

**Informe de Práctica Integral Docente**

**Ángelo Andrey Jauregui Rincón**

**Código: 1093790771**

**Universidad De Pamplona**

**Sede Villa del Rosario**

**Facultad de Educación**

**Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y  
Deportes.**

**Cúcuta.**

**2021-1**

**Informe Práctica Integral Docente.**

**Instituto Técnico Patios Centro N°2**

**Presentado Por:**

**Ángelo Andrey Jauregui Rincón**

**Código: 1093790771**

**Presentado A:**

**Universidad de Pamplona**

**Sede Villa de Rosario**

**Facultad De Educación**

**Licenciatura En Educación Con Énfasis En Educación Física Recreación Y Deportes**

**2021-1**

## **Tabla de contenido**

<b>Capítulo I</b> .....	5
Reseña Histórica Del Instituto Técnico Patio Centro N° 2 .....	5
Proyecto Educativo Institucional (Pei).....	7
Valores: .....	8
El compromiso como parte del instituto educativo es propender por afianzar, desarrollar y encaminar primordialmente los siguientes valores cooperativos como fundamentos de la acción: .....	8
Cooperación:.....	8
Responsabilidad:.....	8
Democracia: .....	9
Equidad: .....	9
Solidaridad: .....	9
<b>MARCO LEGAL</b> .....	10
<b>HORIZONTE INSTITUCIONAL</b> .....	11
<i>Principios Institucionales:</i> .....	13
<b>ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL</b> .....	16
<b>CRONOGRAMA INSTITUCIONAL</b> .....	17
<b>SÍMBOLOS INSTITUCIONALES</b> .....	18
<i>Logo Institucional:</i> .....	18
.....	18
Lema Institucional:.....	18
Escudo Institucional:.....	19
<b>MANUAL DE CONVIVENCIA</b> .....	19
<b>CONSIDERANDO</b> .....	19
PRINCIPIOS .....	21
<b>DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES</b> .....	24
<b>DEBERES DE LOS ESTUDIANTES</b> .....	26
<b>DERECHOS Y DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA O REPRESENTANTE LEGAL</b> .....	30
<b>LEY DE INFANCIA Y ADOLESCENCIA 1098 DE 2006.</b> .....	36
<b>MATRIZ DOFA</b> .....	37
<b>CAPÍTULO II</b> .....	38
<b>Título.</b> .....	38
Objetivo General. ....	38
Objetivos Específicos. ....	38

<b>Planteamiento del Problema</b> .....	38
<b>Descripción del Problema</b> .....	38
<b>Justificación</b> .....	40
<b>Población</b> .....	41
<b>Marco Teórico</b> .....	41
<i>Antecedentes</i> .....	41
<b>MARCO CONCEPTUAL</b> .....	48
Tipos de Actividad Física.....	48
Riesgos Físicos en la actividad física.....	50
<i>Motivación</i> .....	53
Teoría de la Autodeterminación.....	54
<b>MARCO LEGAL</b> .....	54
<b>Ley de Infancia y adolescencia</b> .....	55
<b>CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES</b> .....	57
<b>EJECUCIÓN METODOLÓGICA</b> .....	59
<b>EVIDENCIAS DEL SEGUIMIENTO CURRICULAR</b> .....	60
.....	61
<b>CAPITULO IV</b> .....	63
<b>CAPITULO V</b> .....	64
<b>FORMATO EVALUACIÓN SUPERVISOR UNIVERSIDAD</b> .....	64
<b>Bibliografía</b> .....	66
<i>¿Quieres conocer nuestra historia? (2008)</i> .....	66
<b>ANEXOS</b> .....	68
<b>APENDICES</b> .....	69
.....	69

## **Capítulo I**

### **Reseña Histórica Del Instituto Técnico Patio Centro N° 2**

El colegio Sede Patios Centro No°2, fue fundada el 10 de agosto de 1976 durante la gobernación de la doctora Carmenza Arenas anexa a la escuela la Sabana, logrando en el año de 1980 su autonomía administrativa, siendo su primer director José Maria Pezzotti Lemus hasta el año de 1986; a partir de esta fecha fue nombrada la lic. Débora Rojas quien dura al frente de la institución durante 15 años.

El 30 de marzo de 1988 se expide el decreto N° 00474 de la secretaría de educación Departamental para otorgarle el reconocimiento de carácter oficial que sustenta el funcionamiento de la institución. En ese lapso de tiempo (25 años de servicio a la comunidad), son numerosos los logros que se han obtenido en las dimensiones administrativas, pedagógicas, de proyección comunitaria. En el año 2001 la institución abre las puertas para atender a los jóvenes de sexto grado dando continuidad a la educación básica secundaria y tomando como razón social Colegio básico Patios Centro N° 2, ubicada en la avenida 4 con calle 28-27 barrio patios centro.

#### ***Sede La Sabana:***

En los años 1969 y 1970 el Señor Guillermo Olivares, reúnen en su casa un grupo de niños del barrio La Sabana con el fin de enseñarles sus primeras letras, lo que nació como un liceo informal posteriormente se convertiría en la Escuela del barrio, colaborando con estas construcciones José Erasmo Chacón (como gestor principal), Jorge Arturo Rizón, Luis Capacho, Simón Leal, Jesús Pabón, Manolo Galvis, Ana Delia Reyes, Luis Velandia y José Luis Real, director de la Institución. La construcción de la escuela se inició en 1971 con tres (3) aulas que albergan a 150 niños programa "Cúcuta 75" se remodeló en parte los salones existentes y se construyó uno más. Durante el año 1987- 1988 se pavimentó en su totalidad el patio de recreo y adecuación de la unidad sanitaria.

En el año 1.990 se inauguró el aula PRE -escolar, todas estas obras se construyeron con aportes de padres de familia, docentes y comunidad en general. En el año 1.996 se inició el proyecto de construcción del aula de recursos educativos y aula de clase en conjunto con la UFPS., alcaldía municipal y comunidad educativa. En 1.997 se da uso a estas instalaciones durante los años 1.998 a 1.999 se mejoró la presentación de la planta física remodelación total a la unidad sanitaria de PRE-escolar, adecuación y remodelación de cancha de

microfútbol y el proyecto de ampliación de la segunda planta con dos aulas educativas, el centro docente también cuenta con el servicio de restaurante escolar al cual asisten doscientos niños en año 2.001 se constituye con mucha expectativa y optimismo y se inicia sexto grado, con cuarenta y cinco estudiantes. Actualmente cuenta con el grado 11° .

#### ***Sede Doce De Octubre.***

La escuela Doce de Octubre fue construida en terrenos de INCORA, tomado por un grupo de padres de familia de la comunidad en enero de 1987, creado según decreto No. 0186 del 16 de marzo de 1987, siendo directora encargada María Emma Gálvez de Duarte y tres seccionales. Situada en la Av. 4 E con Calle 34 Barrio Doce de Octubre.

#### ***Sede La Cordialidad:***

Construida en 1983 y fundada el 1 de julio de 1984 por los Señores José Gregorio Hernández quien donó el terreno y Mariela Suárez, Alfonso Jaimes, Luis Villamizar, Abraham Rodríguez, Placido Carreño. Está ubicada en la Av. 0 con Calle 27 y 28. Barrio La Cordialidad. Las dos primeras docentes de la institución fueron las Lic. Luz Marina Ramos y Judith Cristancho.

#### ***Sede Patios Centro No 1:***

La sede anteriormente denominada escuela rural LOS PATIOS y luego ESCUELA URBANA INTEGRADA PATIOS CENTRO NO. 1 se encuentra ubicada entre las avenidas 10 y 9 con calles 30 y 31 de la zona Urbana del Municipio de Los Patios, específicamente en la Av. 10 No. 30-46 del Barrio Patios Centro. Fue creada mediante ordenanza departamental y es de carácter oficial.

Construida por la Junta de Acción Comunal finalizando la década de los años 50 específicamente en el año 1958 y luego concluida en 1967 por el Grupo Mecanizado Maza, al mando del Coronel Álvaro Riveros Avella para dar cobertura a los grados primero a quinto de primaria. En el año de 1984 se logró el encierro total de la institución. En 1991 se dio inicio al Preescolar con los niveles de Jardín y Transición. En la actualidad la beneficia a 920 estudiantes de 500 familias provenientes de los barrios Patios Centro, Once de Noviembre, la Sabana, Sabanita, Los Colorados, la Cordialidad, Chaparral, Barrio Bonito, Las Lomas, San Victorino y Otros. Actualmente se cuenta con Aula de apoyo pedagógico, y el Programa de Aceleración del Aprendizaje, Preescolar, Básica Primaria, Secundaria y media Técnica en Artesanías.

#### ***Sede Luis Enrique Avila:***

La institución fue construida sobre un lote donado por el Sr. Luis Enrique Ávila. En su construcción participaron los estudiantes del seminario, comunidad de Chaparral, cementos Diamante, aportes de la clínica la Samaritana, la unidad sanitaria y el encierro de la institución se llevó a cabo durante la administración del Alcalde de los Patios Alberto Camilo Galvis. Fue creada mediante acuerdo # 30 del 22 de noviembre de 1988 iniciando labores en el año 1989. Se ubica sobre la Calle 27 con Av. 2 El Barrio Chaparral.

### **Proyecto Educativo Institucional (Pei)**

**Fines de la educación** según el artículo 5o. de la ley 115 del 1994 y de conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines:

- El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
- La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.
- La formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación.
- La formación en el respeto a la autoridad legítima y a la ley, a la cultura nacional, a la historia colombiana y a los símbolos patrios.
- La adquisición y generación de los conocimientos científicos y técnicos más avanzados, humanísticos, históricos, sociales, geográficos y estéticos, mediante la apropiación de hábitos intelectuales adecuados para el desarrollo del saber.
- El estudio y la comprensión crítica de la cultura nacional y de la diversidad étnica y cultural del país, como fundamento de la unidad nacional y de su identidad.
- El acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el fomento de la investigación y el estímulo a la creación artística en sus diferentes manifestaciones.
- La creación y fomento de una conciencia de la soberanía nacional y para la práctica de la solidaridad y la integración con el mundo, en especial con Latino América y el

Caribe.

- El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de la calidad de la vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país.
- La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y la defensa del patrimonio cultural de la Nación
- La formación en la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social.
- La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre, y
- La promoción en la persona y en la sociedad de la capacidad para crear, investigar, adoptar la tecnología que se requiere en los procesos de desarrollo del país y le permita al educando ingresar al sector productivo

### **Valores:**

El compromiso como parte del instituto educativo es propender por afianzar, desarrollar y encaminar primordialmente los siguientes valores cooperativos como fundamentos de la acción:

#### **Cooperación:**

Se promueve el trabajo en equipo, se busca la participación de todos con el fin de lograr soluciones creativas e innovadoras a las dificultades de relación y académicas. Se cree en lo que se hace y por eso se expresa de manera positiva y creativa sobre los demás.

#### **Responsabilidad:**

Vivir con laboriosidad y cumplir con un trabajo preparado y de acuerdo a las diferencias individuales fortaleciendo las competencias y talentos de los educandos



como de los demás compañeros docentes.

**Democracia:**

Proponer, participar, escuchar y comunicar positivamente así como enseñar a la comunidad educativa la participación activa de votar con responsabilidad para un beneficio común y no particular.

**Equidad:**

Buscar las mismas oportunidades para todos a pesar de las diferencias, se definen los mismos deberes y los mismos derechos para todos, respetando la diversidad.

**Solidaridad:**

Es la capacidad de entrega, aceptación de la diferencia viendo a otras personas como sus semejantes. Constantemente se invita a que la comunidad educativa aplique el presente valor en los diferentes proyectos de la institución así como en el trabajo pedagógico con los educandos.

## MARCO LEGAL

Se encuentra conformado por las disposiciones constitucionales y jurídicas que regulan el Ministerio de Educación Nacional. El Manual de Convivencia se sustenta legal y jurídicamente con las siguientes disposiciones:

**Situación Legal:** El Instituto Técnico Patios Centro N ° 2 del Municipio Los Patios fue creado mediante Decreto 00300 del 3 de mayo del 2005, fusionando por las siguientes Sedes Educativas: Escuela Urbana Patios Centro N ° 1; Escuela Urbana Patios Centro N ° 2; Escuela Integrada La Sabana; Escuela Urbana Mixta Luis Enrique Ávila, Escuela Urbana La Cordialidad y Escuela Urbana Integrada Doce de Octubre.

**Ley General De Educación 115 De 1994** La ley 115 de Febrero de 1994, señala los fines y objetivos educativos, el concepto de currículo; los diferentes tipos y niveles de educación. Las formas de participación de los estudiantes, padres de familia y docentes, el gobierno escolar y otros aspectos relacionados con el Manual de DECRETO 1860 DE 1994 POR EL CUAL SE REGLAMENTA PARCIALMENTE LA LEY 115 DE 1994, EN LOS ASPECTOS PEDAGÓGICOS Y ORGANIZATIVOS GENERALES.

Las normas reglamentarias contenidas en el presente Decreto se aplican al servicio público de educación formal que presten los establecimientos educativos del Estado, los privados, los de carácter comunitario, solidario, cooperativo o sin ánimo de lucro. Su interpretación debe favorecer la calidad, continuidad y universalidad del servicio público de la educación, así como el mejor desarrollo del proceso de formación de los educandos.

- **Ley De Infancia Y Adolescencia 1098 De 2006** Consagra los derechos del menor, las formas de protección y las obligaciones que le corresponden a la familia, a las instituciones educativas y a las autoridades del Estado. Este Código tiene por finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna
- **Ley Del Sistema Nacional De Convivencia Escolar** La presente Ley busca contribuir a la formación de ciudadanos activos que aporten a la construcción de una sociedad democrática, participativa, pluralista e intercultural en concordancia con el mandato constitucional y la
- **Ley general de educación – Ley 115 de 1994-** mediante la creación del sistema nacional de convivencia escolar y formación para los derechos humanos, la educación para la

sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar, que promueva y fortalezca la formación ciudadana y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los estudiantes, de los niveles educativos de preescolar, básica y media y prevenga y mitigue la violencia escolar y el embarazo en la adolescencia.

## **HORIZONTE INSTITUCIONAL**

### *Horizonte Institucional Y Dirección Estratégica*

Comprende los siguientes procesos:

- Direccionamiento estratégico y horizonte institucional
- Gestión estratégica
- Gobierno escolar
- Cultura institucional
- Clima escolar
- Relaciones con el entorno

Como producto de esta gestión se originan los siguientes documentos:

<b>Entidad Territorial</b>	Norte De Santander Municipio / Los Patios
<b>Dirección</b>	Avenida 4° Calle 27 Y 28 Barrio Centro
<b>Teléfono</b>	5806648 5564347
<b>Apellidos Y Nombre Rector</b>	Esp. Gustavo Ramírez Camargo Carácter Oficial
<b>Ubicación</b>	Urbana
<b>Niveles</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Preescolar</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Básica (Primaria - Secundaria) Transformemos Programa De Aceleración Del Aprendizaje</li> </ul>
<b>Media Técnica:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Elaboración De Objetos Artesanales En Cuero Y Marroquinería</li> <li>● Asistencia Administrativa</li> <li>● Sistemas</li> <li>● Ventas Y Servicios</li> <li>● Diseño E Integración En Multimedia</li> </ul>
Total Padres De Familia	2500
Total De Docentes	125
Aproximadamente Total Estudiantes	3500
Número De Directivos	Coordinadores Seis (6)
Número De Personal De Servicio De Apoyo	Celadores 4    Secretaria 4    Aseadora 4
Sedes	Número Seis (6) Central, Sabana, Doce De Octubre, La Cordialidad, Sede Patios Centro N ° 1 Sede Luis Enrique Ávila
Jornadas:	Diurna (Mañana Y Tarde) Y Nocturna
Nit: 90027336-1	Dane 254874000568

### ***Principios Institucionales:***

El Instituto Técnico Patios Centro Dos Proyecta Siete (7) Principios Básicos Y Se Enuncian Así:

- **Principio Espiritual:** Se toma como fundamento el evangelio de Jesucristo contemplado en la Biblia.
- 
- **Principio Administrativo:** con exclusividad y calidad, trabajo en equipo, sentido de pertenencia, dignificación del trabajo, eficiencia y eficacia, honradez, equidad, agilidad y oportunidad a través de nuevas tecnologías.
- 
- Los principios promueven la investigación y conservación de la tierra y el ser humano.
- 
- **Principios Axiológicos:** Valores éticos, morales, culturales y estéticos bien estructurados.
- 
- **Principios Democráticos** de participación, de liderazgo, autonomía y autogestión con transparencia.
- 
- **Principios De Emprendimiento** al desarrollo de estrategias educativas que preparen al educando para el desempeño con éxito en el mundo laboral.
- 
- Principios DE ACEPTACIÓN y entrega de servicios educativos de calidad a estudiantes con necesidades educativas especiales, de raza, color o de extra edad.

