



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE
CER LA LAGUNA, SILOS

EDWIN LIBARDO GAMBOA GONZALEZ

1094277298

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
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 PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE
CER LA LAGUNA, SILOS

EDWIN LIBARDO GAMBOA GONZALEZ
1094277298

PRESENTADO A:
Mag. LEIDY CONSUELO ORTIZ VERA

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

Con esta propuesta se quiere mejorar las relaciones interpersonales de los estudiantes del colegio CER LA LAGUNA, SILOS, de tal manera que se llevara a cabo la enseñanza con deportes y actividades lúdicas y recreativas, sabiendo que se cuenta con diferentes capacidades motrices estas actividades se basaran en el respeto y la tolerancia.

Dicho lo anterior haremos hincapié en aspectos muy importantes para este deporte como son la disciplina, el respeto, la responsabilidad y la tolerancia, buscando siempre una sana convivencia para realizar la actividad ya programada de la mejor manera posible, lo cual partirá de un diagnostico en general brindado en las primeras semanas de la iniciación de la práctica, iniciando con esto un plan de trabajo que permita adaptarse a la necesidad del colegio en general.

Por otra parte, las clases estarán dirigidas a mejorar la motricidad del estudiante en aspectos básicos como, coordinación, concentración, reacción, flexibilidad, etc. Y fundamentación en el deporte que se va a trabajar con, manejando una metodología lúdica y recreativa con el fin de ofrecer además de conocimiento al infante pasar momentos agradables donde se evidencie el goce y el disfrute inculcando de esta manera el amor hacia el deporte y la actividad física.



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!



CONTENIDO

INTRODUCCION

1. CAPITULO I	7
1.1 OBSERVACION INSTITUCIONA	7
1.2 MARCO LEGAL	8
1.3 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL	9
1.4 HORIZONTE INSTITUCIONAL	10
1.4.1 VISIÓN	10
1.4.2 MISIÓN	10
1.4.3 FILOSOFIA	10
1.5 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES	11
1.5.1 CREENCIAS	12
1.6 OBJETIVOS INSTITUCIONALES	12
1.6.1 PERFIL DOCENTE	13
1.6.2 PERFIL DEL ESTUDIANTE	13
1.6.3 ORGANIZACIÓN	14
1.6.4 CALENDARIO ACADEMICO	14
1.7 MANUAL DE CONVIVENCIA	15
1.7.1 DERECHOS Y DEBERES	16
1.7.2 UNIFORMES	20
1.7.3 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL	21



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!



1.8 SOMBOLO INSTITUCIONALES -----	22
1.8.1 HMNO -----	22
1.8.2 ESCUDO -----	23
1.8.3 BANDERA -----	24
1.9 INVENTARIO -----	25
1.9.2 HORARIO -----	26
1.9.4 MATRIZ DOFA -----	27
CAPITULO II -----	28
2. TITULO -----	28
2.2 OBJETIVO GENERAL -----	28
2.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS -----	28
2.4 DESSCRIPCION DEL PROBLEMAA -----	29
2.5 JUSTIFICACION -----	30
2.6 POBLACION -----	32
2.7 MARCO CONCEPTUAL -----	33
CAPITULO III -----	40
3.0 INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES -----	40
3.1 DISEÑO -----	40
3.1.1 SEMANA 1 -----	41
3.1.2 SEMANA 2 -----	44
3.1.3 SEMANA 3 -----	47
3.1.4 SEMANA 4 -----	50



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!



3.1.5 SEMANA 5	53
3.1.6 SEMANA 6	56
3.1.7 SEMANA 7	60
3.1.8 SEMANA 8	65
3.2 CARTILLA DIDACTICA	69
CAPITULO IV:	84
CAPITULO V: FORMATOS DE EVALUACION	85
5.1 AUTOEVALUACION	85
5.2 COEVALUACION	87
5.3 PLAN TEORICO PRÁCTICO INTEGRAL	89
5.4 NOTA DE LA PRACTICA INTEGRAL	90
CONCLUSIONES	91
BIBLIOGRAFIA	92
ANEXOS	94



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

OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO



La inducción a la práctica integral se realizó el día miércoles, 5 de febrero del 2020 a las 8:00 am, en el auditorio del rosario, donde se dio a conocer el acuerdo, derechos, deberes y otros aspectos importantes respecto a la práctica profesional.

Posteriormente se realizó en el departamento de educación física la distribución de las instituciones educativas, yo realice mi práctica profesional en zona rural, en el colegio CER LA LAGUNA, SILOS, Iniciando el 10 de febrero del año 2020 con el proceso de diagnóstico en la institución y seguidamente con las clases en general.



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 MARCO LEGAL

Según decreto 1075 de mayo 26 de 2015, en el libro 2, título 3, capítulo 1 sección 6 sobre “orientaciones curriculares y los aspectos pedagógicos para cada nivel (preescolar, básica y media) y los contenidos curriculares especiales y las orientaciones curriculares de los servicios educativos especiales, se hace necesario garantizar el mejoramiento continuo en la Institución Educativa, teniendo en cuenta que el educando es el centro del proceso educativo y lograr el cumplimiento de los fines de la educación definido en la ley 115 de 1994. - **Art. 20.** Objetivos generales de la educación básica:

C. El desarrollo de las habilidades comunicativas básicas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente en lengua castellana.

E. El desarrollo de los conocimientos matemáticos necesarios para mejorar y utilizar operaciones simples de cálculo y procedimientos lógicos elementales en diferentes situaciones, así como la capacidad para **SOLUCIONAR PROBLEMAS** que impliquen estos conocimientos.

- Art. 25. Funciones del rector

C. Promover el proceso continuo de mejoramiento de la calidad de la educación en el establecimiento educativo.



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!



1.3 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL

1. IDENTIFICACIÓN

Nombre completo del establecimiento:

COLEGIO CER LA LAGUNA

Municipio: SILOS

Departamento: NORTE DE SANTANDER

Nombre de la Rectora: Especialista: OSCAR EMIRO ROZO MARINEZ

Propiedad del terreno: ministerio de educación nacional

Sede Principal: Corregimiento LA LAGUNA

Número de sedes: 10

Fecha y acto administrativo de creación del PEI: noviembre de 1998 N° 0061

Correo electrónico: cerlagunasilos@hotmail.com

Sede principal: Corregimiento la laguna Vereda Monte Grande vía Pamplona-Bucaramanga

Jornada: Diurna – Mañana de 7:00a.m. - 1:00 p.m. Ámbito: Educación Formal.

Niveles: Preescolar, Básica primaria, Postprimaria. Proyecto Ser Humano

Nit: 900029690-3



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!



1.4 HORIZONTE INSTITUCIONAL

1.4.1 Misión.

El CER La Laguna forma de manera integral a los estudiantes del sector rural de la franja nororiental del municipio de Santo Domingo de Silos, aplicando el enfoque metodológico de la pedagogía activa, con perspectiva constructivista que responde a las necesidades del contexto y a través de mecanismos de inclusión que permiten formar seres humanos socialmente responsables, investigadores, competentes en las nuevas tecnologías y comprometidos con el desarrollo de la región, el respeto por las personas, la unidad familiar y el medio ambiente.

1.4.2 Visión.

El CER La Laguna hacia el año 2020 se consolidará como un Centro Educativo Rural reconocido por su compromiso permanente con la formación integral de sus estudiantes mediante estrategias pedagógicas activas, investigativas, inclusivas y tecnológicas acordes a las necesidades del contexto y el desarrollo comunitario local y regional.

1.4.3 Filosofía:

El CER La Laguna, apoyado en la Constitución Política y los principios básicos de la Escuela Nueva, pretende formar seres humanos autónomos, responsables y competentes que sean útiles a la comunidad y contribuyan con la construcción de una sociedad más justa y con el progreso el contexto en el que se desenvuelve.



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!



1.5 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES:

Nuestro Centro Educativo Rural La Laguna se fundamenta en los principios, fines y objetivos de la educación colombiana, el PEI está articulado en ejes fundamentales (Ley 1620 de 2013 y su decreto reglamentario 1965 del 2013. Pedagogía Activa)

- Ejercicio de la Democracia y la autonomía que se evidencia a través de la participación activa de los estudiantes de las 10 sedes en el gobierno escolar, basados en el respeto, la convivencia, la interrelación de la escuela con la comunidad, la solución de conflictos y el cumplimiento de los compromisos y acuerdos establecidos mediante el manual de convivencia,
- La recuperación y valoración de la propia identidad e individualidad que reconoce a cada estudiante como ser único e irrepetible, respetándole su propio ritmo de aprendizaje de tal manera que se propicie su desarrollo progresivo. Así mismo se promueve en el CER la prolongación de costumbres y tradiciones locales.
- Flexibilidad y apertura de nuevas estrategias, proyectos y programas de mejoramiento que ofrece el Ministerio de Educación Nacional que promueven el diseño y desarrollo de una propuesta pertinente a las necesidades locales, regionales y nacionales.
- La interacción diaria basada en procesos afectivos que fortalezcan el desarrollo emocional de los educandos y promuevan la convivencia pacífica y un clima escolar agradable.



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!



1.5.1 CREENCIAS

Los actores educativos del CER La Laguna estamos convencidos de que es necesario tener presente una serie de lineamientos y estructuras de pensamiento que sirven para explicarnos la realidad y preceden a la formación de valores para el fortalecimiento de nuestra labor educativa, entre estos tenemos los siguientes:

- Creemos que el trabajo cooperativo y colaborativo mejora el aprendizaje y los ambientes escolares.
- El aprendizaje de una segunda lengua posibilita la generación de competencias acordes a la globalización.
- El desarrollo de las competencias comunicativas facilita al educando el acceso al conocimiento y su interacción social.
- El uso de las TIC fortalece la investigación en el aula.

1.6 OBJETIVOS INSTITUCIONALES

- Resignificar el PEI del CER La Laguna acorde con el contexto, las nuevas tendencias pedagógicas, didácticas, investigativas y tecnológicas propendiendo por la calidad continua y sostenible de los procesos de enseñanza.
- Desarrollar en los estudiantes las competencias básicas y laborales con base en los referentes nacionales y adaptados al contexto local y regional.
- Optimizar los recursos humanos, físicos y financieros que llegan al centro educativo para apoyar las diferentes gestiones: (directiva, administrativa, pedagógica y comunitaria) contempladas en el PEI.
- Garantizar la atención a la diversidad dando participación a las diferentes instancias de la comunidad educativa y estableciendo planes de gestión de riesgo.



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!



1.61 PERFIL DE LOS DOCENTES

Los docentes del Centro Educativo Rural La Laguna evidencian sus capacidades y competencias de alto nivel científicos en cada una de las disciplinas en el área de su formación. En constante proceso de actualización y formación apoyando a sus estudiantes y promoviendo en ellos la creatividad y las competencias investigativas, empleando para ello diferentes estrategias y herramientas tecnológicas sin desatender su formación moral y afectiva.

1.6.2 PERFIL DEL ESTUDIANTE

En el CER La Laguna se pretende que el estudiante tome conciencia de su naturaleza y finalidad, participando activamente en su formación y desarrollo armónico como requisito para alcanzar una vida digna y feliz. Los estudiantes del Centro Educativo Rural la Laguna se formarán como personas con desarrollo afectivo, psicomotriz, cognoscitivo, con sentido crítico y analítico para seleccionar todo aquello que contribuya a fortalecer su voluntad, enriquecer su entendimiento, alcanzar su realización personal, familiar y social. En consecuencia, proyectarse responsablemente hacia el futuro, en las actividades laborales y sociales, como en todas aquellas que le proporcionen progreso personal.



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!



1.6.3 ORGANIZACIÓN

La organización institucional en el Centro Educativo se realiza en la primera semana de desarrollo institucional. Allí se elabora la planeación de las actividades a realizar durante todo el año escolar, teniendo en cuenta las diferentes gestiones que se requieren para la consecución de los objetivos, esto involucra el tipo de estructura organizativa del CER.

1.6.4 CALENDARIO ACADÉMICO.

En el Centro Educativo el Calendario Académico se realiza anualmente, teniendo en cuenta los lineamientos dados por el Ministerio de Educación Nacional y La Secretaría de Educación del Norte de Santander. Es sometido a aprobación por el consejo directivo del E.E. Se fundamenta en los Artículos 57, 58, 60 del Decreto 1860 de 1994 y tomando como base el Decreto 1075 de 2015



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!



1.7 MANUAL DE CONVIVENCIA.

El manual de convivencia se elaboró con base en la ley 1620 del 15 de marzo de 2013 y el decreto 1965 del 2013, ley 1098 del 2006 código de la infancia y adolescencia; y las sentencias de las altas cortes. Ha sido editado, socializado y entregado a cada estudiante y padres de familia. A través de su estudio y comprensión se promueve la concertación para la vivencia de los deberes y derechos humanos. Da oportunidad de

- Educarse, aprender a convivir, aprender a ser ciudadano.
- Corregir errores.
- Superar dificultades.
- Aprender a respetar y respetarse.
- Aprender a valorar y valorarse.
- Aprender a dialogar, a tolerar, a escuchar

Además, cada sede educativa cuenta con un pacto de aula (convivencia), construido participativamente. Es un estilo democrático que genera relaciones de negociación y acuerdos que busca construir un nuevo sentido, una nueva forma de proceder, una nueva forma de estar en relación con los otros. Pretende negociar y pactar mejores formas de relacionarse y resolver los conflictos. Su propósito es la regulación de las relaciones entre todos los miembros de la sede 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



ARTICULO 1 DERECHOS	ARTICULO 2 DEBERES
<p>1..A tener igualdad de oportunidades para los estudiantes mediante la no discriminación por razón de nacimiento, raza, sexo, capacidad económica, nivel social, convicciones políticas, morales o religiosas, así como por discapacidades físicas, sensoriales y síquicas, o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.</p> <p>2. Acceder al sistema educativo de manera fácil y gozando de garantías de permanencia.</p>	<p>1. Conocer y cumplir a cabalidad el presente Manual de Convivencia.</p> <p>2. Asistir a clase con una excelente presentación personal, entendiendo que hace parte de la salud ambiental y la higiene; para evitar el contagio de enfermedades y presencia de malos olores en el aula.</p> <p>3. Proveerse de los elementos indispensables para el desarrollo de las clases diarias.</p>
<p>3. Recibir una inducción para conocer la organización general de la institución</p> <p>Parágrafo 1: El embarazo y la maternidad no constituirán impedimento para ingresar y permanecer en la institución en cualquier nivel. Estos últimos deberán, además, otorgar las facilidades académicas y administrativas, para la permanencia de las estudiantes en el sistema educativo.</p>	<p>4. Asistir a clase con puntualidad y participar en las actividades orientadas al desarrollo de los planes de estudio.</p> <p>5. Cumplir y respetar los horarios aprobados para las jornadas escolares de cada nivel de enseñanza.</p>



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Artículo 9°. *Prevalencia de los derechos.* En todo acto, decisión o medida administrativa, judicial o de cualquier naturaleza que deba adoptarse en relación con los niños, las niñas y los adolescentes, prevalecerán los derechos de estos, en especial si existe conflicto entre sus derechos fundamentales con los de cualquier otra persona.

Artículo 26. *Derecho al debido proceso.* Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a que se les apliquen las garantías del debido proceso en todas las actuaciones administrativas y judiciales en que se encuentren involucrados.

Artículo 29. *Derecho al desarrollo integral en la primera infancia.* La primera infancia es la etapa del ciclo vital en la que se establecen las bases para el desarrollo cognitivo, emocional y social del ser humano.

Artículo 30. *Derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes.* Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, al juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural y las artes.

