde Silva de Villamizar, Barrio Instituto, pero el gobierno nacional al crear las escuelas hogares y ofreciendo este programa a Cucutilla, la Administración Municipal escogió este lugar para que allí funcionara esta Institución. Debido a esto se empezó a construir la escuela de varones a la salida del pueblo, donde antes funcionaba el matadero municipal. Posteriormente para ampliar la cobertura de los alumnos en 1978 se unieron los terrenos en donde funcionaba el centro de salud y el vivero municipal, adaptando estas construcciones para salones de clase y los espacios libres para patio de recreo.

Lo mismo sucedió con la escuela urbana de niñas, funcionó en varias sedes empezando en la casa cultural antigua, luego en la casa de la familia Santos Flores hasta que en 1956 el municipio compró la casa del señor Horacio Uribe en el barrio el molino y allí siguió



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



funcionando. Posteriormente según el Decreto 750 del 6 de septiembre de 1971 se dio el nombre de JOSE MARÍA CÓRDOBA a la escuela urbana de niños. Y en 1976 se integraron las dos escuelas dando origen a la Escuela Urbana Integrada JOSE MARÍA córdoba de la cual fue su primer director el señor JOSE ALIRIO LIZCANO, quien fue reemplazado posteriormente por la señorita DORIS CASTILLO luego el señor ÁLVARO LIZCANO, y desde 1983 hasta la fecha de fusión fue dirigida por el Especialista JOSE JESÚS GELVEZ BOADA.

Cucutillense. En el año 1981 el Gobierno Nacional cambió de razón social, dándole el nombre de INSTITUTO NACIONAL DE PROMOCIÓN SOCIAL promocionando sus primeros bachilleres. El establecimiento se destacó por prestar los servicios educativos no solo a las gentes del municipio, sino que también a través del internado a jóvenes de otros lugares del país e incluso de la república de Venezuela. En la rectoría del plantel, además de su directora fundadora la Señora Matilde quien ejerció el cargo hasta el año 1992, también ejercieron estas funciones el especialista RUBÉN DARÍO JIMÉNEZ, la especialista MARÍA DE LOS ÁNGELES EUGENIO LOPEZ y la licenciada CARMEN ALICIA GÓMEZ DE ARIAS. Bajo la rectoría de estas dignas personas el Instituto formó parte de la regional cuarta de la Asociación de Futuros Agricultores de Colombia, entidad que realizó varias de sus convenciones en el municipio de Cucutilla, en acciones de integración con otros municipios de los Santander es y Arauca.

Actualmente la Institución Educativa ofrece en tres sedes desde el nivel pre-escolar hasta la educación media. En estos últimos años la Institución ha conservado muchas de las tradiciones, actividades culturales heredadas de los anteriores establecimientos. Se cuenta con grupos de danzas, banda papayero y bandas marciales, lo mismo que grupos deportivos. En la parte pedagógica se tienen laboratorios de ciencias, sala de nuevas tecnologías, servicio de Internet.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL

1.2.1 IDENTIFICACION

NOMBRE COMPLETO: Institución Educativa Colegio Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla.

UBICACIÓN Y/O LOCALIZACIÓN FÍSICA.

Departamento: NORTE DE SANTANDER. Municipio: CUCUTILLA.

Zona: Urbana.

Dirección: Kra. 6 No. 4-01. Carretera Vía a Pamplona. Barrio San Isidro.

Teléfono: 3105739550 (rectoría).

E-mail: col_monsenoricardotrujillo@sednortedesantander.gov.co

Número de identificación: Código DANE: 154223000450

DANE .Municipio: 54223

DIAN: 90.501.440-7

No. Registro del PEI: 1171

Código ICFES: 012401

Propiedad Jurídica: Oficial

Jornada: Diurna Continua

Calendario: A

Niveles que ofrece: Pre-escolar. Básica Primaria y Secundaria. Media Técnica.

Ser Humano para Jóvenes y Adultos. Decreto 3011 de 1997.

Sedes:

Escuela Urbana Integrada José María Córdoba: Barrio El Molino. (DANE: 154223000468)

Colegio Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez. Barrio San Isidro. (DANE: 154223000450)

Instituto Nacional de Promoción Social. Barrio El Instituto. (DANE: 154223000433).

Personas que laboran en el Establecimiento.

Nombre completo del Rector: YOGIN GABRIEL BUSTOS ORTEGA

Acto Activo. de Nombramiento: Dto. N° 000217 (09/02/2016). (En propiedad).



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Título: Lic. Supervisión Educativa. Esp. En Gestión Educativa. Esp. En Proyectos informáticos.

Grado escalafón: 14. Resolución N°: 06037 (20/11/2007)

Directivos: 2 Docentes: 31 Administrativos: 8

Total de personas que laboran en el E.E.: 41

Número total de alumnos atendidos: 568 (Ed. Formal) + 85 (Ser Humano)

N°. Total de PP. FF. y/o acudientes: 415

1.2.2 CARACTERIZACIÓN

Características físico-geográficas, demográficas, socioeconómicas y culturales del entorno institucional y de población atendida.

La Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez, se localiza en el municipio de Cucutilla, está ubicado en un terreno quebrado y sobre la cordillera oriental, está distante de la capital a 101 kms, y de Pamplona a 46 kms. Cucutilla es, tal vez, la región con mayor riqueza hídrica del Norte de Santander, pues posee una extensión geográfica en el sector de SISAVITA, productora de agua y con una proyección de desarrollo, no solo para el municipio, sino también para el departamento, especialmente en la Cuenca Binacional del río Zulia.

Cuenta con aproximadamente 9.500 habitantes ya que la gente ha ido emigrando a las ciudades en busca de nuevas oportunidades de trabajo, además de una población flotante de aproximadamente 800 personas que lo visitan en tiempo de vacaciones.

1.3 MARCO LEGAL

La Institución funciona bajo la normatividad legal del Estado colombiano, bajo el Decreto 1075 de 26 de mayo de 2015, por el cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Educación.

Normas sobre manual de funciones Resolución 15683 del primero de agosto del 2016

Modelo pedagógico flexible para jóvenes y adultos SER HUMANO decreto 3011 de 1997.



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Decreto 1421 de 2017, para la atención educativa a personas con discapacidad en el marco de la educación inclusiva.

Ley 1503 de 2011 de educación vial.

Ley 1732 del 1 septiembre de 2014. Cátedra de la paz.

Ley 1014 de 2006. De emprendimiento.

Decreto 1288 del 25 de julio de 2018. Migrantes venezolanos.

1.4 HORIZONTES INSTITUCIONAL

1.4.1 MISION

La Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla, Norte de Santander, forma integralmente a estudiantes desde el preescolar hasta el grado undécimo, educación formal de adultos y población discapacitada, para que adquieran y fomenten valores, sean capaces de generar progreso, apliquen las Tics, sus DDHH, sus DHSR, el medio ambiente, apliquen la investigación en su formación y sean académicamente competentes para el desempeño laboral y/o ingresar a la educación superior.

1.4.2 VISION

La Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez, será en el 2021 una de las mejores de la región; humana, de calidad, competitiva, inclusiva e investigativa en la modalidad que ofrece, donde se consoliden: la responsabilidad, el respeto por las personas, por los DDHH, los DHSR, la protección del medio ambiente; donde se apliquen las TICS, el pluralismo, se practique una sana convivencia, para contribuir a formar una sociedad pacífica y progresista, para que los estudiantes sean capaces de construir su proyecto de vida, lograr sus expectativas y metas individuales, familiares y sociales



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.5 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

La Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla tendrá como principios fundamentales:

- Desarrollar una labor concertada y responsable, con el propósito de convertir la Institución en la entidad que más contribuya al desarrollo integral de la comunidad cucutillense, recuperando y fortaleciendo en los estudiantes y demás miembros de la comunidad educativa los valores morales, éticos, culturales, sociales y ambientales, buscando mejorar la calidad en el existir y vivir comunitario.
- Optimizar los planes y programas estatales de educación formal, incorporar las TICS, teniendo en cuenta los índices de inclusión, en una primera fase, pero con la proyección hacia la formación de los estudiantes en otros campos del saber hacer, que debidamente diagnosticados, sean consecuentes con las necesidades y expectativas con los habitantes del municipio de Cucutilla.
- Formar un estudiante, que no sólo sea competente para aplicar lo aprendido dentro del entorno familiar y comunitario, sino que también pueda ser un excelente ciudadano y que, además, pueda asumir con propiedad los estudios superiores que desee.
- Concienciar al estudiante, y a través del él, a la comunidad, sobre la gran fortaleza de Cucutilla en lo referente a su gran riqueza natural, sus generosas tierras, su impresionante producción hídrica y en general, su gran potencialidad ambiental. La formación sistemática y permanente, en educación ambiental será fundamento básico en la institución.

1.6 FILOSOFIA DE LA INSTITUCION

- La Institución educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla, busca formar seres humanos, moralmente idóneos para construir un mundo mejor, con la



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



responsabilidad que la sociedad ha encargado para la formación moral, cultural, científica de los educandos, para ser, trabajar, producir y vivir con dignidad trascendente.

1.7 PERFILES DE LA INSTITUCION

1.7.1 PERFIL DEL ESTUDIANTE

- El estudiante de la Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla será, de acuerdo a su edad, sus capacidades y a su nivel de estudio, una persona competente académicamente, con la habilidad adecuada para interpretar, argumentar y proponer alternativas en cada una de las áreas y asignaturas del plan de estudios, usando las Tic y aplicando y mejorando permanentemente su creatividad y los procesos investigativos.
- Igualmente será una persona responsable en el cumplimiento de sus compromisos, respetuosa de las personas y de las normas, que manifieste un real afecto y pertenencia por la Institución y su comunidad, y en la medida de sus capacidades y habilidades, lidere y participe en proyectos y actividades cívicas, culturales, sociales, lúdicas, de protección y mejoramiento del medio ambiente.

1.7.2 PERFIL DEL DOCENTE

- Debe ser un profesional de la educación con sólidos fundamentos éticos, pedagógicos, científicos, tecnológicos y humanísticos que demuestre a través de su vivencia, los valores que promueve la institución para la transformación de la comunidad y, además, con un deseo de superación permanente que le permita estar a la vanguardia de los cambios con el propósito de alcanzar la excelencia de los educandos a nivel integral. Demostrar sentido de pertenencia para con la institución mediante su compromiso y actuación.

- **1.7.3 PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA**



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- La institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla, implementará estrategias para alcanzar el siguiente perfil en los padres de familia:
- El padre de familia como primer educador de los niños y jóvenes, debe ser el pilar fundamental en el logro de los objetivos de la institución. Así mismo, debe poseer un gran sentido de pertenencia, espíritu de sacrificio y de colaboración, dispuesto a mantener un permanente diálogo con los directivos y docentes y con la voluntad de participar en todas las actividades. Brindará la orientación necesaria a sus
- acudidos en cuanto a un ambiente óptimo para el estudio, la consulta y la investigación y garantizará, en la medida de sus posibilidades, un apoyo logístico para la realización de las actividades y proyectos de sus hijos. Aceptará la educación integral impartida en el colegio de acuerdo con la filosofía, visión, y demás normas internas y del Ministerio de Educación Nacional. Su compromiso, además, es el de trabajar al interior del hogar con sus hijos, para ayudar a fortalecer habilidades y destrezas y a superar las dificultades. Será un solucionador de problemas y no un generador de los mismos y demostrará lealtad por la institución, buscando siempre su progreso y calidad presentando con buena voluntad su nombre para vincularse a los entes de participación democrática.

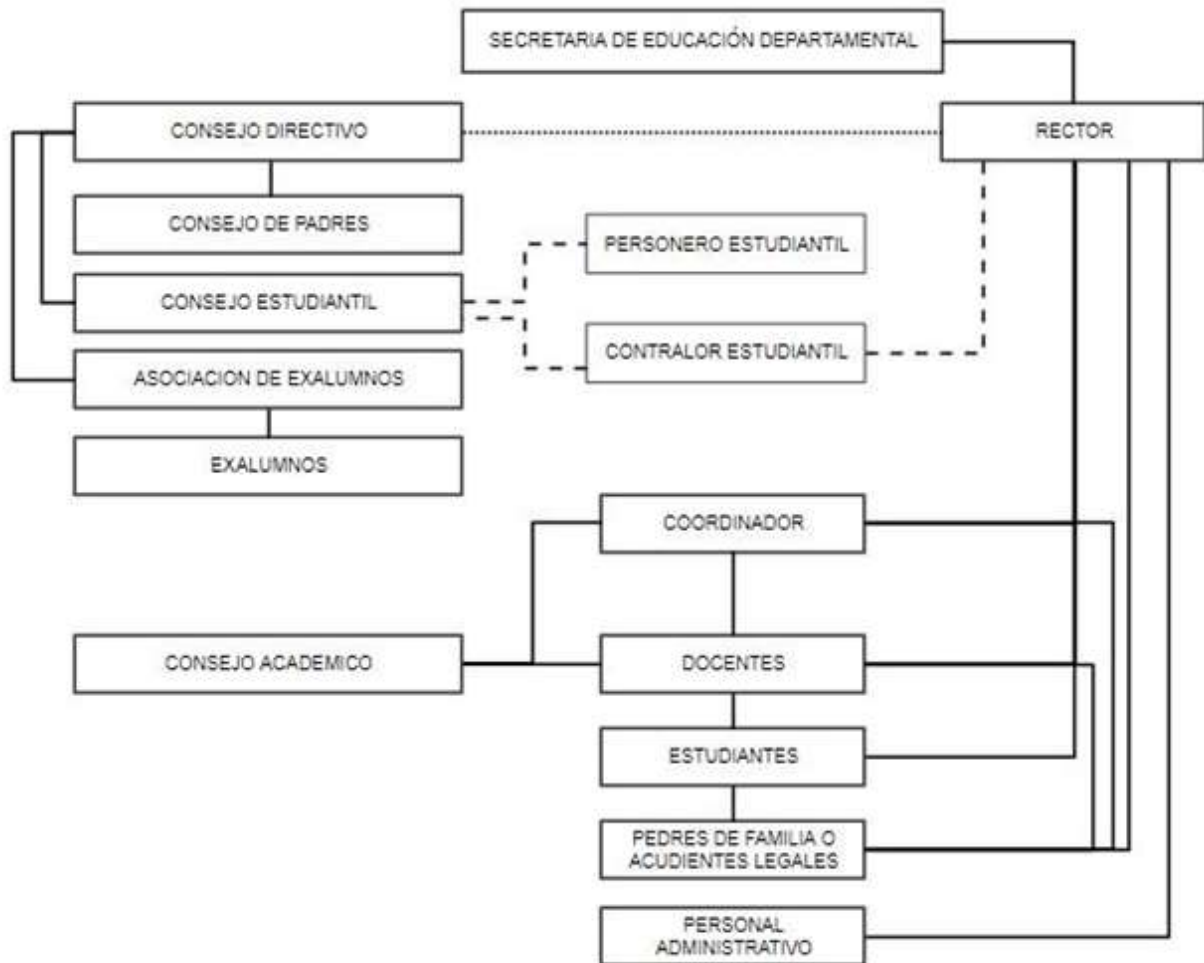


"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

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



1.8 ORGANIGRAMA





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.9 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES (aun no disponible)

1.10 SIMBOLOS INSTITUCIONALES

1.10.1 .LEMA: Responsabilidad, Sabiduría y trabajo.

