



*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Eusebio Caro*

INFORME FINAL PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

INSTITUTO NACIONAL DE ENSEÑANZA MEDIA DIVERSIFICADA, INEM
“JOSÉ EUSEBIO CARO”

DOCENTE EN FORMACION:

Franklyn Antonio Saraza Rincón

CC. 1093915654

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION
FISICA RECREACION Y DEPORTES
MODALIDAD PRESENCIAL
PAMPLONA
2021-2

DQS is member of:



THE INTERNATIONAL CERTIFICATION NETWORK



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



*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Eusebio Caro*

INFORME FINAL PRACTICA INTEGRAL DOCENTE
COLEGIO TÉCNICO LA PRESENTACIÓN PAMPLONA

PRESENTADO POR:

Franklyn Antonio Saraza Rincón

PRESENTADO A:

Mg. Oscar Quintero

TUTOR:

Mg. Diana Andrea Vera Rivera

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION
FISICA RECREACION Y DEPORTES
PAMPLONA
2020-I

DQS is member of:



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



*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Enxebio Caro*

TABLA DE CONTENIDO

CAPITULO I	5
1.1 RESEÑA HISTORICA	6
1.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL	7
1.3 MARCO LEGAL	9
1,4 HORIZONTE INSTITUCIONAL	9
1.4.1 MISION	10
1.4.2 VISIÓN	10
1.5 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES	10
1.6 FILOSOFÍA.	11
1.7 PERFIL INSTITUCIONAL	12
1.8 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL	13
1.8.1 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL	13
1.9 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES	16
1.10 MANUAL DE CONVIVENCIA	19
1.11 DERECHOS Y DEBERES DEL ESTUDIANTE, DOCENTE, PADRES DE FAMILIA	21
1.12 LEY DEL MENOR	31
1.13 UNIFORMES.	34
1.14 INVENTARIO DE INFRAESTRUCTURA	35
1.15 INVENTARIO SALON DE DEPORTES	38
1.16 HORARIOS	39
1.17 HORARIOS DE EDUCACION FÍSICA Y DEPORTES 2021	39
1.17 MATRIZ DOFA	40
CAPITULO II	41
PROPUESTA PEDAGOGICA	41
2.1 TITULO	41
2.2 OBJETIVOS	41
2.2.1 OBJETIVO GENERAL	41
2.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	41
2.3 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	42



*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Eusebio Caro*

2.4 FORMULACION DEL PROBLEMA	43
2.5 JUSTIFICACIÓN	43
2.6 POBLACIÓN	44
2.7 MARCO TEÓRICO.....	45
2.7.1 CONCEPTO DE CONDICION FÍSICA.....	45
2.7.2 EL JUEGO.....	47
2.7.3 JUEGOS COOPERATIVOS	49
2.7.4 CARACTERÍSTICAS DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS EN EDUCACIÓN FÍSICA	50
2.7.5 CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS.....	51
2.7.6 VENTAJAS DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS.....	53
CAPITULO III.....	54
3.1 CRONOGRAMA.....	54
3.2 EJECUCION METODOLOGICA	55
CAPITULO IV	60
4.1 ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES	60
CAPITULO V	63



CAPITULO I



Nombre de la institución educativa: Instituto Nacional de Enseñanza Media diversificada, INEM “José Eusebio Caro” - Cúcuta.

Ubicación y/o ubicación física:

Departamento: Norte de Santander. Municipio: San José de Cúcuta.

Zona: Urbana. Comunas: 3 y 5.

Dirección:

Sede Principal: Calle 4N N° 11E-121 Avenida Guaimaral. E-mail:
inemcucuta@gmail.com ;col_inem@yahoo.es

Página Web: <http://www.inemcucuta.org>

Blog: <https://inemacademico.blogspot.com>

Teléfonos: 5744847 5740553 Fax: 5740426

Sede Ciudad Jardín: Av.15E Manzana 1 Lote 1 Barrio Ciudad Jardín Teléfono:
5747717

Sede Miguel Müller: Calle 14 N # 14E-56 Barrio Zulima Teléfono: 5745394

Código del DANE: Sede Principal 15400100079 -1

Sede Ciudad Jardín: 15400100079 -2

Sede Miguel Müller: 15400100079 -3

Código Departamental: 11140001

Propiedad Jurídica: Plantel educativo oficial.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

Jornadas: Mañana. Tarde.