Parágrafo 1°. Para armonizar el ejercicio de este derecho con el desarrollo integral de los niños, las autoridades deberán diseñar mecanismos para prohibir el ingreso a establecimientos destinados a juegos de suerte y azar, venta de licores, cigarrillos o productos derivados del tabaco y que ofrezcan espectáculos con clasificación para mayores de edad.

Parágrafo 2°. Cuando sea permitido el ingreso a niños menores de 14 años a espectáculos y eventos públicos masivos, las autoridades deberán ordenar a los organizadores, la destinación especial de espacios adecuados para garantizar su seguridad personal.



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!



Artículo 31. Derecho a la participación de los niños, las niñas y los adolescentes. Para el ejercicio de los derechos y las libertades consagradas en este código los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a participar en las actividades que se realicen en la familia, las instituciones educativas, las asociaciones, los programas estatales, departamentales, distritales y municipales que sean de su interés.

Artículo 32. Derecho de asociación y reunión. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho de reunión y asociación con fines sociales, culturales, deportivos, recreativos, religiosos, políticos o de cualquier otra índole, sin más limitación que las que imponen la ley, las buenas costumbres, la salubridad física o mental y el bienestar del menor.

Artículo 43. Obligación ética fundamental de los establecimientos educativos. Las instituciones de educación primaria y secundaria, públicas y privadas, tendrán la obligación fundamental de garantizar a los niños, niñas y adolescentes el pleno respeto a su dignidad, vida, integridad física y moral dentro de la convivencia escolar.

Artículo 44. Obligaciones complementarias de las instituciones educativas. Los directivos y docentes de los establecimientos académicos y la comunidad educativa en general pondrán en marcha mecanismos para:

1. Comprobar la inscripción del registro civil de nacimiento.
2. Establecer la detección oportuna y el apoyo y la orientación en casos de malnutrición, maltrato, abandono, abuso sexual, violencia intrafamiliar, y explotación económica y laboral, las formas contemporáneas de servidumbre y esclavitud, incluidas las peores formas de trabajo infantil.
3. Proteger eficazmente a los niños, niñas y adolescentes contra toda forma de maltrato, agresión física o psicológica, humillación, discriminación o burla de parte de los demás compañeros o profesores.



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!



4. Reportar a las autoridades competentes, las situaciones de abuso, maltrato o peores formas de trabajo infantil detectadas en niños, niñas y adolescentes.

Artículo 45. *Prohibición de sanciones crueles, humillantes o degradantes.* Los directores y educadores de los centros públicos o privados de educación formal, no formal e informal, no podrán imponer sanciones que conlleven maltrato físico o psicológico de los estudiantes a su cargo, o adoptar medidas que de alguna manera afecten su dignidad. Así mismo, queda prohibida su inclusión bajo cualquier modalidad, en los manuales de convivencia escolar.

Artículo 46. *Obligaciones especiales del Sistema de Seguridad Social en Salud.* Son obligaciones especiales del Sistema de Seguridad Social en Salud para asegurar el derecho a la salud de los niños, las niñas y los adolescentes.



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

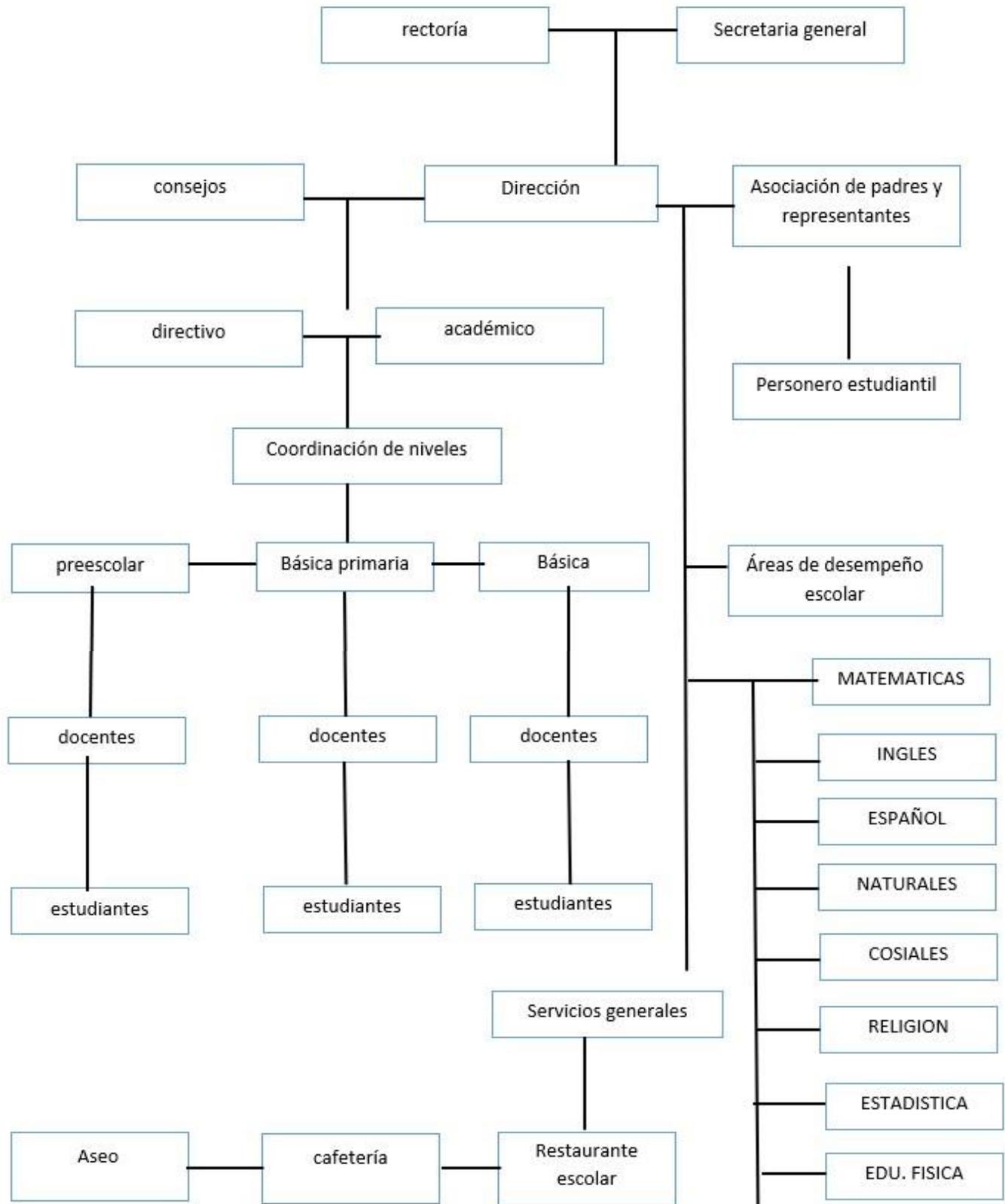


1.7.2 UNIFORMES:

PARA ALUMNOS	PARA ALUMNAS
<p>a) Un pantalón de tela lino azul marino b) una camisa de color blanco, de cuello sport extendido tipo polo, con orillos rojos y azul marino, con el escudo al lado izquierdo c) Medias de color azul marino, de largo normal d) zapatos negros lisos y de corte bajo. e) Correa negra</p>	<p>a) Una falda de tela azul lino marino b) una camisa de color blanco, de cuello sport extendido tipo polo, con orillos rojos y azul marino, con el escudo al lado izquierdo c) Medias de color azul marino, de largo normal d) zapatos negros lisos y de corte bajo. e) Correa negra</p>
UNIFORME DE GALA PARA ALUMNOS	UNIFORME DE GALA PARA ALUMNAS
<p>a) Un pantalón de tela lino azul marino b) una camisa de color blanco manga larga con el escudo al lado izquierdo c) Medias de color azul marino, de largo normal d) zapatos negros lisos y de corte bajo. e) Correa negra</p>	<p>a) Falda de uniforme de uso diario b) una camisa de color blanco con el escudo al lado izquierdo c) corbata azul marino d) medias de color azul marino de largo normal e) zapatos de uso diario color negro f) correa negra</p>
UNIFORME PARA EDUCACION FISICA ALUMNOS	UNIFORME PARA EDUCACION FISICA ALUMNAS
<p>a) Camiseta blanca tipo esqueleto b) pantaloneta negra con vivos laterales rojo y blanco c) una sudadera de color rojo y negro; compuesta por un buzo de color rojo tipo polo, un pantalón largo de color negro, con vivos laterales rojo y blanco, con resorte en la pretina d) medias blancas largas e) tenis de color blanco</p>	<p>a) Camiseta blanca tipo esqueleto b) pantaloneta negra con vivos laterales rojo y blanco c) una sudadera de color rojo y negro; compuesta por un buzo de color rojo tipo polo, un pantalón largo de color negro, con vivos laterales rojo y blanco, con resorte en la pretina d) medias blancas largas e) tenis de color blanco</p>



1.7.3 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.8 SIMBOLOS INSTITUCIONALES

1.8.1 HIMNO

CORO

Con la frente muy en alto
Y el corazón rebosante
Cantamos al CER la laguna Nuestro himno palpitante

Gracia aquellas personas
Todas de buen corazón
Con trabajo y entusiasmo
Hicieron salón por salón
Con un futuro mejor
Se construyeron escuelas
Que hoy son nuestro gran honor

Coro
Con la frente...
Desde la hermosa antala
Hasta la sede central
Los hijos de esta tierra En las escuelas están.
Y que perduren por siempre
Es nuestra gran ilusión
A donde quiera que vaya Llenaran mi corazón.



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!



1.8.2 ESCUDO



Este escudo fue diseñado por el estudiante Oscar vera rico y el docente Jorge Luis torres en 2006 y el consejo directivo lo adopta el 24 de julio del mismo año.

Significado: en la parte externa se encuentran las palabras "convivencia, democracia, estudio y producción" en las cuales encierra todo lo que es el CER

En su interior se encuentra la imagen de unas montañas las cuales hacen referencia al páramo en donde habitamos. Los frailejones, fauna representativa de este piso térmico, la escuelita símbolo de la escuela nueva, en su interior 10 niños, que hacen significa los diez grados de la educación básica y los cantaros o cantinas, símbolo de la producción del CER que se basa en los derivados lácteos.



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!



1.8.3 BANDERA



La bandera tiene los colores de la insignia de norte de Santander, símbolo del carácter de las personas de norte de Santander, referencia de nuestro sentido de pertenencia y en el centro se ubica el escudo del CER



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!



1.9 INVENTARIO

SEDE	NÚMERO DE AULAS	NÚMERO DE DOCENTES	ESCENARIOS DEPORTIVOS	RECURSOS DIDÁCTICOS Y TECNOLÓGICOS
SEDE PRINCIPAL LAGUNA	4	6	0	COMPUTADORES DE ESCRITORIO 4 PORTATILES TELEVISORES 3 VIDEO BEAM 1 TABLEROS DIGITALES. TEXTOS ENTRETEXTOS TEXTOS PREST COLECCIÓN SEMILLA COLECCIÓN LECTORES SALUDABLES

NOTA: La sede principal no cuenta con recursos deportivos de ninguna índole.



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!



1.9.1 HORARIO

hora	jueves	curso	viernes	curso
1	Educación física (2-3)		Educación física (8)	
2	Educación física (2-3)		Educación física (8)	
3	Educación física (0-1)		Educación física (7)	
4	Educación física (0-1)		Educación física (7)	
5	Educación física (4-5)		Educación física (6-9)	
6	Educación física (4-5)		Educación física (6-9)	



SC-CER96940



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

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



1.9.3 MATRIZ DOFA

DEBILIDADES	OPORTUNIDADES	FORTALEZAS	AMENAZAS
Falta de un ente especialista en atenciones a la infancia y adolescencia (psicólogo)	El colegio cuenta con zona wifi gratuita, brindando nuevas oportunidades de estudio.	Existe un horizonte institucional claro y definido.	El escenario deportivo queda aislado del colegio, colocando en riesgo a los niños ya que se tiene que pasar la carretera nacional.
Falta de material deportivo para las clases de educación física y diferentes actividades recreativas.	La vinculación de la institución con la Universidad de Pamplona.	El colegio cuenta con acceso a restaurante escolar brindando de esta manera ayudas a las familias más vulnerables.	La mayoría de familias son de estratos 1 y 2 por consiguiente, no poseen los medios necesarios para fortalecer la formación en el hogar.
No existe una planta física adecuada para la organización educativa necesaria.	Transporte escolar gratuito para estudiantes de las zonas más lejanas.	La estación de policía queda cerca al colegio brindando de esta Manera seguridad al colegio.	



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO II

PROPUESTA PEDAGOGICA

2.1 TITULO

EL FUTBOL DE SALÓN COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA, PARA FORTALECER LA COORDINACIÓN Y LA CONCENTRACIÓN EN LOS CURSOS 7 Y 8 DEL COLEGIO CER LA LAGUNA

2.2 OBJETIVO GENERAL

Fortalecer la coordinación de los estudiantes de los cursos 7 y 8 por medio de juegos que evidencien la práctica del futbol sala como estrategia didáctica

2.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Aplicar actividades sicomotrices que permitan mejorar las capacidades básicas del futbol sala en los estudiantes de los cursos 7 y 8 del colegio CER LA LAGUNA
- Practicar de manera acorde la fundamentación básica del futbol sala por medio de estrategias ludicopedagogicas que fortalezcan coordinación y aprendizaje del mismo
- Estimular la capacidad de adaptación hacia nuevos movimientos a través de juegos motrices fortaleciendo de esta manera su plasticidad cerebral y corporal
- Desarrollar movimientos básicos y complejos propios del futbol de salón mejorando su capacidad de ubicación y movimiento dentro del terreno de juego de los estudiantes de los cursos 7 y 8 del colegio SER LA LAGUNA.



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

Según las sesiones de diagnóstico y de trabajo de adaptación con los estudiantes de 7 y 8 grado del colegio CER LA LAGUNA, se pudo observar en su jornada estudiantil en lo referente al área de educación física algunas falencias de tipo coordinativo y de concentración lo que limitó el proceso de enseñanza.

Cabe resaltar que los estudiantes tienen un buen comportamiento y tolerancia hacia al deporte lo que facilitó el trabajo armonioso y una buena interacción entre docente ayudando de esta manera el proceso de enseñanza-aprendizaje lo que por ende, nos lleva a enfocarnos en el déficit de coordinación y concentración al momento de realizar un gesto técnico, movimiento o actividad. Por lo cual, se tomó como estrategia didáctica para el fortalecimiento de estas capacidades el deporte fútbol de salón, ya que en su mayoría los estudiantes le tiene un gran apego y gusto por la práctica del mismo, teniendo en cuenta que es un deporte de conjunto el cual se juega con pelota nos puede aportar gran apoyo al proceso de fortalecimiento de las diferentes capacidades motrices, al mismo tiempo que se promueve el trabajo en equipo e integro, ayudando de esta manera a una sana convivencia entre los alumnos.

Sin embargo, debemos de tener en cuenta que cada persona es autónoma de su conocimiento y de la forma en la cual lo quiere lo que en pocas palabras y en la rama del deporte se traduce a que todos los individuos tienen diferentes capacidades para realizar un movimiento mostrándonos que algunos se le facilitó más la coordinación de un gesto técnico que a otros, ya sean por factores morfológicos o psicológicos. No obstante, la educación física nos brinda la oportunidad de mejorar y fortalecer estas capacidades que de una u otra forma están presentes en la vida cotidiana.

*“Y en cuanto a la genética y a las habilidades, está claro que algunos nacen con un talento innato, pero si ese talento no se ejercita y no se trabaja, de nada sirve. No es cuestión de aptitud, **es cuestión de actitud** que logremos alcanzar nuestros objetivos” (Andrades, 2014)*



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!