RESPONSABILIDAD: Al aplicar este valor, cualquier miembro de la comunidad educativa, tiene la capacidad para asumir el cumplimiento consciente de sus deberes, acorde con las normas internas y externas que rigen la vida institucional, contribuyendo a la convivencia pacífica y ciudadana.

SABIDUARIA: Este valor, que también es un don, nos proporciona la inteligencia necesaria para accionar en una forma correcta como persona y como parte de una comunidad, pues por ella distinguimos lo positivo de lo negativo, la verdad de la falsedad y el bien del mal.

TRABAJO: Corresponde al esfuerzo y al sacrificio hecho por los miembros de la comunidad para salir adelante, en busca de los ideales, deseos y metas propuestas para alcanzar la realización en la vida. Además, tiene relación con la visión de la educación técnica que tiene la Institución.

1.10.2. EL ESCUDO



"Forma
Univer:
Pampl
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Está delimitado, en su parte superior e inferior, por dos cintas heráldicas que identifican al municipio de CUCUTILLA y a la INSTITUCIÓN EDUCATIVA respectivamente.

Sobre la superficie superior del Escudo, sobre un fondo amarillo, se observa un libro que recuerda que el conocimiento, es un aspecto fundamental en la adquisición de sabiduría, para distinguir lo positivo de lo negativo. Sobre el libro se encuentra una antorcha, símbolo de perseverancia y responsabilidad en el trabajo para alcanzar las metas e ideales propuestos.

Una franja de color verde en la que se lee: **RESPONSABILIDAD, SABIDURÍA, TRABAJO**, está diseñada en forma de “V”, cuyo vértice apunta hacia la estrella, indicando que para alcanzar objetivos propuestos, es necesario aplicar en la etapa educativa de la vida, los valores del Lema Institucional.

En la base del Escudo, sobre un fondo blanco se aprecia la estrella de cinco puntas que es considerada como símbolo de belleza y perfección y, en este caso, como el éxito y la realización personal y social de los integrantes de la Comunidad Educativa. Sobre este importante símbolo reposa el nombre de **MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ**, a quien, por sus reconocidos y admirables valores morales, éticos, sociales y ciudadanos, se le ha dedicado el nombre de la Institución.

(Significación y Redacción: Profesor Mario Octavio Antolínez Albarracín.)



SC-CER96940



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

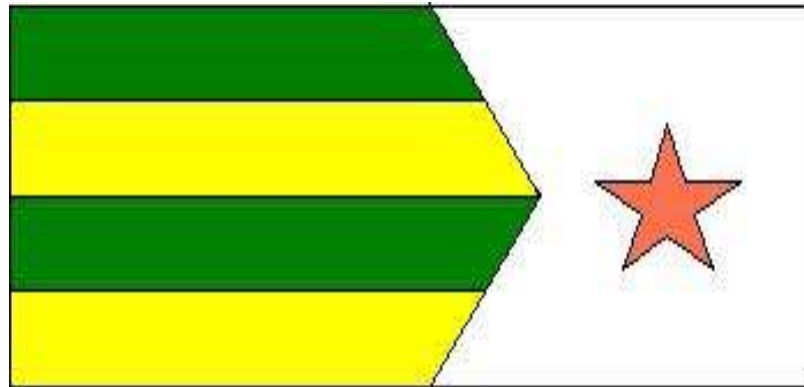
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.10.3 LA BANDERA



Conformada por cuatro franjas horizontales paralelas de igual ancho, que se alternan entre el color verde (selva) y el amarillo (oro). Las franjas parten del borde izquierdo y se proyectan hacia un plano blanco que tiene en su centro una estrella color ladrillo. Las franjas representan las instituciones que se fusionaron: La Escuela Urbana José María Córdoba, El Instituto de Promoción Social, El Colegio Departamental Integrado Monseñor Ricardo Trujillo y Las Instituciones rurales. La región blanca representa la nueva institución creada mediante el decreto 000819 del 30 de septiembre de 2002. La estrella representa la orientación y la guía que ilumina el trabajo educativo y el éxito, la realización personal y social de los integrantes de la Comunidad Educativa.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



La bandera conserva los colores del emblema del municipio, para dar valor de pertenencia a la comunidad educativa. Igualmente están orientados hacia la significación del Lema Institucional.

Específicamente el VERDE representa la esperanza, el deseo de superación y progreso y se identifica con el valor del TRABAJO.

El AMARILLO representa las habilidades, capacidad intelectual, valores éticos, morales y culturales, y es un signo de RESPONSABILIDAD.

El blanco representa la SABIDURÍA y la unidad en las metas y objetivos y también es un homenaje a la patrona del municipio La Inmaculada Concepción.

(Tomado de la propuesta ganadora del concurso presentada por el docente. Ildelfonso Albarracín B.)

1.10.4 EL HIMNO

Su letra fue creada por la licenciada ISABEL TERESA ANTOLÍNEZ ALBARRACÍN, (q.e.p.d.) en el año 2003 y es un canto a la misión, visión y trayectoria de la Educación en Cucutilla, impartida por la Institución. La música es obra del Licenciado ADULFO CARRILLO GARCÉS, quien la compuso en el año 2004



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Coro

Estudiantes alegres cantemos

La grandeza de la institución

Que cual faro ilumina

El sendero de la educación.

I ESTROFA

El colegio unido pregona

Que es modelo de fraternidad,

Con su nombre homenaje rendimos

A un ministro de Dios singular.

II ESTROFA

Es su lema un llamado al trabajo

y al saber que es poema y canción,

para ser **RESPONSABLES** debemos

Estudiar y luchar con amor.

III ESTROFA

Su bandera flamea gloriosa

Y proclama un futuro mejor,

En su escudo, fervientes unimos

Los esfuerzos que son corazón

IV ESTROFA

CUCUTILLA, irradia cultura

Y el progreso se ve en la región,

SU COLEGIO es insignia

de orgullo Magna obra bendita de Dios.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.11. MANUAL DE CONVIVENCIA

Es una parte fundamental del Proyecto Educativo Institucional (PEI) en la cual se tienen definidos los derechos y obligaciones de todas las personas de la comunidad educativa en aras de convivir de manera pacífica y armónica.

El manual de convivencia puede entenderse como la herramienta en la que se consignan los acuerdos de la comunidad educativa para facilitar y garantizar la armonía en la vida diaria en la Institución Educativa. En este sentido, están definidas las expectativas sobre la manera cómo deben actuar las personas que conforman la comunidad educativa, los recursos y procedimientos para dirimir conflictos, así como las consecuencias de incumplir los acuerdos. Los acuerdos consignados en el manual de convivencia se pueden entender como pactos que se construyen periódicamente con la participación de todas las personas que conforman la comunidad educativa.

Entre sus principales objetivos se pueden nombrar:

- Promover, garantizar y defender los DDHH y DHSR.
- Establecer normas para las funciones, deberes, comportamientos y actitudes pactados por la comunidad educativa entre sí y con el entorno escolar, de manera tal que se garantice el ejercicio de los derechos de todas las personas que la conforman.
- Fortalecer procesos en torno a las medidas pedagógicas y alternativas de solución para las situaciones que afectan la convivencia escolar.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.12 DERECHOS Y DEBERES DE LOS MAESTROS, ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA

1.12.1. DEBERES DE LOS ESTUDIANTES

Los estudiantes de la Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez, tendrán los siguientes derechos, los cuales podrán ser ejercidos directamente o a través de sus padres, representantes legales o acudientes:

- Ser tratado con dignidad y respeto por toda la comunidad educativa.
- Ser protegido contra cualquier forma de violencia, acoso escolar, bullying y/o la vulneración de los derechos humanos y los derechos humanos sexuales y reproductivos.
- Tener derecho a una formación integral para los derechos humanos y la educación para una sexualidad responsable.
- El derecho a no ser discriminado por ninguna causa, de raza, credo, religión, condición socio- económica o de opinión, por su identidad de género y a que se respeten sus derechos humanos, sexuales y reproductivos.
- Tener derecho: a una identidad e integridad personal; a la honra; al descanso, la recreación, el deporte, la cultura y las artes, y demás derechos que, para los niños, niñas y adolescentes, se consagran en las normas legales vigentes.
- Participar y velar para que el quehacer escolar sea racional y pedagógico, con objetivos claros y de carácter formativo.
- Expresar su opinión libremente de forma cortés y respetuosa.
- Ser oído, orientado y asistido por quienes tienen la responsabilidad directiva y docente.
- Presentar solicitudes respetuosas verbales o escritas, conservando el conducto regular.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Beneficiarse de los diferentes servicios que la Institución Educativa MRTG ofrece, previo el cumplimiento de requisitos para cada uno de ellos.
- Utilizar un servicio sanitario adecuado y digno.
- Presentar los trabajos, investigaciones o evaluaciones que se hicieren en su ausencia, siempre y cuando la justifique y se ajuste a los parámetros estipulados en el SIE de los estudiantes.
- Recibir de los profesores las indicaciones, recomendaciones, resultados y correcciones de los trabajos y evaluaciones, en forma continua y oportuna, para conocer sus fortalezas y dificultades.

1.12.2 DEBERES DEL DOCENTE

- Ser estimulados para la superación y eficiencia mediante un sistema de remuneración acorde con su formación académica y desempeño
- Asociarse libremente.
- Permanecer en los cargos y funciones mientras su trabajo y conducta sean enteramente satisfactorio y realizados conforme a las normas vigentes.
- Participar en el gobierno escolar directamente o por medio de sus representantes en los órganos escolares.
- Disfrutar de las licencias a que tenga derecho, de acuerdo con el régimen de seguridad vigente.
- Recibir oportunamente la remuneración asignada para el respectivo cargo y grado del escalafón.
- Participar de los programas de Capacitación y bienestar social y gozar de los estímulos de carácter profesional y económico que se establezcan.
- Disfrutar de vacaciones remuneradas.
- Obtener el reconocimiento y pago de las prestaciones sociales de ley.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- No ser discriminado por razón de sus creencias políticas o religiosas, ni por distinciones
- Fundadas en condiciones sociales y raciales.
- Recibir un trato cortés de acuerdo a los principios básicos de las relaciones humanas.
- Participar activamente en la elaboración del PEI.

1.12.3. DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA

- Recibir un trato adecuado, respetuoso y cordial.
- Ser atendido por directivos, docentes y administrativos en el tiempo estipulado para ello.
- Recibir información de directivos y docentes sobre el comportamiento académico y disciplinario de sus representados.
- Presentar respetuosamente los reclamos y solicitudes, cuando sea necesario.
- El derecho a no ser discriminado por ninguna causa, de raza, credo, religión, condición socio- económica o de opinión, por su identidad de género y a que se respeten sus derechos humanos, sexuales y reproductivos.
- Participar en las Asambleas respectivas.
- Recibir información sobre los objetivos y programación de la Institución.
- Participar en el desarrollo del Proyecto Educativo Institucional.
- Expresar libremente su opinión utilizando en forma responsable los medios de comunicación que considere conveniente, en los términos respetuosos que le brinda la Ley.
- Aportar ideas e integrarse en desarrollo de actividades que vayan en beneficio de la 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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.13. LEY DEL MENOR

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 los 12 años, y por adolescente las personas entre 12 y 18 años de edad.

Parágrafo 1°. En caso de duda sobre la mayoría o minoría de edad, se presumirá esta. En caso de duda sobre la edad del niño, niña o adolescente se presumirá la edad inferior. Las autoridades judiciales y administrativas, ordenarán la práctica de las pruebas para la determinación de la edad, y una vez establecida, confirmarán o revocarán las medidas y ordenarán los correctivos necesarios para la ley.

Parágrafo 2°. En el caso de los pueblos indígenas, la capacidad para el ejercicio de derechos, se regirá por sus propios sistema El Ministerio de Relaciones Exteriores comunicó la designación del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar mediante oficio O.J.T. 03357, y de la misma forma lo hizo saber al Ministerio de Relaciones Exteriores de los Países Bajos



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



con oficio O.J.A.T. 12640. ases normativos, los cuales deben guardar plena armonía con la Constitución Política.

Artículo 4°. **Ámbito de aplicación.** El presente código se aplica a todos los niños, las niñas y los adolescentes nacionales o extranjeros que se encuentren en el territorio nacional, a los nacionales que se encuentren fuera del país y a aquellos con doble nacionalidad, cuando una de ellas sea la colombiana. Artículo 5°. **Naturaleza de las normas contenidas en este código.** Las normas sobre los niños, las niñas y los adolescentes, contenidas en este código, son de orden público, de carácter irrenunciable y los principios y reglas en ellas consagrados se aplicarán de preferencia a las disposiciones contenidas en otras leyes.