### **VISIÓN**

El Instituto Técnico Patios Centro Dos al 2020 será el apoyo empresarial de la región, ofreciendo una educación inclusiva, con el uso de la investigación y las nuevas tics, siendo competente y contribuyendo a la transformación de su realidad social.

## **MISIÓN**

El Instituto Técnico Patios Centro Dos Formará ciudadanos integrales desde el preescolar hasta grado Once a través de una propuesta pedagógica, inclusiva., académica, investigativa y de las tics que preparan a los estudiantes para el trabajo productivo y /o continuación de estudios profesionales actuando con éxito en el medio académico, laboral, cultural, científico y social de la región.

## **FILOSOFÍA**

El Instituto Técnico Patios Centro Dos, Propende Por La Formación De Ciudadanos Con Principios Inclusivos De Calidad En Autonomía, Autenticidad, Libertad Consciente Y Espíritu Crítico, Que Prevalezca En El Respeto Por Los Valores Y Los Derechos Humanos, que promueva la convivencia pacífica y los principios democráticos, la preservación del ambiente en el cual habita. Que su integralidad sea la plataforma para desarrollar el trabajo productivo y la formación universitaria o tecnológica, permitiendo desenvolverse con éxito en la sociedad, respondiendo en forma creativa a las necesidades de transformación y desarrollo del mundo moderno en todas sus dimensiones.

## **PERFIL**

### **Perfil Del Estudiante**

El estudiante del Instituto Técnico Patios Centro Dos es una persona crítica, analítica, un agente activo de su propio desarrollo personal, capaz de transformar su realidad social, contribuyendo al crecimiento sostenible de su comunidad, integrándose al trabajo productivo o para continuar sus estudios superiores, que evoluciona cultural, espiritual y socialmente como ser humano incluyente.

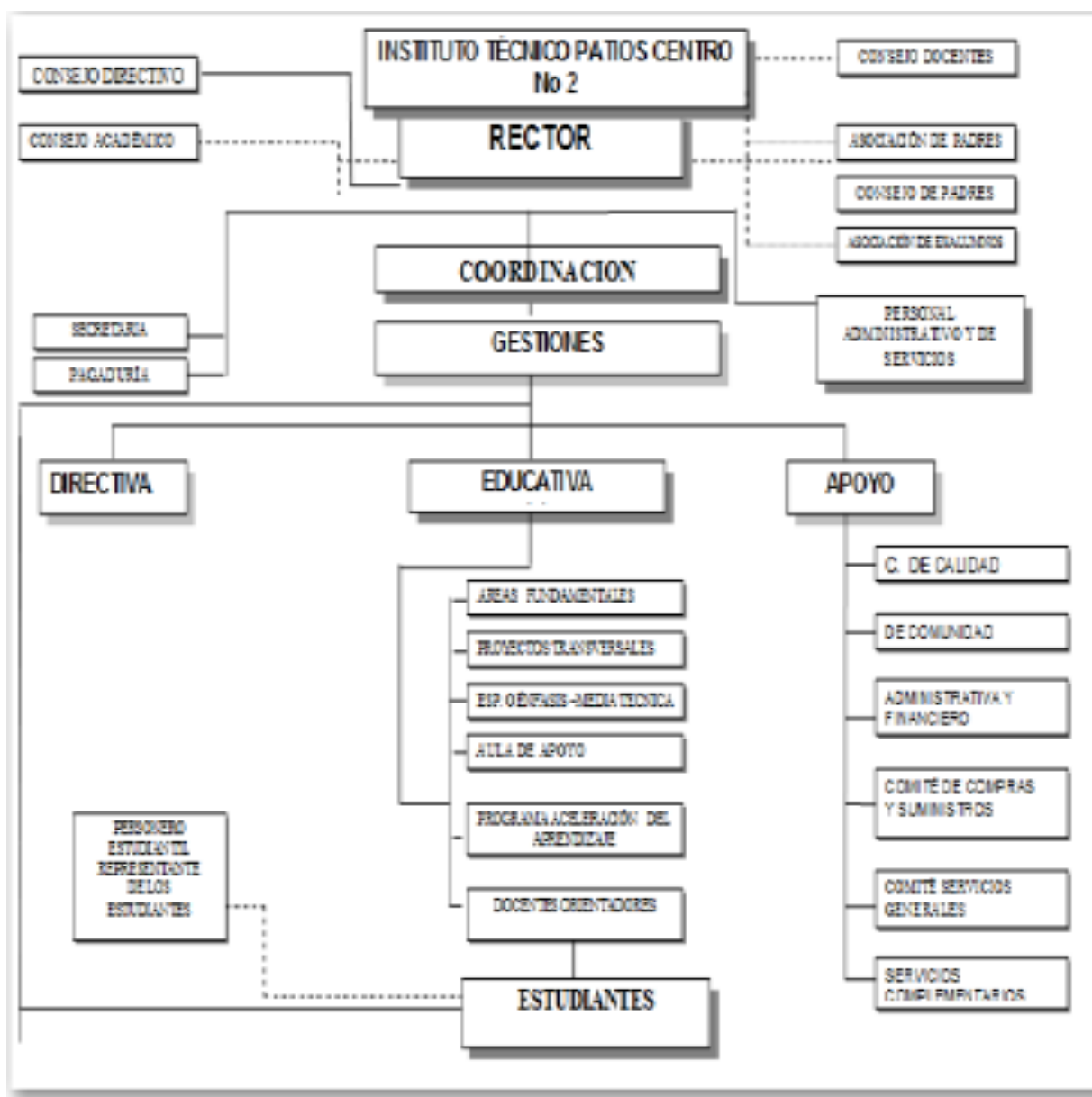
### **Perfil Del Docente:**

El educador del Instituto Técnico Patios Centro Dos es un auténtico profesional de la educación inclusiva, capaz de: producir conocimientos e innovaciones; de garantizar que los educandos se apropien del mejor saber disponible en la sociedad, de crear condiciones agradables para el autoestudio y el aprendizaje grupal cooperativo; es una persona equilibrada, de formación integral, justa, que ama su profesión y la desempeña con altos estándares de eficiencia, eficacia y calidad, que propenda por su continuo mejoramiento personal, académico, profesional y espiritual.

**Perfil De La Comunidad:**

La comunidad educativa del Instituto Técnico Patios Centro Dos es una población con conocimientos y expectativas nuevas, comprometida con los principios, fundamentos y metas institucionales, protagonista de procesos inclusivos que le permitan reconocer y solucionar sus problemas educativos, sociales, culturales a través de la interacción y el aporte cooperativo de los miembros, construyendo un proyecto de vida coherente con un ambiente sano, armonioso y feliz.

## ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL





## CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

Primer Periodo Semestral Lectivo	Iniciación De Clases lunes 21 De enero De 2021  Finalización De Clases Viernes El 11 De junio De 2021 (20 Semanas)
Segundo Periodo Semestral Lectivo	Iniciación De Clases Lunes El 08 De Julio De 2019  Finalización De Clases viernes 29 De Noviembre De 2021 (20 Semanas).
Primer Trimestre:	21 Enero Al 26 Abril 13 Semanas.
Segundo Trimestre	29 De Abril Al 16 De Agosto. 13 Semanas
Tercer Trimestre	19 De Agosto Al 29 De Noviembre. 14 Semanas
Vacaciones Estudiantes Receso Estudiantil	01 Al 20 De Enero ( 3 Semanas)
Semana Santa	Del 15 Al 19 De Abril (1 Semana).
Primer Semestre	Del 17 De junio Al 08 De julio (3 semanas)

Receso Estudiantil	Del 30 de Septiembre al 07 de Octubre (1 semana)
Receso Estudiantil	Del 03 al 30 de diciembre (4 Semanas)
Horario de entrada y salida de clases	De 6:00am a 12:00 pm

### SÍMBOLOS INSTITUCIONALES.

#### ***Logo Institucional:***

Los colores del logo representan a nuestro Departamento. Las letras ITPC representan las iniciales del nombre de la institución y el fondo en color rojo representa el número dos.



#### **Lema Institucional:**

El lema presenta a la institución como una entidad integral que no solo se preocupa por sus logros académicos sino por la formación de personas capaces de desenvolverse en el mundo actual con excelente conocimiento académico, pero principalmente, con alto sentido de liderazgo y formación en valores éticos y morales.

# "¡Más que conocimiento!"

## **Escudo Institucional:**

El escudo institucional presenta dos óvalos negros resaltados que indican la unión y el acompañamiento interinstitucional que rodea al instituto. El óvalo pequeño encierra la semilla que significa el inicio de la vida escolar y el círculo grande representa los avances obtenidos en la formación integral. El escudo está plasmado en los colores de la bandera del municipio de Los Patios: blanco, verde y amarillo. Blanco: significa pureza y la consecución de la paz la cual anhelamos todos/as bajo el principio espiritual que rige en la institución. Verde: significa vida y esperanza. Demuestra el compromiso con el medio ambiente promoviendo la investigación y la conservación.



## **MANUAL DE CONVIVENCIA**

*Manual De Convivencia Escolar Instituto Técnico Patios Centro Dos( 2016)*

*Acuerdo N°041*

RESOLUCIÓN N ° 001

Por la cual se establece el presente Manual de Convivencia Escolar el Rector en uso de sus atribuciones legales y

## **CONSIDERANDO**

- Que es indispensable establecer normas claras de convivencia para que los diferentes estamentos de la institución tengan una guía en la valoración de las

interrelaciones escolares.

- Que es necesario reconocer los derechos y deberes que le corresponden a todos los integrantes de la comunidad educativa, según la Constitución Nacional y las directrices del Ministerio de Educación Nacional para velar por el cumplimiento de los mismos.
- Que es urgente dar aplicación a los mandatos establecidos por la Constitución Política Nacional, Leyes y Decretos reglamentarios para el desarrollo de la educación integral.
- Que es justo estimular a quienes en sus relaciones practiquen los valores y las conductas deseables de nuestra sociedad Colombiana y plantear todo tipo de actividades que busquen la educación integral y el buen funcionamiento de la institución.
- Que para buscar el cumplimiento de los fines de la educación integral, se debe diseñar un manual que permita la participación armónica de toda la comunidad educativa.

## **RESUELVE**

Establecer el presente Manual de Convivencia, que se evaluará según las necesidades, para posibles ajustes y avances y que consta de los siguientes folios distribuidos en capítulos, así:

### **1.1 NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN: INSTITUTO TÉCNICO PATIOS CENTRO DOS**

Dirección Sede Principal: Avenida 4° calle 27 y 28 Barrio Patios Centro Teléfono: 5806648- 5564347

Correo Electrónico: ins\_tecpatioscentro2@sednortedesantander.gov.co

iepatiosdos@gmail.com

Sedes: La Sabana Av 4 N° 36 -70 Tel: 5807373

Patio Centro Uno Av 10 N° 30 – 46 Centro

Tel: 5807003 La Cordialidad Av 1 Cll 27 y28 Barrio la Cordialidad

Luis Enrique Avila Cll 27 N° 3E – 14

Doce de Octubre Cll 34 N° 3E - 140

Municipio: Los Patios

Modalidad: Mixto

Jornadas: Mañana, tarde y noche

## **PRINCIPIOS**

- Principio Espiritual: Se toma como fundamento el evangelio de Jesucristo contemplado en la Biblia el cual nos enseña el significado del amor al prójimo.
- Principio administrativo: Con trabajo en equipo y generando sentido de pertenencia dignificamos el trabajo por la educación pública ofreciendo un servicio eficiente, ágil y oportuno.
- Principio ambiental: El respeto del medio ambiente, la conservación de la tierra y el ser humano son parte de nuestra formación; la cual se fundamenta en la investigación.
- Principio axiológico: El proceso educativo propone herramientas sociales que fortalecen la convivencia mediante la práctica de valores culturales, espirituales y morales.
- Principio de participación: La garantía del proceso democrático toma como referente la participación de la comunidad educativa en todas las decisiones institucionales reflejando transparencia.
- Principio de emprendimiento: La aplicación de estrategias educativas orientará al educando para que sea un agente de cambio económico en el municipio.
- Principio de inclusión: El servicio educativo de calidad garantiza la plena participación en la educación como derecho fundamental a estudiantes que experimentan barreras para el aprendizaje y personas en situación de vulnerabilidad.

## ***VISIÓN***

El Instituto Técnico Patios Centro N°2 al 2020 será el apoyo empresarial de la región ofreciendo una educación integral humanitaria, con carácter inclusivo y competente que contribuya a la transformación y al mejoramiento del entorno y de la realidad social, siendo una persona útil a sí mismo y a la sociedad colombiana.

## ***MISIÓN***

El Instituto Técnico Patios Centro Dos formará ciudadanos integrales desde Preescolar hasta el Grado Once, a través de, una innovadora propuesta Pedagógica con bases inclusivas, académica, técnica y fundamentos tecnológicos de la información Colombiana TIC, que prepara a los estudiantes para el trabajo productivo y/o continuación de sus estudios profesionales que le permita actuar con éxito en el medio académico, laboral, cultural, científico, y social de la región.

## ***FILOSOFÍA***

El Instituto Técnico Patios Centro No 2 propender por la formación de principios ciudadanos, que promueva el ejercicio de los Derechos Humanos. La integralidad del proceso educativo mantiene la inclusividad y el respeto por la diversidad. La institución académica fortalece el trabajo productivo en sus convenios de formación técnica, orientando la transformación y desarrollo del municipio de Los Patios.

## ***VALORES***

**1. Respeto:** Se considera un valor supremo. Se basa en el reconocimiento propio de la dignidad humana, la vida. Es la esencia de las relaciones, de la vida en comunidad, del trabajo en equipo, es un valor innegociable que exige un trato amable y cortés. Es garantía de transparencia y se fundamenta en la convivencia sana y pacífica entre los miembros de la comunidad educativa. Para practicarlo es preciso tener una clara noción de los derechos fundamentales de cada persona, entre los que se destaca en primer lugar el derecho a la vida. El valor del respeto estará presente en la práctica de las leyes, las normas sociales, la cultura y los miembros de la comunidad educativa.

**2. Responsabilidad:** Busca cumplir con el deber de asumir las consecuencias de nuestros actos. Va ligado directamente a todas nuestras acciones de acuerdo con el valor de justicia y de cumplimiento del deber en todos los sentidos. De ella depende la estabilidad de las relaciones personales y académicas, implicando el buen uso de la libertad

**3. Honestidad:** Busca actuar siempre con base en la verdad y en la responsabilidad de nuestros actos; asume la construcción de un mejor ciudadano.