2.5 JUSTIFICACIÓN.

El ser humano desde sus inicios trae consigo una gran cantidad de habilidades guiada por sus instintos los cual le ha permitido sobrevivir a lo largo de la historia dichas habilidades se han perfeccionado volviéndose inherentes al individuo los cual lo dota de capacidades para enfrentar diferentes adversidades que se le presenten ya sean de tipo cognitivo o físico, estas habilidades sea han venido perdiendo debido a la falta de practica y de actividad física lo que en la actualidad se traduce al sedentarismo en edades tempranas, y una de las mayores causas es la tecnología cada día son más niños los que prefieren estar entretenidos con una pantalla, que realizar algún tipo de actividad física ya sea juego o practicar algún deporte, por ende se empieza a perder la capacidad para ejecutar habilidades simples, como correr, saltar, lanzar, trepar etc., las cuales hacen parte del ser humano y como se mencionó anteriormente son inherentes solo que se han dejado de un lado por cualquier motivo que fomente el sedentarismo, lo cual es un gran problema para la población ya que la falta de actividad física puede ocasionar problemas de salud que van desde leves a graves, y si a esto le sumamos unos malos hábitos de alimentación, lo problemas de salud a nivel cardiovascular aumentaran cada día más, y es justo acá donde entre la educación física buscando recuperar todas estas costumbres perdidas.

“todas las capacidades físicas actúan como sumandos de un todo integral que es el sujeto y se manifiestan en su totalidad en cualquier movimiento físico-deportivo. En este sentido, las capacidades físicas básicas se van a caracterizar por:

- *La estrecha relación que mantienen con la técnica o habilidad motriz.*
- *Requieren procesos metabólicos.*
- *Hacen intervenir grupos musculares importantes.*
- *Determinan la condición física del sujeto.” (Rivera, 2009)*

Eh aquí la importancia de un buen educador físico el cual fomente el amor y el goce hacia el deporte y la actividad fisca, un ente motivante que cambie la mentalidad sedentaria por una más activa, un guía que busque mejorar las diferentes capacidades y destrezas al momento de ejecutar una acción porque en eso consiste



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 educación física en fortalecer la coordinación entre cuerpo y mente buscando siempre las mejores estrategias que faciliten el desarrollo de esta propuesta.

Por otra parte, el fútbol de salón es una buena opción, ya que es un deporte de conjunto lo que permite y fomenta el trabajo en equipo al mismo tiempo que fortalece sus capacidades básicas individuales.

Además es un deporte el cual en esta zona genera mucho entusiasmo y goce por parte de los que lo practican teniendo en cuenta que es el único deporte que se puede practicar adaptando la mayoría de sus reglas debido a que solo existe este tipo de escenario (cancha de fútbol de salón) limitando de esta manera la práctica de otros deportes como el voleibol y el baloncesto por falta de escenarios y material de práctica como balones y otros implementos, lo que nos deja como opción el fútbol sala, lo cual lo podemos mezclar con juegos que estimulen su motricidad, dirigidos propiamente a este deporte, de esta manera trabajaremos su fundamentación básica como; remate conducción, desplazamiento, recepción, pase, etc. lo que implica un gran nivel de coordinación y concentración ya que se tiene que estar pendiente de sus propios movimientos al mismo tiempo que tendrá que tener visión para el resto del equipo, de esta manera se estimularan todas sus habilidades



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!



2.6 POBLACION

La población a la cual está dirigida esta propuesta son a estudiantes del grado 7 y 8 de colegio CER LA LAGUNA, del municipio de Silos las edades y el género de cada niño se presentan en la siguiente grafica

Curso	Niñas	Niños	Total	Edad promedio
7	13	4	17	12 -17 años
8	6	6	12	12- 16 años
Total			29	



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.

HISTORIA DEL fútbol de salón

La creación de este deporte se remonta al Uruguay de los años 1930 y se lo conoce deportivamente como FUTSAL desde 1956. Este nombre se utilizó oficialmente en el Mundial de 1982 en España, organizado en ese entonces por FIFUSA (Federación de Fútbol Sala), época en que la selección de Uruguay había ganado el campeonato del mundo y la medalla de oro en los Juegos Olímpicos, viviéndose en todo el país una auténtica locura por el fútbol. El fútbol de salón nace de varios deportes: balonmano, baloncesto, waterpolo y fútbol.

En las calles de Montevideo, los niños jugaban al fútbol en campos de baloncesto, debido a la falta de campos libres. Por ello, el profesor Juan Carlos Ceriani, profesor de la Asociación Cristiana de Jóvenes (A.C.J.) de Montevideo, decidió plantear unas normas que adaptaran el deporte del fútbol a un espacio de dimensiones reducidas, habitualmente destinado a la práctica de otros deportes y de superficie dura. Se basó en el waterpolo, balonmano, y baloncesto para redactar las primeras reglas de un nuevo deporte. Algunas de las que se adoptaron fueron: cinco jugadores en el campo (baloncesto), duración del partido de 40 minutos (baloncesto), aunque un partido de baloncesto dura una hora, un balón que rebotara poco, porterías pequeñas (balonmano), medidas del campo (balonmano) y reglamentación relacionada con los porteros (waterpolo).

Inicialmente se le llamó "fútbol de salón" y causó sensación en Uruguay, pasando posteriormente a Chile, Brasil, Paraguay, Argentina, Perú y de allí a España y al resto del mundo.

En 1965, se creó la Confederación Sudamericana de Fútbol de Salón, primera organización internacional del deporte. Ese año también se disputó el primer campeonato sudamericano de selecciones.

La Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA), fue fundada en 1971 en Saó Paulo, Brasil. Esta organización realizó en 1982 el primer mundial del deporte, y posteriormente otros seis más. La FIFUSA se mantuvo como organización independiente hasta su disolución en el año 2002.



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!



Ante la prohibición de la FIFA de utilizar la palabra "fútbol", se decidió adoptar el término Futsal (que en castellano y portugués es una contracción de fútbol y salón), en el congreso de la FIFUSA de 1985.

En el año 1990 las federaciones sudamericanas y del resto del continente formaron la Confederación Panamericana de Futsal (PANAFUTSAL). Esta organización, ya separada de la FIFUSA, firmó en el año 2000 una carta de intención con la FIFA para integrarse a la misma. Sin embargo, el acuerdo no prosperó y los miembros de la PANAFUTSAL crearon una nueva asociación del deporte a la que se unieron las federaciones nacionales de otros continentes.

En diciembre del 2002 se fundó la Asociación Mundial de Futsal (AMF), integrada por las federaciones exmiembros de la FIFUSA (anterior organización). (monografias.com, s.f.)

HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON EN COLOMBIA

Posteriormente, al borde de los años 60, en el cono sur se difunde profusamente en Misiones, Corrientes y Formosa, y de esta manera se populariza en la Argentina en muy corto tiempo, sobre todo por los resonantes éxitos obtenidos por sus vecinos en enero de 1965, cuando Paraguay se corona campeón del primer suramericano celebrado en Asunción. De allí viaja a Portugal y se extiende por el continente del viejo mundo, mientras en América sigue su expansión veloz por todos los países, llegando a las fronteras colombianas en la misma década de los años 60, época en que el señor Santiago "Morocho" Morales, hace un intento por afianzarlo en nuestro suelo, pero que fracasa debido al empuje que presentaba otro deporte balón - pédico más pequeño llamado "banquitas".

Sin embargo, poco tiempo después un personaje apodado "El Pantalónudo", amante del Fútbol y dedicado a él, toma por suyo el desarrollo del FUTSAL en Colombia, y hasta terminar el siglo, desde el año de 1966, cuando lo crea, le dedica su vida con tal de extenderlo por todo el país, hecho que logra al llegar a la Federación, la cual preside desde sus inicios, el 8 de Noviembre de 1974, fecha de creación de la Federación con un total de 26 ligas y 3 comité pro-liga, a pesar de los



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!



ataques de los futbolistas, quienes en todo Colombia tildaban a este deporte como el "antifútbol", llegando a decir, inclusive, que esta disciplina iba a acabar con el Fútbol.

En 1967 el Instituto de los Seguros Sociales, en la ciudad de Bogotá, le da el impulso definitivo al Futsal, al organizar un evento con la participación de 597 equipos, récord imaginado para la época, que marcó además el comienzo ulterior del campeonato Interbarrios en Bogotá y que sirvió para que el 20 de agosto de 1973 se creara la primera liga de Colombia, como lo fue la de Bogotá.

Con este despegue, hacia 1983 aparece también el primer Reglamento que se publicó en español con origen en algunos trabajos ya elaborados y de la traducción hecha del portugués por el Ingeniero Albano Ariza.

El nacimiento de las ligas es rápido, y sirve para que apenas en el año de 1974 se funde la Federación Colombiana de Fútbol de Salón, que hoy en día cuenta con el reconocimiento de los entes del deporte correspondientes y figura en Los Juegos Deportivos Nacionales.

Actualmente el Fútbol de Salón alcanza una gran madurez en sus aspectos de popularidad, afición, sistemas de juego y figuras deportivas. Termina el siglo con algunos intentos de semiprofesionalización, y se cree que en los comienzos del siglo XXI pueda haber equipos profesionales y torneos de esta categoría, hecho que no se ha podido dar debido a la recesión económica que afectó al país el fin de siglo.

No obstante, el FUTSAL ha tenido enemigos en Colombia. Como consecuencia, hoy se presenta un movimiento en torno a la Federación de Fútbol, para acabar con el Fútbol de Salón que una vez atacaron, pero esta vez es para apropiárselo, reviviéndolo dentro de sus estatutos, con el nombre de Fútbol Sala, hecho contradictorio para quienes lo atacaron cuando se inició en Colombia, y una vez comprobado que podría tener éxito, ahora intentan ser sus amos, lamentablemente con el apoyo de estamentos que, a pesar de ver el robo, lo esconden en lo más mínimo de las normas, en lo más delgado de las leyes, como COLDEPORTES y el COC.



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!



A pesar de estas circunstancias, la FEDEFUTSAL ha seguido con su trabajo honesto y de buenos resultados, como se ve en las participaciones de Colombia en el concierto internacional, que han sido buenas, como lo demuestran los primeros lugares en los años 1990 y 1993 en los III y IV Panamericanos, el segundo lugar en el V Panamericano celebrado en Bogotá en 1996, Segundo puesto en 1998 en el XXI Suramericano de interclubes; Primer lugar en el Campeonato Sudamericano Juvenil en 1998 en Argentina, primer lugar en 1993 en el primer semiprofesional Copa Doria Promasa, jugado en Bogotá, subcampeonato en el V Mundial de 1994 en Argentina, para rematar con broche de oro CAMPEONES el VII Campeonato Mundial del año 2000, en Bolivia, donde el equipo local ocupó el subcampeonato y Argentina y Rusia les siguieron. Honor que ratifica tres años después, en 2003, cuando nuevamente disputa la final mundial en Paraguay y se queda Colombia con el subcampeonato. Todas estas buenas presentaciones, sumadas a otras actuaciones igualmente destacadas, son un saldo a favor de Jaime Arroyave y gratificantes para quienes se han vinculado de corazón o alguna vez han participado de esta disciplina. (HISTORIA FUTSAL, s.f.)

BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Realizar actividad física constantemente trae consigo una gran cantidad de beneficios que aportan al buen funcionamiento del organismo estos beneficios van desde psicológicos físicos y emocionales, por una parte al momento de realizar ejercicio se secretan hormonas la cuales influyen en el estado de ánimo de las personas, como bien sabemos el cortisol es conocido como la hormona del estrés lo que trae problemas en el estado de la persona, ya sea que se ponga de mal humor o empiece a tener ansiedad, durante el ejercicio esta hormona limita su producción lo que hace que se sienta mas alegre, ya que se empieza a segregar endorfinas, oxitocina, dopamina y otras hormonas que normalmente influyen en el estado de felicidad de un ser.

“La principal función del cortisol es estimular la disponibilidad de energía a través de la degradación de proteínas mediante un proceso llamado gluconeogénesis, metabolizar el glucógeno y las grasas para aumentar los



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!



niveles de glucosa en sangre. Esta hormona trabaja en contra de la insulina que, por el contrario, trata de disminuir los niveles de glucosa en sangre, pero cuando hay una liberación permanente de cortisol, se elevan los niveles de glucosa en sangre, lo cual estimula la producción de insulina para tratar de estabilizarla. Si ambos permanecen elevados, esto podría ocasionar resistencia a la insulina y posteriormente diabetes". (Cardozo, 2016)

Por otra parte, la práctica de un deporte trae beneficios de salud, fortaleciendo los diferentes sistemas como cardiovascular, y respiratorio, circulatorio, al mismo tiempo que trae gran cantidad de beneficios a la estética.

CAPACIDADES QUE SE ESTIMULARAN DURANTE LA PRÁCTICA DE ESTE DEPORTE

FUERZA: La fuerza como capacidad física básica se define como la capacidad de generar tensión intramuscular frente a una resistencia, independientemente de que se genere o no movimiento. (Educación física plus, s.f.)

RESISTENCIA Definimos resistencia como la capacidad psicofísica de la persona para resistir a la fatiga. En otros términos, entendemos por resistencia la capacidad de mantener un esfuerzo de forma eficaz durante el mayor tiempo posible. (Educación física plus, s.f.)

COORDINACION Es la capacidad para utilizar los sentidos, destacando la visión y la audición, unido al movimiento y las diferentes partes del cuerpo, y así poder desarrollar los movimientos con precisión y suavidad.

CONCENTRACION La capacidad para centrar la atención en estímulo seleccionado (concentración). La concentración implica la capacidad para enfocarse por completo en el momento presente, por ejemplo, de una competición, y centrar la atención en el estímulo relevante dejando de lado el irrelevante. (BioDic, s.f.)



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!



FUNDAMENTOS DEL FUTBOL DE SALÓN

El fútbol de salón es un deporte de conjunto en el cual compite dos equipos de 5 jugadores cada uno, don su principal objetivo es anotar gol en la portería contraria para ello se basa en una serie de movimientos que permiten la fluidez del juego.

El pase

Es la acción de entregar el balón a otro jugador con la mayor precisión posible. Estos pases pueden ser cortos, medios o largos dependiendo la distancia entre cada jugador.

La recepción

Es otra de las acciones más utilizadas y esenciales en el fútbol de salón, su objetivo es recibir el balón y controlarlo adecuadamente para tener el poder sobre el objeto. Dicha acción permite la continuidad del juego de manera ágil y abre la posibilidad a una operación posterior por parte del jugador.

Conducción

Es uno de los gestos de mayor importancia en el fútbol de salón y que define la buena técnica de quien lo practica, ya que es la base para dominar el equilibrio del cuerpo, el pase, la suavidad del toque y el tiro del balón. Es ideal mantener un buen control de la pelota en los pies y una visión del juego para darle el uso adecuado al mismo.

El regate

Un fundamento esencial y desequilibrador en el fútbol de salón, ya que se utiliza para superar a uno o más adversarios sin perder el dominio del balón.

Tiro a portería

Concierne con la acción de golpear el balón con cualquiera de las superficies de contacto permitidas, en dirección al arco y con el propósito de hacer gol. Existe una gran variedad de opciones que el jugador puede tener en cuenta a la hora de hacer



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!



un remate en el fútbol de salón: con la punta del pié, con el borde interno, con el empeine, con el tacón y con la cabeza.

Los amagues o engaños

Le permiten al jugador engañar a los adversarios a través de técnicas de buena conducción, agilidad, velocidad y una adecuada coordinación del cuerpo. (futbol red, s.f.)