Artículo 6°. **Reglas de interpretación y aplicación.** Las normas contenidas en la Constitución Política y en los tratados o convenios internacionales de Derechos Humanos ratificados por Colombia, en especial la Convención sobre los Derechos del Niño, harán parte integral de este Código, y servirán de guía para su interpretación y aplicación. En todo caso, se aplicará siempre la norma más favorable al interés superior del niño, niña o adolescente. La enunciación de los derechos y garantías contenidos en dichas normas, no debe entenderse como negación de otras que, siendo inherentes al niño, niña o adolescente, no figuren expresamente en ellas.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.14. UNIFORMES

Varones.

- Zapatos negros y limpios.
- Medias negras o azules.
- Pantalón azul marino en buen estado y que sea bota recta.
- Correa azul marino o negra.
- Camibuso oficial,
- El estudiante puede llevar una camisilla debajo del Camibuso de color blanco.
- En épocas de lluvia o fríos intensos puede llevar un buzo, chaqueta o saco, y en lo posible de color azul marino o blanco



Mujeres.

- Zapatos negros y limpios
- Medias de color azul marino.



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Falda azul marino, a la mitad de la rodilla y en buen estado.
- Camibuso oficial, llevado dentro de la falda, cuello normalmente doblado, en ningún momento levantado como cuello de capa.
- La estudiante puede llevar una camisilla debajo del camibuso de color blanco.
En épocas de lluvia o fríos intensos puede llevar un buzo, chaqueta o saco, y en lo posible de color azul marino o blanco.



Uniforme de educación física

- Zapatos tenis blancos con cordones del mismo color.
- Medias blancas.
- Pantalón de sudadera oficial sin entubar y en buen estado.
- Pantalóneta oficial. (los mismos colores de la sudadera)



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- La camiseta roja reglamentaria, con el cuello doblado, con las mangas que caen normalmente. No se admiten arremangadas.
- Camisilla de color blanco, bajo la camiseta roja, dentro del pantalón, la cual será de uso exclusivo para la práctica de ejercicios en las actividades del área.
- En épocas de lluvia o fríos intensos puede llevar un buzo, chaqueta o saco de color, preferiblemente, azul, blanco o rojo.



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



1.15. INVENTARIO DE INFRAESTRUCTURA

PISO	RECURSO	CANTIDAD	ESTADO
1	Salón de profesores	1	Bueno
	Salón de pre-escolar	1	Bueno
	Salón de psicología	1	Bueno
	Salón de informática	1	Bueno
	Batería sanitaria	1	Bueno
	Salón de implemento de banda	1	Bueno
	Aula múltiple	1	Humedad
	Salón de cafetería	1	Bueno
	Cancha multifuncional	1	Bueno
	Salón de guardar utensilios de aseo	1	Bueno
	Espacios verde para recreación	1	Bueno
2	Salón del grado primero	1	Bueno
	Salón del grado segundo	1	Bueno
	Salón de audiovisuales	1	Bueno
	Batería sanitaria	1	Bueno





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3	Salón del grado cuarto	1	Humedad
	Salón del grado quinto	1	Bueno
	Salón de recursos didácticos	1	Humedad
	Salón de biblioteca	1	Bueno
	Batería sanitaria	1	Bueno

1.16. INVENTARIO DE SALON DE DEPORTES

RECURSO	CANTIDAD	ESTADO	VALOR NUMERICO, SIENDO 1 PESIMO Y 10 EXCELENTE
Faldas de danza	28	Bueno	8 de 10
Camisas de danza	10	Bueno	8 de 10
Pantalones de niños	9	Bueno	8 de 10
Vestidos de niña	7	Bueno	8 de 10
Camisas de niño	14	Bueno	8 de 10
Petos	8	Bueno	8 de 10
Aros	10	Bueno	7 de 10
Balones de baloncesto	7	Bueno	8 de 10
Balones de baloncesto	7	Malo	0 de 10



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Balones de mini voleibol	2	Bueno	7 de 10
Balones de mini baloncesto	7	Malo	0 de 10
Balones medianos de baloncesto	7	Bueno	7 de 10
Balones de microfútbol	2	Bueno	7 de 10
Cuerdas	4	Bueno	7 de 10
Bastones	11	Bueno	7 de 10
Domino	1	Bueno	10 de 10
Rompecabezas	1	Bueno	10 de 10
Cocas	12	Bueno	8 de 10
Trompos	19	Bueno	10 de 10
Bomba de aire	1	Bueno	9 de 10

1.17. HORARIO

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
1			SEGUNDO		CUARTO
2	TRANSICION		TRANSICION		CUARTO
3			PRIMERO		
4	QUINTO		TERCERO		TERCERO
5	SEGUNDO		QUINTO		PRIMERO



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.18 MATRIZ DOFA

FORTALEZAS	DEBILIDADES
<ul style="list-style-type: none"> • La sede cuenta con una buena sala de informática, aunque su servicio de internet es nulo. • La ubicación de esta sede, es favorable, por quedar en zona alejada de los sectores de alto riesgo del municipio. • En este momento la sede alberga 112 estudiantes a pesar de sus condiciones. • La institución educativa cuenta con espacios amplios para la realización de actividades. • Cuenta con alto nivel de participación educativa en eventos cívicos, culturales y académicos. 	<ul style="list-style-type: none"> • La zona de desplazamiento de los estudiantes, es de difícil acceso especialmente en las horas de descanso. • La cancha se encuentran en regulares condiciones, especialmente el piso, se nota la ausencia de pintura en algunas partes de la cancha lo que dificulta el desarrollo de algunas actividades. • No hay material suficiente y adecuado para el desarrollo de las actividades planeadas por el docente.
OPORTUNIDADES	AMENAZAS
<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar las tareas del aula, para el aprovechamiento innovador para el beneficio de los alumnos. • Brindar un ambiente libre de factores contaminantes dentro y alrededor de la institución. 	<ul style="list-style-type: none"> • Posibles inundaciones por fuertes olas invernales. • Falta de una valla que divida la cancha con las zonas verdes, ya que la cancha se encuentra a un nivel más alto y podría ocurrir un accidente • Manejo de aguas residuales que circulan por las zonas verdes



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO II

PROPUESTA PEDAGOGICA

2.1 TITULO

FUNDAMENTACION DE LAS HABILIDADES TECNICAS DEL EQUIPO FEMENINO DE FUTBOL SALA DEL COLEGIO MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIERREZ MEJORANDO LA CONDICION TACTICA CON EL FIN DE AFRONTAR LOS JUEGOS SUPERATE 2020.

2.2 OBJETIVO GENERAL

- Fundamentar las habilidades tácticas y técnicas del equipo femenino de futbol sala del colegio Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez a través de un plan de entrenamiento.

2.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Facilitar la adecuada formación deportiva, de carácter continuo en función de las diferentes etapas de formación y factores relacionados con el rendimiento deportivo del equipo femenino de futbol sala del colegio Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez
- Identificar las fortalezas de cada una de las integrantes del equipo de futbol sala del colegio Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez en el juego.
- Mejorar la concentración, la autoconfianza, el auto motivación, el control de la ansiedad, a través de la práctica del futbol de sala.
- Comprender el juego como un todo y que el equipo tenga una personalidad definida.
- Crear un ambiente positivo logrando una cohesión grupal.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La institución educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez está constituida actualmente por tres sedes, contando solamente con dos docentes de educación física; debido a lo mencionado anteriormente el número de equipos en formación del colegio es muy limitado por la falta de personal capacitado para dicho proceso y en consecuencia a las prematuras eliminaciones en las competencias extramurales en las que participan.

La sede Isabel Teresa Antolínez no cuenta con el material suficiente y correspondiente para que el docente pueda realizar las sesiones de entrenamiento, según un estudio realizado en la universidad técnica de Babahoyo titulado: "Incidencia de los implementos deportivos no didácticos en la práctica de la actividad física", cito textualmente: "los juegos y los deportes deben estar en las etapas iniciales y constituir una gran oportunidad educativa, y para ello debe contarse con los materiales didácticos correspondientes ya que tienen que consolidarse como un hábito permanente que colabore en el completo desarrollo deportivo"; de acuerdo con la anterior información, la falta de implementos dificulta el proceso de formación y esto conlleva al abandono prematuro de los jóvenes o en casos extremos hasta en la desaparición del equipo en formación.

Esta problemática se ha presentado en años anteriores puesto que la institución cuenta con un personal limitado y no apto para los procesos de formación, llegando al punto en que actualmente solo existe un equipo en formación de los 280 estudiantes de la sede Isabel Teresa Antolínez; haciendo énfasis en que el equipo de formación es de hombres, dejando a un lado el género femenino.

A partir de lo anteriormente mencionado la participación de equipos femeninos es limitada en comparación con la de los equipos masculinos, siendo un factor determinante para que las mujeres pierdan el interés, se sientan relegadas y de alguna forma discriminadas y terminan por abandonar los procesos; cabe mencionar que otra problemática muy importante es que la



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



mayor parte de las mujeres viven en el sector rural y como sabemos la jornada con la que trabaja la institución es jornada única, es decir solamente hasta el mediodía, complicando aún más la idea de pertenecer a un grupo de formación deportiva ya que los espacios de entrenamiento serían en las horas de la tarde, llegando a la conclusión de tener que decidir entre irse a sus casas en el transporte escolar o entrenar y arriesgarse a desplazarse en otro transporte.

Es fundamental reconocer la importancia de la práctica deportiva como herramienta en el proceso de formación deportiva y personal siendo útil para el desarrollo de factores: físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y adaptaciones a la sociedad en que vivimos; se ha comprobado que la formación a través del deporte produce personas con mayor capacidad para enfrentarse a los condicionantes de la vida.

2.5 JUSTIFICACIÓN

La ausencia de escuelas de formación, en especial el deporte de fútbol sala en la rama femenina, es una de las causas que han llevado a muchas estudiantes a dejar el deporte a un lado y realizar actividades no provechosas en su diario vivir, a partir de esto se pretende diseñar una propuesta para la creación de un proyecto educativo, el cual irá dirigido hacia esta población de mujeres del colegio Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez y de esta manera poder contribuir a la inclusión de este género. El diseño de esta propuesta se vuelve un valor agregado para la institución educativa, pues al generar este proyecto deportivo extraescolar se está beneficiando tanto a las estudiantes y por supuesto a la institución, ya que la implementación de un proyecto de estas características, podría ser un elemento diferenciador frente a las demás centros educativos institucionales de la zona, permitiendo así posicionar su nombre y aumentar la demanda educativa. Actualmente no hay un programa fortalecido de educación extraescolar en la institución educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez,



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



por ello la relevancia de esta propuesta, la cual traerá beneficios a nivel personal, educativo y social.

El deporte del fútbol sala, más allá de ser un espectáculo de distracción, es utilizado como una herramienta para la educación integral en el ser humano, aportando en el desarrollo motor y psicomotor, traspasando por el proceso de socialización e integración en el medio escolar, siguiendo con la práctica física y deportiva a lo largo de la juventud hasta ser considerado como un medio de estimulación del ánimo, de la competencia y sobre todo de la superación. *Field, Diego y Sanders (2001)* concluyen: el deporte es capaz de ejercer efectos positivos sobre otras áreas del desarrollo humano.

Adicional a estos beneficios nombrados anteriormente, hay que destacar los excelentes resultados que se han obtenido al nivel competitivo a partir de la implementación de proyectos deportivos en todo el país, lo que la hace una propuesta más viable y garantiza múltiples beneficios

Este proyecto busca el reconocimiento, desarrollo y potencializar las diferentes habilidades y aptitudes que tienen cada una de ellas para luego plasmarlas en la competencia.

2.6 POBLACIÓN

La población a la cual se le aplicará este programa de entrenamiento será a un grupo de 16 mujeres de la institución educativa monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez.

EDAD	NUMERO DE MUJERES
14	6
15	10



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.7 MARCO CONCEPTUAL

2.7.1. DEPORTE

- Cagigal (1959), citado por Hernández Moreno (1994:14), nos dice que el deporte es “diversión liberal, espontáneo, desinteresado, en y por el ejercicio físico entendido como una superación propia o ajena, y más o menos sometido a reglas”.
- Para Cobertin (1960), citado por Hernández Moreno (1994:14) restaurador de las Olimpiadas modernas en 1896 el deporte es “culto voluntario y habitual del intenso ejercicio muscular, apoyado en el deseo de progresar y que puede llegar hasta el riesgo”.
- Parlebás (1988:49) define el juego deportivo como “el conjunto finito y enumerable de las situaciones motrices, codificadas bajo la forma de competición, e institucionalizada”. Del mismo modo define el juego deportivo como “toda situación motriz de enfrentamiento codificado, llamado juego o deporte por las instancias sociales.
- Paris (1999), citado por Romero Granados (2001: 16), nos define el deporte como “un conjunto de subsistemas y realidades, muy diferentes entre sí, pero con dos elementos comunes: la actividad física y el juego”.
- Romero Granados (2001p), quien dice que el deporte es “cualquier actividad, organizada o no, que implique movimiento mediante el juego con objeto de superación o de victoria a título individual o de grupo”.
- Castejón (2001), aporta una nueva definición del deporte bastante amplia en la que tiene cabida cualquier disciplina deportiva: “actividad física donde la persona elabora y manifiesta un conjunto de movimientos o un control voluntario de los movimientos, aprovechando sus características individuales y/o en cooperación con otro/ s, de



“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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



manera que pueda competir consigo mismo, con el medio o contra otro/ s tratando de superar sus propios límites, asumiendo que existen unas normas que deben respetarse en todo momento y que también, en determinadas circunstancias, puede valerse de algún tipo de material para practicarlos.

2.7.2 HABILIDADES TÉCNICAS

- Riera (2005), el deportista puede seguir diversos caminos para adquirir habilidades propias de la modalidad deportiva sin la ayuda del entrenador, pero éste también puede favorecer el aprendizaje del deportista por diferentes procedimientos. El deportista, además de aprender estas habilidades específicas, asimilará normas, reglas, costumbres, etc. y adquirirá valores y principios inherentes a su deporte.