**4. Amor:** Son todas las acciones dirigidas hacia otros; basadas en la compasión, la tolerancia y la aceptación del ser. Este valor estimula el servicio social y desarrolla la

capacidad de ayuda al prójimo. Permite el adecuado establecimiento de relaciones de amistad, respeto y humildad.

**5. Equidad:** Es un valor y un derecho de la comunidad educativa. Valora la diversidad de la sociedad. Asume la responsabilidad de actuar conforme a la justicia.

### ***Objetivo General Del Manual De Convivencia***

Establecer un marco de referencia para fortalecer los derechos y deberes de la comunidad educativa establecidos para la convivencia, conforme a las normas establecidas por el Ministerio de Educación Nacional.

### ***Objetivos Del Manual De Convivencia***

La convivencia es un principio formativo en sí mismo y fundamental en el proceso educativo, y no solo un conjunto de normas disciplinarias. Las actuaciones escolares buscan favorecer propósitos educativos estimulando cambios en todos los aspectos de la comunidad educativa. Los objetivos dentro del plan de convivencia están en relación al cumplimiento de los derechos y deberes de la institución respetando y acatando la normativa nacional propuesta por MEN. Las normas de convivencia, tanto generales del centro como particulares del aula, concretan acciones preventivas, de promoción y seguimiento de medidas disciplinarias que se aplican con el fin último de generar mejores ciudadanos.

### ***Objetivos Específicos Del Manual De Convivencia***

- Facilitar a los órganos del gobierno escolar instrumentos y recursos en relación con la promoción de la cultura de paz, la mitigación de la violencia y la mejora de la convivencia en la institución.
- Fomentar en la institución, las actitudes y las prácticas que permitan mejorar el grado de aceptación y cumplimiento de las normas. Destacando el respeto a la diversidad y el fomento de la igualdad entre hombres y mujeres. -
- Prevenir, detectar, y desarrollar un seguimiento de los conflictos y la violencia escolar en el instituto, para el análisis y resolución pacífica de los mismos. -
- Fomentar la implicación de las familias con actividades conducentes a apoyar este aprendizaje en los hogares. Buscando el desarrollo integral del estudiante y de la sociedad sobre la base del respeto a la vida y los derechos humanos. -

- Fomentar en los estudiantes un sentido de pertenencia por el Instituto en la búsqueda del cuidado y la conservación de los bienes materiales de la institución. -
- Seguir la ruta y protocolo de aplicación del Manual de Convivencia por parte de la comunidad educativa.

## **DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES**

### ***Artículo 20. Derechos De Los Estudiantes:***

El Instituto Técnico Patios Centro Número 2, hace énfasis en niños, niñas y adolescentes según lo dispuesto en el artículo 44 de la constitución Política, se harán valer los derechos fundamentales de los niños del instituto.

Derecho al libre desarrollo de su personalidad, sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico (art. 16, Const. Política de Colombia) y las normas de convivencia establecidas en este manual.

Elegir de manera autónoma la práctica de valores éticos y morales en su vida; fundamentado en lo estipulado en los artículos 16,17 y 18 de la Constitución Política de Colombia de 1991.

Expresar de forma respetuosa, libre y responsable su pensamiento de acuerdo a lo consagrado en el artículo 20 de la Constitución Nacional.

Conocer el manual de convivencia, una vez sea aprobado por el consejo Directivo.  
20.5 Ser respetado como persona por toda la comunidad educativa.

Ser educado en los principios y valores formulados por la institución, así como la formación en los valores para la convivencia social.

Disponer de oportunidades para el desarrollo físico, mental, espiritual y social.

Acudir al conducto regular como mecanismo para la resolución de conflictos.

Participar activamente en el proceso educativo.

Recibir el carnet estudiantil que identifica la condición como estudiante activo del Instituto Técnico Patios Centro N° 2.

Gozar de un espacio de convivencia educativa.



Ser escuchado y participar en las actividades escolares a realizar dentro de la institución.

Conocer los servicios que presta el personal docente, directivo docente y personal administrativo, dentro del horario escolar.

Tener acceso a los servicios que ofrece la institución dentro de la jornada escolar.

Ser atendido en el horario establecido por la institución

Participar en campañas institucionales que generen el bienestar estudiantil.

Disfrutar del descanso, la recreación sana y el periodo de vacaciones.

Reconocer y respetar la propiedad de los útiles escolares propios y ajenos

Ser respetado en las ideas y creencias teniendo en cuenta los valores y principios que orientan la institución.

Portar debidamente el uniforme de la institución.

Conocer el plan de estudios de cada área y métodos de evaluación según el Sistema institucional de Evaluación de los Estudiantes.

Ser informado de los resultados de las pruebas realizadas, antes de ser publicados definitivamente.

Conocer las observaciones por escrito sobre el desempeño académico

Permanecer en las actividades programadas por la institución educativa.

Utilizar los diferentes espacios (biblioteca, auditorio, laboratorio, otros) y los útiles necesarios para el proceso de desarrollo educativo.

Recibir educación integral conforme con los principios, objetivos, perfil del estudiante en el Proyecto Educativo Institucional.

Presentar en caso de ausencia a la institución una excusa válida. (tres días hábiles) al coordinador respectivo.

Ser evaluado integralmente de acuerdo con los criterios establecidos por la legislación vigente, el SIEE y la normatividad interna de la Institución, conociendo

oportunamente la forma de evaluación, los avances durante el proceso y las dificultades que presente, así como sus resultados en los diversos periodos académicos.

Ser eximido de actividades físicas con soporte médico que identifique la causa.

Recibir asesoría y remisiones a especialistas en caso de presentar necesidades educativas especiales/ barreras de aprendizaje.

Ser elegido o elegido y participar en las diferentes instancias u órganos del gobierno escolar.

Representar a la institución en los eventos educativos con un buen desempeño académico y disciplinario.

Recibir en caso de discapacidad un proceso educativo especial teniendo en cuenta la clasificación y las herramientas profesionales con las que cuenta el Instituto Técnico Patios Centro N° 2.

Recibir los estímulos correspondientes a su liderazgo positivo de acuerdo con las posibilidades del institución y los que se establezcan en el presente Manual de Convivencia, previa evaluación de desenvolvimiento en sus diferentes actividades.

Ser reconocido, respetado y valorado por todos los miembros de la comunidad educativa.

Recibir y compartir un trato amable, cordial e imparcial con los integrantes de la comunidad educativa.

Ser respetado en su vida íntima.

Recibir una asesoría eficiente por parte del servicio de orientación cuando lo solicite o cuando sea remitido por un profesor o directivo, para conocer y asumir positivamente sus procesos de desarrollo integral.

Participar activamente en todos los eventos y proyectos de la institución que sean de su interés y competencia (deportivos, académicos, culturales, institucionales, sociales etc.

## **DEBERES DE LOS ESTUDIANTES**

### ***ARTÍCULO 21.***

El presente manual define las obligaciones y/o deberes del estudiante en el siguiente orden:

Conocer el manual de convivencia escolar, apropiarse de éste y cumplir con agrado los diferentes aspectos y parámetros que aquí se explican.

Valorar y respetar la vida del otro, así como su propia vida. (art. 11, Const. Política de Colombia).

Identificarse con la filosofía de la institución, visión, misión, principios institucionales y regirse por sus normas internas, demostrando sentido de pertenencia y amor por la misma.

Participar en los acuerdos y compromisos establecidos en el pacto de aula, acuerdos institucionales y otros definidos y adoptados por la Institución.

Responder satisfactoriamente a las exigencias de tipo académico contempladas en los planes de área y el SIEE de la Institución

Aceptar y cumplir puntualmente el horario de las actividades escolares programado por el Instituto Técnico Patios Centro N° 2.

Asistir y permanecer en clases de acuerdo al horario establecido, con el uniforme correspondiente y los útiles para el trabajo escolar.

Presentar cumplidamente las tareas, trabajos, evaluaciones y actividades que exijan los Docentes, absteniéndose de cualquier intento de copia.

Atender con interés a las clases, tomando parte activa en ellas, sin perturbar su normal desarrollo.

Cumplir con la exigencia mínima de asistencia a clases, reglamentada por el SIEE y el decreto 1860 para tener derecho a la respectiva promoción

Asistir puntualmente a las asesorías de aula de apoyo y orientación escolar cuando estas sean requeridas.

Realizar los reclamos sobre calificaciones definitivas de áreas. Al no usar este recurso, la calificación quedará como se le dio a conocer y no se aceptarán posteriores reclamaciones.

Justificar oportunamente las ausencias a los profesores, para no perder el derecho a que se practiquen las pruebas de evaluación que se hubiesen efectuado. Ausencia sin justificación dará como resultado una nota mínima que exista para el momento, dentro del proceso de evaluación determinado por el Sistema Institucional de Evaluación (SIEE) .

Cumplir con lo dispuesto en la Resolución 4210 del 12 de septiembre 1996 en su artículo 6° que reglamenta 80 Horas de servicio social estudiantil obligatorio.

Los estudiantes de otros programas, (Proyecto ser humano y aceleración del aprendizaje) que estén matriculados, también deben cumplir todas las normas que se establezcan en el presente Manual de Convivencia.

Entregar oportunamente a los padres o representantes la información verbal o escrita enviada por Directivos Docentes, Docentes, Administrativos y/o Asociación de Padres de Familia.

Cumplir con las normas de organización y aseo que determine la Institución.

Al iniciar la jornada escolar llegar cinco minutos antes a la institución para el respectivo ingreso.

Utilizar los servicios del Instituto, con respeto, con el objetivo principal de garantizar la seguridad y el bienestar de quienes lo comparten.

Hacer buen uso del vocabulario, respetando la dignidad humana. Tratar a las personas (directivos, profesores, compañeros, empleados administrativos y de servicios generales) con la debida consideración, respeto y cortesía.

21.21 Respetar y acatar las órdenes de las directivas y profesores de la institución, teniendo en cuenta el buen uso del conducto regular.

Evitar la utilización de equipos tecnológicos como celulares y otros implementos de comunicación con los cuales pueda interferir el normal desarrollo de las actividades académicas, culturales, cívicas y religiosas.

Cuidar las pertenencias, objetos de valor y colaborar en el cuidado de los bienes ajenos. El Instituto Técnico Patios Centro N° 2, no se hace responsable de la pérdida de ellos.

Respetar las diferencias individuales de los compañeros y por ningún motivo generar burlas de sus dificultades.

Asistir al colegio sobrio, evitando el consumo de bebidas alcohólicas, alucinógenos y cigarrillos dentro de la institución o en sus alrededores, o cualquier otro elemento o sustancia que ponga en riesgo la salud física o mental propia o de cualquier otro miembro de la comunidad.

Evitar el porte de cualquier tipo de armas que atenten contra la integridad física de la comunidad educativa.

Evitar las manifestaciones agresivas en forma oral, escritas en paredes, pupitres, tableros y baños.

Respetar la privacidad de los compañeros.

Buscar la calidad educativa a través del mejoramiento continuo, cultivando el hábito de la lectura, participando activamente en el desarrollo de las clases.

Asistir a las terapias propuestas por el docente orientador o de aula de apoyo pedagógico, o a las actividades remitidas por los mismos.

Participar activamente en los actos cívicos, culturales y deportivos, organizados por la institución con una actitud atenta de respeto.

Mantener en buen estado y presentación de aulas de clase, aulas especializadas y espacios comunes. Utilizar correctamente y cumplir con las normas establecidas en el bibliobanco escolar, con los materiales encontrados en este, los implementos deportivos, el material de laboratorio, sala de informática y demás ayudas didácticas.

Entregar en óptimas condiciones todos los implementos equipos y materiales utilizados para las labores académicas al terminar la jornada o año escolar.

Evitar retirarse de la institución durante la jornada escolar o cuando se encuentre en actividades extracurriculares sin previa autorización de coordinación o docente de disciplina asignado.

Respetar y acatar las órdenes de las directivas y profesores de la institución, teniendo en cuenta el buen uso del conducto regular.

Evitar la comercialización de cualquier artículo, rifa, mercancía, y/o producto de consumo para beneficio personal.

Responder personalmente y pagar por los daños causados a terceros o en cosa ajena, o daños de bienes institucionales, planta física, enseres y otros y la mala utilización de los elementos de uso colectivo.

Evitar usar las redes sociales para denigrar del buen nombre de cualquier compañero (a) o miembro de la institución educativa.

Realizar con esmero e interés los trabajos asignados por los profesores como actividades complementarias y de refuerzo, los cuales deberán ser entregados oportunamente y con buena presentación y contenido.

Abstenerse de participar en eventos que atenten contra la moral y buen nombre de la Institución.

Representar dignamente a la Institución en cualquier comité o reunión para el cual sea elegido o designado.

Permanecer en las aulas cuando el profesor esté ausente sin entorpecer el normal desarrollo del trabajo académico de los demás grupos. así mismo en los cambios de clase.

Portar debidamente los uniformes según sea la ocasión, con respeto, decoro y pulcritud, llevando en alto el buen nombre de la institución, de acuerdo con las normas consignadas en el Manual de Convivencia. En el caso de las estudiantes embarazadas, portar el camión de la Institución con un jumper del mismo color del uniforme establecido.

Conservar una presentación personal impecable dentro y fuera de la institución. Evitar usar el uniforme de la institución en horarios fuera de clase y en sitios no autorizados (calle, centros comerciales y otros).

Conocer, respetar y poner en práctica lo estipulado en el manual de convivencia.

Cumplir con los reglamentos establecidos en el presente manual.

## **DERECHOS Y DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA O REPRESENTANTE LEGAL**

### ***Artículo 22. Derechos De Los Padres De Familia O Representante Legal:***

La normatividad Colombiana desde la Constitución Política Nacional, la Ley General de Educación (Ley 115/94), el Decreto 1860/94, el Decreto 1286/05, el Código de Infancia y

Adolescencia (Ley 1098/06) y la Ley de Protección Integral a la Familia (Ley 1361 de 2009), son enfáticas en asignar a la familia el rol protagónico en la crianza y educación de sus hijos.

El artículo 7 de la Ley 115 de 1994, señala a la familia como primer responsable de la educación de sus hijos y el Decreto 1286 de 2005 el cual establece las normas sobre la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos oficiales y privados, establece los derechos del padre de familia, según el Artículo 2 del mismo Decreto son:

Elegir el tipo de educación que, de acuerdo con sus convicciones, procure el desarrollo integral de los hijos, de conformidad con la Constitución y la Ley.

Recibir información del Estado sobre los establecimientos educativos que se encuentran debidamente autorizados para prestar el servicio educativo.

Conocer con anticipación o en el momento de la matrícula las características del establecimiento educativo, los principios que orientan el proyecto educativo institucional, el manual de convivencia, el plan de estudios, las estrategias pedagógicas básicas, el sistema de evaluación escolar y el plan de mejoramiento institucional.

Expresar de manera respetuosa y por conducto regular sus opiniones respecto del proceso educativo de sus hijos.

Participar en el proceso educativo que desarrolle el establecimiento en que están matriculados sus hijos y, de manera especial, en la construcción, ejecución y modificación del proyecto educativo institucional.

Recibir respuesta suficiente y oportuna a sus requerimientos sobre la marcha del establecimiento y sobre los asuntos que afecten particularmente el proceso educativo de sus hijos.

Recibir durante el año escolar y en forma periódica, información sobre el rendimiento académico y el comportamiento de sus hijos.

Conocer la información sobre los resultados de las pruebas de evaluación de la calidad del servicio educativo y, en particular, del establecimiento en que se encuentran matriculados sus hijos.

Elegir y ser elegido para representar a los padres de familia en los órganos de gobierno escolar y ante las autoridades públicas, en los términos previstos en la Ley General de Educación y en sus reglamentos.

Ejercer el derecho de asociación con el propósito de mejorar los procesos educativos, la capacitación de los padres en los asuntos que atañen a la mejor educación y el desarrollo armónico de sus hijos.