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



CAPITULO III

3.0 INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 DISEÑO

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES						
SEMANAS	SEM ANA 1	SEMANA 2	SEM AN A 3	SEMANA 4	SEMANA 5	SEMANA 6
HORAS	2	2	2	2	2	2
ACTIVIDADES						
PASE Y RECEPCION	✓					
REFUERZO DE PASE Y RECEPCION		✓				
CONDUCCION			✓			
REFUERZO DE CONDUCCION				✓		
REMATE					✓	
REFUERZO						





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



DE REAMTE						✓
SISTEMAS DEFENSIVOS TACTICA DE JUEGO.					✓	✓
TACTICA DE JUEGO						✓

SEMANA 1 PASE Y RECEPCION

Materiales	<ul style="list-style-type: none"> • Balones • Conos • actitud
Intensidad	Entre el 70 y 80% de sus capacidades



SC-CER96940

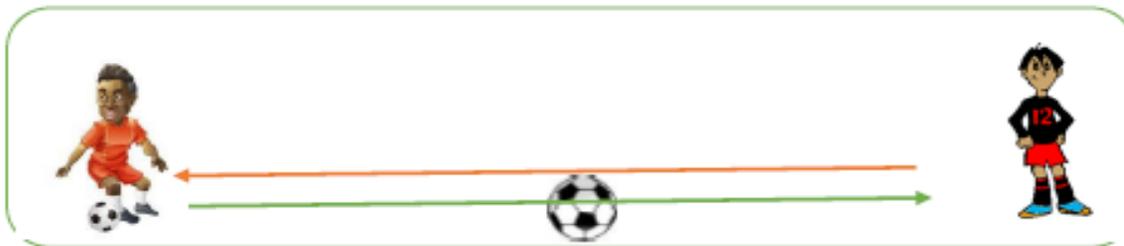


"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

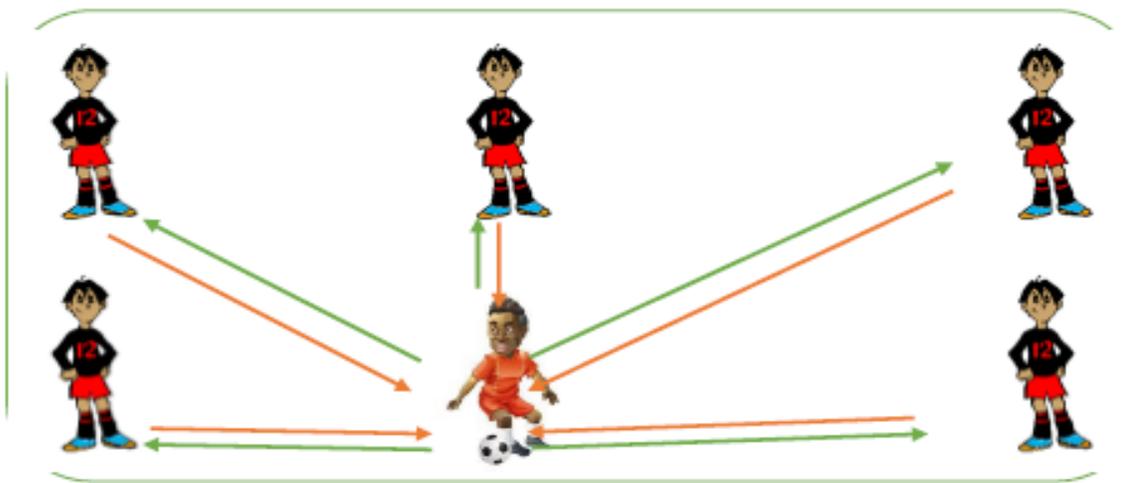
Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
PASE Y RECEPCION	<ul style="list-style-type: none"> TITULO: controla tus pases En parejas, cada pareja con un balón ubicados las líneas paralelas uno frente al otro, empezaran a pasarse el balón, con borde interno y recepcionando con el mismo

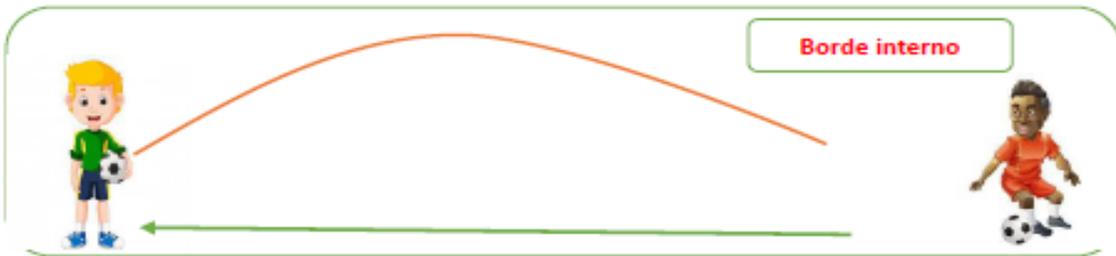


AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
PASE Y RECEPCION	<ul style="list-style-type: none"> TITULO: Reacciona rápido En grupos de 5 personas, se ubicarán en forma de círculo y uno de ellos pasara al centro, los demás compañeros le pasarán el balón con borde interno y este recepciona con la planta del pie y pasar al siguiente jugador del círculo con el borde externo, el balón rotara igual a las manecillas del reloj.





AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
PASE Y RECEPCION	<ul style="list-style-type: none"> TITULO: balón aéreo En parejas, cada pareja con un balón se ubica frente a frente, un compañero lanza el balón con las manos y el otro compañero recepciona con el muslo, deja que el balón llegue al piso domina y pasa con borde interno, luego el otro compañero realizara el mismo trabajo.



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
PASE Y RECEPCION	<ul style="list-style-type: none"> TITULO: cambio de laterales En parejas, cada pareja con balón y compañero lanzara el balón con las manos y el otro hará la ejecución, ubicados entre dos conos que estarán situados a cada lado de sus extremos, se desplazara lateralmente hacia un cono realizara skiping, y luego recepciona el balón que el compañero lanzara, ejecuta pase con la pierna q le corresponde según el lateral, ya sea derecha o izquierda.





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SEMANA 2 REFUERZO DE PASE Y RECEPCION

MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">• Balones• Conos• actitud
INTENSIDAD	Entre el 70 y 80% de sus capacidades



SC-CER96940

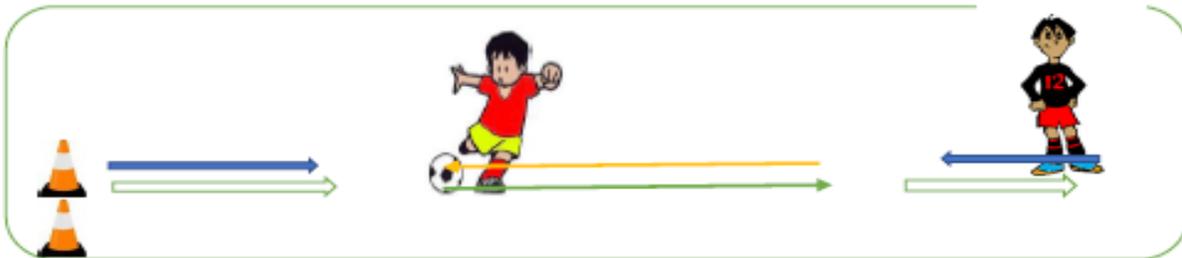


"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

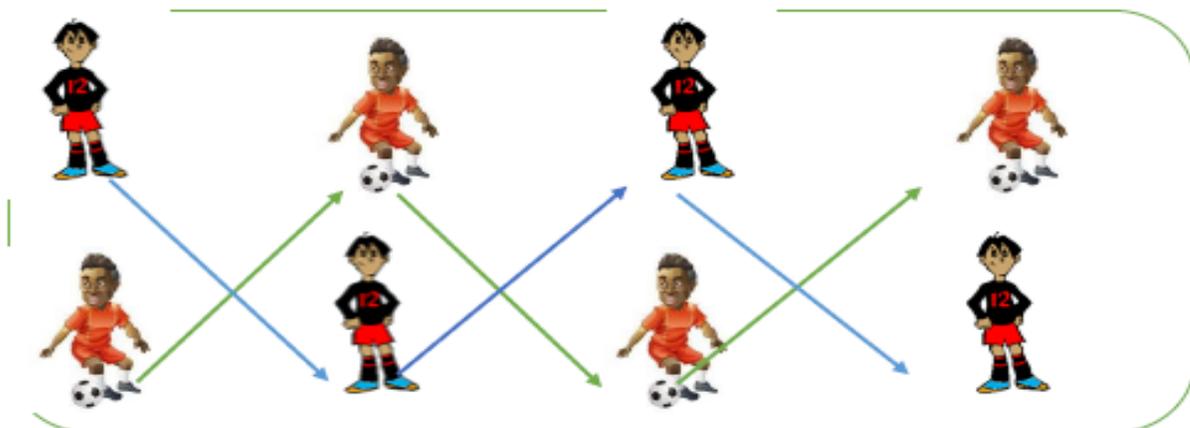
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REFUERZO DE PASE Y RECEPCION	<ul style="list-style-type: none"> TÍTULO: no lo detengas En parejas ubicados frente a frente, el primer compañero realiza un pase y el siguiente lo devuelve si necesidad de recepcionar, mejorando de esta manera su precisión luego el siguiente compañero ejecuta la misma acción. Realiza el pase e ira corriendo toca un cono que está ubicado detrás de él y vuelve rápidamente para realizar el siguiente pase.

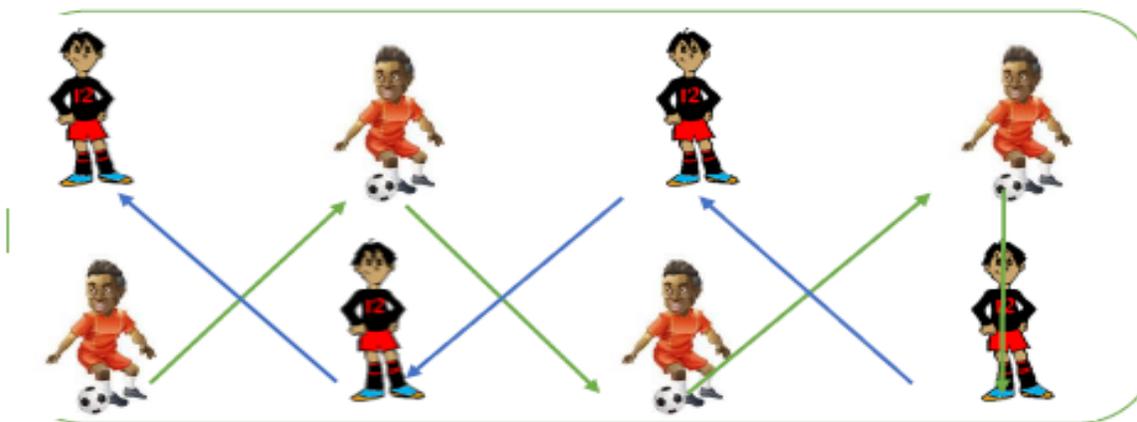


AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REFUERZO DE PASE Y RECEPCION	<ul style="list-style-type: none"> TITULO: zic-zac Se realiza la primer actividad d esta sesión (zic zac) pero esta vez se hará solo con pase es decir el balón será tocado solo una vez por cada compañero

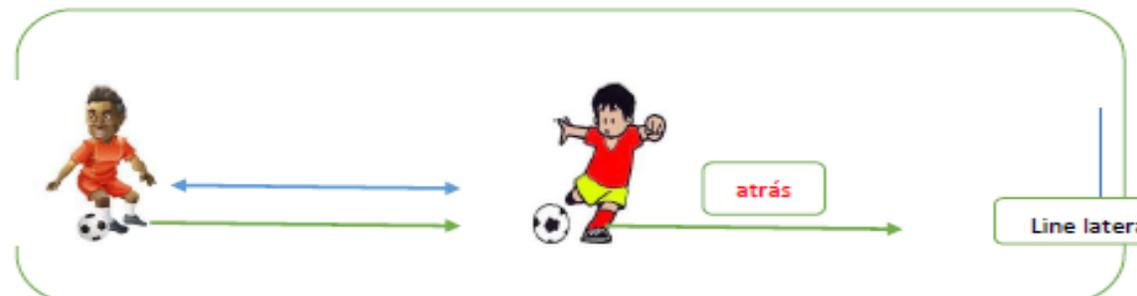




AREA	DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA
REFUERZO DE PASE Y RECEPCIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • TÍTULO- Zic- zac • Se ubican en parejas un frente al otro, y empezaran a pasar los balones en forma de zic zac, de forma rápida y ordenada, es decir recepciona y rápidamente ejecuta pasa al siguiente compañero y así hasta pasar por todo el grupo



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA
REFUERZO DE PASE Y RECEPCIÓN	<ul style="list-style-type: none"> • TÍTULO: persigue • en parejas, ubicados frente a frente, se desplazarán hacia atrás y hacia adelante hasta llegar a las líneas laterales de la cancha ejecutando pase y recepción, harán el mismo trabajo de regreso.





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SEMANA 3 CONDUCCION

MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">• Balones• Conos• actitud
INTENSIDAD	Entre el 70 y 80% de sus capacidades



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

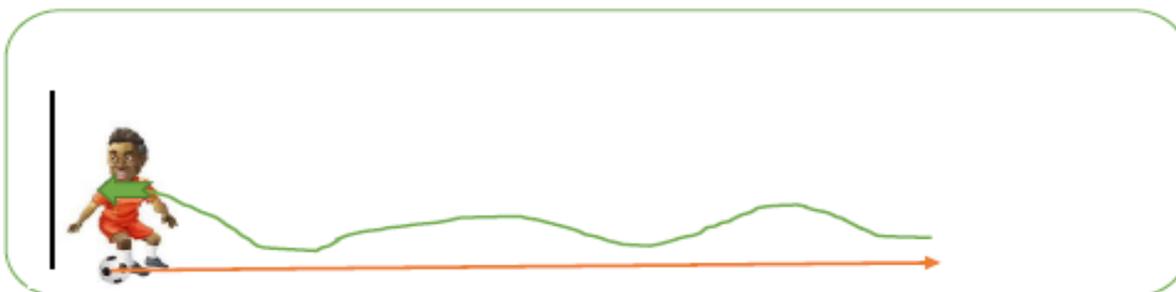


ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

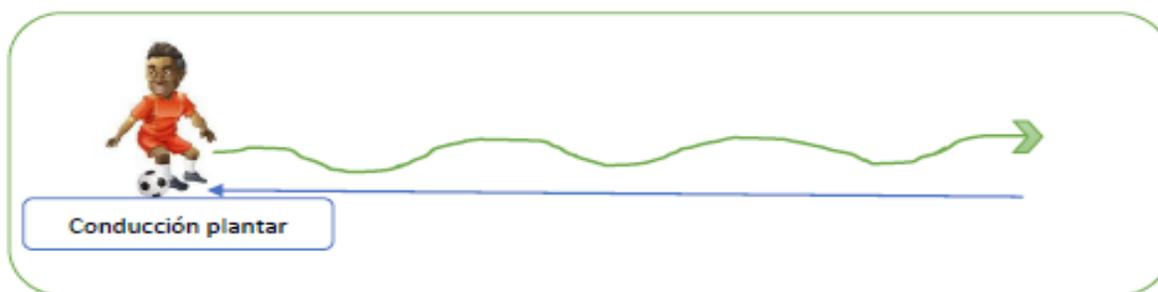
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
conducción	<ul style="list-style-type: none"> • TITULO: conducción libre • Cada estudiante realizara conducción del balón hasta la mitad de la cancha, de manera libre llevándolo y regresándolo de la manera que él quiera, lo que se busca con esta actividad es observar la habilidad que tiene para conducir el balón.