2.7.3 TÉCNICA DEPORTIVA

- Según Jurgen Weineck (2001) la técnica deportiva es el procedimiento desarrollado en la práctica para resolver una tarea motora determinada de la forma más adecuada y económica. La técnica deportiva es un tipo motor ideal que puede experimentar modificaciones en función de las circunstancias individuales.
- Jurgen R. Nistch, (2002) la técnica deportiva expresa la manera específica en la que el deportista domina una tarea motriz concreta, por lo que se asemeja al concepto de la destreza motriz.
- Tsvetan Zhelyazkov (2002) define la técnica deportiva como un sistema especializado de acciones simultáneas y consecutivas orientadas hacia una organización racional de las fuerzas del deportista.
- Riera, (1995). El término técnica deportiva es complejo, sea por sus contenidos (conceptos que lleva implícitos) o sea por su aplicación (ámbitos de actuación). Por ello, lo primero que se debe hacer es definirlo, de forma que se establezcan sus límites. Para ello, se analizan por separado los términos “técnica” y “deporte”, para



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



posteriormente hacerlo de forma conjunta, y finalmente establecer una definición propia. La noción de técnica está presente en todas las actividades humanas

2.7.4 EQUIPO

- Hackman (1987) los define como “unidades responsables de producir bienes o proveer servicios, cuya membresía es generalmente estable, con una dedicación a sus actividades de tiempo completo y vinculación formal a una organización”
- Homans (2000) El conjunto está estructurado por relaciones afectivas, que pueden ser muy intensas. Cabe la existencia de subgrupos de afinidad. Estos sentimientos interpersonales no se muestran de manera inmediata a los ojos del observador. Lo mismo ocurre con los esfuerzos individuales por conseguir poder, ya que hay uno o más líderes que tienden a destacar del conjunto...El equipo persigue objetivos comunes a todos sus miembros. Estos comparten, asimismo, ciertos números de valores- objetivos y valores compartidos. El colectivo crea también un código y unos rito Existe en el seno del grupo una diferenciación de los roles. Hay una gran solidaridad entre sus miembros...por un destino compartido. Es la calidad del proyecto, la naturaleza de la tarea que hay que realizar lo que refuerza la cohesión del equipo.

2.7.5 FORMACIÓN DEPORTIVA

- Blázquez (2010) caracteriza la iniciación y la formación deportiva como un proceso de socialización, un proceso de integración, un proceso de enseñanza–aprendizaje, un proceso de adquisición de capacidades, de habilidades, de destrezas, de conocimientos y de actitudes, un proceso de inclusión y de participación.
- Hernández (2000), el proceso de iniciación deportiva no es el momento del inicio de la práctica deportiva, sino que es el inicio de una acción pedagógica que, teniendo en



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



cuenta las características del niño y sus objetivos, va evolucionando hasta alcanzar el dominio de la especialidad.

- Rusch & Weineck (2004) plantean objetivos para la clase de formación deportiva complementaria a clases de educación física, procesos de mejora de la salud en general, gusto e interés por el movimiento y la motivación por deportes posterior a la escuela, entre otros.

2.7.6 RENDIMIENTO DEPORTIVO

- Martin (2001) lo define como "el resultado de una actividad deportiva que, especialmente dentro del *deporte* de competición, cristaliza en una magnitud otorgada a dicha actividad motriz según reglas previamente establecidas"
- Schnabel, Harre, Borde (1998) en el libro *Scienza dell allenamento* dicen que el rendimiento deportivo es la unidad entre la ejecución y el resultado de una acción o de una sucesión de complejas acciones deportivas, que son medidas y valoradas basadas en unas normas precisas, que son socialmente estables.

2.7.7 ENTRENAMIENTO

- Ozolin (1983) lo define como el proceso de adaptación del organismo a todas las cargas funcionales crecientes, a mayores exigencias en la manifestación de la fuerza y la velocidad, la resistencia y la flexibilidad, la coordinación de los movimientos y la habilidad, a más elevados esfuerzos volitivos y tensiones psíquicas y a muchas otras exigencias de la actividad deportiva.
- Matwejew (1965) el entrenamiento es la preparación física, técnico-táctica, intelectual, psíquica y moral del deportista, auxiliado de ejercicios físicos, o sea, mediante la carga física.
- Harre (1973) lo plantea como el Proceso basado en los principios científicos, especialmente pedagógicos, del perfeccionamiento deportivo, que tiene como



"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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



objetivo conducir a los deportistas hasta lograr máximos rendimientos en un deporte o disciplina deportiva, actuando planificada y sistemáticamente sobre la capacidad de rendimiento y la disposición para este.

2.7.8 FORMACIÓN INTEGRAL

- Díaz y Quiroz (2005), “la preparación social e individual de las personas, tanto científica como ideológica y espiritualmente válido para una época histórica” (p. 63), de lo que se deduce que elaborar un ideal de formación para una colectividad humana situada en un espacio específico, obliga a la consulta previa de las necesidades que posee, las mismas que requieren de soluciones y que deben ser asumidas por la sociedad y por el sistema educativo.
- Orozco (2002) De manera complementaria, todo proceso de formación integral procura en los estudiantes, desde las diferentes disciplinas, ligar los contenidos de la enseñanza con su significación cultural, ética y estética, buscando fortalecer la capacidad humana de la comunicación.

2.7.9 FUTBOL SALA

- Bruno García (1999), el fútbol sala es un «deporte colectivo o socio motriz de cooperación/oposición desarrollado en un espacio estandarizado (40 × 20 m), sin incertidumbre, de utilización común para los diez jugadores (cinco de cada equipo), los cuales intervienen simultáneamente sobre un móvil (balón) con el objetivo de introducirlo en la portería contraria y evitar que lo introduzcan en la propia, utilizando para ello diferentes medios (técnico-tácticos individuales y colectivos) permitidos por el reglamento.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.7.10 FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FUTBOL SALA

- **LOS PASES**

Son golpes que se hacen a la pelota en dirección de uno de tu equipo.

- **LOS LANZAMIENTOS**

Es un golpeo que se hace con el pie al balón con la finalidad de meter gol. Se puede chutar con las diferentes superficies del pie. Se puede chutar de diferentes formas:

- Punta: Se usa para chutar con la máxima potencia o para hacer vaselinas.
- Interior: Se usa para ajustar más el balón al lugar que quieres que vaya de esta manera el tiro no irá tan rápido que cuando chutas de punta
- Empeine: Se realiza con la parte anterior del pie
- Tacón: Se usa para sorprender al portero se debe de tirar a distancias próximas, porque si tiras de una distancia lejana no llegas.

- **LOS CONTROLES O RECEPCIÓN DEL BALÓN**

Son contactos que se hacen al balón con cualquier parte del cuerpo de manera que se quede la pelota próxima a nuestro cuerpo.

- **LAS CONDUCCIONES**

Son desplazamientos que se hacen con el balón en los pies. Se puede conducir el balón con el interior, exterior, planta... del pie.

- **EL GOLPEO DE CABEZA**

Donde más se utiliza es en los saques de esquina para conseguir el gol o para pasarlo a un miembro de tu equipo.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO III

INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 DISEÑO

Para el desarrollo de este proyecto, necesitamos enfocarnos en la enseñanza de los fundamentos técnicos y tácticos del fútbol. A continuación encontramos los siguientes puntos a trabajar:

- Técnica de conducción de balón.
- Técnica de remate de balón.
- Técnica de pase raso y aéreo.
- Técnica de juego aéreo
- Sistemas tácticos ofensivo-defensivo
- Técnica de portero
- Jugadas a balón detenido
- Ejecución del juego

3.1.1 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividad	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Semana 7	Semana 8
Técnica de conducción	X							
Técnica de golpeo		X						
Técnica de pase			X					
Juego aéreo				X				
Sistemas ofensivos-defensivos					X			
Técnica de portero						X		
Jugadas a balón parado							X	
Ejecución del juego.								X



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

3.2 EJECUCIÓN

3.2.1 TÉCNICA DE CONDUCCIÓN

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Técnica de conducción de balón con coordinación ojo-pie.	Realizar un manejo de balón con diferentes cambios de dirección y movimientos que permita la coordinación ojo-pie	Técnica de conducción	1

Distribución	
Media cancha, conos, platillos, balones. Organizamos en conjuntos similares en los puntos A y B.	
Factores a evaluar	
Combinación de los movimientos con y sin balón.	

Desarrollo		
<p>La fila de participantes “A” realiza un desplazamiento hacia adelante, atrás y antes de finalizar el trayecto, el participante de la fila “B” inicia con un regate hasta dejar el balón detenido antes de los dos platillos para iniciar el movimiento por los conos, el participante “A” encontrará el balón colocado por “B” realizando una conducción con el balón hasta el cono de enfrente hasta el lugar donde empieza la fila “B”.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad media.	Conos Balones (por pareja) Platillos

3.2.1 TÉCNICA DE CONDUCCIÓN

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Técnica de conducción de balón, con agilidad al momento de llevar el balón.	Perfeccionar la conducción del balón a partir de una situación real de juego implementado cambios de dirección.	Técnica de conducción	2

Distribución	
Media cancha, platillos, conos, balones. Organizamos a los participantes en conjuntos de tres.	
Factores a evaluar	
Conducción de balón con la parte interna y externa del pie, remate con la parte externa del pie.	

Desarrollo		
<p>El participante "A" ejecuta una conducción del balón a través de los platillos ejecutando un pase al jugador "B" usando el lugar que dejara el jugador "B", este hace lo anteriormente mencionado; el jugador "C" espera su momento; todos realizan el mismo ejercicio.</p> <p>Variante: el jugador "A" pasa el balón al jugador "B" para luego hacer un zig-zag a través de los platillos.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad media.	Conos Balones Platillos



3.2.1 TÉCNICA DE CONDUCCIÓN

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Técnica de conducción con balón a través de obstáculos.	Mejorar la conducción a través de la agilidad y resistencia.	Técnica de conducción	3

Organización	Diagrama
Utilizamos media cancha, platillos, balones, conos. Organizamos dos grupos atrás de cada fila de platillos.	
Factores a evaluar	
Agilidad y velocidad en la carrera por los conos, eficiencia en la conducción y pase del balón.	

Desarrollo		
Cada uno de los participantes, posteriormente de pasar en zig-zag por los platillos, ejecuta una conducción de balón hasta la otra banda y coloca el balón en posición estática y se dirige nuevamente a la fila.		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad media.	Conos Balones Platillos



3.2.1 TÉCNICA DE CONDUCCIÓN

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Trabajo de conducción.	Realizar la conducción por las bandas, pase atrás y terminar la jugada.	Técnica de conducción	4

Distribución	
Mitad de la cancha, cinta para demarcar las zonas 1, 2, y 3. Estarán ubicados en grupos.	
Factores a evaluar	
Rapidez en conducción, tiempo o timing al momento de entrar en contacto con el balón	

Desarrollo		
<p>Realizamos la conducción de balón por los extremos de la cancha hasta la otra área, para realizar centros atrasados. Los participantes en zona están alertas para finalizar los centros.</p> <p>Variante: realizar desmarques con cruces de los jugadores ofensivos.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos Cinta



3.2.2 TÉCNICA DE REMATE

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Técnica de remate de balón y coordinación en la carrera.	Mejorar la técnica de remate en movimiento posterior a unos movimientos de carrera.	Técnica de golpeo	5

Distribución	
Media cancha, conos, cinta, Plátanos.	
Factores a evaluar	
Remate de balón, estático y en movimiento, definición ante la portería.	

Desarrollo		
El participante corre el balón delante de la cinta puesta en la cancha, a continuación realiza skipping cruzado; el pie izquierdo se coloca al lado derecho de la cinta y el pie derecho al lado izquierdo de esta; en simultaneo ejecuta un braceo al término de la trayectoria marcada con cinta, el participante toma nuevamente el balón y realiza un disparo preciso en un arquera pequeña.		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos Cinta



3.2.2 TÉCNICA DE REMATE

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Técnica de remate con balones estáticos.	Conducir y golpear el balón con la pierna: dominante y no dominante	Técnica de golpeo	6

Distribución	
Media cancha, el jugador a realizar el ejercicio se ubica detrás del balón.	
Factores a evaluar	
Golpeo de balón, coordinación motriz, definición, precisión.	

Desarrollo		
Se ubican una serie de balones al borde del área. El participante tiene que rematar todos los balones hacia la portería en el menor tiempo posible y con la mayor eficacia. Cuando acaba pasa otro jugador. La primera ronda se realiza con la pierna dominante y la siguiente con la no dominante.		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones

3.2.2 TÉCNICA DE REMATE

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Técnica de remate con conducción previa	Conducir y rematar el balón a portería.	Técnica de golpeo	7

Distribución	
Media cancha, platillos, una fila de jugadores en la mitad del campo.	
Factores a evaluar	
Golpeo de balón, coordinación motriz, definición, precisión.	

Desarrollo		
Se ubicara una fila de jugadores en el centro de la cancha, cada jugador tendrá un balón menos el que se situara en el punto penal da espaldas de la portería y mirando a los demás jugadores y habrá un portero en la portería. El primer jugador inicia conduciendo el balón con el pie y debe dárselo al jugador ubicado en el punto de penalti, que se lo regresara por la derecha para que remate al arco. Tras el remate sale otro jugador de la fila. El jugador que remata recoge el balón y vuelve por un lado de la cancha y se ubica en la fila.		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Platillos



3.2.2 TÉCNICA DE REMATE

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Técnica de remate con sincronización en el movimiento.	Perfeccionar el remate del balón en movimiento y sincronizar pase-remate.	Técnica de golpeo	8

Distribución	
Media cancha, balones, platillos.	
Factores a evaluar	
Remate de balón, coordinación motriz, definición, precisión.	