Niveles que ofrece: Pre escolar; Básica Primaria y Secundaria; Media Académica con énfasis en Ciencias naturales y

Media Técnica con especialidad en: Salud, Comercio, Agropecuaria, Industrial.

ASPECTO LEGAL:

Fundación: Decreto N° 1962 del 20 de noviembre de 1969. Inició labores escolares el 6 de abril de 1970.

Fusión: Decreto N° 000896 del 30 de septiembre de 2003.

Resolución 001797 del 1 de Noviembre de 2006, 002381 del 123 de Noviembre de 2008 y 002024 del 11 de Noviembre de 2010, emanadas de la Secretaria de educación Municipal.

1.1 RESEÑA HISTORICA

EL INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACION MEDIA DIVERSIFICADA INEM “José Eusebio Caro” de Cúcuta, fue creado durante el Gobierno del Doctor Carlos Lleras Restrepo, mediante el decreto No. 1962 de noviembre 20 de 1969, para atender la necesidad de mejorar la calidad educativa en consonancia con las modernas tendencias educativas y necesidades del país.

Inició labores en abril 6 de 1970, siendo su primer Rector el Doctor Jorge Arias Rico. La historia del INEM “JOSE EUSEBIO CARO”, está determinada por las siguientes Etapas:

- A. Etapa de la gestión y administración del Instituto Colombiano de Construcciones Escolares (ICCE) año 1975



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

- B.** Etapa de gestión a cargo del Ministerio de Educación Nacional en la división Especial de Enseñanza Media Diversificada, año 1990 caracterizado por bajos ingresos presupuestales que no permitían hacer renovación de equipos y mantenimientos eficientes.
- C.** Etapa de la descentralización de la educación caracterizada por la falta de apoyo logístico por parte del sector gobierno y por carencia de presupuesto.
- D.** En la actualidad se encuentra adscrito al municipio de San José de Cúcuta desde mayo 21 del 2002. Por Decreto 0896 del 30 septiembre de 2002, se fusionó con las instituciones Escuela Miguel Müller y la Escuela Ciudad Jardín. SC-CER96940

La Institución Educativa Instituto Nacional de Enseñanza Media Diversificada INEM “José Eusebio Caro” ofrece al estudiante una educación de calidad en los niveles de preescolar, básica, media académica y técnica, en articulación con la Universidad Francisco de Paula Santander, Universidad de Pamplona y el SENA para optar por el título de técnico profesional, formando un bachiller con sentido de liderazgo y espíritu empresarial, con capacidad para crear microempresas de bienes y servicios, con cultura asociativa para el trabajo.

1.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL

INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACION MEDIA DIVERSIFICADA INEM “José Eusebio Caro”

El Proyecto Educativo Institucional (PEI) es un documento creado mediante construcción colectiva para orientar los lineamientos institucionales que conllevan a direccionar el quehacer pedagógico ordenado por la Ley General de Educación, sus decretos reglamentarios y demás normas vigentes que rigen la educación en Colombia. Por supuesto, consolidando las bases jurídicas de la educación colombiana, el enfoque pedagógico y la necesidad regional y local. Por tanto, se ha creado una Institución



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

educativa que ofrece educación preescolar, básica, media académica y media técnica, mediante la fusión de las Instituciones Educativas, Hermógenes Maza, Centro Docente Alma Luz Vega Rangel, Escuela Guaimaral 21, Escuela Julián Pinzón e Instituto La Esperanza. La institución educativa abre los espacios para la atención a población convencional y además para población con necesidades educativas especiales (NEE), tales como, limitación auditiva, visual, cognitiva, y motora. El proyecto pretende el progreso o escalamiento de competencias cognitivas, laborales y actitudinales, de tal manera que desarrolle de forma significativa el potencial humano, optimice recursos y oportunidades, en procura de una formación integral y mejora de la calidad de vida de los estudiantes.

El plan de estudios, la planeación de área, asignatura y clase, el sistema institucional de evaluación (SIE), las estrategias de evaluación, la rúbrica para medir el desempeño, los planes de mejoramiento, son entre otros, los medios para viabilizar la propuesta pedagógica. Así mismo, tendrá dimensiones de transversalidad, a través de proyectos pedagógicos como: Proyecto Ambiental Escolar (PRAE), Proyecto Lector, los cuales parten de problemas o necesidades que involucran en su desarrollo los aprendizajes de las ciencias básicas, ciencias sociales, ciencias humanas y tecnología.