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
conducción	<ul style="list-style-type: none"> • TITULO: conducción plantar • Cada estudiante conducirá el balón hasta la mitad de la cancha, pero con la planta del pie, de regreso lo hará de la misma manera, pero de espaldas



SC-CER96940



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

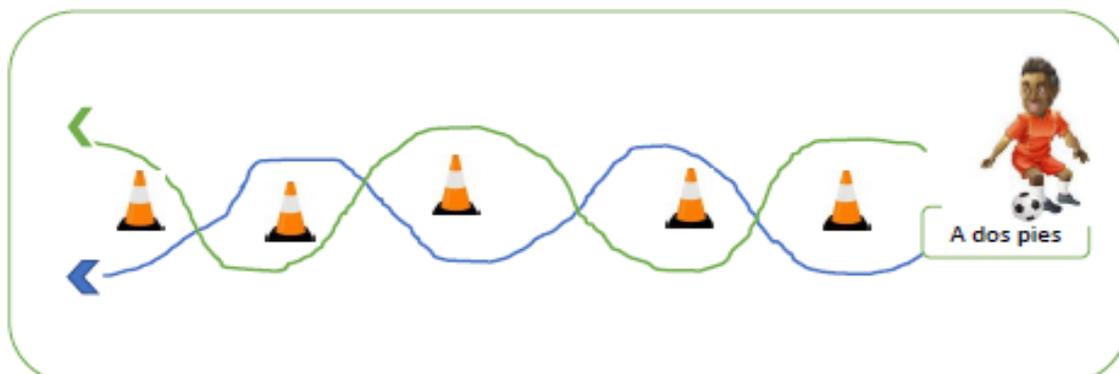
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
conducción	<ul style="list-style-type: none"> • Título: conducción en zic zac • Se colocarán una serie de conos a una distancia de 2 metros aproximadamente el estudiante deberá conducir en forma de zic zac, este movimiento se ejecutará solo con un pie y luego con el otro de regreso, de esta manera se dificultará más la conducción del balón



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
conducción	<ul style="list-style-type: none"> • TÍTULO: conducción a dos pies • Se ejecutará el ejercicio anterior, pero en este caso se conducirá el balón con los dos pies efectuando un toque con un pie y luego con el otro sin tocar los conos de esta manera se observará la capacidad de reacción de coordinación al mismo tiempo que se fortalecerá, el objetivo consiste en no tocar el balón dos veces con el mismo pie.





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SEMANA 4 REFUERZO DE LA TECNICA DE CONDUCCION

MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">• Balones• Conos• actitud
INTENSIDAD	Entre el 70 y 80% de sus capacidades



SC-CER96940



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

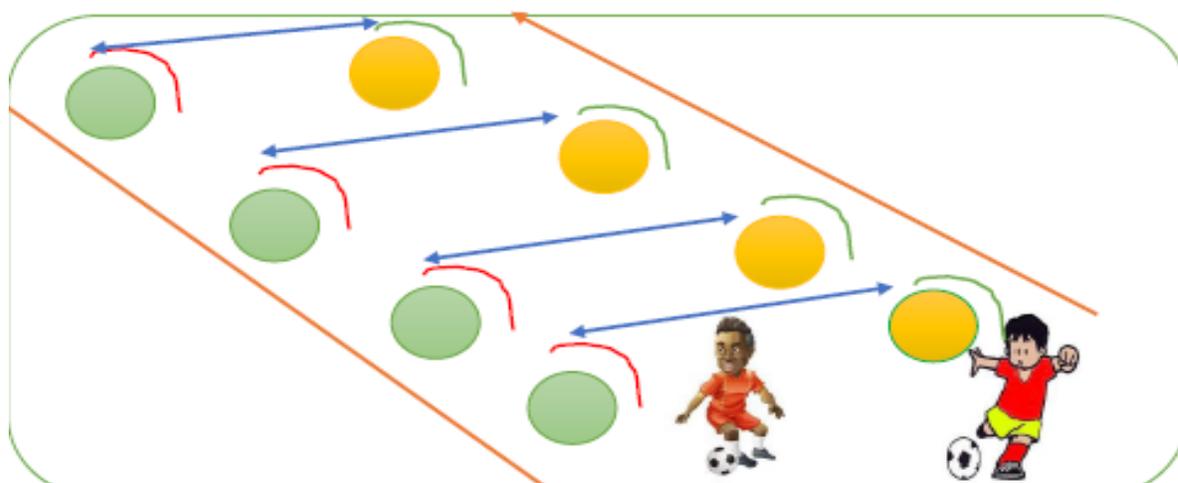
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REFUERZO DE LA TECNICA DE CONDUCCION Y PASE	<ul style="list-style-type: none"> • TITULO: salta • En esta actividad se realizará un circuito individual el cual consiste en: conducir el balón entre los conos seguidamente de levantar el balón por encima de un bastón que estará ubicado a una altura determinada, serán tres levantamientos, terminar y pasar a la fila.



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REFUERZO DE LA TECNICA DE CONDUCCION Y PASE	<ul style="list-style-type: none"> • TITULO: salta los aros • En parejas y dos balones, Se realizará una conducción libre cada vez que se encuentren un aro deberán pasar con el balón entre las piernas, cada vez que pasen un aro intercambiarán el balón por medio de un pase, y así hasta terminar los aros, en el terreno de juego estarán ubicados cuatro aros.

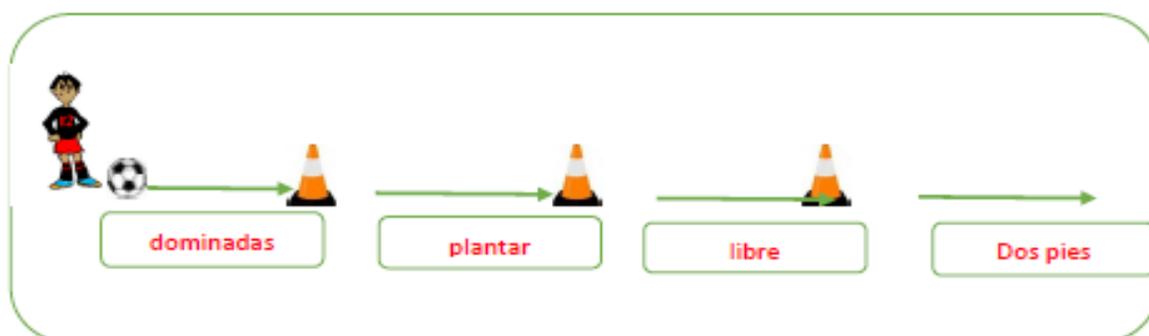




AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REFUERZO DE LA TECNICA DE CONDUCCION Y PASE	<ul style="list-style-type: none"> • TÍTULO: ojos vendados • Esta actividad se realizará con los ojos vendados, la cual consiste en conducir el balón con la planta de pie hasta un punto determinado, al llegar allí se regresará, pero esta vez lo hará de espaldas. El objetivo de esta actividad es buscar que el estudiante tenga un buen dominio del balón y confíe en sus propias habilidades.



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REFUERZO DE LA TECNICA DE CONDUCCION Y PASE	<ul style="list-style-type: none"> • TÍTULO: estaciones • Esta actividad se dividirá en cuatro estaciones, la primera consiste en conducir el balón hasta la siguiente estación, haciendo dominadas, en la siguiente estación lo hará con la planta del pie pero con desplazamiento hacia atrás, en la siguiente hará condición libre y en la última conducirá con los dos pies alternando de un solo toque.





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SEMANA 5: REMATE

MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">• Balones• Conos• actitud
INTENSIDAD	Entre el 70 y 80% de sus capacidades



SC-CER96940



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

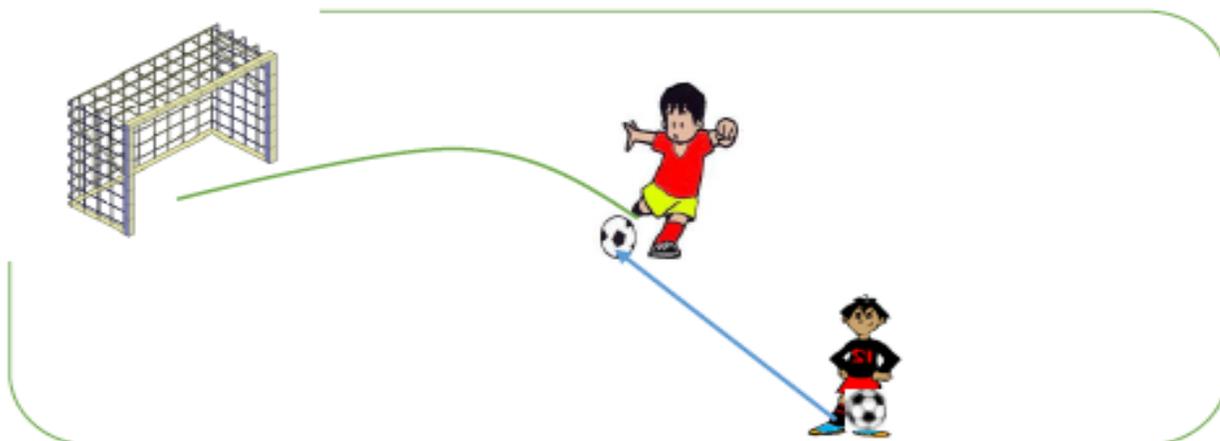
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REMATE	<ul style="list-style-type: none"> • TITULO: remate libre • Observación: cada estudiante deberá rematar al arco, con balón estático alternando derecha izquierda, de esta manera nos permitirá observar cómo se encuentran las habilidades de los estudiantes respecto a este gesto técnico.



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REMATE	<ul style="list-style-type: none"> • Título: Remate libre con balón en movimiento: Los estudiantes conformaran parejas y realizaran un pase a su compañero a una distancia no tan cerca este deberá rematar al arco y tratar de anotar gol, deberán rematar primero con izquierda y luego con derecha. Cada estudiante debe realizar 5 tiros al arco.

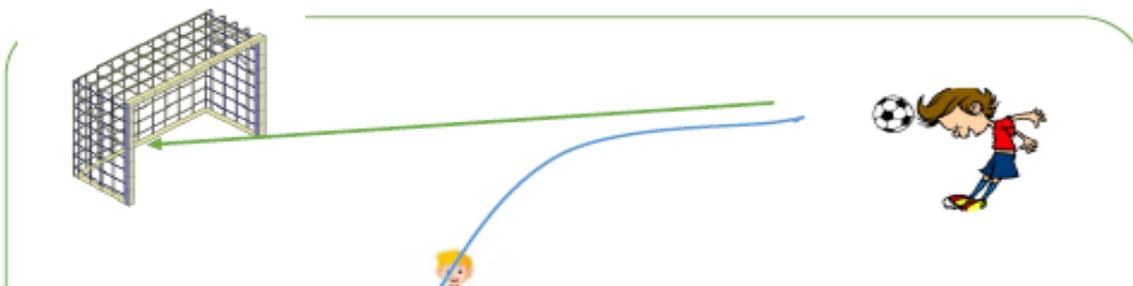




AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REMATE	<ul style="list-style-type: none"> • TITULO: Remate con balón aéreo utilizando los pies: • en parejas un compañero realiza un pase con las manos a una altura no mayor al pecho, de esta manera su compañero deberá rematar con el pie, evitando que el balón toque el piso. Ejecutará tres tiros con cada pie, luego cambiarán de lugar con su compañero



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
REMATE	<ul style="list-style-type: none"> • TITULO: Remate con cabeza: • en parejas cada una con balón y compañero se ubica dentro de la bomba de 6 metros y el otro fuera de esta, el compañero que se encuentra en el exterior de la bomba deberá realizar un pase aéreo, el cual le permita a su compañero cabecear el balón.





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SEMANA 6 FORTALECIMIENTO DE REMATE

MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">• Balones• Conos• actitud
INTENSIDAD	Entre el 70 y 80% de sus capacidades



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

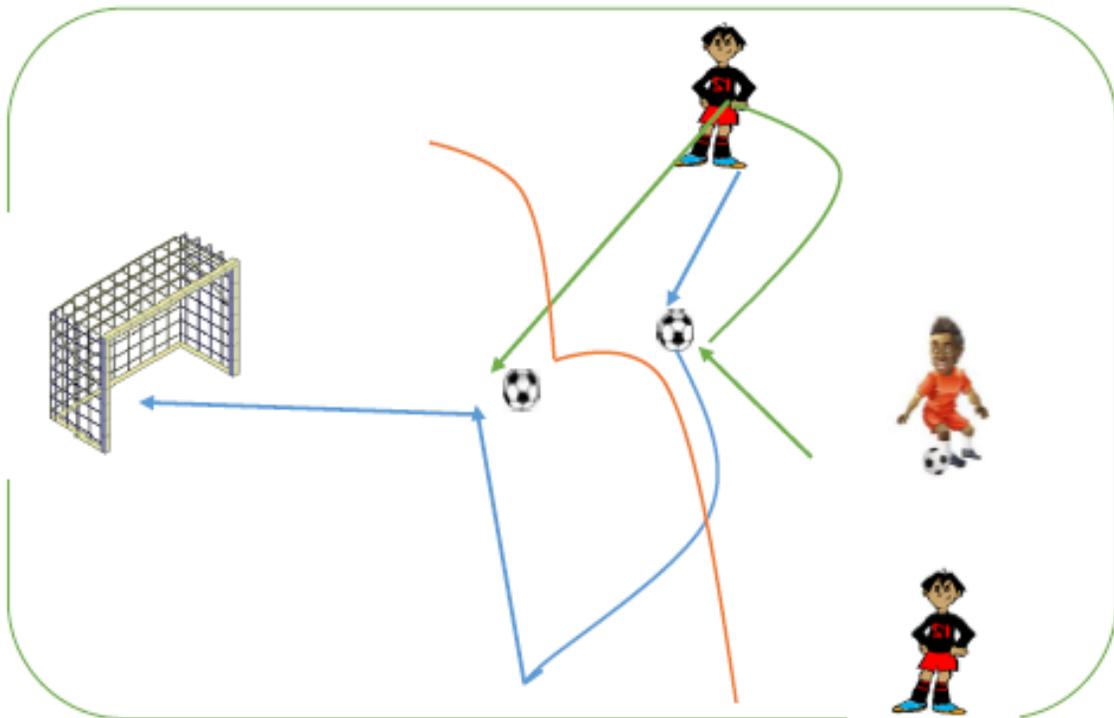


ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
Fortalecimiento de técnica de remate	<ul style="list-style-type: none">✓ TITULO: trenza de tres✓ Los estudiantes conformaran grupos de 3, cada equipo con un balón se ubicaran en la línea de meta, desde allí realizaran un trenza de tres, don el compañero que entrega el balón pasa por detrás del compañero que recibe y al mismo tiempo que hace un desplazamiento y así cambiar de lugar, mientras esta acción sucede el tercer compañero deberá estar en desplazamiento y en busca del pase, así se darán lugar hasta llegar a la siguiente portería y ejecutar un remate fuera de la bomba.