Desarrollo		
<p>Se ubica una portería en medio la cancha. Balones y jugadores en las diferentes esquinas de la cancha. Un portero en cada portería. El jugador que está en la mitad se dirige según el desplazamiento de el y el jugador de la banda a la que se acerca le da el balón para que este remate al arco. Debe haber de 3 a 5 balones en cada esquina de la cancha para darle continuidad e intensidad a ejercicio. Cada diez remates se cambia el jugador pivot por uno que este en la banda.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Platillos

3.2.3 TÉCNICA DE PASE

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Pases cortos, enlazados con recepción, conducción, giro y asistencia.	Mejorar la técnica de pase y recepción.	Técnica de pase	9

Distribución	
Mitad de la cancha, platillos, conos, balones, una arquería ubicada en la lateral, grupos de 6.	
Factores a evaluar	
Pase y recepción de balón.	

Descripción		
<p>El participante “A” da un pase, desde el platillo 1f, al participante “B”, que está enfrente del platillo 3f, el cual se ira para recoger el balón en el platillo 2f para, conduce, gira y da un pase al participante “A” que se corrió desde el platillo 1f al platillo 5f, se sigue con el ejercicio de la forma vista anteriormente. Se progresa a través de pases cortos.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos Platillos

3.2.3 TÉCNICA DE PASE

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Pases con largas trayectorias, añadiendo pases dobles con recepción, conducción y asistencia	Mejorar la técnica de pase y recepción.	Técnica de pase	10

Distribución	
Media cancha, conos, balones, platillos. Ubicarse en parejas	
Factores a evaluar	
Eficacia en los pases largos, calidad en la recepción del balón.	

Desarrollo		
<p>El participantes “A” lanza un pase a “B” que va del espacio 3 al 2, recepción del balón y lo pasa (pase 2) en corto al participante “A” que va al encuentro del balón y lo pasa (pase 3) de nuevo a “B” y se traslada a toda velocidad al espacio 3 (por atrás del platillo 3) Estando a la espalda del que lanza el siguiente pase. “B” lleva el balón hacia para atrás y luego realiza un pase al participante “A” (pase 4); siendo este pase el reinicio del ejercicio.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos Platillos

3.2.3 TÉCNICA DE PASE

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Trabajo en parejas, pases cortos en forma de “pared”	Coordinar los pases en corto tras unos desplazamientos	Técnica de pase	11

Distribución	
Costados de la cancha, utilizar platillos y conos para marcar las zonas. Se organizan por parejas.	
Factores a evaluar	
Ubicación temporo-espacial, eficacia de los pases y timing en los pases.	

Desarrollo		
<p>Dos participantes comienzan en el platillo 1, el jugador “B” se quita la marca de afuera hacia adentro hacia el platillo “2”, da vuelta alrededor de esta para recibir de frente al jugador que da el pase, el jugador “A” realiza el pase a “B” quien se desplaza hacia el platillo “3”, este recepción y se desplaza de adentro hacia afuera hasta el platillo “5”. “A” conduce hacia el, hace platillo “2”, gira y pasa el balón a “B” que se traslada al platillo “4”, “B” recepción y hace un pase atrás con “A” y desmarca en dirección al platillo “6.”</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos Platillos

3.2.3 TÉCNICA DE PASE

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Trabajo en parejas, pases cortos en forma de “pared”	Coordinar los pases en corto tras unos desplazamientos con conducción de balón.	Técnica de pase	12

Distribución	
Media cancha, se organizan en parejas.	
Factores a evaluar	
Precisión de pases, eficiencia en la coordinación de los movimientos con el balo.	

Desarrollo		
<p>Dos participantes empiezan en el platillo, “B” se desmarca y va hacia el platillo “2” gira alrededor para quedar ubicado para el pase, todos los receptores se giran para llegar bien ubicados para recibir el balón. “A” envía un pase a “B” y se dirige al platillo “3”, este hace recepción, lo habilitan y se dirige al platillo “5”, “A” transporta al platillo “2” gira y envía el balón a “B” este se dirige al platillo “4”, “B” recibe y hace un pase atrás a “A” el cual se dirige al platillo “6”, “A” toma el balón y lo conduce para finalizar el recorrido.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos Platillos



3.2.4 TÉCNICA DE CABECEO

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Trabajo coordinativo de juego aéreo ofensivo y defensivo	Realizar los movimientos de ejecución del cabeceo.	Técnica de cabeceo	13

Distribución	
Factores a evaluar	
En una esquina de la cancha, marcamos las porterías con conos y se ubican en tríos.	
Control y dominio del balo, movimiento de la cabeza.	

Desarrollo		
En la portería diseñada, el jugador “A” pasa al jugador “B” que devuelve con un pase raso el balón a “A” para que realice un pase de forma diagonal, y en el extremo el participante “C” que recibe de espalda en la línea lateral.		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos Platillos

3.2.4 TÉCNICA DE CABECEO

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Trabajo coordinativo de juego aéreo ofensivo.	Realizar un salto buscando ganar altura para realizar el cabeceo.	Técnica de cabeceo	14

Distribución	
Nos ubicamos en media cancha, Organizamos grupos para practicar en las dos áreas.	
Factores a evaluar	
Eficiencia en los centros, cabeceo y dirección del cabeceo.	

Desarrollo		
<p>Se sitúan los participantes en una línea, uno frente a otro, el pasador “A” domina al lado del platillo y pasa alto al participante “B”, el cual se desplaza desde el platillo 1, al 2 realiza un salto y cabecea hacia una de las referencias puestas (“1”Y “2”que tiene frente el).A debe seguir la jugada y esperar el pase; conduce el balón al lugar de inicio. El participante que hace el pase debe alertar al otro participante hacia donde ira dirigido el pase.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos Platillos



3.2.4 TÉCNICA DE CABECEO

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Trabajo coordinativo de juego aéreo defensivo.	Realizar una serie de ejercicio que ayuden a mejorar la técnica de cabeceo.	Técnica de cabeceo	15

Distribución	
Utilizamos solo la mitad de la cancha y nos organizamos en tríos.	
Factores a evaluar	
Rapidez y agilidad al momento de cabecear	

Desarrollo		
<p>El trío se colca en la misma línea, el jugador ofensivo y defensivo estarán dentro del área y frente al pasador uno al lado de otro y de espaldas a la portería. El participante que realiza el pase se ubica cerca al semicírculo central, realiza un pase alto hacia el participante ofensivo y el defensivo, los cuales van a disputar el balón en el aire. El primero debe ir hacia atrás el segundo busca impedir el golpeo y rechaza. Los pases se hacen de diversas formas según la altura del lanzamiento. Altura “X” de “globo” Altura “Y” con empeine total. Altura “Z” suave.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos Platillos

3.2.4 TÉCNICA DE CABECEO

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Trabajo coordinativo de juego aéreo ofensivo.	Ejecutar el movimiento de cabeceo con oposición de rival.	Técnica de cabeceo	16

Distribución	
Utilizamos media cancha Organizamos conjuntos de tres en rol defensivo.	
Factores a evaluar	
Eficacia en el golpe de cabeza, intensidad en la presión sin generar falta	

Descripción		
Se ubica una pareja en faceta ofensiva y cambian en cada estación, se crean 4 estaciones en parejas. Cada uno adopta un rol ya sea ofensivo o defensivo. Un participante realiza los pases aéreos, el cual irán a la disputan las parejas, uno en rolo ofensivo y el otro en rol defensivo. Cada 10 balones cambian de roles.		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos Platillos



3.2.5 SISTEMAS DE JUEGO. SISTEMA DEFENSIVO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Sistema defensivo 1-3-1, 3 vs 4	Mecanizar los movimientos defensivos las líneas en zona defensiva.	Sistemas de juego-defensivo.	17

Distribución	
Media cancha, un equipo completo y tres jugadores más identificados con otro color.	
Factores a evaluar	
Posición básica defensiva individual y grupal, ubicación temporo-espacial.	

Desarrollo		
<p>Se ubicaran 3 jugadores en faceta defensiva más el portero vs cuatro jugadores ofensivos más el portero. Se iniciara con un juego real. La defensa estará atrás para realizar alguna cobertura. Si el balón es recuperado, se podría iniciar un contraataque.</p> <p>Variantes: realizamos defensa pasiva; después activa. Ponemos un límite de tiempo para desbarajustar el ataque y así llegar a recuperar el balón.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.5 SISTEMAS DE JUEGO. SISTEMA DEFENSIVO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Sistema defensivo 1-2-2	Mecanizar los movimientos de la línea defensiva	Sistemas de juego-defensivo.	18

Distribución	
Media cancha, habrán 2 defensas y tres atacantes.	
Factores a evaluar	
Ubicación de los defensores, basculaciones de los jugadores.	

Desarrollo		
<p>Habrán dos jugadores en faceta ofensiva más un jugador que será un pivot en el centro. Los defensores de la primera línea tendrán que detener el pase al pivot, por lo consiguiente uno hace presión al balón y el otro realiza una cobertura. Si la jugada va hacia la otra banda, entonces la primera línea oscila.</p> <p>Variantes: Colocar un límite de tiempo para realizar la jugada, así tendremos una presión más rápida</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.5 SISTEMAS DE JUEGO. SISTEMA OFENSIVO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Sistema ofensivo 1-3-1	Realizar pase a pívot para que este haga una habilitación.	Sistemas de juego-ofensivo.	19

Distribución	
Factores a evaluar	
Media cancha, habrán 4 atacantes y tres defensores más el arquero.	
Disposición del cuerpo y movimiento de los atacantes.	

Desarrollo		
<p>Se realiza la jugada en media cancha. Cuatro jugadores ofensivos más el portero vs tres jugadores defensivos más el portero, el atacante pívot no tendrá marca en ningún momento. El pívot no puede marcar gol, únicamente puede realizar pases y este al recibir pueda rematar al arco.</p> <p>Variantes: Colocar un límite de tiempo para culminar la jugada. Cualquier de los dos jugadores ofensivos finaliza la jugada</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.5 SISTEMAS DE JUEGO. SISTEMA OFENSIVO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Sistema ofensivo 1-2-2, 4 vs 2	Beneficiar el 1-2-2 a través de movimientos ofensivos en el campo de juego.	Sistemas de juego-ofensivo.	20

Distribución	
Media cancha, habrán 4 atacantes y 2 defensores más el arquero.	
Factores a evaluar	
Ubicación temporo-espacial, crear líneas de pase constantemente.	

Desarrollo		
<p>4 jugadores ofensivos vs 2 jugadores defensivos ubicados en la línea defensiva. Los 2 jugadores ofensivos ubicados en la mitad se pasan el balón, o pasar directamente a sus otros compañeros. Estos tienen que encajar con los desplazamientos y las trayectorias del balón para poder abrir comunicación de pases, teniendo siempre el dibujo del sistema. Si no llega el pase se reinicia la jugada. Cualquier jugador ofensivo puede terminar la jugada.</p> <p>Variante: Aumentar la velocidad de circulación del balón.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.6 TÉCNICA DE PORTERO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Acción ofensiva en el portero	Trabajar la técnica del lanzamiento del balón a través de un ejercicio continuo.	Técnica de portero.	21

Distribución	
Media cancha, solamente el portero ejecuta la actividad.	
Factores a evaluar	
Ver la posición inclinada del portero al momento de lanzar el balón.	

Desarrollo		
<p>Habrán 4 conos dispuestos en diferentes lugares y distancia el portero tendrá varios balones con los cuales realizara varios lanzamiento intentando tocar los cono o que pasen cerca de el.</p> <p>Variantes: Realizar en lanzamiento del balón con el pie. Podremos ubicar un jugador frente al arquero para hacer más difícil el lanzamiento del arquero.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Conos



3.2.6 TÉCNICA DE PORTERO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Ubicación del portero	Conservar la ubicación del portero cuando el adversario dispare el balón.	Técnica de portero.	22

Distribución	
Utilizamos media cancha, se encontrarán 3 jugadores cada uno con 3 balones en dirección al arco.	
Factores a evaluar	
Velocidad de reacción frente a cada remate que va a recibir.	

Desarrollo		
<p>Habrán 3 atacantes con balón, como se ve en la imagen, mirando hacia la portería. Cada atacante realizará un disparo, el portero debe estar alerta para sacar el balón y conservar la ubicación dentro de la portería, es decir atajará el balón y regresará a su posición inicial.</p> <p>Variante: Cada jugador tendrá un nombre, letra o número clave que lo identifique, una voz de mando dirá el nombre y quien lo tenga rematará, siendo esta una acción impredecible para el portero.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones



3.2.6 TÉCNICA DE PORTERO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Desplazamientos del portero	Realizar desplazamientos laterales con ejercicios de velocidad y de reacción rápida.	Técnica de portero.	23

Distribución	
Utilizamos media cancha, habrá un ejecutante ubicado principalmente en el punto penal.	
Factores a evaluar	
Velocidad en los desplazamientos, ubicación del peso corporal.	

Desarrollo		
<p>Se situará una persona en el punto de penal, esta tendrá varios balones a su disposición. El portero deberá ir a tocar un poste, cuando esto ocurra el jugador que tiene los balones lanzara un balón hacia el poste opuesto.</p> <p>Variante: El ejecutante se ubicara en cualquier lado de la cancha para hacer impredecible el lanzamiento.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones

3.2.6 TÉCNICA DE PORTERO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Atrapar, encajonar balón	Entrenar el bloqueo o encajone del balón.	Técnica de portero.	24

Distribución	
Utilizamos media cancha, habrá un atacante con varios balones ubicado en el punto penal.	
Factores a evaluar	
Posición de las manos (especialmente dedos) al momento de atrapar en balón.	