OBJETIVOS GENERALES DEL P.E.I.

- Propender por el desarrollo integral del educando en todas sus dimensiones.
- Garantizar la coherencia de todos los componentes de gestión del PEI: directiva y horizonte institucional, académico, administrativo y comunitario.
- Optimizar la gestión administrativa garantizando el mantenimiento, conservación y embellecimiento de la planta física y la ejecución oportuna y eficiente de los recursos financieros.
- Presentar proyectos de inversión y gestionar los acuerdos financieros, técnicos y humanos indispensables para el desarrollo de los programas y proyectos establecidos en el PEI



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

- Ejecutar acciones para conformación democrática de los organismos del gobierno escolar
- Ofrecer a los estudiantes un proceso académico con las últimas innovaciones y avances de la pedagogía, la ciencia y la técnica
- Desarrollar en el ser humano habilidades y competencias que favorezcan su desempeño individual y social en las diferentes áreas del conocimiento, que le facilitan asumir retos que le exige los nuevos cambios de la aldea global.
- Fomentar y fortalecer una cultura de convivencia comunitaria y atención esmerada a padres de familia.
- Promover acuerdos, convenios, alianzas e intercambios con otras instituciones educativas.

1.3 MARCO LEGAL

Normas Constitucionales sobre: el derecho social a la educación (Art. 67), y los derechos fundamentales a: el libre desarrollo de la personalidad (Art. 16), la libertad de conciencia (Art. 18), la libertad de pensamiento y expresión (Art. 20), y las libertades de aprendizaje, enseñanza, investigación y cátedra (Art. 27).

- Normas legales sobre la organización del sistema educativo: Ley 115/94, Decreto 1860/94, Ley 715/2002, y demás reglamentarias.

1,4 HORIZONTE INSTITUCIONAL

Proporcionar estrategias a la comunidad educativa, que posibiliten el desempeño personal y social; ofreciendo educación de calidad, atendida por personal competente; caracterizada por la formación académica, técnica, ética y social de los estudiantes, el desarrollo de sus potencialidades y el reconocimiento de la individualidad en un ambiente de participación; aplicando estrategias de mejoramiento que redunden en la optimización de los procesos de gestión.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

1.4.1 MISIÓN

Ofrecer educación de calidad en los niveles de pre-escolar, básica, media académica y media técnica según la vocación productiva que la región, el país y el mundo global requieran para formar al estudiante inemita como un ser integral respondiendo a los fines, la política y objetivos de la educación colombiana que fundamenta su accionar según las orientaciones de la UNESCO en cuatro saberes y competencias fundamentales: aprender a ser, aprender a conocer, aprender a hacer y aprender a convivir para propiciar calidad de vida individual, institucional familiar y comunitaria.

1.4.2 VISIÓN

Garantizar el compromiso de la calidad total en su quehacer educativo, propendiendo por la formación integral del estudiante inemita, actuando en la formación cristiana, humanista, científica, técnica, artística y deportiva de tal manera que le permita posicionarse siempre como una institución que trascienda su labor como la mejor en su devenir histórico en el oriente colombiano y en la nación.

1.5 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

El desarrollo integral del educando en todas las dimensiones del ser humano: biológica, cognitiva, comunicativa, psicomotriz, socio afectiva, espiritual, estética y ética, mediante acciones encaminadas a lograr dicho propósito.

La formación académica o técnica de calidad a los educandos que les permita seguir sus estudios superiores y/o desempeñar una labor micro empresarial provechosa para sí, su familia y su comunidad bajo criterios de: aprender a ser, aprender a hacer y aprender a aprender.

El desarrollo de las competencias investigativas, ciudadanas y laborales en el educando, mediante un análisis crítico, reflexivo, y propositivo, orientado al mejoramiento de su calidad de vida y progreso de su comunidad.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

Alcanzar la convivencia pacífica entre los integrantes de la comunidad educativa, mediante la práctica del respeto por los derechos humanos y la vivencia de los valores como la tolerancia, la virtud y la justicia.

1.6 FILOSOFÍA.

El Colegio es fundamentalmente católico, inspirado en el respeto de las creencias religiosas, tiene como finalidad proporcionar a sus alumnos una educación integral dirigida a educar la mente con una formación de excelencia académica, técnica y a educar el cuerpo y el espíritu de forma sana, deportiva y ajena a vicios adictivos consolidando y potenciando los principios y virtudes cristianas. El Colegio considera al alumno como centro prioritario de sus intereses. Junto con enseñar normas y principios temporales y permanentes acerca del hombre, trata de desarrollar a la persona en sí, consciente de su presente y de la forma en que debe conducirse en la vida para alcanzar en el futuro su autorrealización personal.