SC-CER96940

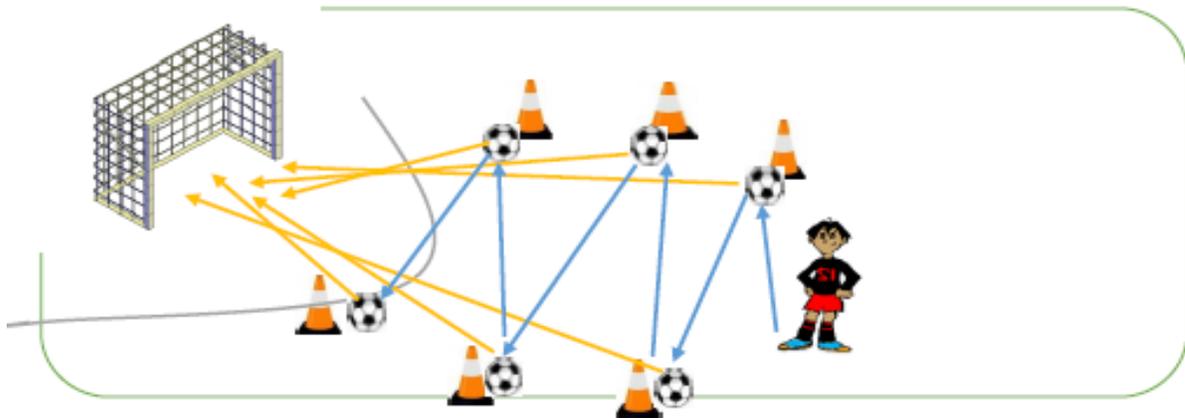


"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

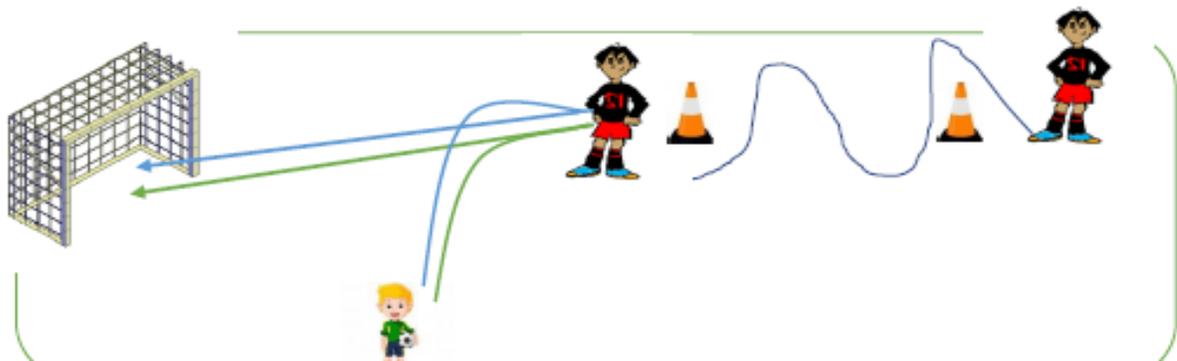
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA
Fortalecimiento de técnica de remate	<ul style="list-style-type: none"> ✓ TÍTULO: disparo a diferentes distancias ✓ En este ejercicio estarán ubicados una serie de conos cada uno a una distancia diferente de la portería cada uno con su respectivo balón. 3 a su lateral izquierda y tres a su lateral derecha, en cada cono debe realizar skipping alto luego debe realizar el tiro al arco alternando izquierda y derecha



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA
Fortalecimiento de técnica de remate	<ul style="list-style-type: none"> ✓ TÍTULO: Remate aéreo con el pie: ✓ en parejas cada una con dos balones, el primer balón será lanzado después que un compañero realice eslabon entre conos, antes de terminar el ultimo cono el compañero deberá lanzar el balón y este deberá golpearlo antes de que caiga, el siguiente balón se lanzara al aire, el compañero que está rematando lo recepciona con el pecho e inmediatamente realiza tiro al arco, evitando que el balón toque el piso.



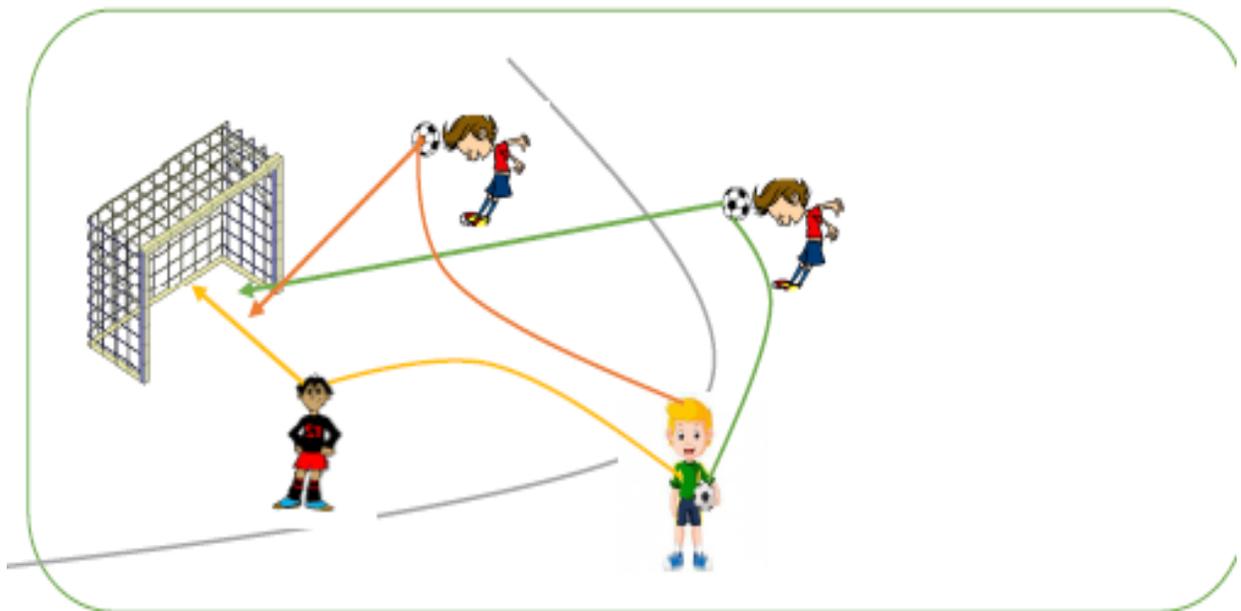


ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



AREA	DESCRIPCIÓN METODOLOGICA
Fortalecimiento de técnica de remate	<ul style="list-style-type: none"> ✓ TITUTLO: Remate con cabeza: ✓ cada estudiante deberá realizar tres remates con cabeza, el primero rematar dentro de la bomba y sin saltar, el segundo el balón deberá ser fuera de la bomba e inmediatamente correr a buscar el remate dentro de la bomba



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!



SEMANA 7 SISTEMAS Y TÁCTICA DE JUEGO

MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">• Balones• Conos• actitud
INTENSIDAD	Entre el 70 y 80% de sus capacidades



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!



SISTEMAS DEFENSIVOS A TRABAJAR

Sistema Defensivo 3x1 o Rombo

El sistema defensivo 3x1 o rombo es el marcaje utilizado contra equipos que utilizan el sistema táctico 3x1 o 3x2. Las alas deben hacer “balanceo” o “va y viene” como los laterales de fútbol tradicional y el pivote debe cerrar el medio impidiendo que el balón sea lanzado al pivote adversario. Si esto sucede, éste último debe volver a hacer “sándwich” en el adversario, doblando el marcaje junto con el cierre de su equipo. El cierre, además de estar preocupado por el pivote contrario, necesita estar atento a la cobertura de los otros jugadores, pues él es el último hombre de la defensa

Sistema Defensivo 2x2 o Cuadrado

El sistema defensivo 2x2 o Cuadrado es utilizado contra equipos que juegan con un sistema táctico 2x2 o 4x0. Dos jugadores quedan posicionados más al frente y mantienen sus posiciones, solamente ocupándose de los adversarios que “se adentran” en su zona. A su vez, los dos jugadores que se encuentran más atrás van a hacer el marcaje de los dos jugadores más avanzados del equipo adversario

Defensa Individual en el Fútbol Sala

El Defensa individual en el Fútbol Sala es el popular “cada uno, marca a uno”, o sea, cada jugador será responsable de marcar a un jugador adversario específico del equipo contrario, en cualquier lugar de la cancha por donde se mueva.

Defensa por Zona en el Fútbol Sala

En el marcaje por zona del Fútbol Sala cada defensor es responsable por el marcaje en un sector de la cancha, el jugador adversario que ocupa aquel sector es quien será marcado. En el marcaje por zona el defensor no debe acompañar al adversario por toda la cancha, sólo acompañar a los adversarios que entren en su zona de marcaje. Es un marcaje utilizado cuando el equipo contrario tiene un buen movimiento con cambio de pases o cuando el equipo está en ventaja en el



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!



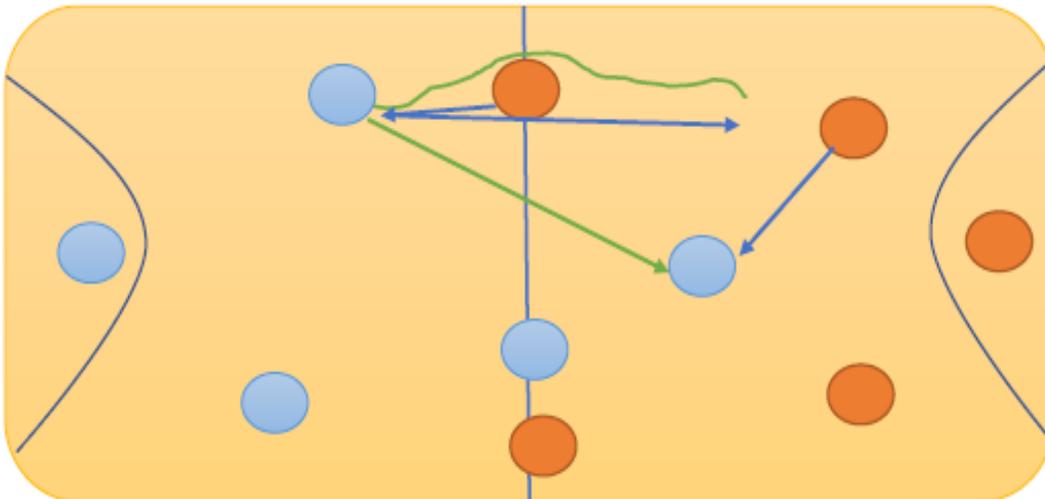
marcador. Para efectuar un buen marcaje por zona es necesario mucho entrenamiento.

Defensa Mixto en el Fútbol Sala

El Defensa mixto es aquel que utiliza el marcaje por zona combinado con el marcaje individual. Básicamente, este marcaje implicar marcar a un adversario de forma individual, al mismo tiempo que los demás jugadores son marcados por zona.

EJERCICIOS METODOLOGICOS PARA EL MARCAJE INDIVIDUAL.

MARCAJE INDIVIDUAL



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

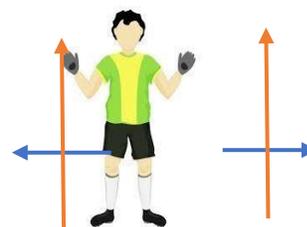
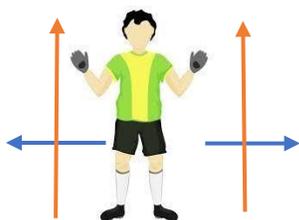


ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Nombre: imitación

- **Objetivo:** imitar cada movimiento que realice el atacante □ **Método:** Repeticiones.
- **material:** actitud, Terreno, Silbato, Cronometro.
- **Tiempo:** 3 intervalos de 3 minutos minutos con recuperación de 2 minutos
- **Indicaciones Metodológicas** Por parejas, uno hará el papel del atacante y el otro de defensa, este trabajo se realizará sin balón consiste en que el defensor imite todos los movimientos y desplazamientos del atacante de esta manera estará atento a cualquier intención de recibir el balón o armar una jugada
- **Reglas:** no tocar al compañero
- **Intensidad:** entre el 70 y 80% de sus capacidades



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

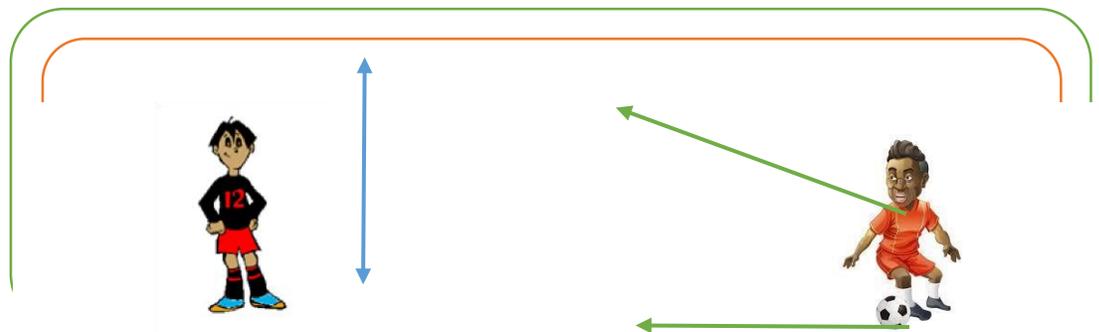


ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- **Nombre:** robar el balón
- **Objetivo:** quitarle al balón al atacante en un espacio determinado
- **Método:** competitivo.
- **material:** actitud, Terreno, Silbato, Cronometro, balón
- **Tiempo:** 3 intervalos de 3 minutos minutos con recuperación de 2 minutos
- **Indicaciones Metodológicas** Con parejas y un balón, un atacante y un defensor el atacante intentara pasar al defensor y este tratara de detenerlo, solo podrán jugar en un espacio determinado, cambian de posiciones cuando el atacante pierda la posesión del balón.
- **Reglas:** no tocar al compañero
- **Intensidad:** entre el 70 y 80% de sus capacidades



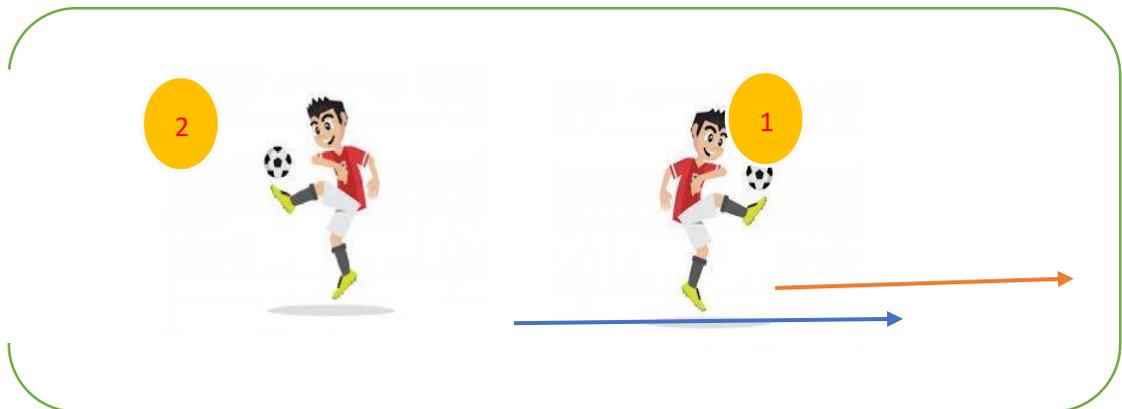


ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SEMANA 8

- **Nombre:** atrápame
- **Objetivo:** atrapar al compañero en el menor tiempo posible
- **Método:** competitivo, repeticiones
- **material:** actitud, Terreno, Silbato, Cronometro,
- **Tiempo:** repeticiones, 10 repeticiones
- **Indicaciones Metodológicas** En parejas, espalda con espalda a una distancia de 1 metro aproximadamente, según la señal realizan la acción, ejemplo: sentadilla, saltar, skipping, etc, cada compañero tendrá nombre los cuales se llamarán 1 y 2, cuando digan un numero el número que le corresponda saldrá a correr y el otro intentara atraparlo.
- **Intensidad:** entre el 70 y 80% de sus capacidades





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Nombre: basculación

Objetivo: situarse en las zonas correspondientes del sistema 2-2 sin perder su desplazamiento respecto a la orientación del balón **Método:** Repeticiones.