Ser escuchados, respetados y atendidos, por profesores, directivos y demás funcionarios, en los horarios establecidos por la institución.

Recibir asesoría y orientaciones para mejorar la formación de sus hijos.

Recibir con suficiente anterioridad las citaciones, circulares, boletines e informaciones sobre los procesos educativos de sus hijos.

Participar en la planeación, ejecución y evaluación del Proyecto Educativo Institucional, reforma y ajustes del Manual de Convivencia de acuerdo con los mecanismos estipulados por la institución.

Conocer y participar en la planeación, desarrollo y ejecución de actividades programadas por la institución de carácter educativo y/o formativo.

Ser informado sobre las modificaciones que sufran los horarios, programas, actividades previamente establecidos y con antelación.

Estar informado sobre el rendimiento académico y comportamental de su hijo (a): faltas de convivencia social, inasistencia, bajo rendimiento, logros, debilidades o fortalezas.

### ***ARTÍCULO 23. DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA O REPRESENTANTE***

#### ***LEGAL:***

Según el Artículo 3 del Decreto 1286 de 2005, que establece las normas sobre la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos oficiales y privados, establece los deberes del padre de familia, según el Artículo 3 del mismo Decreto son:

Matricular oportunamente a sus hijos en el establecimiento educativo debidamente reconocido por el Estado y asegurar su permanencia durante su edad escolar obligatoria.



Conocer y asumir la filosofía, visión, misión, principios y objetivos de la institución, manual de convivencia y normas que la rigen.

Contribuir para que el servicio educativo sea armónico con el ejercicio del derecho a la educación y en cumplimiento de sus fines sociales y legales.

Cumplir con las obligaciones contraídas en el acto de matrícula, en el manual de convivencia, pactos de aula, acuerdos institucionales para facilitar el proceso educativo.

Contribuir en la construcción de un clima de respeto, tolerancia y responsabilidad mutua que favorezca la educación de los hijos y la mejor relación entre los miembros de la comunidad educativa

Comunicar oportunamente, y en primer lugar a las autoridades del establecimiento educativo, las irregularidades de que tengan conocimiento, entre otras, en relación con el maltrato infantil, abuso sexual, tráfico o consumo de sustancias psicoactivas ilegales, alcohol y tabaco. En caso de no recibir pronta respuesta acudir a las autoridades competentes.

Apoyar al establecimiento en el desarrollo de las acciones que conduzcan al mejoramiento del servicio educativo y que eleven la calidad de los aprendizajes, especialmente en la formulación y desarrollo de los planes de mejoramiento institucional.

Acompañar el proceso educativo en cumplimiento de su responsabilidad como primeros educadores de sus hijos, para mejorar la orientación personal y el desarrollo de valores éticos, morales y ciudadanos.

Participar en el proceso de autoevaluación anual del establecimiento educativo

Ejercer la autoridad como padres con amor, respeto y firmeza.

Asumir responsablemente el compromiso de ser los primeros educadores de los hijos

Acompañar y brindar orientación a los niños, niñas y jóvenes al momento de acceder a información vía web.

### **CAPÍTULO III: DERECHOS Y DEBERES DE LOS DOCENTES.**

#### ***ARTÍCULO 24. DERECHOS DE LOS DOCENTES:***

Los docentes vinculados al Instituto Técnico Patios Centro N° 2 son reglamentados los derechos de acuerdo al Decreto 2277 del año 1979 y el Decreto 1278 del año 2002.

Formar asociaciones sindicales con capacidad legal para representar a sus afiliados en la formulación de reclamos y solicitudes ante las autoridades del orden nacional y seccional.

Participar en los programas de capacitación y bienestar social y gozar de los estímulos de Carácter profesional y económico que se establezcan.

Disfrutar del periodo de vacaciones establecido por la Secretaría de Educación Departamental. (Calendario emanado por el MEN).

Solicitar y obtener los permisos, licencias y comisiones, de acuerdo con las disposiciones legales pertinentes.

Permanecer en el servicio y no ser desvinculado o sancionado, sino de acuerdo con las Normas y procedimientos que se establecen en el Decreto 2277 del año 1979 y 1278 del año 2002.

No ser discriminado por razón de sus creencias políticas o religiosas ni por distinciones Fundadas en condiciones sociales o raciales.

Participar en el gobierno escolar directamente o por medio de sus representantes en los órganos escolares.

Recibir un trato digno y respetuoso por parte de toda la comunidad educativa de la Institución.

Conocer todo lo referente a las políticas institucionales contenidas en el PEI.

#### ***ARTÍCULO 25. DEBERES DE LOS DOCENTES***

Los docentes vinculados al Instituto Técnico Patios Centro N° 2 son reglamentados los deberes de acuerdo al Decreto 2277 del año 1979 y el Decreto 1278 del año 2002.

Cumplir la constitución y leyes de Colombia.

Inculcar en los educandos el amor a los valores históricos y culturales de la Nación y el respeto a los símbolos patrios.

Desempeñar con eficiencia las funciones de su cargo.

Cumplir las órdenes inherentes a sus cargos que les impartan sus superiores jerárquicos.

Dar un trato cortés a sus compañeros y a sus subordinados y compartir sus tareas con espíritu de solidaridad y unidad de propósito.

Cumplir la jornada laboral y dedicar la totalidad del tiempo reglamentario a las funciones propias de su cargo. 25.7 Velar por la conservación de documentos, útiles, equipos, muebles y bienes del Instituto Técnico Patios Centro Dos.

Presentar una conducta pública acorde con el decoro y la dignidad del cargo.

Cumplir con las labores asignadas y no abandonarlas sin autorización previa.

Buscar de manera permanente el mejoramiento de la calidad del proceso enseñanza - aprendizaje y sus resultados, mediante la investigación y la innovación, de acuerdo con el plan de desarrollo educativo de la correspondiente entidad territorial y el Proyecto Educativo Institucional

Mantener relaciones cordiales con los padres, acudientes, alumnos y compañeros de trabajo, promoviendo una firme vinculación y una cooperación vital entre la escuela y la comunidad y respetar a las autoridades educativas.

Participar en la construcción, actualización y socialización del Proyecto Educativo Institucional

### **LEY GENERAL DE EDUCACIÓN 115 DE 1994**

La ley 115 de Febrero de 1994, señala los fines y objetivos educativos, el concepto de currículo; los diferentes tipos y niveles de educación. Las formas de participación de los estudiantes, padres de familia y docentes, el gobierno escolar y otros aspectos relacionados con el Manual de Convivencia, con la profesionalización del servicio educativo. Esta ley se convierte en soporte para diseñar el Manual de Convivencia y estructurar el gobierno escolar, son relevantes todos sus artículos y en especial 87, 91, 93, 94, 142, 143, 144 y 145.

### **DECRETO 1860 DE 1994 POR EL CUAL SE REGLAMENTA PARCIALMENTE LA LEY 115 DE 1994, EN LOS ASPECTOS PEDAGÓGICOS Y ORGANIZATIVOS GENERALES.**

Las normas reglamentarias contenidas en el presente Decreto se aplican al servicio público de educación formal que presten los establecimientos educativos del Estado, los privados, los de carácter comunitario, solidario, cooperativo o sin ánimo de lucro. Su

interpretación debe favorecer la calidad, continuidad y universalidad del servicio público de la educación, así como el mejor desarrollo del proceso de formación de los educandos.

### **LEY DE INFANCIA Y ADOLESCENCIA 1098 DE 2006.**

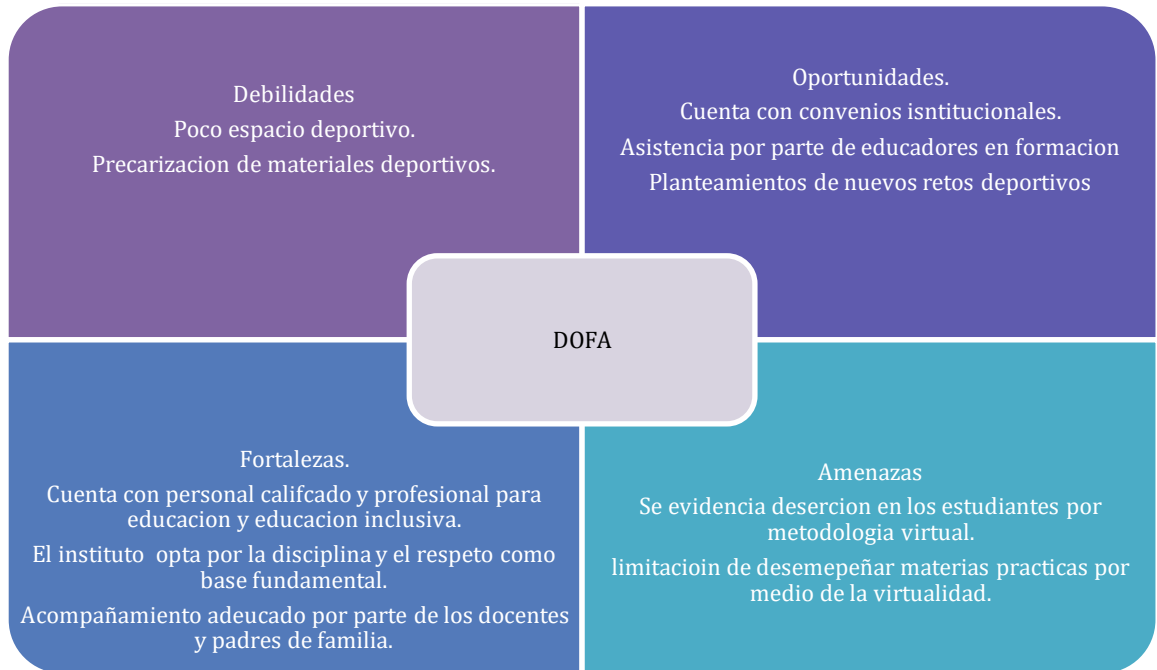
Consagra los derechos del menor, las formas de protección y las obligaciones que le corresponden a la familia, a las instituciones educativas y a las autoridades del Estado. Este Código tiene por finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna.



### **UNIFORME**



## MATRIZ DOFA



## **CAPÍTULO II**

### **Título.**

Implementación de estrategias pedagógicas que permitan optimizar la condición física en tiempo de pandemia en los estudiantes del Instituto Técnico Patios Centro Sede Patios Centro N°1, al momento de realizar los ejercicios de educación física de manera virtual.

### **Objetivo General.**

Proporcionar estrategias pedagógicas implementadas por medio de las TIC 'S, para optimizar la condición física en los estudiantes del Instituto Técnico Patios Centro No 2 sede Patio Centro N°1, ejecutando ejercicios de educación física de manera virtual.

### **Objetivos Específicos.**

Analizar las posibilidades de activar la condición física de los estudiantes por medio de clases virtuales de educación física.

Proporcionar estrategias pedagógicas que incentiven a los estudiantes a utilizar el medio físico como medida preventiva

Evaluar la efectividad de las estrategias implementadas por medio de una encuesta.

### **Planteamiento del Problema.**

¿Cómo evitar las lesiones que puedan surgir en los estudiantes del Instituto Técnico Patios Centro N°1, al momento de realizar ejercicios de educación física de manera virtual?

### **Descripción del Problema.**

Dentro de la necesidad encontrada de acuerdo a la alerta sanitaria que se vive actualmente no solo en Colombia, sino a nivel mundial, la mayoría de los escenarios productivos se vieron en la obligación de cerrar sus actividades y uno de estos sectores fue el educativo, trasladando todas sus actividades de manera virtual. La propuesta pedagógica nace de la necesidad presentada anteriormente donde se puede delimitar el trabajo de investigación por medio de estas preguntas en primer lugar ¿Cómo evitar las lesiones que puedan surgir en los estudiantes del Instituto Técnico Patios Centro N°1, al momento de realizar ejercicios de educación física de manera virtual? ¿cual es la motivación que se puede evidenciar en los estudiantes a la hora de desarrollar materias prácticas por medio de la virtualidad?

No obstante, se continuó practicando el deporte y la actividad física a cualquier nivel, se proyectaron espacios en la televisión para sustituir las lecciones del gimnasio tradicional y pasó a ser ante todo una medicina para el estrés de la población. No es por casualidad que muchos estudios apuntan a que: "La promoción de estilos de vida saludable durante la pandemia asociada a COVID-19, va dirigida a mejorar el entorno y la sociedad en que se vive (entornos saludables) y, por otra parte, a optimizar las capacidades de las personas para llevar una vida más sana" (Romero et al., 2020, p. 32)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) sostiene que "el comportamiento sedentario y los bajos niveles de actividad física pueden tener efectos negativos en la salud, el bienestar y la calidad de vida de las personas, mientras que la actividad física y las técnicas de relajación pueden ser herramientas valiosas para ayudar a mantener la calma y proteger su salud durante las cuarentenas" (2020). De acuerdo a lo anterior, la actividad física es denominada por tener un alto potencial en reducir la gravedad de las infecciones por COVID-19, esto relacionado con lo que sucede a nivel fisiológico, sin embargo cabe destacar que cada actividad física debe ser supervisada por lo menos por alguien que tenga aptitudes en la materia.

Ya sea la Educación Física tradicional o virtual, el objetivo fundamental post pandemia debe ser dirigido a las capacidades físicas, coordinativas, motoras, pero más que todo a la capacidad del ser humano de crear, luchar y sostener el bienestar y la felicidad, Colef, (2020) sostiene que: "En definitiva, la Educación Física es fundamental para el desarrollo integral del alumnado. Por eso, debemos garantizar que se imparta de forma segura y responsable, para el personal docente y el alumnado, asegurando así que adquieran las competencias básicas y les aporte las habilidades y oportunidades de promoción de la salud y bienestar, tan importantes durante estos tiempos inciertos y difíciles. Esto también les ayudará a tener herramientas y desarrollar resiliencia en el futuro" (p. 26).

Pero desafortunadamente una de las mayores limitantes que se pueden presentar a la hora de desarrollar la clase de Educación Física, es el mínimo contacto para verificar que cada acción sea correctamente ejecutada, esto con la utilidad de mitigar malos movimientos, mitigar las lesiones o daños por ejecutar indebidamente los ejercicios prácticos.

## **Justificación.**

Teniendo en cuenta que la capacitación que tienen los docentes o entrenadores en utilización de las herramientas tecnológicas enfocadas a la enseñanza del deporte en específico en este caso el de desarrollar clases de Educación Física, se desconoce de cierto modo las herramientas o ayudas tecnológicas que se pueden apropiar para el desarrollo de la asignatura.

Se ha hablado que el concepto de didáctica es una competencia del maestro e incluye una amalgama de elementos, no solamente los conocimientos sobre el área, que por supuesto son muy importantes; ahora se reconocerá que son y para qué sirven las estrategias didácticas. Existen diferentes consideraciones las cuales serán traídas a colación por la relación con este trabajo. Según Díaz, F & Hernández, “Son todas aquellas ayudas planteadas por el docente que se proporcionan al estudiante para facilitar un procesamiento más profundo de la información; todos aquellos procedimientos o recursos utilizados por quien enseña para promover aprendizajes significativos.

El énfasis se encuentra en el diseño, programación, elaboración y realización de los contenidos a aprender por vía verbal, escrita o práctica. Para que todo esto suceda es necesario que las estrategias de enseñanza sean diseñadas de tal manera que estimulen a los estudiantes a observar, analizar, opinar, formular hipótesis, buscar soluciones y descubrir el conocimiento por sí mismos. (Díaz, F & Hernández. 2010).

Un tema interesante dentro de esta propuesta son Los Hábitos Posturales, es otro de los factores de riesgo que se deben de controlar para prevenir lesiones; así en el ámbito educativo este factor debe de ser controlado a través de una correcta educación, mediante la realización de ejercicios correctos y la concienciación de los inadecuados.