Entre los criterios de formación se opta por un colegio humanizador, no excluyente, no discriminatorio, pluralista y por sobre todo alegre. Hay una búsqueda constante por resolver el cómo dar forma y orden a la vida interior y exterior del alumno, coordinar y controlar sus impulsos, sus tendencias y sus ambiciones. Para alcanzar este objetivo el Colegio se esfuerza en desarrollar al máximo las capacidades de sus alumnos en el orden y la disciplina; entre ellas:

Enseñarles a ser maestros de sí mismos: darles los conocimientos y con ellos el desafío de tratar de ser cada vez mejores, de superarse a sí mismos una y otra vez. Crearles un método de trabajo personal que, utilizando los conocimientos adquiridos, puedan alcanzar nuevas metas a través de una formación permanente. Enseñar a aprender juntos, es decir trabajar en equipo. Hacerles comprender que las autosuficiencias personales fueron reemplazadas por interdependencias cada vez más complejas, elemento clave para el posicionamiento individual y colectivo en la sociedad.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

Promover el desarrollo de los reales valores humanos, espirituales y materiales que dan el auténtico significado al quehacer humano. Aprender a desarrollar la fuerza de la creatividad que permita al hombre asumir, superar y orientar hacia un significado trascendente su labor cotidiana.

1.7 PERFIL INSTITUCIONAL

Hay un gran número de factores que llevan a una empresa o entidad a ser cada día más fuerte, más poderosa y, por supuesto, más competitiva. El factor económico es un gran determinante del progreso, del crecimiento y del auge empresarial; sin duda es un elemento clave del avance o estancamiento. El capital de una empresa, la hace sólida, le genera ganancias, le produce dividendos o, sencillamente, la hace viable.

El medio donde la empresa se desenvuelve también juega un papel importantísimo en su desarrollo y de igual manera contribuye a su viabilidad. Las mismas instalaciones o planta física determinan un gran porcentaje de crecimiento de una empresa; bien sea por su estilo, su amplitud, su cobertura etc. Pero indudablemente que es el factor humano el gran motor que propulsa a una empresa a alcanzar los logros propuestos. El factor humano es a una empresa, lo que el capitán a un barco: el guía, el orientador, el ordenador y el gran generador de entusiasmo, que se traduce luego en avance y prosperidad.

El talento humano, plasmado en cualidades intelectuales, morales, psicológicas, sociales y culturales, junto con aptitudes y actitudes individuales y colectivas el factor que enriquece y engrandece a una entidad o a una empresa.

El talento humano de la Institución Educativa INEM “José Eusebio Caro” debe tener un perfil acorde con los objetivos propuestos, con la actividad que desarrolla y con la forma como planea y lleva a cabo sus quehaceres en el proceso de enseñanza aprendizaje, que, en el fondo, es el servicio que ofrece a la comunidad en general.