Desarrollo		
<p>Estará ubicado una persona con varios balones en la línea frontal del arquero. El portero le estará dando la espalda a dicho jugador, el que tiene los balones realizara un sonido, cuando esto suceda el arquero girara quedando frente al jugador, este le lanza un balón y el portero ejecuta la acción de bloqueo.</p> <p>Variante: Lanzar el balón con el pie, para imprimir más fuerza.</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	5 series. 2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones

3.2.7 JUGADAS A BALÓN DETENIDO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Lanzamiento de tiro libre	Marcar gol con barrera,	Jugadas a balón detenido.	25

Distribución		
Utilizamos media cancha, 5 vs 5, estarán diferenciados con petos		
Factores a evaluar	<p>Rapidez en el momento de hacer las pantallas, saber ubicar el cuerpo para no incurrir en una falta.</p>	

Desarrollo		
<p>El atacante 2 realizara en lanzamiento de la tiro libre. Antes de hacerlo, el 4 hace una diagonal por la barrera y el defensor lateral que más cerca este. El 3 realiza un bloqueo al defensor de la barrera más alejado del balón. El 5 va desde el poste a realizar un bloqueo al defensor lateral más cercano (img 1). El atacante 4 sale con un movimiento circular y se aprovecha de los bloqueos creados por 3 y 5 para rematar al arco sin oposición (img 2).</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.7 JUGADAS A BALÓN DETENIDO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Lanzamiento de tiro libre	Marcar gol con barrera, desde la posición lateral.	Jugadas a balón detenido.	26

Distribución	
Utilizamos media cancha, 5 vs 5, estarán diferenciados con petos	
Factores a evaluar	
Visión periférica al momento de la ejecución de la jugada.	

Desarrollo		
Se ubicaran de tal forma que cada uno deberá tener su propia marca. El atacante 4 realiza un bloqueo al defensa de la barrera más cercano (img 1). El 5 va directamente a la banda para recepcionar el pase y poder rematar al arco para conseguir la anotación (img 2).		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3.2.7 JUGADAS A BALÓN DETENIDO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Lanzamiento de esquina	Realizar el lanzamiento de esquina terminando con un remate exterior.	Jugadas a balón detenido.	27

Distribución	
Utilizamos media cancha, 4 vs 5, estarán diferenciados con petos	
Factores a evaluar	
Velocidad y efectividad en los movimientos, precisión en los pases.	

Desarrollo		
Se ubicaran casi todos dentro del área, un jugador estará por fuera antes de esto los , los jugadores 3 y 4 realizan un bloqueo a sus defensores, de igual forma el jugador 2 realiza un movimiento de apertura para recibir el pase aéreo y poder rematar al arco.		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



"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



3.2.7 JUGADAS A BALÓN DETENIDO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Lanzamiento de esquina	Realizar el lanzamiento de esquina terminando con disparo al arco.	Jugadas a balón detenido.	28

Distribución	
Utilizamos media cancha, 4 vs 5, estarán diferenciados con petos	
Factores a evaluar	
Capacidad de campo visual de los jugadores implicados en la jugada.	

Descripción		
Se ubicaran todos cerca de la portería, El jugador 4 se desplaza a recibir el pase del jugador 5. De la misma forma, el atacante 3 hace un amague haciendo que va a ser el receptor del pase de 5 y se proyecta hacia el área para recibir el pase (utilizamos el taco o algún otro recurso) de su compañero 4 y finalizar la jugada.		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.8 EJECUCIÓN DEL JUEGO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Juego con superioridad numérica	Atacar al equipo contrario	Ejecución del juego	29

Organización	
Utilizamos media cancha, 5 vs 4	
Factores a evaluar	
Efectividad y eficacia en los pases.	

Descripción		
<p>Se realizara en media cancha una situación real de juego, el equipo atacante lo realiza con 5 jugadores, la idea es pasar el balón efectivamente y lograr una acción ofensiva que termine en gol.</p> <p>Variante: Realizarlos 5 vs 5 en toda la cancha</p>		
Número de participantes	Dosificación	Materiales
16	2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.8 EJECUCIÓN DEL JUEGO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Juego con superioridad numérica y juego ofensivo	Entrenar la eficiencia de las jugadas ofensivas.	Ejecución del juego	30

Organización	
Utilizamos toda la cancha, 4 vs 3 diferenciados por petos	
Factores a evaluar	
Efectividad y eficacia en los pases.	

Descripción		
<p>Los dos equipos en sus alineaciones deberán tener un portero en su propia media cancha y dos atacantes en la media cancha del equipo rival. Ningún jugador de cada media cancha puede pasar a la otra media. El portero que tiene el balón puede lanzar directamente a sus compañeros de la otra mitad de la cancha y se produce un ataque 2 vs 1, o bien saca a su jugador más cercano y se produce un ataque 1 contra 2. Este jugador tiene que pasar el balón a sus compañeros de la otra mitad de la cancha.</p>		
Número de participantes	Dosificación	Materiales
16	2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.8 EJECUCIÓN DEL JUEGO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Juegos en faceta defensiva con igualdad numérica	Trabajar la faceta individual en igualdad numérica e individual	Ejecución del juego	31

Distribución	
Utilizamos media cancha, 3 vs 3 diferenciados por petos	
Factores a evaluar	
Efectividad y eficacia en los pases.	

Desarrollo		
<p>Realizamos un partido 3 vs 3. los jugadores ofensivos estarán visualmente diferenciados de los defensivos, estos por su parte deben elegir a un jugador ofensivo y marcarlo durante el ataque. Después de cada 10 acciones ofensivas, cambia de posición (atacante/defensor). Al finalizar se concluye quien defendió mejor.</p> <p>Variante: Realizar el juego 5 vs 5</p>		
Participantes	Aplicación	Materiales
16	2 a 4 repeticiones. Intensidad alternada	Balones Petos



3.2.8 EJECUCIÓN DEL JUEGO.

Nombre de la actividad	Objetivo	Tipo	# Actividad
Juego real	Ejecutar todas las técnicas aprendidas.	Ejecución del juego	32

Organización	
Utilizamos toda la cancha, 5 vs 5 diferenciados con petos	
Factores a evaluar	
Ejecución de las técnicas vistas, eficacia a la hora de ejecutarlas	


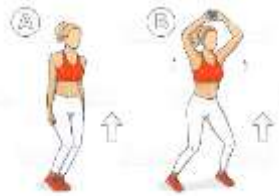


Descripción		
Se realizar un juego como tal, 5 vs 5, en el cual se ejecutaran todas las técnicas y habilidades aprendidas en el transcurso de las 8 semanas.		
Número de participantes	Dosificación	Materiales
16	20 minutos cada tiempo 10 minutos de descanso	Balones Petos



3.3 INFORME DE ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

FECHA: 26 de mayo a 5 de junio


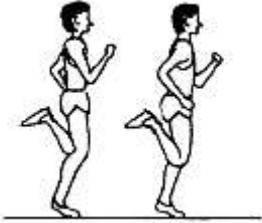

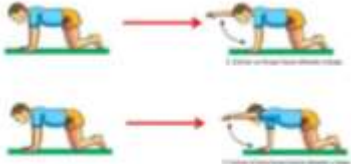
DESCRIPCION: guía metodológica con diversos ejercicios enfocados y adaptados para la educación física en la básica primaria; para que los niños desarrollen estas actividades y seguir con su proceso de aprendizaje y desarrollo motor.

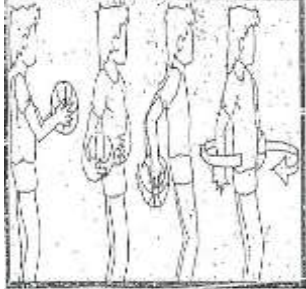

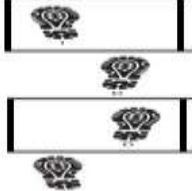
EJERCICIO	DOSIFICACIÓN	EDAD	ILUSTRACIÓN
Skipping alto (levantamiento de rodillas)	Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces.	8 en adelante	
Jump jacks o Angelitos (Saltos abriendo y cerrando piernas y brazos de forma alternada)	Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces.	8 en adelante	
Sentadillas Recomendación: estar atentos a la postura de la sentadilla, para ejecutarla correctamente.	La sentadilla se realiza haciendo una flexo-extensión de la pierna y la espalda recta; realiza 3 sentadillas consecutivas y descansa 1 minuto. Repite el ejercicio por 4 veces	9 en adelante	
Abdominales	Realiza el ejercicio durante 10 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces.	10 en adelante	



<p>Pararse sobre una pierna y abrir y cerrar la pierna contraria evitando que toque el suelo</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces. Variante: ubícate al lado de un soporte para generar estabilidad.</p>	<p>5 en adelante</p>	
<p>Estiramiento Cerrar las piernas con las rodillas extendidas y juntas intentando tocar la punta de los pies.</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 5, 10, 15 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces. Variante: pide acompañamiento de tus padres para ejecutar el ejercicio.</p>	<p>5 en adelante</p>	
<p>Ejercicio para gastronemios El ejercicio consiste en colocarse en punta de pies e ir bajando y subiendo los talones sin dejar que toquen el suelo.</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces. Variante: ponte tu morral de ir al colegio con algunos cuadernos para generar un poco de peso.</p>	<p>8 en adelante</p>	

<p>Sentadilla sobre silla (sentarse sobre la silla y levantarse)</p>	<p>Realiza 5 sentadillas consecutivas y descansa 1 minuto. Repite el ejercicio por 4 veces. Recomendación: Al momento de realizar la sentadilla mira que tu rodilla no pase la punta de tu pie.</p>	<p>7 en adelante</p> 
<p>Lanzar y atrapar pelota con las manos contra una pared. Estando apoyado en un solo pie</p>	<p>Realiza el lanzamiento de la pelota 20 veces descansa el tiempo que decidas correcto y cambia de pie. Variante: realiza el ejercicio con los dos pies en el suelo</p>	<p>5 en adelante</p> 
<p>Patear una pelota contra el muro, a ras de piso.</p>	<p>Realiza el lanzamiento de la pelota 30 veces descansa el tiempo que decidas correcto y cambia de pie. Variante: realiza los lanzamientos en diferentes direcciones.</p>	<p>5 en adelante</p> 
<p>Colocar un balde a 5 o 6 pasos de distancia y lanzar una pelota e intentar encestarla.</p>	<p>Realiza el lanzamiento de la pelota, intentando encestarla en el balde, cada 5 intentos cambia de mano para lanzar. Variante: si tienes más baldes colócalos en diferentes direcciones</p>	<p>5 en adelante</p> 

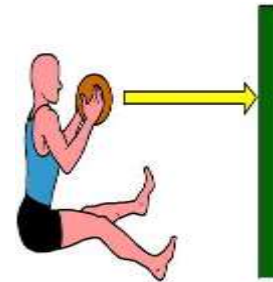
<p>Dibujar un cuadrado en el suelo o realizarlo con cinta blanca (abrir y cerrar las piernas de manera simultánea)</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces.</p>	<p>5 en adelante</p> 
<p>Taloneo sin desplazarse del lugar Llevar talones al glúteo</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces.</p>	<p>8 en adelante</p> 
<p>Mantener el equilibrio arrodillado sobre una pierna y con la otra doblada con el pie plano hacia el suelo</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg repítelo por 4 veces.</p>	<p>8 en adelante</p> 
<p>Posicionarse de rodillas y con las palmas de las manos sobre el suelo. Subir una mano y mantener la otra en el suelo, de forma alternada</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg, repítelo por 4 veces</p>	<p>6 en adelante</p> 

<p>Tomar una pelota y pasarla alrededor de la cintura haciendo círculos. Con los dos pies sobre el suelo</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs por la derecha y descansamos un tiempo de 30 seg, luego lo realiza por la izquierda, repítelo por 4 veces.</p> <p>Variante: levanta un pie del suelo y realiza el ejercicio para generar mayor dificultad.</p>	<p>5 en adelante</p> 
<p>Realizar saltos alternados, elevando la rodilla al frente</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg, repítelo por 4 veces.</p> <p>Variante: al momento de elevar la rodilla intenta aplaudir por en medio de ellas.</p>	<p>8 en adelante</p> 
<p>Dibujar un cuadrado en el suelo o realizarlo con cinta blanca (colocar el pie derecho dentro del cuadrado mientras el izquierdo está por fuera, y después cambiar de pie, en forma de trote)</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg, repítelo por 4 veces.</p> <p>Variante: dibuja muchos cuadros más, con el fin de realizar trayectorias más largas; puedes agregar distancias más largas entre los cuadros,</p>	<p>5 en adelante</p> 

Desde la posición sentado con los pies hacia adelante, lanzar la pelota con las dos manos contra un muro y dejar que rebote una vez y volver atraparla

Realiza el lanzamiento de la pelota 30 veces descansa el tiempo que decidas correcto y cambia de pie.
 Variante: realiza los lanzamientos en diferentes direcciones y alturas para generar dificultad.

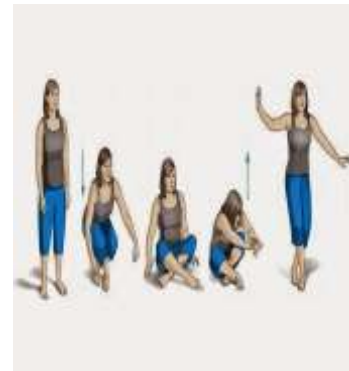
5 en adelante



Desde la posición sentado con los pies hacia adelante, lanzar el balón hacia arriba, colocarse de pie e intentar atraparlo dejando que el balón rebote máximo 2 veces

Realiza 3 lanzamientos consecutivos y descansa 1 o 2 minutos. Repite el ejercicio por 4 veces.
 Variante: realiza el ejercicio sin pelota.

9 en adelante



Colocar un bastón o palo en el suelo y realizar saltos laterales sobre el avanzando

Realiza el ejercicio durante 30 segs y descansamos un tiempo de 40 seg, repítelo por 4 veces.
 Variante: cambia el bastón por una cuerda para evitar un accidente.