Así, con uso correcto del cuerpo y un mejor conocimiento teórico-práctico de los principios básicos del movimiento, podemos disminuir el peligro de lesiones tanto en actividades propias de la Actividad Física y el Deporte (ejercicios de fuerza-resistencia como los abdominales o de estiramientos, etc.) como en aquellas actividades de la vida cotidiana (postura de sentado, levantar y/o transporta un peso, etc.



## **Población.**

La población seleccionada para llevar a cabo la práctica profesional docente fueron estudiantes del Colegio Instituto Técnico Patio Centro N°2 de los patios, estudiantes que comprenden en edades de 12 años a 15 años de edad, edades que se encuentran los estudiantes de los respectivos grados 601- 602- 701- 702, cursos que comprenden un aforo de 40 estudiantes

## **Marco Teórico.**

### ***Antecedentes.***

**Título:** El Aula Virtual Como Estrategia Para El Apoyo De La Enseñanza De Temáticas Del Fútbol En El Club Caterpillar Motor (2017)-

**Resumen :** Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) han transformado en los últimos años las reglas de acción de nuestra sociedad. La Educación Física, evidentemente, no se queda fuera. Pese a tener unas características muy especiales como área curricular, la conexión entre la disciplina y las tecnologías se ha realizado en las últimas décadas y está pendiente de consolidarse. El análisis de algunos ejemplos nos hace pensar que las expectativas relativas a esta conexión se orientan fundamentalmente hacia un esfuerzo de adecuación que consolide el uso de las tecnologías como una herramienta didáctica que represente un apoyo real a la innovación y a la investigación del área.

El objetivo de este trabajo fue conocer los efectos del uso del blog como recurso de apoyo a la materia de Educación Física. 108 estudiantes de 4° de ESO participaron en la experiencia, desarrollada durante un curso escolar. Los datos se recogieron mediante un cuestionario desarrollado ad hoc, la investigación se caracterizó por utilizar un enfoque cualitativo, optando por conclusiones que también se realizaron entrevistas semi-estructuradas para obtener más información. Los resultados indican el gran valor pedagógico que los estudiantes dan a estas herramientas digitales.

**Palabras Claves :** Sistema educativo, material apoyo

**Aporte :** Esta investigación aporta en el proceso del proyecto porque se está haciendo un cambio en el proceso de enseñanza basado en las tecnologías de la información buscando utilizar diferentes métodos de aprendizaje, eso quiere decir que es novedoso utilizar este tipo

de herramienta en procesos de formación generando nuevas didácticas en profesores en ámbitos de educación formal

**Título:** Estrategia Didáctica Para El Desarrollo De La Educación Física Desde Una Mirada Lúdica Y Humana, En La Básica Primaria De La Institucion Educativa Jose Antonio Galan De Puerto Boyacá.

**Resumen :** Este trabajo de grado es una propuesta de estrategia didáctica para el desarrollo de la educación física desde una mirada lúdica y humana, en la básica primaria de la institución educativa José Antonio Galán, de Puerto Boyacá. Producto de la investigación de la forma como se lleva a cabo este proceso y la formación de los docentes en esta área.

La propuesta se estructura, luego de haber agotado las fases de construcción conceptual, diagnóstico y hallazgos; de acuerdo a estos últimos, la propuesta aborda tres categorías, elementos del docente, características de los estudiantes y apropiación y dominio conceptual y curricular; puntos centrales de las necesidades en las prácticas docentes; de donde resultan tres eje transversales que a la vez son momentos, que se deben abordar para coadyuvar en mejorar el proceso de enseñanza – aprendizaje del área de educación física, en la institución; estos son el docente, el currículo y el estudiante.

**Palabras Claves:** Educación física, didáctica, lúdica, humanización.

**Aportes:** Busca que los docentes participen en la reconstrucción de sus experiencias, intereses y expectativas, a partir del fortalecimiento de elementos conceptuales, pedagógicos y didácticos del área de educación física, lo que contribuirá a mejorar la competencia en su quehacer. Dando relevancia a la construcción del ser humano a partir de la expresión y la lúdica. Se mejorará la planeación y construcción del currículo, el área, la clase y la relación con sus semejantes y los estudiantes

**Título:** Estrategias Didácticas En La Educación Física Para Mejorar La Psicomotricidad En La Persona.

**Resumen:** El uso de estrategias didácticas en la Educación Física ha venido cobrando vigencia especialmente en las últimas décadas con la aplicación de diferentes herramientas como Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). En un mundo en el que

todo está regido por las tecnologías y que está de moda el hacer deporte, ya que se sabe lo ideal que es para la salud, tanto mental como general, es interesante relacionar estas dos ramas de la educación, con la intención de motivar a las personas a los que va dirigido, para así utilizar estas tecnologías y conocer nuevas formas de actividad física, hace necesario tener como referencia la educación a nivel global como punto de partida, donde se logren identificar los cambios que ella ha venido presentando a través de los años, y se consolide la idea de actualidad en educación más allá de la preservación de los legados y valores que en el transcurso de la historia han posibilitado la evolución de las sociedades. La Didáctica de la Educación Física tiene como fin la transmisión de estos valores, conocimientos y propuestas prácticas de forma ordenada mediante la acción del docente sobre los estudiantes, de manera tal que, la búsqueda de la calidad y la eficacia en la enseñanza de la Educación Física sea un propósito que todo docente persiga a la hora de ejercer su práctica. El trabajo que se presenta tiene como propósito revisar las variables y estrategias didácticas más determinantes para conseguir un buen desarrollo del aparato psicomotor. El estudio planteado basa su metodología en la revisión documental cualitativa de la práctica docente describiendo el uso de los recursos didácticos disponibles para una formación integral, dando como resultado una propuesta didáctica

**Palabras claves :** Educación Física, evolución de la Educación Física, didáctica de la Educación Física, metodologías y estilos de enseñanza, Tecnologías de la Información y la Comunicación en la Educación Física, psicomotricidad, deporte, actividad física.

**Aportes:** Para la aplicación, seguimiento y evaluación de esta propuesta es necesario implementar un conjunto de instrumentos enfocados en diagnosticar las diferentes habilidades psicomotrices, de este modo es factible observar y medir el desarrollo y refuerzo psicomotor resultante gracias a esta propuesta. Esta propuesta basada en la psicomotricidad tiene un alto valor educativo en la medida en que permite un conjunto de experiencias corporales enfocadas en lograr niveles de simbolización y representación de la imagen propia, el esquema corporal, la comprensión del mundo, la comunicación y la relación e interacción con el entorno

**Título:** La Educación Física Y El Deporte Como Medios Para Adquirir Y Desarrollar Valores En El Nivel De Primaria

**Resumen:** La pérdida de valores es uno de los principales desencadenantes de conductas negativas en niñas, niños y jóvenes. Este fenómeno se atribuye en parte, a que

valores sociales primordiales no se enseñan ni promueven en la familia, la escuela ni en el medio donde se desenvuelven estas personas. De ahí el interés de analizar el potencial que tiene en la educación básica la educación física y el deporte, como medios para apoyar y promover el desarrollo de valores sociales positivos; además, de que su presencia en el sistema educativo nacional contribuye al desarrollo del carácter, la personalidad, y la forma de pensar y actuar la persona. El artículo propone que los componentes del Programa de Educación Física permitan la enseñanza y el fomento de valores como la tolerancia y la identidad, entre otros. Se concluye que la educación física, por medio de las actividades lúdicas, recreativas y deportivas proporciona espacios para fomentar hábitos y valores que fortalecen la voluntad para alcanzar una mejor salud física, equilibrio psicosocial y, por consiguiente, una adecuada calidad de vida.

**Palabras Claves:** Actividad física, deporte, Educación Física y valores, enseñanza de valores en el sistema educativo formal de Costa Rica.

**Aportes:** Como lo afirma Sergio (1999), el hecho de que el hombre esté en movimiento es una señal de esperanza situándose al nivel existencial y no sólo mecánico o físico; por lo que la educación física como una ciencia integralmente humana, debe utilizar al ejercicio, los juegos y los deportes para lograr sus objetivos eminentemente educativos, entre ellos, los valores

**Título :** Por una Educación Física virtual en tiempos de COVID

**Resumen:** El virus Sars-Cov-2 ha provocado inevitablemente la enfermedad Covid-19. Ha sido una de las peores noticias que le ha acontecido a la humanidad en estos duros inicios del siglo XXI. Los daños materiales y pérdidas de vidas humanas han sido significativos, así como los efectos colaterales desde el punto de vista social y psicológico. En respuesta a contener o contrarrestar estas elevadas afectaciones, diversas áreas del saber y de la actividad humana se activan, se multiplican y crean nuevas estrategias de mitigación. Una de las áreas que más ha aportado durante los períodos de cuarentena y posteriores a este, es el área de la Cultura Física, el deporte y específicamente la didáctica de la Educación Física.

El objetivo de este trabajo es realizar una sistematización sobre un grupo de publicaciones científicas referidas a la actividad física, el deporte y la Educación Física en tiempos de COVID, enfocadas en el entorno virtual y el empleo de las TICs. Con este estudio, se pretende realizar un análisis sobre las principales posiciones de los autores en

función de obtener un criterio sobre las potencialidades de la Educación Física virtual para enfrentar los embates de la COVID-19. Unido a esta periodización se añadirá un grupo de recomendaciones metodológicas dirigidas a perfeccionar el trabajo del docente de Educación Física con el empleo de las Tics en estos momentos excepcionales que atraviesa la humanidad

**Palabras clave:** Educación Física; Entorno virtual; COVID-19

**Aportes:** La virtualidad es un avance tecnológico que puesto en manos de la población implica un sinnúmero de ahorro de recursos y prolifera una valiosa interacción entre su el alumnado. Sin embargo, son muchas las acciones que se deben acometer no sólo para poner a disposición de los educandos estos recursos sino de prepararlos para que puedan hacer un buen uso de éstos. Es indudable que la Educación Física virtual fue creada para proveer al mundo de actividad física y deporte para todos, en nuestras manos está hacer posible su misión durante la COVID-19 y felizmente después de ella.

**Título:** El Impacto De La Actividad Física Y El Deporte Sobre La Salud, La Cognición, La Socialización Y El Rendimiento Académico: Una Revisión Teórica

**Resumen:** Las investigaciones acerca de los beneficios de la actividad física y el deporte suelen estar enmarcadas dentro del discurso médico, que propende por la práctica de deporte con miras a disminuir la probabilidad de ocurrencia de patologías de origen cardiaco, respiratorio, metabólico, entre otras. Si bien estos discursos son importantes, por mucho tiempo se ha desconocido, o al menos no se ha reconocido la importancia del deporte en otros contextos de la vida humana. En este artículo se presenta una serie de investigaciones que hacen evidente los beneficios que el deporte tiene en cuanto a procesos de socialización, procesos mentales, rendimiento escolar y mejoramiento de la calidad de vida de las personas que lo practican.

**Palabras Claves:** Beneficios cognitivos, actividad mental, deporte, actividad física.

**Aporte:** Hay evidencia de tipo teórica que nos indica que el ejercicio físico tiene una fuerte influencia en factores que no se habían considerado anteriormente. Véase estados emocionales como ansiedad y depresión, disminución del estrés, mejoras de las capacidades intelectuales y cognitivas, apoyados en cambios funcionales a partir de la práctica de actividad física y deporte. Esto implica que la actividad deportiva puede considerarse un

elemento central y fundamental en los programas de promoción de la salud para poblaciones infante-juveniles con y sin patologías específicas -como las dificultades de aprendizaje, los síntomas de hiperactividad, algunos casos de deficiencia mental y conducta disocial-. Una vez más, solo una perspectiva sistémica bio-psico-social-ambiental del ser humano permite entender que las diferentes funciones fisiológicas y cognitivas están interrelacionadas y que cambios o modificaciones positivas en algunas de ellas van a repercutir en cambios y modificaciones en esferas diferentes del organismo humano.

Hace muchos siglos, cuando planteaban que una mente sana podía existir en un cuerpo sano -y viceversa- los griegos tuvieron una visión holista del ser humano. Nuestra revisión evidencia que estaban por el camino adecuado y que este es el que debemos recorrer en futuras investigaciones que pretendan desarrollar una intervención integral en la promoción, prevención y tratamiento de muchas patologías humanas.

**Título:** Estado de conocimiento de la Educación Física en la investigación educativa

**Resumen:** Este artículo surge de una investigación documental cuyo objetivo fue identificar las posturas conceptuales sobre la Educación Física presentes en la investigación educativa producida en Colombia entre 1998 y 2012. Se hizo un análisis de contenido de las investigaciones que indagan en el marco de la Educación Física “sobre lo que educa o sirve para educar”. Se identificaron 213 investigaciones educativas desarrolladas en el contexto de la Educación Física y, tras ser analizadas, se identificaron las perspectivas conceptuales (corrientes, tendencias o escuelas de pensamiento) de educación física, de cuerpo y de motricidad, lo que significa un abordaje de los elementos constitutivos de estos campos de investigación. Las conclusiones muestran un predominio de la corriente teórica de la psicomotricidad y la perspectiva conceptual marcada por el deporte, una tendencia educativa moral y la emergencia de nuevas descripciones epistémicas.

**Palabras Claves:** Educación Física Investigación educativa Cuerpo Motricidad Psicomotricidad Deporte

**Aporte:** En este estudio se encontró un mayor predominio en la investigación educativa de la psicomotricidad y la corriente físico deportiva, hallazgos que se corroboran con estudios como el estado de arte realizado en México entre 1992-2003 por Eisenberg (2007). A pesar de la crítica psicologista y dualista que fundamenta el enfoque psicomotriz, y de que sus planteamientos se incardinan en el campo de las Ciencias de la Educación y en la terapia, esta corriente logra darle un giro a la concepción de la Educación Física en el

contexto educativo como alternativa de enseñanza, particularmente en España y Latinoamérica.

**Título:** La Práctica De La Educación Física Y Sus Riesgos

**Resumen:** En resumen, en este trabajo se analizan las causas inmediatas de algunos accidentes ocurridos y también en dicho estudio sacó la conclusión que los daños han sido; de lesión leve, de gravedad o la muerte de algunos alumnos según los casos. Además se recomiendan algunos consejos o medidas preventivas como modelo para liberar o atenuar la responsabilidad civil, ante los numerosos daños que ocurren en nuestro país.

**Palabras Clave:** Accidentes, Responsabilidad Civil, Daño; Obligación; Prevención; Culpa; Negligencia, y Riesgo.

**Aporte:** La conclusión a la que se arriba en este trabajo, es que si estas variables se aplicarán y que son las medidas mínimas de seguridad. Se reducirían en un alto porcentaje de riesgo de accidentes, en un (90 %).

**Título:** LESIÓN DEPORTIVA DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOLÓGICA POSITIVA EN YUCATÁN (MÉXICO)

**Resumen:** En este trabajo se presenta un análisis del papel de la psicología del deporte en las lesiones deportivas y su desarrollo con un énfasis en lo positivo. Con el paso del tiempo, la psicología del deporte ha brindado novedosas opciones para el tratamiento de las lesiones deportivas. El rol del psicólogo del deporte en la prevención, tratamiento y rehabilitación ha sido de gran importancia en el trabajo interdisciplinario para disminuir el efecto negativo de las lesiones en el deportista y lograr en él una recuperación completa y satisfactoria en la mayoría de los casos. En el estado de Yucatán (México) la psicología del deporte ha tenido un auge considerable, lo cual se demuestra en el proceso psicológico que se realiza con los deportistas lesionados usando un enfoque positivo. Esta labor, en conjunto con los profesionales de la salud, brinda al deportista una mayor probabilidad de recuperación.

**Palabras Claves:** Psicología del deporte; Prevención; Tratamiento; Rehabilitación; Trabajo interdisciplinario; Enfoque positivo.