DQS is member of



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

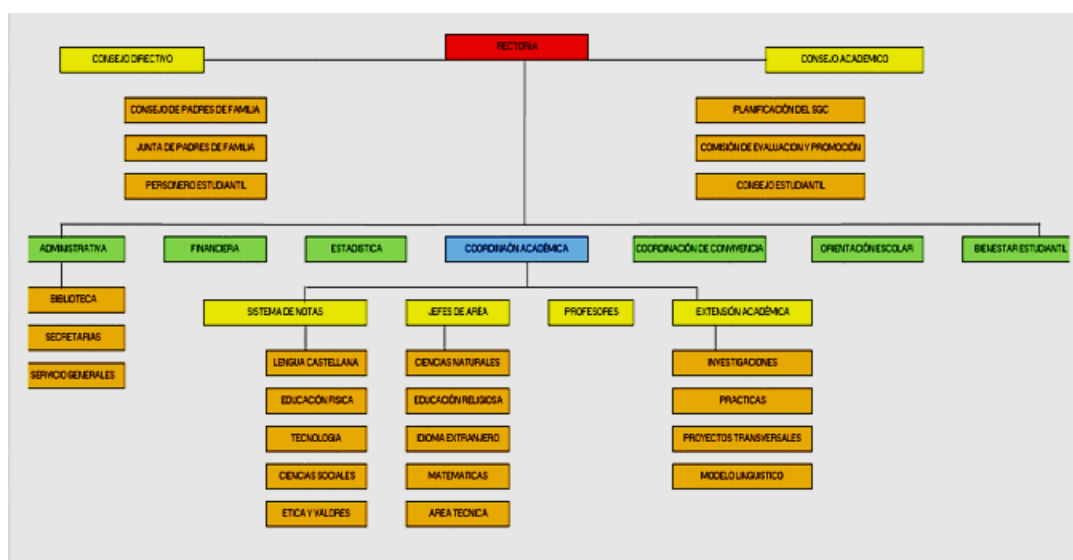


Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

Por tal razón se debe partir de una clarificación de ese talento humano, de acuerdo con las funciones que desempeña en el gran conglomerado.

1.8 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL

El Organigrama de la Institución INEM “José Eusebio Caro” de Cúcuta, es una representación gráfica de la estructura organizacional en la que se indica, la forma estructural del Plantel educativo.



1.8.1 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

Mes	ACTIVIDADES
7 enero	Presentación Personal Docente. Desarrollo Institucional
7 al 17 enero	Desarrollo Institucional
20 enero al 27 de marzo	Primer periodo Académico
21 al 24 enero	Socialización Sistema Institucional de evaluación escolar SIIE Socialización Manual de convivencia
15 enero	Consejo Académico
17 enero al 2 febrero	Campaña electoral de los aspirantes a personería y controlaría



*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Eusebio Caro*

23 enero al 31 enero	Elección de representantes de estudiantes y consejo de aula
23 enero al 3 marzo	Inscripción del representante del sector productivo
13 al 27 de marzo	Evaluaciones Bimestrales Primer Periodo
27 enero al 07 febrero	Inscripción de los aspirantes a personería y a la contraloría
30 enero	Comité de Convivencia
31 enero	Consejo Directivo
17 febrero	Asamblea Padres de Familia. Elección de los representantes de padres por sección.
27 enero al 24 febrero	Inscripción de los docentes aspirantes a ser representantes ante el Consejo Directivo.
24 febrero	Reunión Representantes de aula, conformación del Consejo Estudiantil, Elección representante de los estudiantes al Consejo Directivo
25 febrero	Comité de convivencia
26 febrero	Miércoles de ceniza. Responsables: Nidia Rodríguez, Gabriela Cotamo, Héctor Diaz. 9:15 a.m.
26 febrero	Reunión Consejo de Padres, Representante de Padres ante el Consejo directivo y Asociación de Padres de familia.
27 febrero	Reunión Consejo Directivo.
28 febrero	Izada de bandera. Batalla de Cúcuta Elección del Personero y representante de los docentes al Consejo Directivo. Responsable área ciencias Sociales
4 marzo	Entrega a Coordinación Banco de Preguntas 1er. Periodo
6 marzo	Reunión Colegio Abierto 1er. Periodo
9 marzo	Reunión consejo Académico
13 al 27 marzo	Evaluaciones bimestrales 1er. Periodo
16 marzo	Izada de Bandera, día de San José
27 marzo	Finaliza Primer Periodo Académico Presentación del Gobierno Escolar
18 marzo	Reunión consejo Académico
18 marzo	Reunión consejo Académico
27 marzo	Reunión consejo Directivo
30 de marzo al 12 de junio	Segundo periodo académico
30 marzo al 3 de abril	Bodas de Oro INEM “José Eusebio Caro”
30 marzo	Inauguración Juegos Intramurales, interclases.
6 al 10 de abril	Desarrollo Institucional Docentes. Receso Estudiantil
14 abril	Reunión de Padres de familia, boletines 1er. Periodo
23 abril	Izada de bandera, Día del Idioma
24 abril	Reunión consejo Directivo
29 abril	Reunión consejo Directivo
11 mayo	Reunión de Padres de familia, Colegio Abierto (6:00 a 9:00 a.m.)
15 mayo	Día del Maestro



**Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Eusebio Caro**

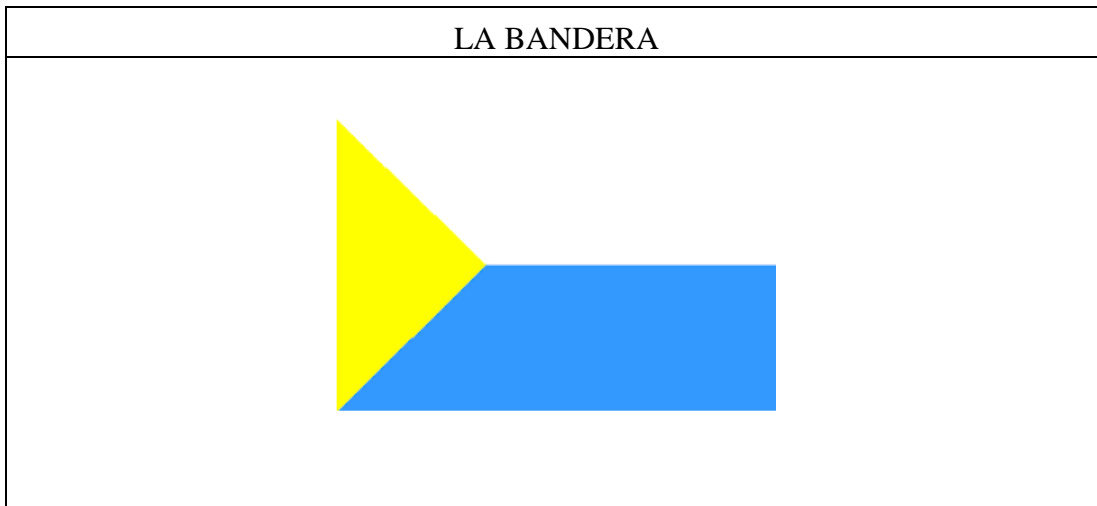
22 mayo	Reunión consejo Académico
27 mayo	Reunión consejo Directivo
28 mayo al 12 junio	Evaluaciones Bimestrales Segundo Periodo
11 junio	Reunión consejo Directivo
15 de junio al 5 de Julio	Receso estudiantil
6 julio al 11 septiembre	Tercer periodo académico
17 julio	Izada de bandera. Independencia de Colombia
13 julio	Reunión de Padres de familia, boletines 2o. periodo
24 julio	Reunión consejo Académico
30 julio	Reunión consejo Directivo
6 agosto	Izada de bandera, batalla de Boyacá, día de la bandera.
9 agosto	Presentación Pruebas saber 11°
14 de agosto	Reunión de Padres de familia, Colegio Abierto (6:00 a 9:00 a.m.)
21 agosto	Reunión consejo Académico
31 agosto	Reunión consejo Directivo
14 septiembre al 27 nov.	Cuarto periodo académico
21 septiembre	Reunión de Padres de familia, boletines 3er. Periodo
28 septiembre	Reunión consejo Académico
30 septiembre	Reunión consejo Directivo
5 al 9 octubre	Desarrollo Institucional Docentes. Receso estudiantil
23 octubre	Feria empresarial, áreas técnicas
26 octubre	Reunión de Padres de familia, Colegio Abierto (6:00 a 9:00 a.m.)
28 octubre	Reunión consejo Académico
30 octubre	Reunión consejo Directivo
28 octubre al 13 noviemb re	Evaluaciones bimestrales 4° periodo
17 al 24 de noviembre	Refuerzo y nivelación 4° periodo
30 noviembre	Reunión consejo Directivo
3 diciembre	Matricula Estudiantes Reunión de Padres de familia, boletín 4o. periodo y final.
4 diciembre	Ceremonia de graduación
30 nov al 5 dic	Desarrollo institucional, docentes.
30	Receso estudiantil.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

noviembre	
7 diciembre al 5 enero 2021	Vacaciones docentes y directivos docentes.

1.9 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES



La bandera tiene tres colores: azul, blanco y amarillo con el siguiente significado: El azul representa el horizonte infinito del estudiante, el blanco la pureza que debe reinar entre profesores, estudiantes y administrativos; y el amarillo la riqueza de conocimientos e ideas.





Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

El escudo consta de dos círculos concéntricos: En el de la parte externa se resalta el nombre del personaje del contexto regional y nacional que brilló por su espíritu y su letra: “José Eusebio Caro “; y enseguida, el nombre de nuestra Ciudad. El círculo central destaca las siglas de nuestra Institución que lleva sobrepuesta la bandera de Colombia, apoyado en un gran libro, que indica uno de los objetivos fundamentales de nuestros estudiantes como es la ciencia. Debajo del libro, en un triángulo, hay una montaña que representa a Colombia y sobre la montaña un sol naciente, que significa el progreso que asoma para un futuro ideal. Este escudo es redondo en señal de perpetuidad.