5 en adelante



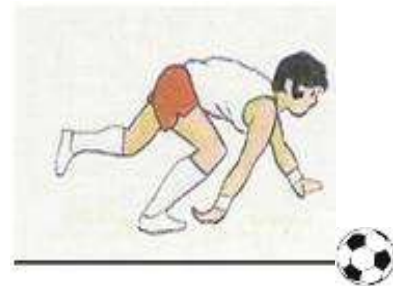
<p>Colocar 4 puntos de referencia en el suelo en línea recta, uno después de otro (zapatos, botellas, trapos, etc.) y realizar movimiento de zigzag entre los puntos de referencia</p>	<p>Realiza las trayectorias que puedas realizar consecutivamente, si te sientes cansado descansa de 1 a 2 minutos e inicia nuevamente el recorrido. Variante: entre más objetos consigas, más largo será el recorrido.</p>	<p>7 en adelante</p>	
<p>Colocar una cuerda sobre el suelo en línea recta, y caminar sobre ella pisándola.</p>	<p>Realiza 5 recorridos consecutivos y descansa 1 minuto (1 recorrido equivale a ida y vuelta sobre la cuerda.) Variante: dale diversas formas a la cuerda, también agrega objetos que puedas llevar en la mano para generar dificultad.</p>	<p>5 en adelante</p>	
<p>Colocar palmas de las manos sobre el piso y puntas de los pies en el piso, el objetivo es realizar desplazamientos en 4 apoyos boca abajo.</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 15 segs y descansamos un tiempo de 30 seg, repítelo por 4 veces. Variante: realiza los desplazamientos boca arriba.</p>	<p>6 en adelante</p>	

Colocar palmas de las manos sobre el piso y puntas de los pies en el piso boca abajo, llevar una pelota entre las manos, haciendo que la pelota se deslice por el suelo.

Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg, repítelo por 4 veces.

Variante: coloca una zona de llegada, también puedes agregar obstáculos para generar dificultad.

8 en adelante



Colocar 4 puntos de referencia sobre el piso uno después del otro en línea recta (preferiblemente trapos) con el fin de realizar saltos continuos sobre los trapos a dos pies

Realiza 5 recorridos consecutivos y descansa 1 minuto (1 recorrido equivale a ida y vuelta sobre la cuerda.)

Variante: colocar más puntos de referencia para generar mas resistencia.

6 en adelante



Tomar una pelota en las manos y lanzarla hacia arriba estando de pie, posteriormente intentar aplaudir 1 vez 2 veces, 3 veces o las que más se puedan, e intentar atrapar el balón sin que este caiga al piso

Realiza el lanzamiento de la pelota 10 veces descansa el tiempo que decidas correcto y vuelve a iniciar.

Variante: realiza los lanzamientos con mayor altura para generar mas aplausos.

6 en adelante

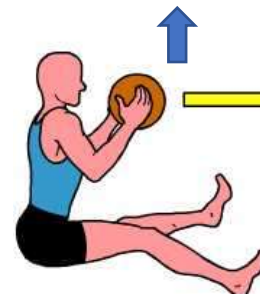


Tomar una pelota en las manos y lanzarla hacia arriba estando sentados con los pies hacia adelante, posteriormente realizar un aplauso al frente, un aplauso por la espalda e intentar atrapar el balón. Máximo el balón puede rebotar una vez en el suelo

Realiza el lanzamiento de la pelota 10 veces descansa el tiempo que decidas correcto y vuelve a iniciar.

Variante: realiza los lanzamientos con mayor altura para generar mayor dificultad al momento de atrapar.

9 en adelante



Tomar un costal o una lona y colocarse dentro de él, intentar desplazarse saltando hacia adelante. Tomar el costal de las esquinas superiores para evitar que se resbale

Realiza una salida y una meta como puntos de referencia y realiza el ejercicio por 10 veces, entre cada recorrido descansa lo necesario

9 en adelante



Tomar una pelota y entrelazarla entre las piernas o entre los tobillos e intentar realizar saltos frontales sin que la pelota se caiga

Realiza 10 o 20 saltos y descansamos un tiempo de 1 minuto, repítelo por 6 veces.

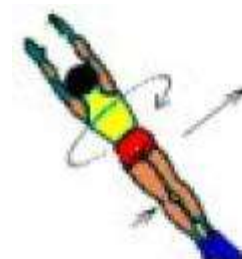
5 en adelante



Colocar una cobija en el suelo o algo que proteja el cuerpo, rodar sobre la cobija, dejando extendidos los brazos hacia arriba haciéndolo de forma lateral

Realiza 10 rodadas hacia la derecha luego hacia la izquierda y descansamos un tiempo de 1 minuto, repítelo por 7 veces.

5 en adelante

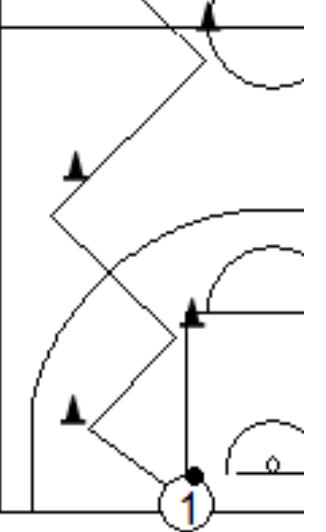
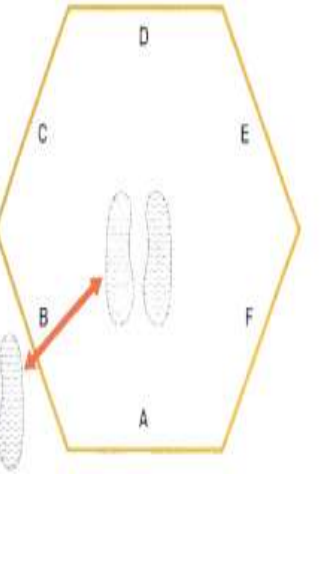


<p>Colocar las palmas de las manos en el suelo y las puntas de los pies en el piso, quedar en 4 apoyos, empezar a girar en círculos en la misma posición</p>	<p>Realiza 10 giros hacia la derecha luego hacia la izquierda y descansamos un tiempo de 1 minuto, repítelo por 7 veces. Variante: agrégale desplazamientos hacia adelante y hacia atrás.</p>	<p>8 en adelante</p> 
<p>Tomar una pelota pequeña y solo golpearla con las palmas de las manos evitando que caiga al piso</p>	<p>Realiza el ejercicio durante 15 segs y descansamos un tiempo de 40 seg, repítelo por 4 veces. Variante: cuenta cuantos golpes realizaste en el primer intento y mira si puedes realizar más en el segundo.</p>	<p>7 en adelante</p> 
<p>En posición acostados boca arriba, tomar una pelota entre los tobillos apretándola para que no se caiga, colocarla en un balde detrás de la cabeza.</p>	<p>Realiza 10 cestas con la pelota descansa el tiempo que decidas correcto y vuelve a iniciar, realiza 40 cestas. Para realizar la cesta debes llevar tus pies hacia tu frente para poder soltar la pelota en el balde</p>	<p>7 en adelante</p> 



FECHA: 8 al 19 de junio

DESCRIPCION: El contenido desarrollado en la guía, proporciona un planteamiento didáctico, metodológico y con diversidad de contenido para el proceso de aprendizaje en básica primaria, en el área de educación física

EJERCICIO	DOSIFICACIÓN	EDAD	ILUSTRACIÓN
<p>Colocar 5 puntos de referencia (botellas, medias o trapos) uno diagonal a otro formando 3 triángulos, separados por 2 pasos cada uno. Realizar saltos de un punto a otro apoyado sobre un solo pie.</p>	<p>1 circuito equivale a un recorrido de ida, así que realizaremos 5 circuitos con la derecha y 5 vueltas con la izquierda, descansando de 1 a 2 minutos dependiendo de lo largo del trayecto. Variante: agrega más botellas y cambia la figura, ej: rombo, cuadrado.</p>	<p>5 en adelante</p>	
<p>Dibujar o marcar un hexágono en el piso con tiza o con cinta; pararse en el centro del hexágono, de frente a la línea A; saltar con ambos pies sobre la línea B y de regreso al centro, luego sobre la línea C y de regreso al centro, luego la línea D y así sucesivamente, al volver a saltar sobre la línea A y volver al</p>	<p>1 circuito equivale a darle una vuelta al hexágono, realizamos 5 circuitos descansando entre cada uno de 1 a 2 minutos.</p>	<p>5 en adelante</p>	

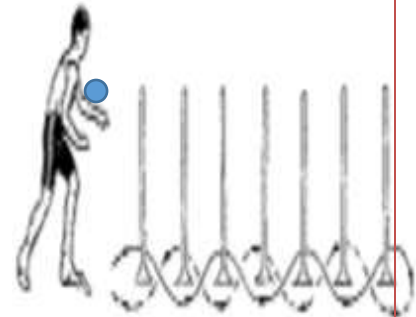


centro, esto cuenta como un circuito.

Colocar 6 puntos de referencia en el suelo en línea recta, uno después de otro separados a un paso (zapatos, botellas, trapos, etc.) E intentar llevar una pelota únicamente tocándola con los pies sin tocar los puntos de referencia y yendo entre ellos.

1 recorrido equivale a una ida y vuelta del trayecto, realizamos 6 recorridos. La ida la hacemos con el pie dominante y la vuelta con el no dominante. **Variante:** podemos agregar más objetos para hacer el recorrido más largo; la conducción del balón podemos realizarla con un solo pie o con los dos.

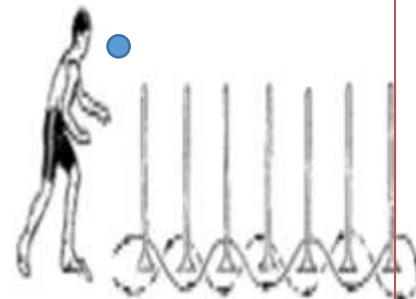
8 en adelante



Colocar 6 puntos de referencia en el suelo en línea recta, uno después de otro separados a un paso (zapatos, botellas, trapos, etc.) E intentar llevar una pelota haciéndola rebotar con las manos entre los puntos de referencia

1 recorrido equivale a una ida y vuelta del trayecto, realizamos 6 recorridos. La ida la hacemos con la mano dominante y la vuelta con la no dominante. **Variante:** podemos agregar más objetos para hacer el recorrido más largo.

8 en adelante



<p>Intentar mantener el equilibrio por 10 segundos parado en un solo pie.</p>	<p>Realizamos el ejercicio 6 veces en cada pie, podemos desplazar nuestros brazos hacia los lados para crear más equilibrio. Si quieres agregar mayor dificultad hazlo con los ojos cerrados. Cada 10 seg de trabajo descansas 10 seg.</p>	<p>6 en adelante</p>
<p>Colocarse en posición de abdominales y hacia la parte de la cabeza colocar pelotas u objetos para posteriormente alzarlos en abdominales y lanzarlos hacia al frente en intentar encestar al frente en una canasta alejada a uno o dos pasos</p>	<p>Vamos a realizar 5 circuitos, cada circuito equivale a 10 lanzamientos, en cada circuito realizamos un descanso de 1 o 2 minutos, como prefieras. Variante: cuenta cuantas cestas realizas a ver si tu mismo te puedes supera.</p>	<p>8 en adelante</p>
<p>Delimitar un espacio de 10 pasos x 10 pasos o de 20 x 20 lo más amplio que se pueda y delimitarlo con 4 botellas o 4 trapos uno en cada esquina. Dentro del cuadrado colocar diferentes objetos como pelotas, balones, juguetes etc. (colocar entre 20 a 25 objetos) Colocar</p>	<p>En esta actividad necesitaremos un cronometro y un acompañante que haga uso de el. Realizamos la actividad 4 veces, cada vez que finalice la recolección de objetos, detienes el cronometro y anotas el tiempo; ahora debes realizarlo pero en un tiempo menor que el obtenido</p>	<p>6 en adelante</p>

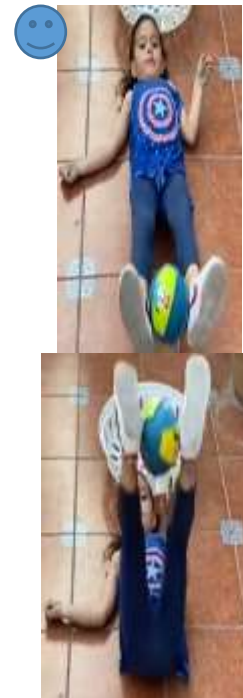


palmas de las manos
sobre el piso y
puntas de los pies en
el piso boca abajo, y
nos vamos a
desplazar en estos
cuatro apoyos e
intentar recoger uno
a uno los objetos e
irlos llevando a un
balde que vamos a
tener en la mitad del
cuadrado, la idea es
hacerlo en el menor
tiempo posible.

En posición
acostados boca
arriba, tomar una
pelota entre los
tobillos apretándola
para que no se caiga,
subir los pies juntos
e intentar atrapar la
pelota con las manos
sin dejarla caer, bajar
el tronco y
posteriormente
volver a subir y con
las manos colocar la
pelota entre los
tobillos

Cada vez que realizamos
los pasos mencionados
equivalen a una
repetición, vamos a
realizar de 4 a 5
repeticiones, descansas
lo necesario y repite el
ejercicio 4 veces.

8 en
adelante



Lanzar y atrapar una
pelota con una sola
mano contra un

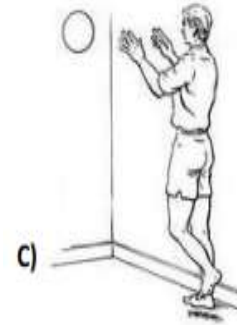
Vamos a realizar 5 series,
cada serie equivale a 10
lanzamientos, así que

8 en
adelante



muro haciendo que rebote una vez antes de tocar el muro, además intentar mantener el equilibrio en un solo pie mientras se realiza el ejercicio. (si lanza con la mano derecha, mantenga el equilibrio con el pie derecho; si lanza con la mano izquierda, mantenga el equilibrio con el pie izquierdo)

cada 10 lanzamientos estamos realizando una serie; entre cada serie descansamos de 1 a 2 minutos.



Colocar una pelota entre las piernas y saltar a dos pies hacia adelante sin que la pelota se caiga

Delimitamos una zona de salida y de llegada, realizaremos 10 recorridos.
Variante: podemos realizar los recorridos en zig zag para generar dificultad.

6 en adelante



Saltos sucesivos elevando una y otra pierna. Dar una palmada debajo de la rodilla cuando la pierna está arriba.

Vamos a realizar 10 saltos continuos y descansamos 30 seg y volvemos a iniciar. Este ejercicio lo realizamos 10 veces.