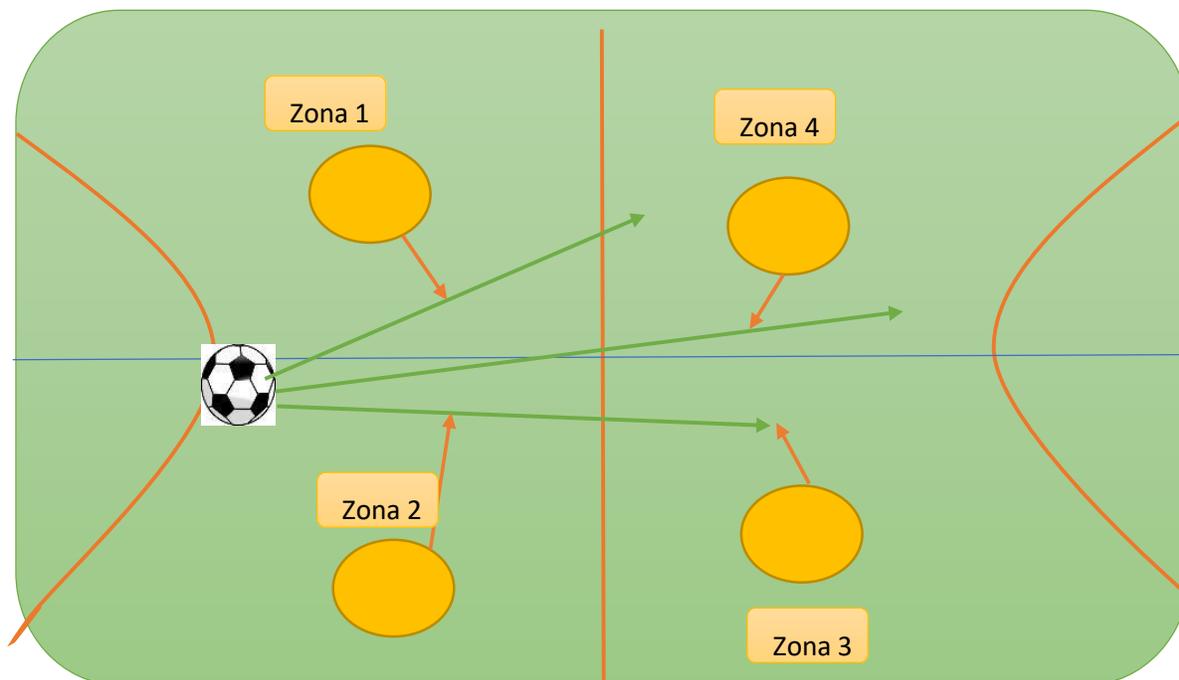
Procedimiento: evitar la filtración del balón, permaneciendo en su rango de zonas

material: Balón, Terreno, Silbato, Cronometro.

Tiempo: 2 intervalos de 10 minutos con recuperación de 2 minutos

Indicaciones Metodológicas: Dos Jugadores se pasan el balón situado uno frente a otro y en posiciones estáticas otro jugador se sitúa entre ellos tratando de interceptar el pase con cualquier parte de su cuerpo. **Reglas:** permanecer en sus zonas

Intensidad: entre el 70 y 80% de sus capacidades

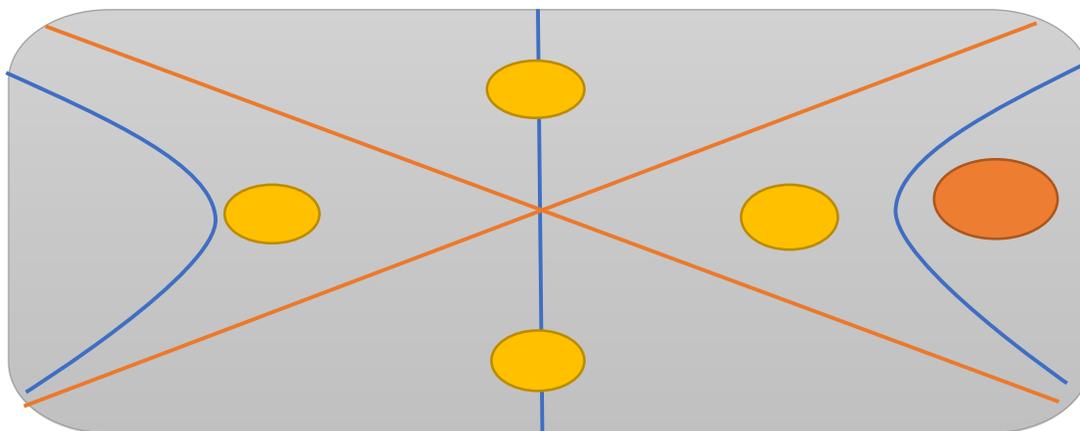


SC-CER96940



"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



Cada jugador defiende su zona que en la gráfica esta demarcado por triángulos

Sistema 1-2-1

TRANSICIÓN DE SISTEMA 1-2-1 A SISTEMA 1-3

El sistema 1-2-1 es muy utilizado para juego amplio, de esta manera tienen más posibilidad de dominar el balón y cubrir más espacio en el terreno la debilidad de este sistema es que cuando se pierde el balón, y se trata de recuperar haciendo un achique se regala mucho espacio, y por ende muchas filtraciones de balón_ ejemplo: cuando el balón está en el centro y tratan de achicar o cerrar espacios quedan los laterales totalmente libres, lo mismo cuando se bascula hacia las laterales queda espacio por el centro.

Es por esto que cuando perdemos un balón de inmediatamente vamos a tratar de formar el sistema 1-3 el cual nos permite reforzar la defensa y cerrar los espacios ya que se trabajara en una línea de tres y no de 2. El objetivo consiste en que apenas se pierda el balón y según la orientación de este se forme la línea de tres la cual es muy sencilla ya que los dos lateros deben igualarse a la primera línea dejando al pivot delante de ellos y dependiendo la zona en la que este el balón, se realizara esta formación, en la siguiente grafica se muestra un ejemplo de transición.

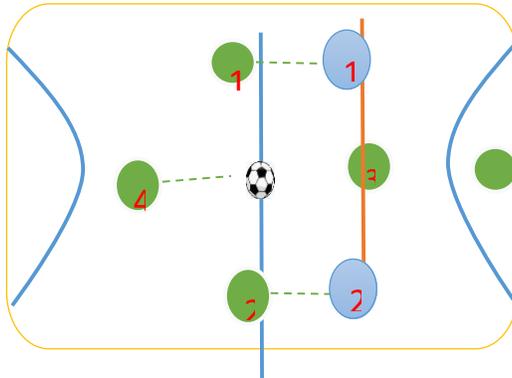


ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



La actividad consiste en realizar acciones reales d juego, y al momento que se pierda el balón y según su orientación y ubicación realizar una línea de tres e intentar recuperar el mismo.



En la gráfica se muestra el desplazamiento de los jugadores para formar una línea de tres



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!



ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA MEJORAR LA TÉCNICA Y COORDINACIÓN EN EL FUTBOL DE SALÓN.



Ilustración 1@shulinenaguiar

POR: EDWÍN GAMBOA GONZÁLEZ



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!



INTRODUCCIÓN

En la presente cartilla se presenta una serie de ejercicios metodológicos que contribuyan a desarrollo de diferentes capacidades del aprendiz, al mismo tiempo que se apoyó la problemática que se vive actualmente, ya que está diseñada para realizar actividades individuales o con la familia, y con materiales que tengamos a nuestro alcance.

La actividad física y el deporte son una buena opción al momento de aprovechar nuestro tiempo libre, es por eso que a continuación se mostraran una serie de ejercicios alusivos al deporte dl futbol de salón el cual permitirá por medio de este mejorar, fortalecer y mantener las condiciones físicas, como técnica, resistencia y coordinación.



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!



ÍNDICE

Introducción

1. Estrategias metodológicas para mejorar la coordinación y control del balón -----72
2. Ejercicios metodológicos para el fortalecimiento de conducción y control del balón -----76
3. Fortalecimiento -----80



SC-CER96940



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

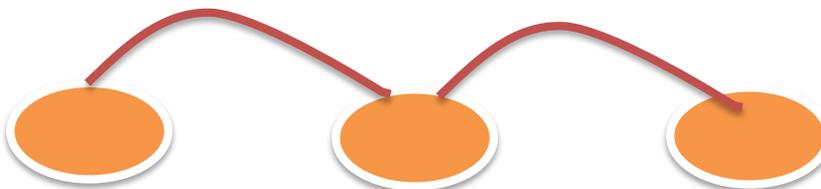
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

Estrategias metodológicas para mejorar la coordinación y concentración

1. TITULO: salta, salta

- **MATERIALES:** balón, cuerda, aros; Pueden usar cualquier tipo de material que se tenga en casa, que se asemeje a los antes nombrados
- **INTENSIDAD:** entre el 70 y 80% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** cada estudiante deberá desplazarse por medio de saltos a pie junto, entre unos aros que estarán ubicados a una distancia determinada la cual les permita llegar de un salto, los estudiantes deberán llevar un balón entre los pies sin dejarlo caer.
- **DURACION:** cada niño deberá repetir este ejercicio 4 veces.

¿SABIAS QUE? Un partido dura 40 minutos a reloj parado, es decir, cada vez que el balón sale del campo el tiempo se para.





TITULO: sigue el ritmo

- **MATERIALES:** balón, o pelota, se puede hacer una con bolsas.
- **INTENSIDAD:** entre el 70 y 80% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** con la ayuda de un familiar el cual le dará una de estas indicaciones: cuando diga **rojo** el estudiante deberá llevar hacia un punto anteriormente demarcado, cuando diga **verde**, deberá traer el balón a pie junto y saltando, y cuando diga **azul** deberá intentar conducir el balón por medio de dominadas.
- **DURACION:** dos sesiones de 7 minutos.

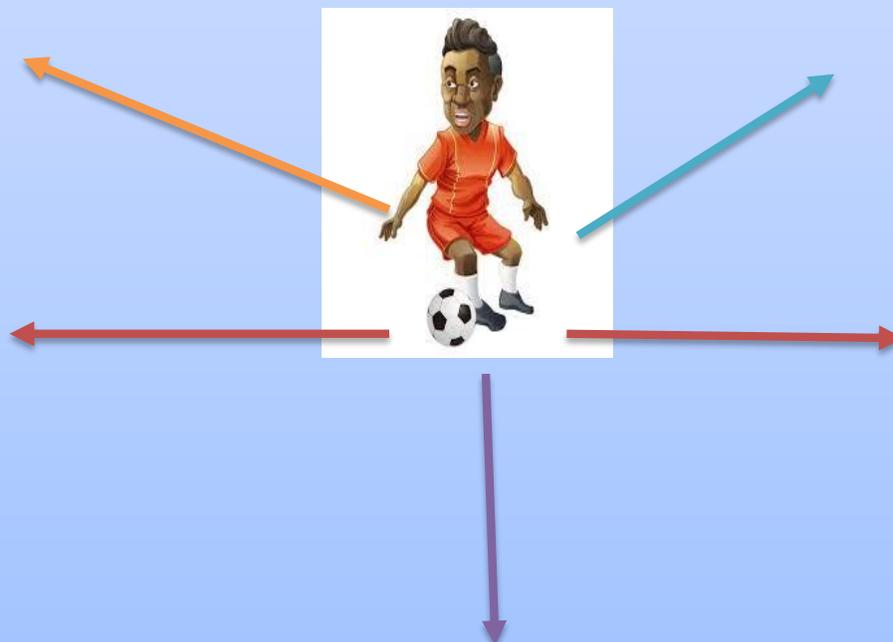
SABIAS QUE? Los porteros de futsal no usan guantes excepto algunos porteros de Brasil que si los usan, pero son guantes especiales



TITULO: controla el balón

SABIAS QUE? La pista oficial de la LSFS (liga nacional de futbol)

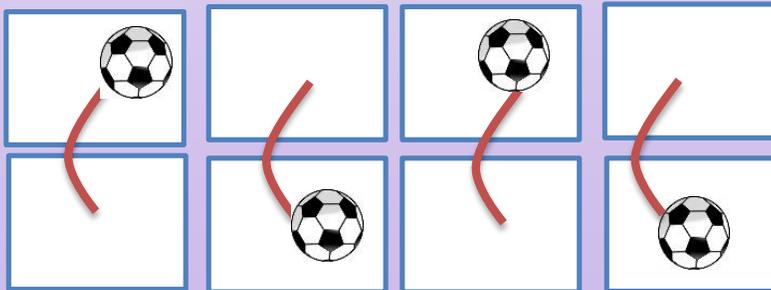
- **MATERIALES:** balón, se puede hacer una con bolsas.
- **INTENSIDAD:** entre el 70 y 80% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** conducir el balón, en línea recta cuando se dé la señal cambiar de dirección o el tipo de conducción es decir, si se lleva el balón con pie derecho se lleva con el izquierdo o con la planta del pie según la indicación, también se puede jugar con los cambios de velocidad.
- **DURACION** 3 sesiones de 2 minutos



TITULO: cambia de mano

- **MATERIALES:** balón, cualquier material para hacer cuadros (marcador, tiza, pita, cinta. El balón se puede hacer con bolsas u otro material
- **INTENSIDAD:** entre el 70 y 80% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** se realizara una tabla como se muestra en gráfica, la cual permita entrar de pie completamente, consiste en saltar en posición cuadrupedia con el balón en una mano, cada vez que de un salto el balón debe cambiar de mano sin rodarlo ni salir del cuadro, cada una de las extremidades(pies y manos) deben estar en un cuadro, a medida que se avanza, se debe cambiar el balón de mano
- **DURACION:** se debe repetir este ejercicio 4 veces

SABIAS QUE? El Fútbol de salón es un deporte creado en Latinoamérica, más exactamente en Uruguay.



2. Ejercicios metodológicos para el fortalecimiento de dominio y control del balón.

TITULO: el cajón

- **MATERIALES:** balón, cualquier material para hacer cuadros (marcador, tiza, pita, cinta. El balón se puede hacer con bolsas u otro material
- **INTENSIDAD:** entre el 50 y 60% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** el estudiante realizará una especie de cuadro en piso de 1 metro x 1 metro, una vez este delineado este cuadro procedemos a realizar el ejercicio el cual consiste en realizar dominadas, sin salirse de este cuadro este ejercicio ayudara a fortalecer el control del balón
- **DURACION:** el mayor tiempo posible que pueda mantener el balón realizando dominadas
-

SABIAS QUE? , el futsal es un deporte donde los jugadores corren mucho y tienen muy pocos momentos muertos ya que el balón esta siempre cerca de ellos



TITULO: boliches

- **MATERIALES:** balón, El balón se puede hacer con bolsas u otro material, conos o puede utilizar botellas plásticas.
- **INTENSIDAD:** entre el 50 y 60% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** con la ayuda de un familiar, el cual les lanzara un balón, el niño debe recepcionarlo, y luego lanzar el balón con el pie donde tratara de tumbar unos conos que estarán situados una distancia determinada, puede alternar derecha e izquierda
- **DURACION:** 10 repeticiones

SABIAS QUE? El futsal es un deporte donde los jugadores corren mucho y tienen muy pocos momentos muertos ya que el balón esta siempre cerca de ellos

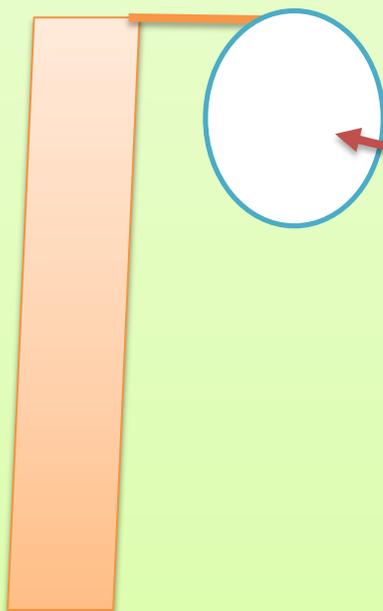


TITULO: encesta

- **MATERIALES:** balón, El balón se puede hacer con bolsas u otro material, canasta, o aro colgado
- **INTENSIDAD:** entre el 50 y 60% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** este juego consiste en tratar de realizar la mayor cantidad de sestras en un minuto con el balón el cual deberá rematar y tratar de encestar con la cabeza, el balón se lo podrá pasar un familiar ejecutando un pase aéreo.
- **DURACION:** 10 repeticiones

SABIAS QUE?