## MARCO CONCEPTUAL

### ***Actividad Física.***

La actividad física es todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo. Caminar, correr, bailar, nadar, practicar yoga y trabajar en la huerta o el jardín son unos pocos ejemplos de actividad física. Según las recomendaciones sobre actividad física que el Departamento de Salud y Servicios Sociales (HHS, por sus siglas en inglés) publicó en 2008 para los estadounidenses ("2008 Physical Activity Guidelines for Americans" [external link en inglés solamente](#)), por lo general el término "actividad física" se refiere a los movimientos que benefician la salud. El ejercicio es un tipo de actividad física que es planificado y estructurado. Levantar pesas, tomar una clase de aeróbicos y practicar un deporte de equipo son ejemplos de ejercicio.

La actividad física produce efectos positivos en muchas partes del cuerpo. Este artículo se concentra en los beneficios que la actividad física representa para el corazón y los pulmones. También contiene consejos para iniciar y mantener un programa de actividad física. La actividad física hace parte de un estilo de vida saludable para el corazón. Un estilo de vida saludable para el corazón también incluye consumir una alimentación saludable para el corazón, mantener un peso saludable, controlar el estrés y dejar de fumar..

### **Tipos de Actividad Física.**

#### ***Actividad aeróbica***

La actividad aeróbica pone en movimiento los músculos grandes, como los de los brazos y las piernas. Correr, nadar, caminar, montar en bicicleta, bailar y dar saltos en tijera son ejemplos de actividad aeróbica. La actividad aeróbica se llama también actividad de resistencia.

La actividad aeróbica hace latir al corazón más rápido que de costumbre. Durante este tipo de actividad la respiración también se hace más rápida. Con el tiempo, la actividad aeróbica que se realiza con regularidad hace que el corazón y los pulmones sean más fuertes y funcionen mejor.

#### ***Otros tipos de actividad física***



Los otros tipos de actividad física —las actividades para fortalecer los músculos, las que fortalecen los huesos y los estiramientos— benefician al cuerpo de otras formas. Las actividades de fortalecimiento muscular mejoran la fuerza, la potencia y la resistencia de los músculos. Hacer flexiones de brazos en el suelo (lagartijas), hacer abdominales, levantar pesas, subir escaleras y cavar en la huerta o el jardín son ejemplos de actividades de fortalecimiento muscular. En las actividades de fortalecimiento de los huesos, los pies, las piernas o los brazos sostienen el peso del cuerpo y los músculos ejercen presión contra los huesos. Esto ayuda a fortalecer los huesos. Correr, caminar, saltar a la cuerda y levantar pesas son ejemplos de actividades de fortalecimiento de los huesos.

Las actividades de fortalecimiento muscular y de fortalecimiento de los huesos también pueden ser aeróbicas. Todo depende de si obligan al corazón y a los pulmones a trabajar más que de costumbre. Por ejemplo, correr es una actividad aeróbica y de fortalecimiento de los huesos. Los estiramientos mejoran la flexibilidad y la capacidad de mover completamente las articulaciones. Tocarse los dedos de los pies, hacer estiramientos laterales y hacer ejercicios de yoga son ejemplos de estiramientos.

### **Riesgos de la Actividad Física.**

En general, los beneficios de la actividad física superan con creces los riesgos a que se exponen el corazón y los pulmones. En raras ocasiones se presentan problemas del corazón a consecuencia de la actividad física. Entre estos problemas se cuentan las arritmias, el paro cardíaco súbito y el ataque cardíaco. Ocurren generalmente en personas que ya tienen enfermedades del corazón. El riesgo de presentar problemas del corazón a consecuencia de la actividad física es mayor entre los adolescentes y los adultos jóvenes que tienen problemas cardíacos congénitos. El término “congénito” se refiere a un problema del corazón que ha estado presente desde el nacimiento.

Entre los problemas cardíacos congénitos se cuentan la miocardiopatía hipertrófica, los defectos cardíacos congénitos y la miocarditis. Las personas que sufren estas enfermedades deben preguntarle a su médico qué tipos de actividad física pueden realizar sin peligro. Entre las personas de edad madura y avanzada, el riesgo de presentar problemas del corazón debido a la actividad física tiene que ver con la enfermedad coronaria. Las personas que sufren enfermedad coronaria tienen más probabilidades de tener un ataque cardíaco cuando están realizando ejercicios intensos que cuando no lo están haciendo.

El riesgo de presentar problemas del corazón debido a la actividad física tiene que ver con el estado físico de cada persona y con la intensidad de la actividad que esté realizando. Por ejemplo, una persona que no está en buen estado físico corre más riesgo de sufrir un ataque cardíaco durante una actividad intensa que una persona que está en buena forma.

### **Estrategias.**

Las estrategias pueden clasificarse de acuerdo a distintos criterios, como puede ser su área de aplicación (estrategias militares, empresariales, publicitarias, deportivas, etc.), su posicionamiento frente al adversario (estrategias ofensivas, defensivas, mixtas) o bien su área de aplicación en un proceso determinado (estrategias generales y específicas).

**Estrategias funcionales.** Enfocadas en el objetivo específico de un negocio o de un departamento dentro de una organización, determinan los enfoques específicos y las tareas que deben emprenderse para tener éxito a nivel local.

**Estrategias operacionales.** Por su parte, se enfocan en la operatividad de una empresa u organización, es decir, a sus actividades cotidianas y continuas, o sea, a su protocolo y sus procedimientos.

### **Riesgos Físicos en la actividad física.**

La práctica de algunos ejercicios gimnásticos con o sin aparatos (vertical, Media Luna, mortal atrás, saltos de Cajón, etc.), de pruebas atléticas clásicas (bala disco, jabalina, garrocha, martillo, etc.), que en la actualidad están caracterizados como actividades extremas; que pueden acarrear los accidentes y de otros deportes (natación, handball, fútbol, rugby, etc.) De estos accidentes dan cuenta varios informes de las autoridades Escolares y numerosos reclamos de los padres de los damnificados, en el ámbito de la Provincia de Mendoza. (Informe D.G.E. Año 1998) y de todo el País.

Estas actividades son consideradas extremas o de alto riesgo. Es necesario que los Profesores de Educación Física verifiquen las medidas de seguridad para evitar lesiones en la práctica de las actividades físicas escolares antes de empezar la actividad las que demandan en primer lugar, la presencia activa y alerta del profesor de Educación Física, en todo

momento y realizar un análisis de riesgo, antes de empezar la actividad, para después poder tolerar accidente.

El profesor debe tener el conocimiento de los riesgos de cada ejercitación y así buscar los medios eficaces para evitar que esos riesgos se transformen en daños físicos, es mejor perder tiempo en ese análisis y no analizar después al accidente cuando ya es tarde. Según la opinión de algunos Jueces Civiles (o Penales) que consideran a la Educación Física, como una "Actividad Riesgosa por las circunstancias de su realización" Para terminar con este tema, no se trata de que la Educación Física sea una actividad riesgosa ni peligrosa sino que la ley impone, a quien presta el servicio de modo organizado (sea una Institución Pública o Privada) el deber de prestarlo sin producir daños.

### ***Lesiones deportivas y psicología***

El deporte es una actividad característica del ser humano (Lawter, 1987) que practican personas de todas las edades por motivos distintos, recreativos o profesionales, y trae consigo beneficios físicos y psicológicos, al igual que una buena condición física y una mayor interacción social (Ek, 2007). Sin embargo, el deporte también puede tener repercusiones en la salud disminuyendo la calidad de vida de la persona, pero quizás el riesgo más importante sean las lesiones (Abenza, Olmedilla y Ortega, 2009). A diferencia de una lesión física, que es cualquier tensión que evita el correcto funcionamiento del organismo y lo obliga a comenzar un proceso de recuperación, una lesión deportiva es cualquier tipo de lesión, dolor o daño que se produce durante la práctica deportiva, la actividad física o el ejercicio. Este término se suele aplicar solamente a las lesiones que afectan el sistema músculo esquelético (músculos, huesos, cartílagos y tejidos asociados), por lo que lesiones más graves entrarían en otra clasificación (Walker, 2010).

### ***Factores de riesgo, elementos esenciales para la prevención***

Los factores que predisponen a una lesión deportiva son muy variados y existen muchas clasificaciones. A manera de ejemplo, puede citarse a Florean (2002), quien divide estos factores físicos (exceso de entrenamiento, precalentamiento inadecuado, cansancio físico, etc.), psicológicos (variables personales, estrés producido por los cambios de estilo de vida, cambios de ciudad o país, demandas de las competencias, etc.) y sociales (medios de comunicación, patrocinadores, padres [cuando se trata de la iniciación deportiva] y familia)

Por otra parte, Romero y Tous (2011), desde una perspectiva médica, señalan que los factores de riesgo pueden agruparse en los siguientes cinco rubros: 1) Historia lesiva (lesiones previas y rehabilitación inadecuada); 2) Cualidades físicas y factores relacionados (alteración propioceptiva, falta de fuerza, capacidad de coordinación, gran laxitud articular [causa de inestabilidades funcionales], falta de extensibilidad muscular, desequilibrios musculares agonista-antagonista, fatiga muscular, aumento del retraso electromecánico); 3) Factores inherentes al deportista (sexo, edad, predisposición genética, factores fisiológicos [nivel de estrógenos y ovulación], características de la musculatura [capacidad de fuerza explosiva], extremidad dominante y no dominante y etnia del deportista; 4) Factores morfológicos (alteraciones generales de la postura, alteraciones posturales localizadas, características morfológicas), y 5) Nivel deportivo (inexperiencia del deportista y categoría federativa).

### ***Psicología Deportiva.***

En el contexto del deporte y de la actividad física diversos estudios han analizado el papel mediador de la percepción de competencia (Goudas y Biddle, 1994b; Vallerand y Reid, 1984; 1988; Whitehead y Corbin, 1991). Sin embargo, el impacto de la percepción de autonomía y de relaciones sociales ha sido menos estudiado, aunque diversos estudios (Blanchard y Vallerand, 1996a, 1996b; Cadorette et al., 1996) analizaron el papel de los tres mediadores psicológicos a nivel situacional y contextual obteniendo resultados consistentes con el modelo propuesto. Tomando en consideración esta teoría el presente trabajo tuvo como objetivo replicar los estudios anteriores analizando las diferencias en la motivación en situación precompetitiva deportiva de judocas adolescentes en función de las percepciones de competencia, apoyo a la autonomía y relaciones sociales. La variable sexo se introdujo como variable independiente para eliminar la posibilidad de que actuara como una variable extraña, alterando los resultados del análisis.

Vallerand (Vallerand, 1997, 2001; Vallerand y Losier, 1999) propuso el Modelo Jerárquico de la Motivación Intrínseca, Extrínseca y Amotivación como un instrumento para organizar y comprender los mecanismos básicos que regulan la motivación en el ámbito del deporte y el ejercicio. Este modelo se plantea a partir de la teoría de la evaluación cognitiva (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985, 1991) y plantea la existencia de motivación intrínseca, extrínseca y amotivación. La motivación intrínseca se refiere a la búsqueda de placer y satisfacción en la práctica deportiva (Deci y Ryan, 1985), la motivación extrínseca se refiere

a la participación en la actividad como medio para conseguir un objetivo externo a ella (Deci, 1975), por último, la amotivación se refiere a la falta de motivación o de intencionalidad de seguir practicando.

### ***Motivación.***

La motivación es un elemento clave para lograr el compromiso y la adherencia al deporte, ya que es el más importante e inmediato determinante del comportamiento humano (Iso-Ahola y St.Clair, 2000), pues lo despierta, le da energía, lo dirige y lo regula (Murray, 1964; Roberts, 2001), siendo por tanto un mecanismo psicológico que gobierna la dirección, intensidad y persistencia de la conducta (Kanfer, 1994; Sage, 1977). En este estudio, se pretende analizar la motivación desde la perspectiva de la Teoría de las Metas de Logro (Nicholls, 1989) y la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1980, 1985, 1991).

La Teoría de las Metas de Logro establece que la meta principal de un individuo en contextos de logro es demostrar habilidad, existiendo dos concepciones de la misma que se crean por influencia social; la orientación a la tarea o a la maestría, en la que el éxito viene definido como el dominio de la tarea y el progreso personal, y la orientación al ego o al resultado, en la que el éxito se define como superación a los rivales y demostración de mayor capacidad (Nicholls, 1984). Estas orientaciones de meta disposicionales interactuaron con las claves contextuales (clima motivacional), para determinar la implicación del deportista en un momento dado a la tarea o al ego (Santos-Rosa, 2003).

El clima motivacional fue definido por Ames (1992) como un conjunto de señales implícitas, y/o explícitas, percibidas en el entorno, a través de las cuales se definen las claves de éxito y fracaso. Este clima es creado por los padres, entrenadores, compañeros, amigos, y medios de comunicación, y puede ser de dos tipos, un clima motivacional implicante a la tarea o clima de maestría, y un clima motivacional implicante al ego o clima competitivo, diferenciándose en función del criterio de éxito establecido. En este sentido, si para la gente que rodea al deportista lo más importante es la victoria y la demostración de capacidad y rendimiento, estarán transmitiendo un clima orientado al ego, mientras que si consideran que lo fundamental es el esfuerzo, la mejora personal y el desarrollo de habilidades, transmiten un clima orientado a la tarea.

## **Teoría de la Autodeterminación**

Establece que la motivación es un continuo, caracterizada por diferentes niveles de autodeterminación, de tal forma que de más a menos autodeterminada encontramos la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la motivación. La motivación intrínseca supone el compromiso de un sujeto con una actividad por el placer y el disfrute que le produce y por tanto, la actividad es un fin en sí misma (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985). Dentro de la motivación extrínseca podemos encontrar la regulación integrada, la regulación identificada, la introyección y la regulación externa (ordenadas de mayor a menor autodeterminación).

La regulación externa se caracteriza por una actuación en búsqueda de un incentivo externo, y por tanto el sujeto se compromete en una actividad poco interesante sólo por conseguir una recompensa o evitar un castigo (Deci y Ryan, 2000). La regulación externa se caracteriza por una actuación en búsqueda de un incentivo externo, y por tanto el sujeto se compromete en una actividad poco interesante sólo por conseguir una recompensa o evitar un castigo (Deci y Ryan, 2000). Si la integración continúa, uno puede identificarse con la importancia que tiene la actividad para uno mismo, estaríamos hablando de la regulación identificada que representa una mayor autodeterminación, y por tanto habrá menos presión, conflicto, sentimiento de culpabilidad y ansiedad. Con esta regulación los comportamientos resultan autónomos, pero la decisión de participar en la actividad viene dada por una serie de beneficios externos y no por el placer y la satisfacción inherente a la propia actividad (Ntoumanis, 2001).

## **MARCO LEGAL**

### **Ley del Deporte**

#### **ARTÍCULO 1. Objeto de la Tasa Pro Deporte y Recreación.**

Facúltase a las Asambleas Departamentales, Concejos Municipales y Distritales para crear una Tasa Pro Deporte y Recreación, recursos que serán administrados por el respectivo ente territorial, destinados a fomentar y estimular el deporte. y la recreación, conforme a planes, programas, proyectos y políticas nacionales o territoriales.

1. Apoyo a programas del deporte, la educación física y la recreación para la población en general, incluyendo niños, infantes, jóvenes, adultos mayores y personas en condición de discapacidad.

2. Apoyo a programas que permiten la identificación y selección de talentos deportivos, así como el desarrollo y fortalecimiento de la reserva deportiva, orientados hacia el alto rendimiento deportivo convencional y paralímpico; de incentivos económicos a los atletas y entrenadores medallistas en ciertos certámenes deportivos.