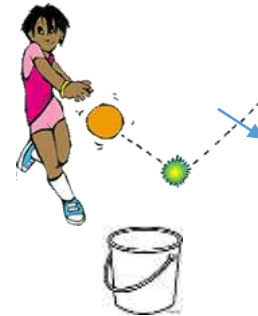
7 en adelante



Colocar un balde a 5 o 6 pasos de distancia y lanzar una pelota y hacer que rebote una vez antes de encestarla en el balde. Lanzar la pelota con las dos manos al tiempo

Realizamos 10 cestas, al completar las 10 cestas descansamos el tiempo necesario y ahora agregamos dos pasos más para generar más distancia entre el balde y tú.

5 en adelante



Colocar dos baldes uno al lado del otro y separarlos por 4 o 5 pasos. En uno de los baldes colocar diferentes objetos (mínimo 10) e ir de forma lateral y en posición agachados llevando los objetos de un balde al otro hasta sacar todos los objetos

Cada vez que termines de trasladar los objetos será 1 circuito, realizamos 10 circuitos, en cada circuito realizamos un descanso de 1 a 2 minutos.

5 en adelante



Sentados con las piernas flexionadas y las manos apoyadas en el suelo. Elevar las caderas y colocar el tronco paralelo al suelo.

Realizamos 10 repeticiones las cuales equivalen a 1 serie; realizamos 4 series, en cada serie descansamos 1 minuto.

8 en adelante



Sentados sobre los talones, con el tronco recto, irse levantando hacia adelante sin separar las rodillas del suelo y hacer el movimiento que muestra la imagen, levantarse y sentarse sobre los talones.

Realizamos 10 repeticiones las cuales equivalen a 1 serie; realizamos 4 series, en cada serie descansamos 1 minuto.

8 en adelante



Realizar 10 saltos hacia adelante apoyados sobre un solo pie y con una mano levantada hacia arriba; si se salta sobre el pie derecho se mantiene levantada la mano izquierda y sobre la pierna izquierda se levanta la mano derecha

Vamos a realizar 10 saltos con la derecha y 10 saltos con izquierda siendo esto 1 serie, al finalizar la serie descansamos de 30 a 60 seg e iniciamos nuevamente. Repetimos esto 5 veces.

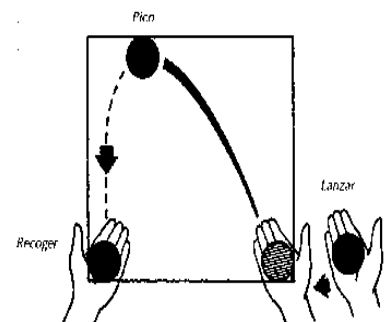
8 en adelante



Lanzar una pelota pequeña hacia arriba con una mano y cuando caiga atraparla con la otra mano.

Vamos a realizar 10 lanzamientos con derecha y la atrapamos con la izquierda, descansamos 30 seg y cambiamos la mano con la que lanzamos. Este ejercicio se realiza 10 veces.

7 en adelante



Conseguir una tapa de una olla o de un balde, y una pelota pequeña o mediana que rebote, tomar la tapa con las dos manos y hacer que la pelota rebote hacia arriba sobre la tapa sin que la pelota caiga.

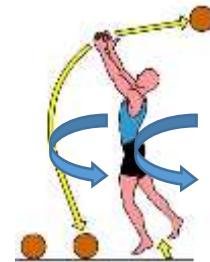
Cada 10 rebotes descansaremos de 20 a 30 seg, este ejercicio lo realizamos 10 veces. 7 en adelante



(No olvidar tomar la tapa con las dos manos)

Estar de espaldas a un muro a una distancia de unos 5 o 6 pasos, tener una pelota en las manos y lanzarla hacia al muro en esa posición, posteriormente cuando se lance la pelota se debe hacer un giro para quedar de frente al muro y atrapar la pelota, máximo puede rebotar una vez en el piso antes de atraparla.

Realizamos 10 lanzamientos los cuales equivalen a 1 serie; realizamos 10 series, en cada serie descansamos de 1 a 2 minutos. 7 en adelante



Realizar desplazamientos de 10 a 12 pasos de las siguientes formas:
 Desplazamientos en 2 apoyos.
 Desplazamientos en 3 apoyos,
 desplazamientos en 4 y 6 apoyos.

Realiza el ejercicio durante 20 segs y descansamos un tiempo de 30 seg, repítelo por 4 veces.
 Variante: coloca una zona de llegada, también puedes agregar obstáculos para generar dificultad.

8 en adelante



Ejemplo de 3 apoyos.
Ejemplo de 4 apoyos



Ejemplo 6 apoyos.

Colocar 6 puntos de referencia en el suelo en línea recta, uno después de otro (zapatos, botellas, trapos, etc.) y realizar movimiento de zigzag entre los puntos de referencia, pero utilizando un costal, colocarse dentro del costal y tomarlo de las esquinas superiores para evitar que se caiga; el objetivo es esquivar los puntos de referencia en zigzag saltando. Ida y vuelta es un recorrido

Realiza las trayectorias que puedas realizar consecutivamente, si te sientes cansado descansa de 1 a 2 minutos e inicia nuevamente el recorrido.
 Variante: entre más objetos consigas, más largo será el recorrido.

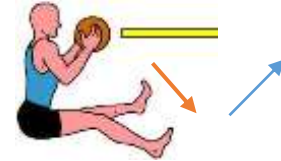
9 en adelante



Desde la posición sentado con los pies hacia adelante, lanzar la pelota con las dos manos haciendo que rebote una vez antes de tocar el muro y que rebote una vez antes de volver a atraparla

Realizamos 10 lanzamientos los cuales equivalen a 1 serie; realizamos 10 series, en cada serie descansamos de 1 a 2 minutos.

7 en adelante



Realizar imitación de animales. El niño propone un animal y debe desplazarse imitando a cada animal de un lado al otro en un espacio de 10 x 10 mts

Imitar mínimo 3 animales, y desplazarse imitándolo; para esta actividad necesitas la presencia de tus padres.

5 en adelante



Con una bomba de fiesta medio inflada, en un espacio preferiblemente cerrado; golpear la bomba hacia arriba sin dejarla caer con diferentes partes del cuerpo, iniciando con las manos

Realiza el lanzamiento de la bomba 30 veces descansa el tiempo que decidas correcto. Variante: realiza los lanzamientos en diferentes direcciones y alturas para generar dificultad.

5 en adelante

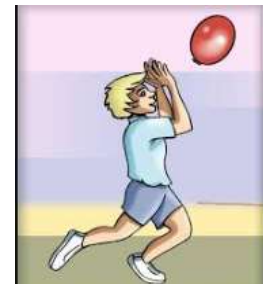


Con ayuda de una tapa de gaseosa echar 3 tapas de agua en una bomba desinflada y posteriormente sin inflarla, repetir el ejercicio anterior, no dejar caer la bomba pero esta vez utilizando únicamente las manos.

Realiza el lanzamiento de la bomba 30 veces descansa el tiempo que decidas correcto.

Variante: realiza los lanzamientos en diferentes direcciones y alturas para generar dificultad.

7 en adelante



Colocar 6 puntos de referencia sobre el piso uno después del otro en línea recta (preferiblemente trapos) con el fin de realizar saltos continuos sobre los trapos, saltando sobre un solo pie y alternándolos, un salto sobre la pierna derecha y otro sobre la pierna izquierda

Realiza 5 recorridos consecutivos y descansa 1 minuto (1 recorrido equivale a ida y vuelta sobre la cuerda.)

Variante: colocar más puntos de referencia para generar más resistencia.

6 en adelante





Con ayuda de uno de los padres de familia, van a realizar el ejercicio del semáforo que consisten en: En un espacio de 10x10 pasos o 20x20, se va a situar el niño y el padre de familia tendrá que decir uno de los 3 colores que tiene el semáforo

ROJO-AMARILLO-VERDE. Si el color

es verde, el niño tendrá que empezar a correr en las direcciones que quiera.

Si el color que dicen es rojo el niño tendrá que detenerse y esperar otra indicación.

Si el color es amarillo el niño tendrá que realizar skipping (levantamiento de rodillas).

El padre de familia decide que colores decir y únicamente tendrá que responder a estos 3 colores.

Realiza lo indicado anteriormente, cuando te sientas cansado te detienes y descansas; puedes cambiar las acciones de los colores a tu manera.

5 en adelante



El niño sujeta una canasta o un balde o un recipiente profundo, con ayuda de un padre de familia, va a realizar el siguiente ejercicio :

El padre de familia se ubicará unos 5 o 6 pasos alejado del niño y va tener diferentes pelotas u objetos en la mano.

El objetivo del ejercicio es que el padre de familia lance las pelotas y el niño intente atraparlas con el balde y que caigan dentro del mismo.

Marcar una línea paralela al muro en el suelo a unos 5 pasos del muro y colocarse sobre la línea(horizontal) que se marcó en el suelo y con una pelota lanzarla directo al muro y evitar que cuando regrese la pelota pase la línea que se marcó

Realiza 10 cestas con la pelota descansa el tiempo que decidas correcto y vuelve a iniciar, realiza 30 cestas.

5 en adelante



Realiza el lanzamiento de la pelota 20 veces descansa el tiempo que decidas correcto y repite el ejercicio 5 veces.

6 en adelante





CAPITULO IV
INFORME DE ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
10 DE MARZO	IZADA DE BANDERA, DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER	



CAPITULO V

FORMATOS DE EVALUACION

5.1 AUTOEVALUACION

**FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL
ALUMNO – MAESTRO**

NOMBRE ESTUDIANTE: Luis Eduardo Villanar
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: 2.E. Escuela Básica Unidad Educativa
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Enkel Almirante Gomez

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. E
- El supervisor de la práctica fue un apoyo constante en el desarrollo de la propuesta pedagógica. B
- Se le da la importancia que merece el área de educación física, recreación y deportes en la institución. R
- 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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



➤ 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. B

➤ La práctica me ayudó a ser autónomo en mis decisiones. B

➤ Logre un sentido de pertenencia con la institución. B

➤ Las relaciones personales e interpersonales fueron provechosas y productivas. B

➤ Los objetivos propuestos se cumplieron a cabalidad. B

➤ La práctica fue importante en el crecimiento y desarrollo personal y profesional. B

SUGERENCIAS:

FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO: Ceballos Eduardo Juleta

FECHA: 12/ Junio /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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



5.2 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
 B
- > Cumple y respeta los conductos regulares
 E
- > Interactúa y se relaciona con facilidad y adecuadamente
 B
- > Su presentación personal es acorde a las situaciones de trabajo
 E

2. Planeación

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

3. Organización

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



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



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

4. Ejecución

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

5. Control

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

NOMBRE DEL SUPERVISOR: Richard Alberto Alvarez Suarez
FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO: Carlos Eduardo Villamizar
FECHA: 12 de junio de 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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



5.3 PLAN TEORICO

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

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO: Carlos Eduardo Villamizar
SUPERVISOR: Ricard Alvarez Sastre
INSTITUCIÓN: Monseñor Ricardo Trujillo G.
FECHA: 12 de junio de 2020

ACTIVIDADES	PUNTAJE MÁXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	4
2 Unifica criterios y aclara de conceptos y dudas	5	4
3 Emplea y domina el aspecto pedagógico y metodológico	4	3
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	3
8 Emplea bien el tablero y consigna lo principal	4	3
9 Refuerza a sus alumnos	3	3
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11 Dirige y redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	2
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	2
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	2
14 Se cumplió el objetivo	4	3
15 Presentación personal excelente	2	2
TOTAL	50	42

OBSERVACIONES: Gracias por el sentido de pertenencia con la institución Educativa. Muchos exitos en esta nueva etapa como profesional. Dios lo bendiga y lo guie por el mejor camino.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



5.4 NOTA FINAL

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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO: Carlos Eduardo Villamizar
SUPERVISOR: Richard Alvarez Suarez
INSTITUCIÓN: Municipio Ricardo Trujillo G.
GRADO: Básico Primaria FECHA: 12 de Junio de 2020

ETAPAS	OBSERVACIÓN	%	NOTA	%
1 Administrativa	Buen Administrador de los pocos recursos con que cuenta la I.E.	30%	4.8	1,47%
2 Docente y Evaluativa	Tiene Buen dominio de grupo y es muy responsable con su trabajo	50%	4.8	2,9%
3 Actividades extracurriculares	Lo felicito por su sentido de pertenencia con el grupo de Danzas de los niños de Primaria	20%	4.9	0,98%
	NOTA DEFINITIVA <u>Felicitaciones</u>	100%	4.83	

Supervisor: Richard Alvarez Suarez
Alumno - Maestro Carlos Eduardo Villamizar



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CONCLUSIONES

- La participación activa y consciente de los estudiantes en el desarrollo de las clases fueron factores primordiales que ayudaron al buen ambiente que se manejó durante las clases.
- Podemos asumir que el plan de actividades elaboradas para el proceso de fundamentación táctica y técnica del deporte futbol sala desarrollaran la habilidad y destreza de ejecutar el juego correctamente.
- A través de las actividades extracurriculares creadas a partir de la pandemia, se puede concluir que podemos seguir con el proceso de formación en los niños, desde sus hogares siendo este un motivo más para seguir aferrados a el proceso de desarrollo y crecimiento integral.



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



BIBLIOGRAFIA

- www.enjambre.gov.co
- www.lifutsal.net
- www.investigadoresdeeducacinfisicaenper.blogspot.com
- www.slideshare.net



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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ANEXOS

CARTA DE PRESENTACIÓN

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

Pamplona, 10 de febrero del 2020

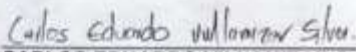
Señor Rector
YOGIN GABRIEL BUSTOS ORTEGA
 Colegio Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez
 Sede Alirio Lizcano
 Cucutilla


Estimado Rector:

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

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


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




CARLOS EDUARDO VILLAMIZAR S.
 ESTUDIANTE


RICHARD ALBERTO ÁLVARES S.
 SUPERVISOR

Atentamente,


LEIDY CONSUELO ORTIZ VERA
 Coordinador de práctica



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



IZADA DE BANDERA, DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER



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