Un partido dura 40 minutos, con 20 minutos cada período, y un descanso de 15 minutos.

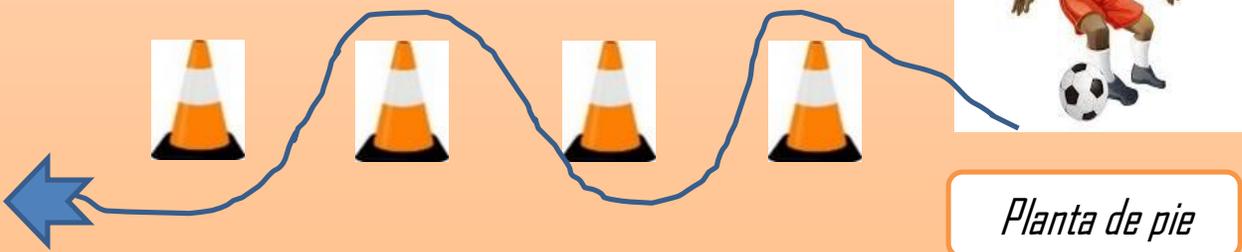


TITULO: zic- zac

- **MATERIALES:** balón, El balón se puede hacer con bolsas u otro material, conos, o botellas o cualquier otro objeto q funcione como punto de marca
- **INTENSIDAD:** entre el 70 y 80% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** se ubican conos a una en forma de fila a una distancia corta, y empieza a conducir el balón entre ellos en forma de zic- zac la conducción la hará de espaldas y con la planta del pie, es importante que utilice los dos pies ya que esto fortalece la coordinación y así le dará una mejor fluidez.
- **DURACION:** 10 repeticiones

SABIAS QUE?

El fútbol de salón nace de varios deportes: balonmano, baloncesto, waterpolo y fútbol.



FORTALECIMIENTO

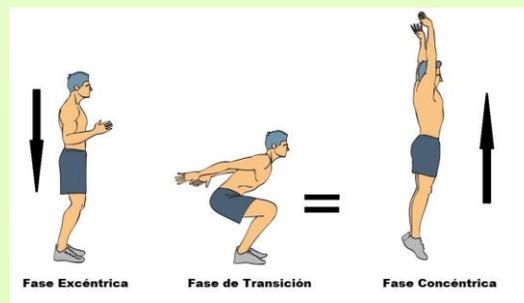
Esta sesión se hará por medio de ejercicios pliométricos y ejercicios con el peso corporal el cual tienen como **objetivo** mejorarla fuerza, potencia y velocidad lo cual les permitirá estar en mejores condiciones físicas.

¿Que son los ejercicios pliometricos?

Una forma de entrenamiento que combina movimientos rápidos y fuerza, frecuentemente se trabaja por medio de saltos y ejercicios que requieran una gran intensidad y menor tiempo posible de ejecución.

SABIAS QUE?

Realizar simulaciones de saque con balón medicinal es uno de los mejores ejercicios para obtener un saque de banda más potente



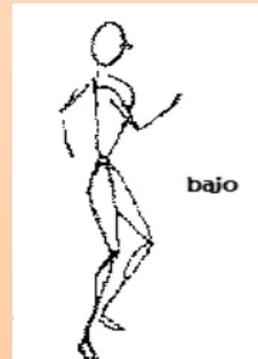
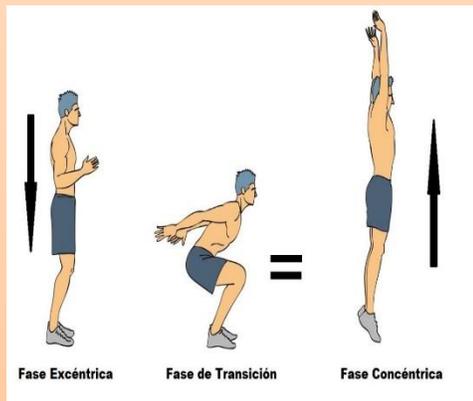
Un ejemplo de ejercicios pliometricos son las sentadillas con salto en extensión, el cual es un ejercicio muy completo que requiere una gran potencia en las piernas el cual hace que el ejercicio sea de gran intensidad, que a mayor repeticiones mayor resistencia, resistencia a la fuerza se obtendrá.

TITULO: sentadilla con salto en extensión.

- **MATERIALES:** actitud
- **INTENSIDAD:** entre el 70 y 90% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** realizar 10 sentadillas con salto extensión, seguido de 15 segundos de skipping bajo. Recordemos que el aterrizaje del salto debe hacerse en punto de pies y seguido del talón.
- **DURACION:** 4 series con dos minutos de recuperación entre serie y serie

SABIAS QUE?

Las sentadillas es uno de los ejercicios más completos que hay, ya que trabaja la mayor parte de músculos del tren inferior



Sentadilla con salto en extensión

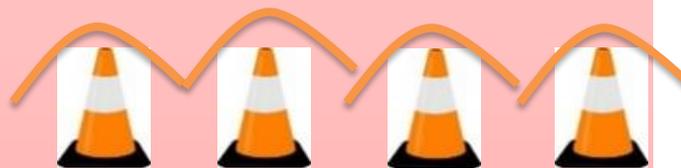
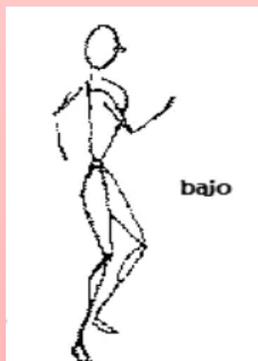
Skipping bajo

TITULO: saltos alternos

- **MATERIALES:** conos o botellas de plástico, balón
- **INTENSIDAD:** entre el 70 y 80% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** se ubican una serie de conos a una distancia corta como se muestra en la figura, debe ejecutar saltos en un solo pie, al final de los conos debe conducir el balón, y luego debe ejecutar salto con el otro pie.
- **DURACIÓN:** se repite el ejercicio 6 veces

SABIAS QUE?

El balón no puede reemplazarse durante el juego a no ser que sea dañado y con la autorización del árbitro/a.



•

•

TÍTULO: cuanto resistes

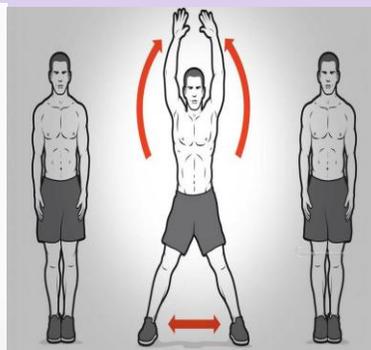
- **MATERIALES:** actitud
- **INTENSIDAD:** entre el 70 y 90% de sus capacidades
- **DESCRIPCION:** en este ejercicio se pondrá a prueba la fuerza de resistencia, en un espacio adecuado, se harán tijeras alternadas con salto este se ejecutara durante 30 segundos, descansa 10 segundos e inmediatamente se realizan saltos en estrella 20 segundos, descansa 10 segundos y ejecutamos sentadilla estática es decir mantenemos en posición de 90 grados lo más que podamos resistir
- **DURACIÓN:** 3 series con recuperación de 5 minutos entre serie y serie.

SABIAS QUE?

Cada equipo podrá inscribir como máximo a 12 jugadores para asistir al partido y el mínimo 7



Sentadilla estática



Saltos en estrella



Tijeras alternadas con salto



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO IV

ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

ACTIVIDAD	EVIDENCIA
Izada de bandera día de la mujer	
Sesión de aeróbicos con básica secundaria	



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 V

FORMATOS DE EVALUACION

5.1 AUTOEVALUACION

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

NOMBRE ESTUDIANTE: Edwin Libardo Bamba Bonzalez
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: CEA LA LAGUNA SILOS
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: [Firma]

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. De la Institución de Práctica

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

2. De la Universidad

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



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!



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

3. Formación profesional y personal.

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

SUGERENCIAS:

Encontrar la forma, de proporcionar material deportivo
a la institución

FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO: Edwin Camba Gonzalez

FECHA: 15 de 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



5.2 COEVALUACION

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. Rol en la Institución

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

2. Planeación

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

3. Organización

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



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
E
- Es puntual en el cumplimiento de sus obligaciones laborales
E
- Se integra a los grupos de trabajo con facilidad
E
- Es líder en desarrollo del trabajo de su área
E

5. Control

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

NOMBRE DEL SUPERVISOR: OSCAR EMIRO ROZO MARTINEZ
FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO: Edwin Gumbay G.
FECHA: JUNIO - 17 - 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 PRÁCTICA INTEGRAL

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

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: Edwin Gamba Gonzalez
SUPERVISOR: OSCAR EMIRO ROZO MARTINEZ
INSTITUCIÓN: CER LA LAGUNA SILAS
FECHA: JUNIO-17-2020

ACTIVIDADES	PUNTAJE MAXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	5
2 Unifica criterios y aclara de conceptos y dudas	5	4
3 Emplea y domina el aspecto pedagógico y metodológico	4	4
4 Usa el lenguaje técnico de la materia	2	2
5 Dosifica el tiempo	3	3
6 Lleva el material didáctico	2	2
7 Emplea bien el material didáctico	4	4
8 Emplea bien el tablero y consigna lo principal	4	4
9 Refuerza a sus alumnos	3	3
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11 Dirige y redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	3
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3
14 Se cumplió el objetivo	4	4
15 Presentación personal excelente	2	2
TOTAL	50	49

OBSERVACIONES: ES UN ALUMNO MAESTRO QUE REFLEJA UNA EXCELENTE ACTITUD Y ARTITUD EN SU DESEMPEÑO -



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 DE PRACTICA INTEGRAL

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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO: Edwin Bimbou Gonzalez
SUPERVISOR: OSCAR ENZO ROZO MARTINEZ
INSTITUCIÓN: CER LA LAGUNA SILOS
CURSO: BASICA PRIMARIA Y SECUN, FECHA: JUNIO - 17 - 2020

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	5	1.5
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	5	2.5
III. EXTRACURRICULAR	20%	5	1.0
NOTA DEFINITIVA			5.0

OBSERVACIONES ESPECIALES:
EXCELENTE PROFESIONAL.

ALUMNO - MAESTRO: Edwin Bimbou Gonzalez
SUPERVISOR: [Signature]



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

- El no practicar un deporte o no realizar actividad física hace que la coordinación disminuya significativamente al mismo tiempo que se pierde condición física
- A pesar de no realizar los ejercicios de correctamente los estudiantes se muestran muy interesados por aprender, al mismo tiempo que buscan la manera de ejecutar las actividades de la mejor manera posible
- La adquisición del conocimiento y la buena ejecución de un técnica se mejora mediante la practica
- El trabajo que se Realiza se debe hacer siempre de la mejor manera y con la mayor pasión posible, a pesar de que se tengan muchas dificultades hay que tratar siempre de buscar la mejor solución, y seguir en busca de cumplir sus metas.



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

<https://sportsregras.com/es/5-curiosidades-de-futbol-sala-que-tal-vez-no-sepa/>

<https://www.monografias.com/trabajos65/futbol-salon/futbol-salon.shtml>

<https://www.terapia-fisica.com/ejercicios- pliometricos/> <https://quierovivirsano.org/saltos-alternados-en-tijeras/> https://www.domyos.es/consejos/sentadillaspara-sirven-a_192738

<https://www.rcv.hn/2020/05/05/cinco-ejercicios-faciles-y-entretenidos-para-haceren-casa/>

<https://www.competize.com/blog/reglas-del-futbol-sala->

[reglamentofutsal/#:~:text=En%20las%20reglas%20del%20f%C3%BAbol%20sala%20det ermi na%20que%20el%20campo,y%20como%20m%C3%A1ximo%2020%20metros.](https://www.competize.com/blog/reglas-del-futbol-sala-reglamentofutsal/#:~:text=En%20las%20reglas%20del%20f%C3%BAbol%20sala%20det ermi na%20que%20el%20campo,y%20como%20m%C3%A1ximo%2020%20metros.)

Andrades, J. A. (2014). *VITÓNICA*. Obtenido de Principios del entrenamiento deportivo: individualidad biológica (I): <https://www.vitonica.com/entrenamiento/principios-del-entrenamiento-deportivo-individualidad-biologica-i>

BioDic. (s.f.). Obtenido de <https://www.biodic.net/palabra/capacidad-de-concentracion/#.XnVJXKhKjIU>

Cardozo, V. (25 de octubre de 2016). *EL EJERCICIO Y EL CORTISOL*. Recuperado el 20 de marzo de 2020, de <https://www.saschafitnessblog.com/en/el-ejercicio-y-el-cortisol/>

educación física plus. (s.f.). Obtenido de <https://educacionfiscaplus.wordpress.com/2012/10/24/la-fuerza/>

educación física plus. (s.f.). Obtenido de <https://educacionfiscaplus.wordpress.com/2012/11/09/la-resistencia/>

futbol red. (s.f.). Obtenido de Fundamentos técnicos del fútbol de salón: <https://www.futbolred.com/curiosidades-de-futbol/los-fundamentos-tecnicos-del-futbol-sala-90501>



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!



HISTORIA FUTSAL. (s.f.). Obtenido de FEDERACIÓN COLOMBIANA DE FÚTBOL DE SALÓN: <http://futsalcolombiano.blogspot.com/2005/08/aproximacion-historica-del-futsal.html>

monografias.com. (s.f.). Recuperado el 20 de marzo de 2020, de fútbol de salón: <https://www.monografias.com/trabajos65/futbol-salon/futbol-salon2.shtml>

Rivera, D. M. (abril de 2009). *efdeportes.com.* Obtenido de Capacidades físicas básicas. Evolución, : <https://www.efdeportes.com/efd131/capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm>



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 PRESENTACION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE



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

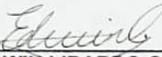
Señora rector
OSCAR EMIRO ROZO MARTINEZ
Colegio cer la Laguna
Silos

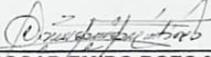
Estimada Rector:

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 Practica 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.


EDWIN LIBARDO GAMBOA GONZALEZ
ESTUDIANTE


OSCAR EMIRO ROZO MARTINEZ
SUPERVISOR

Atentamente,


LEIDY CONSUELO ORTIZ VERA
Coordinador de práctica



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!



EJERCICIOS CUYO OBJETIVO ERA MEJORAR LA COORDINACION



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!



TRABAJO EN EQUIPOS



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!



TRABAJO DE FUERZA



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!



DANDO INDICACIONES Y TERMINANDO UNA JORNADA DE CLASES



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