3. Apoyo en programas para los atletas de alto nivel competitivo y con proyección a él.

4. Adquisición de elementos e instrumentos básicos de formación deportiva.

5. Apoyo, mantenimiento y construcción en Infraestructura Deportiva

6. Apoyo para la participación de atletas y deportistas en diferentes competencias a nivel nacional e internacional.

7. Apoyar programas enfocados en incentivar la salud preventiva mediante la práctica del deporte y los hábitos de alimentación sana y saludable.

## **Ley de Infancia y adolescencia.**

### **LEY 1098 DE 2006 (NOVIEMBRE 8)**

#### **CAPÍTULO I PRINCIPIOS Y DEFINICIONES**

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

**Artículo 2°.** Objeto. El presente Código tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades 10 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar consagrados en los instrumentos internacionales de derechos humanos, en la Constitución Política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección será obligación de la familia, la sociedad y el Estado.

**Artículo 3°.** Sujetos titulares de derechos. Para todos los efectos de esta ley son sujetos titulares de derechos todas las personas menores de 18 años. Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 34 del Código Civil, se entiende por niño o niña las personas entre los 0 y los 12 años, y por adolescente las personas entre 12 y 18 años de edad.

## **LEY 115 DE 1994, LEY GENERAL DE EDUCACIÓN**

Establece el derecho a la participación en diferentes esferas:

*El artículo 5*, contempla como fines de la educación, entre otros “La formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación” y “El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de la calidad de la vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país”

*El artículo 13*, expresa que “Es objetivo primordial de todos y cada uno de los niveles educativos el desarrollo integral de los educandos mediante acciones estructuradas encaminadas a (...) Fomentar en la institución educativa, prácticas democráticas para el aprendizaje de los principios y valores de la participación y organización ciudadana y estimular la autonomía y la responsabilidad”

Respecto a la educación preescolar, el artículo 16, dispone como uno de sus objetivos, el “El desarrollo de la capacidad para adquirir formas de expresión, relación y comunicación y para establecer relaciones de reciprocidad y participación, de acuerdo con normas de respeto, solidaridad y convivencia”

Según *el artículo 21*, constituye un objetivo de la educación básica en el ciclo de primaria, “La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre”

En ciclo de secundaria, el artículo 22, expresa que tiene como uno de sus propósitos, “La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre”.

### **CAPÍTULO III**

#### **INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES.**



### CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.

<b>Semana</b>	<b>Grado</b>	<b>Actividad</b>	<b>Objetivo</b>
<b>Semana 1</b>	<b>Sexto</b>	Capacidades Físicas Y Motrices	Iniciar a los estudiantes en la práctica de los fundamentos básicos del voleibol
<b>Semana 1</b>	<b>Séptimo</b>	Capacidades Físicas Y Motrices	Iniciar a los estudiantes en la práctica de los fundamentos básicos del voleibol
<b>Semana 2</b>	<b>Sexto</b>	Higiene Sexual, Nutricion, Actividad Fisica	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva
<b>Semana 2</b>	<b>Séptimo</b>	Higiene Sexual, Nutricion, Actividad Fisica	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva
<b>Semana 3</b>	<b>Sexto</b>	Sistema Muscular	Que el estudiante identifique cada una de las valencias físicas
<b>Semana 3</b>	<b>Séptimo</b>	Sistema Muscular	Que el estudiante identifique cada una de las valencias físicas
<b>Semana 4</b>	<b>Sexto</b>	Resistencia, Velocidad, Fuerza Coordinación Equilibrio, Y Flexibilidad	El estudiante identificara los tipos de ejercicios para el desarrollo de las diferentes cualidades físicas
<b>Semana 4</b>	<b>Séptimo</b>	Resistencia, Velocidad, Fuerza Coordinación Equilibrio, Y Flexibilidad	El estudiante identificara los tipos de ejercicios para el desarrollo de las diferentes cualidades físicas
<b>Semana 5</b>	<b>Sexto</b>	Capacidades Físicas	Fortalecer conocimientos que nos

			permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva.
<b>Semana 5</b>	<b>Séptimo</b>	Capacidades Físicas	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva.
<b>Semana 6</b>	<b>Sexto</b>	Sistema Oseo	Mejorar las capacidades físicas como base para el desarrollo integral del individuo
<b>Semana 6</b>	<b>Séptimo</b>	Sistema Oseo	Mejorar las capacidades físicas como base para el desarrollo integral del individuo
<b>Semana 7</b>	<b>Sexto</b>	Actividades de finalización del periodo	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva
<b>Semana 7</b>	<b>Séptimo</b>	Actividades de finalización del periodo	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva
<b>Semana 8</b>	<b>Sexto</b>	La Gimnasia Educativa Básica Rutina de Ejercicios	Que el estudiante aplique lo concerniente al aprendizaje de la historia y el origen de la Gimnasia.
<b>Semana 8</b>	<b>Séptimo</b>	La Gimnasia Educativa Básica Rutina de Ejercicios	Que el estudiante aplique lo concerniente al aprendizaje de la historia y el origen de la Gimnasia.
<b>Semana 9</b>	<b>Sexto</b>	Modalidades de la Gimnasia Artística Rutina de Ejercicios	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva

<b>Semana 9</b>	<b>Séptimo</b>	Modalidades de la Gimnasia Artística Rutina de Ejercicios	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva
<b>Semana 10</b>	<b>Sexto</b>	Destrezas en Aparatos Rutina de Ejercicios	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva
<b>Semana 10</b>	<b>Séptimo</b>	Destrezas en Aparatos Rutina de Ejercicios	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva
<b>Semana 11</b>	<b>Sexto</b>	Pequeñas figuras Individuales y colectivas Rutina de Ejercicios	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva
<b>Semana 11</b>	<b>Séptimo</b>	Pequeñas figuras Individuales y colectivas Rutina de Ejercicios	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva

### **EJECUCIÓN METODOLÓGICA.**

La ejecución de cada una de las actividades desarrolladas fue por parte de la institución.

## EVIDENCIAS DEL SEGUIMIENTO CURRICULAR

	INSTITUTO TECNICO PATIOS CENTRO DOS DANE 25487400056801	SGC-PD-A-FO1
	PLAN DE ACCION DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES	11-10-2011
		VERSION 1.0

AREA: EDUCACION FISICA      GRADOS: SEXTOS      DOCENTES: GLORIA SILVA, GERSON BECERRA, MARTIN DAVILA, HERNANDO NAVAS

PERIODO: PRIMERO      AÑO: 2021

ACTIVIDAD	DURACION	PROPOSITO	DESCRIPCION	MATERIAL A IMPLEMENTAR
Inicio de clases. Reuniones Virtuales de estudiantes-titulares-docentes áreas Inducción escolar a los estudiantes -Charlas con Titulares PACTO DE AULA, MANUAL VIRTUALIDAD, Guia taller No. 1 1Introducción y mensaje de bienvenida Guia taller No.2 Origen e Historia de la Educ. Física Guia taller No.3 HIGIENE SEXUALIDAD NUTRICION ACTIVIDAD FISICA Guia taller No.4 CAPACIDADES FISICAS GUIA TALLER No. 5 SISTEMA OSEO Actividades de finalización del periodo	Semana del 1 al 5 de Febrero  Semana de 8 al 19 de Febrero 4 horas Semana de 22 de Febrero al 5 de Marzo 4 horas Semana del 8 al 19 de marzo 4 horas Semana del 22 al 26 de Marzo 2 horas bimestral  Semana del 5 al 16 de Abril Bimestrales y recuperaciones	Que el estudiante aplique lo concerniente al aprendizaje de la historia y el origen de la Educ Física.  Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva.  Mejorar las capacidades físicas como base para el desarrollo integral del individuo	Se enviara a través de la plataforma web colegios.  Guía pedagógicas con el fin de ofrecerles estrategias que les ayuden en el proceso de aprendizaje y avanzar en el desarrollo de las competencias.  Videos como complemento A la información dada.	Virtual Plataforma WEBCOLEGIOS WhatsApp Video conferencias Elementos de casa que suplanten los elementos deportivos y que por las condiciones de confinamiento no las encuentran en sus hogares.  Materiales desechables del medio para la realización de las maquetas

	INSTITUTO TECNICO PATIOS CENTRO DOS DANE 25487400056801	SGC-PD-A-FO1
	PLAN DE ACCION DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES	11-10-2011
		VERSION 1.0

AREA: EDUCACION FISICA      GRADOS: SEPTIMOS      DOCENTES: GLORIA SILVA, GERSON BECERRA, MARTIN DAVILA, HERNANDO NAVAS

ACTIVIDAD	DURACION	PROPOSITO	DESCRIPCION	MATERIAL A IMPLEMENTAR
Guía taller No.1 Gimnasia Rítmica Rutina de Ejercicios  Guía taller No.2 Modalidades de la Gimnasia Rítmica Rutina de Ejercicios  Guía taller No.3 Clases de implementos y su uso Rutina de Ejercicios  Guía taller No.4 Pequeños esquemas individuales y colectivos Rutina de Ejercicios	Semana de 20 al 24 de abril 2 horas  Semana del 4 al 8 de Mayo  Semana del 11 al 15 de Mayo  Semana del 25 al 29 de Mayo	Que el estudiante aplique lo concerniente al aprendizaje de la Historia de la Gimnasia rítmica.  Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva	Se enviara a través de la plataforma web colegios, Wassap, guía de aprendizaje con el fin de ofrecerles estrategias que les ayuden en el proceso de aprendizaje y avanzar en el desarrollo de las competencias	Virtual Plataforma WEBCOLEGIOS

	<b>INSTITUTO TECNICO PATIOS CENTRO DOS</b> DANE 25487400056801	SGC-PD-A-FO1
	<b>PLAN DE ACCION DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES</b>	
		VERSION 1.0

AREA: EDUCACION FISICA      GRADOS: OCTAVOS      DOCENTES: GLORIA SILVA, GERSON BECERRA, MARTIN DAVILA, HERNANDO NAVAS

ACTIVIDAD	DURACION	PROPOSITO	DESCRIPCION	MATERIAL A IMPLEMENTAR
Guía taller No. 1 Baloncesto II: Los Fundamentos básicos Rutina de Ejercicios	Semana de 20 al 24 de abril 2 horas	Que el estudiante aplique lo concerniente al aprendizaje de los fundamentos básicos del baloncesto.	Se enviara a través de la plataforma web colegios, Wassap, guía de aprendizaje con el fin de ofrecerles estrategias que les ayuden en el proceso de aprendizaje y avanzar en el desarrollo de las competencias	Virtual Plataforma WEBCOLEGIOS
Guía taller No.2 Los Pases Rutina de Ejercicios	Semana del 4 al 8 de Mayo	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva		
Guía taller No.3 Los Lanzamientos Rutina de Ejercicios	Semana del 11 al 15 de Mayo			
Guía taller No.4 Bote, Recepción y Dribling Rutina de Ejercicios	Semana del 25 al 29 de Mayo			

	<b>INSTITUTO TECNICO PATIOS CENTRO DOS</b> DANE 25487400056801	SGC-PD-A-FO1
	<b>PLAN DE ACCION DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES</b>	
		VERSION 1.0

AREA: EDUCACION FISICA      GRADOS: NOVENOS      DOCENTES: GLORIA SILVA, GERSON BECERRA, MARTIN DAVILA, HERNANDO NAVAS

ACTIVIDAD	DURACION	PROPOSITO	DESCRIPCION	MATERIAL A IMPLEMENTAR
Guía taller No.1 Voleibol II Los Fundamentos Básicos Rutina de Ejercicios	Semana de 20 al 24 de abril 2 horas	Que el estudiante aplique lo concerniente al aprendizaje de fundamentos básicos del voleibol.	Se enviara a través de la plataforma web colegios, Wassap, guía de aprendizaje con el fin de ofrecerles estrategias que les ayuden en el proceso de aprendizaje y avanzar en el desarrollo de las competencias	Virtual Plataforma WEBCOLEGIOS
Guía taller No.2 Los Saques Rutina de Ejercicios	Semana del 4 al 8 de Mayo	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva		
Guía taller No.3 La Recepción o golpe de antebrazos Rutina de Ejercicios	Semana del 11 al 15 de Mayo			
Guía taller No.4 Golpe de Dedos o Colocación Rutina de Ejercicios	Semana del 25 al 29 de Mayo			

	<b>INSTITUTO TECNICO PATIOS CENTRO DOS</b> DANE 25487400056801	SGC-PD-A-FO1
	<b>PLAN DE ACCION DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES</b>	
		VERSION 1.0

AREA: EDUCACION FISICA

GRADOS: DECIMOS

DOCENTES: GLORIA SILVA, GERSON BECERRA, MARTIN DAVILA, HERNANDO NAVAS

ACTIVIDAD	DURACION	PROPOSITO	DESCRIPCION	MATERIAL A IMPLEMENTAR
Guía taller No. 1 Primeros Auxilios y Nutrición Deportiva: Rutina de Ejercicios	Semana de 20 al 24 de abril 2 horas	Que el estudiante aplique lo concerniente al aprendizaje de conceptos y manejos básicos de los primeros auxilios en educación física.	Se enviara a través de la plataforma web colegios, Wassap, guía de aprendizaje con el fin de ofrecerles estrategias que les ayuden en el proceso de aprendizaje y avanzar en el desarrollo de las competencias	Virtual Plataforma WEBCOLEGIOS
Guía taller No.2 Lesiones en las Actividades Deportivas Rutina de Ejercicios	Semana del 4 al 8 de Mayo			
Guía taller No.3 Lesiones Musculares Rutina de Ejercicios	Semana del 11 al 15 de Mayo	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva		
Guía taller No.4 Nutrición y Dietética Rutina de Ejercicios	Semana del 25 al 29 de Mayo			

	<b>INSTITUTO TECNICO PATIOS CENTRO DOS</b> DANE 25487400056801	SGC-PD-A-FO1
	<b>PLAN DE ACCION DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES</b>	
		VERSION 1.0

AREA: EDUCACION FISICA

GRADOS: UNDECIMOS

DOCENTES: GLORIA SILVA, GERSON BECERRA, MARTIN DAVILA, HERNANDO NAVAS

ACTIVIDAD	DURACION	PROPOSITO	DESCRIPCION	MATERIAL A IMPLEMENTAR
Guía taller No.1 Medicina deportiva Generalidades y Conceptos Rutina de Ejercicios	Semana de 20 al 24 de abril 2 horas	Que el estudiante aplique lo concerniente al aprendizaje de conceptos básicos de la medicina deportiva.	Se enviara a través de la plataforma web colegios, Wasap, guía de aprendizaje con el fin de ofrecerles estrategias que les ayuden en el proceso de aprendizaje y avanzar en el desarrollo de las competencias	Virtual Plataforma WEBCOLEGIOS
Guía taller No.2 Generalidades sobre el Control Médico Deportivo Rutina de Ejercicios	Semana del 4 al 8 de Mayo			
Guía taller No.3 Áreas de Funcionalidad de la Medicina Deportiva Rutina de Ejercicios	Semana del 11 al 15 de Mayo	Fortalecer conocimientos que nos permitan mantener y mejorar la salud individual y colectiva		
Guía taller No.4 Medicina Deportiva Y la Rehabilitación Rutina de Ejercicios	Semana del 25 al 29 de Mayo			

## Bibliografía

*¿Quieres conocer nuestra historia? (2008)*

[https://instituto-tecnico-patios-centro-n-](https://instituto-tecnico-patios-centro-n-2.webnode.com.co/historia/#:~:text=SEDE%20PATIOS%20CENTRO%20No.,fecha%20fue%20nombrada%20la%20lic.)

[2.webnode.com.co/historia/#:~:text=SEDE%20PATIOS%20CENTRO%20No.,fecha%20fue%20nombrada%20la%20lic.](https://instituto-tecnico-patios-centro-n-2.webnode.com.co/historia/#:~:text=SEDE%20PATIOS%20CENTRO%20No.,fecha%20fue%20nombrada%20la%20lic.)

Conceptualización de la flexibilidad <https://www.axahealthkeeper.com/blog/8-ejercicios-de-flexibilidad-para-hacer-en-casa-infografia/>

Federación Colombiana de Gimnasia <http://www.coc.org.co/national-federations/federacion-colombiana-de-gimnasia/>

GIMNASIA ARTÍSTICA MASCULINA <https://colimdo.org/pagina/gimnasia/>

Educación Olímpica AULA VIRTUAL <http://www.cyta.com.ar/gimart/index.htm>

Teoría Entrenamiento y Preparación Física. Tema 9. La Resistencia como cualidad física.

<https://tonimatasbarcelo.com/teoria-entrenamiento-y-preparacion-fisica-tema-9-la-resistencia-como-cualidad-fisica-en-proceso/>

Por una Educación Física virtual en tiempos de

COVID [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-24522020000300705](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522020000300705)

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA Investigaciones sobre didáctica en instituciones educativas de la ciudad de Pasto <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/fce-unisalle/20170117011106/Estrategias.pdf>

EL AULA VIRTUAL COMO ESTRATEGIA PARA EL APOYO DE LA ENSEÑANZA

DE TEMÁTICAS DEL FÚTBOL EN EL CLUB CATERPILLAR MOTOR

[https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/5069/TEFIS\\_PedrazaLozadaYeimyCarolina\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/5069/TEFIS_PedrazaLozadaYeimyCarolina_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ESTRATEGIA DIDÁCTICA PARA EL DESARROLLO DE LA EDUCACION FISICA

DESDE UNA MIRADA LUDICA Y HUMANA, EN LA BASICA PRIMARIA DE LA

INSTITUCION EDUCATIVA JOSE ANTONIO GALAN DE PUERTO BOYACA

<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8495/TESIS%20FINAL%20OLISTA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA MEJORAR LA  
PSICOMOTRICIDAD EN LA PERSONA.

<https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/20057/RuizCasallasFabianGiovanni2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



## APENDICES

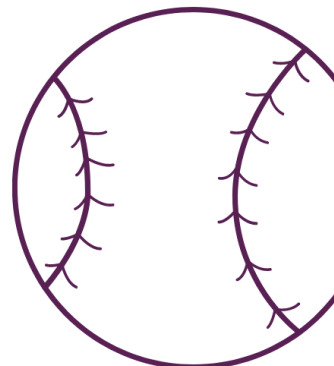
Elaborado por : **Ángelo Andrey  
Jauregui Rincón**

# CARTILLA PEDAGOGICA

Colegio Sede Patios Centro Sede N°1

Licenciatura En Educación Con Énfasis En  
Educación Física Recreación Y Deportes

**UNIVERSIDAD DE  
PAMPLONA-VILLA DEL  
ROSARIO 2021-1**

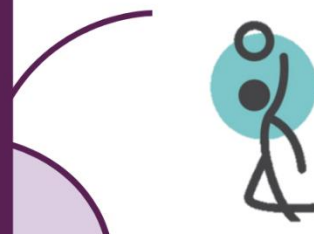
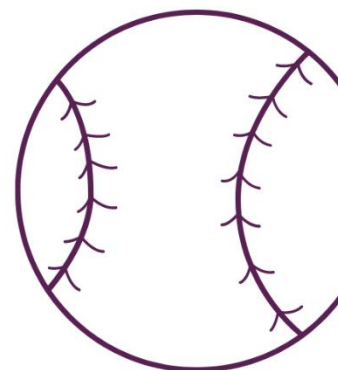


# CONTENIDO

1. Descripción.
2. Metodología
3. Errores Comunes
4. Gráfica
5. Finalidad
6. Recomendaciones

## Cartilla pedagógica

Material entregado para el Colegio  
Patio centro N°2 SEDE N°1, por  
parte del practicante **Angelo  
Andrey Jauregui Rincon**  
licenciado en deportes.



# Introducción

La presente cartilla tiene como finalidad proporcionar información de acuerdo a los parámetros de la gimnasia implementada en la educación física, propiamente como se viene conociendo en los planes de estudio de los colegios de Colombia como "Educación Física.

La Universidad e Bogota Jorge Tadeo Lozano, pretende enfatizar en la gimnasia con la importancia de practicas Gimnasia o enseñar gimnasia a los niños, niñas y adolescentes.

En primer lugar, este deporte proporciona un estilo de vida activo, aumentando la actividad física y desarrollanose a nivel social y físicamente, sumado a esto los ejercicios implementados para este tipo de población mejorarían a nivel de habilidad en cuento a la incorporación de fuerza, flexibilidad, velocidad, trabajo en equipo y disciplina, entendiendo que la gimnasia tiene diversos tipos, la gimnasia recreativa es aquella que proporcionaría el beneficio integral del niño. Por otro lado la gimnasia requiere precisión en el compromiso y la concentración.

La estructura de clases de gimnasia enseña a los niños cómo el trabajo duro y la dedicación en la espera el resultado sería beneficioso. Por otra parte las normas y los códigos de conducta en la gimnasia ayudan a que los niños aprendan la importancia de las normas de seguridad y, enseña respeto hacia los demás.

También ayuda a los niños a desarrollar una serie de habilidades motoras y de coordinación y ayuda a desarrollar un buen sentido de la conciencia corporal.

Un gimnasta joven aprenderá a utilizar las diferentes partes de su cuerpo de diferentes maneras.

Finalmente, esta cartilla pedagógica tiene como objeto, proporcionar información tanto teórica como práctica para el desarrollo de la actividad física, esto teniendo en cuenta las habilidades a desarrollar pero también los posibles riesgos a tener con el fin de mitigar o evitarlos.



# Metodología

Para la creación de esta cartilla pedagógica se tiene por objeto la implementación del deporte de la gimnasia en un contexto escolar. aAdicionalmente este documento esta compuesto

En primer lugar teniendo en cuenta la alerta sanitaria que presenta el país y también a nivel mundial, se espera que los niños, niñas y adolescentes mitiguen la actitud sedentaria para así prevenir enfermedades .

Sin embargo, cabe aclarar que antes que cada uno se disponga a realizar actividad física deberá contextualizarse sobre los posibles riesgos, lesiones y errores comunes que se pueden presentar en la implementación de la actividad física.

Por ultimo, la tematica abordada en este espacio será de enfoque educativo, material que logre proporcionar infromación para los niños, niñas y adolescente en esta virtualidad para el Colegio Patio centro N°2 SEDE N°1, en alumnos de sexto grado de bachillerato, en la jornada de la mañana.



# LA GIMNASIA

## CAPITULO 1

Es una actividad física destinada al fortalecimiento y mantenimiento de una buena forma física a través de un conjunto de ejercicios establecidos



# ACTIVIDAD# 1

## *Conociendo la Gimnasia*



### **Objetivo**

Proporcionar información frente a la historia y evolución de la Gimnasia en Colombia a los estudiantes de grado sexto



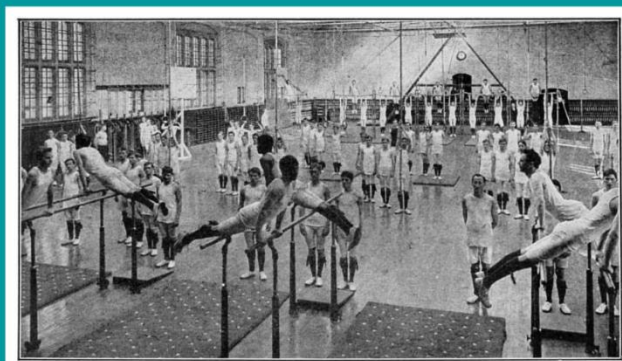
**30 Minutos**

### **Implementación Teórica**

Para los años 1940 llega a Colombia este departamento y 6 años después se celebran los primeros juegos bolivarianos en Barranquilla, Uno de los pioneros en este deporte es Charles Pons Conformó equipos de hombres y mujeres y les enseñó las técnicas y metodologías de los ejercicios gimnásticos en los cuatro aparatos femeninos y seis masculinos. De esta manera organizó el primer equipo nacional de gimnasia con estudiantes de la Universidad Pedagógica y Universidad Nacional

### **Finalidad**

Contextualizar a nivel nacional y cultural el deporte de la gimnasia





## ACTIVIDAD# 2

### *La normativa del deporte hacia la gimnasia*



**Objetivo** Reconocer la normativa de la gimnasia con la finalidad de regular las conductas logrando una formación adecuada.



**45 Minutos**

### **Implementación Teórica**

Para Colombia el comité Olímpico, la normativa estipulada a nivel de competitividad para los hombres compiten en seis aparatos: anillas, salto, paralelas, barra fija, caballo con arcos, y suelo. Las mujeres compiten en cuatro: barras asimétricas, barra de equilibrio, salto, y suelo.

Los gimnastas determinan el contenido del ejercicio, pero siempre teniendo en cuenta los tipos y dificultades de las técnicas que han de realizar.

### **Finalidad**

Reconocimiento de la normativa de la gimnasia como parte complemental y base del deporte



## ACTIVIDAD# 3

*La clasificación de la gimnasia en hombres.*



**Objetivo** Caracterizar cada una de las clases de saltos y categorías que se pueden desarrollar en la gimnasia artística.



**45 Minutos**

**Implementación Teórica**

### **Salto masculino**

El caballo mide 1,6 metros de largo por 35 cm. de ancho y tiene una altura de 1,35 m. está colocado en paralelo a la pista de carrera. Esta mide 1 metro de ancho por un máximo de 25 de largo.



### **Finalidad**

Para elaborar los siguientes ejercicios la persona deberá hacer un previo calentamiento para lograr flexibilidad y evitar riesgos de lesiones





# ACTIVIDAD# 4

## Estiramientos Dinámicos y Estáticos

### Objetivo

Implementar una rutina de estiramientos dinámicos y estáticos para el mejoramiento de la flexibilidad física de los estudiantes.

45 Minutos

### Implementación Teórica

#### Estiramientos dinámicos

Consisten en aprovechar el momento creado por la extremidad con su movimiento de balanceo para estirar el músculo. Existe, sin embargo, una tendencia a reaccionar a la finalización del estiramiento de modo que el músculo produce una acción refleja (reflejo al estiramiento).

#### Estiramientos estáticos

Consiste en aprovechar la acción de una fuerza aplicada lenta, controlada y sostenidamente para mejorar la movilidad de un complejo articular o un grupo muscular.

#### Finalidad

Lograr un adecuado estiramiento podría evitar lesiones a nivel muscular



# ACTIVIDAD# 5

## *Ejercicios para saltos Femeninos.*



**Objetivo** Desarrollar un circuito de ejercicios que sirva de apoyo a la flexibilidad física de la niña



**45 Minutos**

### Implementación Teórica

La flexibilidad es la capacidad que tienen nuestras fibras para estirarse ante un movimiento. La amplitud del movimiento de una articulación, no sólo depende de la elasticidad de las fibras, pero es uno de los factores que puede influir más negativamente.

El sedentarismo también influye negativamente en la movilidad de las articulaciones. En principio las mujeres tienen algo más de flexibilidad, ya que su cuerpo está preparado para el embarazo y el parto, pero con la edad, la pérdida de elasticidad se iguala a los hombres.



### Finalidad

Aumenta el rango de movimiento (ROM), disminuye la rigidez muscular, previene lesiones músculo esqueléticas, mejora la coordinación neuromuscular, mejora el rendimiento deportivo. Contribuye a una correcta postura corporal



# ACTIVIDAD# 6

## *Estiramientos de Hombros*



### Objetivo



45 Minutos

### Implementación Teórica

El calentamiento deportivo es la activación del cuerpo y el organismo previo a la puesta en marcha de una actividad física. Se busca elevar la temperatura de los músculos y acelerar el ritmo cardíaco, y así realizar una liberación de energía eficiente.

**Finalidad** Los beneficios de la actividad física en niños son muchos, pero esta requiere de preparativos previos que ayuden a evitar contracciones de los músculos, ya que una de las causas de los calambres en los niños es la falta de calentamiento o estiramiento. Logrando un fortalecimiento osteomuscular.



# ACTIVIDAD# 7

*Fuerza, potencia y resistencia*



## Objetivo

Desarrollar ejercicios de manera secuencial con la finalidad de optimizar y potencializar la resistencia física en los estudiantes de sexto grado.



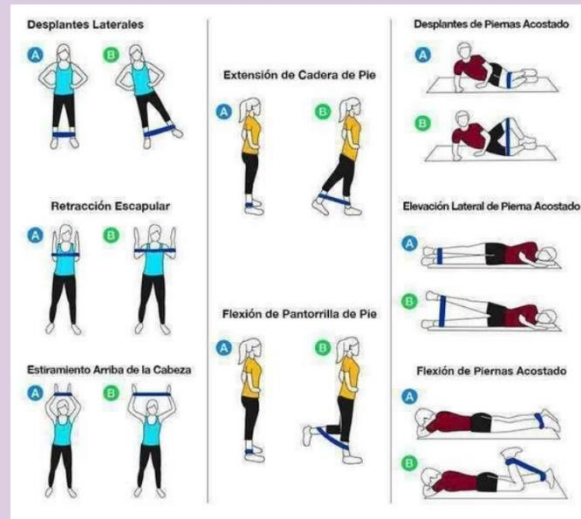
45 Minutos

## Implementación Teórica

La resistencia es una de las capacidades físicas básicas particularmente aquella que nos permite llevar a cabo una actividad o esfuerzo durante el mayor tiempo posible. Una de las definiciones más utilizadas es la capacidad física que posee un cuerpo para soportar una resistencia externa durante un tiempo determinado.

## Finalidad

La resistencia es una cualidad condicional que permite soportar la fatiga o cansancio y contribuye a una rápida capacidad del organismo de recuperación después de un esfuerzo. Adherida al concepto de **Resistencia** siempre va la idea de fatiga y recuperación





## ACTIVIDAD# 8

### *Estilo libre*



#### **Objetivo**

Incentivar al estudiante que después de conocer la teoría, la normativa y una serie de ejercicios intentara desarrollar una rutina de estiramiento física teniendo en cuenta la gimnasia como la base



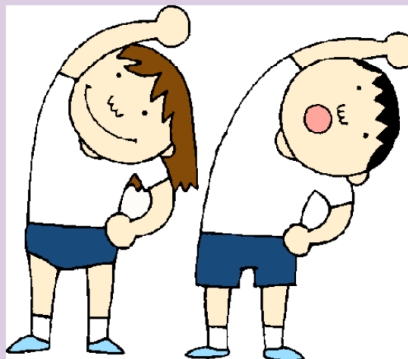
**45 Minutos**

#### *Parámetros a tener en cuenta*

- Dominio del tema
- Tener conocimiento de la normatividad.
- Regulación conductual
- Estilo libre en la secuencia física y creatividad al desarrollar los ejercicios

#### **Finalidad**

En este apartado se tendrá en cuenta el conocimiento y aprendizaje que ha podido recepcionar el estudiante.



# Bibliografía

Conceptualización de la flexibilidad

<https://www.axahealthkeeper.com/blog/8-ejercicios-de-flexibilidad-para-hacer-en-casa-infografia/>

Federación Colombiana de Gimnasia

<http://www.coc.org.co/national-federations/federacion-colombiana-de-gimnasia/>

GIMNASIA ARTÍSTICA MASCULINA

<https://colimdo.org/pagina/gimnasia/>

Educación Olímpica AULA VIRTUAL

<http://www.cyta.com.ar/gimart/index.htm>

Teoría Entrenamiento y Preparación Física. Tema 9. La Resistencia como cualidad física.

<https://tonimatasbarcelo.com/teoria-entrenamiento-y-preparacion-fisica-tema-9-la-resistencia-como-cualidad-fisica-en-proceso/>