PRINCIPIOS ORIENTADORES

- El ser Humano es Persona
- El Hombre es un ser libre y Autónomo
- El Hombre es un ser Social y Demócrata
- El Hombre es un ser Activo y Creativo
- El Hombre es un ser Generador de Ciencia y Tecnología
- El Hombre es un ser Crítico
- El Ser Humano es un ser espiritual y Trascendente.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

HIMNO

Letra: Dr. Jorge Arias Rico

CORO

Somos libres la patria renace en la ciencia, la fe y la verdad, es tu himno clarín que pregona al INEM a estudiar a estudiar.

I

Es tu claustro sagrado recinto De Colombia que sabe triunfar, es la casa, el vivir de la ciencia es tu nombre histórico INEM.

II

Salve hermosa bandera, Inemita, Cubre ya el horizonte estelar, eres arco del triunfo en tu historia eres grande, serás inmortal.

III

Gloria a ti, juventud cucuteña que pregonas cultura y saber, eres luz en las cimas del norte
eres alma del gran despertar.

IV

Salve a ti, juventud valerosa, otra vez nuestro sol, nuestro lar nuestro amable vivir, nuestro suelo, nuestro alero feliz, nuestro INEM.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

1.10 MANUAL DE CONVIVENCIA

FUNCIONES DEL COMITÉ DE CONVIVENCIA ESCOLAR:

1. Darse su propio reglamento, lo cual abarcará lo correspondiente a sesiones, y demás aspectos procedimentales, como aquellos relacionados con la elección y permanencia en el comité, del representante de los docentes que lidere proceso o estrategias de convivencia escolar.

2. Identificar, documentar, analizar, clasificar y resolver los conflictos que se presenten entre docentes y estudiantes, directivos y estudiantes, entre estudiantes y entre docentes.

3. Diseñar actividades y acciones pedagógicas encaminadas a la construcción y fomento de la convivencia escolar, la construcción de ciudadanía, el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos y la prevención y mitigación de la violencia escolar entre todos los miembros de la comunidad.

4. Promover la vinculación en la Institución educativa a estrategias, programas y actividades de convivencia y construcción de ciudadanía que se adelanten en la región y que respondan a las necesidades de la comunidad educativa.

5. Crear espacios que permitan la conciliación y resolución de conflictos que incidan en la convivencia escolar, por solicitud de cualquiera de los miembros de la comunidad educativa o de oficio cuando se estime conveniente en procura de evitar perjuicios irremediables a los miembros de la comunidad educativa.

El estudiante estará acompañado por el padre, madre de familia, acudiente o un compañero del establecimiento educativo.

6. Liderar el desarrollo de estrategias e instrumentos destinados a promover y evaluar la convivencia escolar, el ejercicio de los derechos humanos sexuales y reproductivos.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

7. Establecer canales de comunicación entre el consejo académico, las comisiones de promoción y evaluación, consejo directivo, en relación a la implementación de estrategias que posibiliten el mejoramiento de la convivencia de los integrantes de la comunidad educativa y que sean compatibles con las funciones de cada uno.

8. Activar la ruta de atención integral con el fin de realizar acciones que permitan minimizar situaciones o hechos que afecten la convivencia escolar definida en el artículo 29 de esta ley, frente a situaciones específicas de conflicto, de acoso escolar, de conductas de alto riesgo de violencia escolar, consumo y tráfico de sustancias psicoactivas y situaciones de vulneración de derechos sexuales y reproductivos que no pueden ser resueltos por este comité de acuerdo con lo establecido en el manual de convivencia, ya que trascienden del ámbito escolar, y revisten las características de la condición de una conducta punible, razón por la cual deben ser atendidos por otras instancias o autoridades que se hacen parte de la estructura del sistema y de la ruta.

9. Realizar el debido proceso en la atención a los casos o situaciones dadas, dando aplicación a la ruta de atención, con sus debidos componentes y protocolos.

10. Hacer seguimiento al cumplimiento de las disposiciones establecidas en el manual de convivencia y presentar informes a la respectiva instancia que hace parte de la estructura 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, de los casos o situaciones que haya conocido el comité.

11. Proponer, analizar y viabilizar estrategias pedagógicas que permitan la flexibilización del modelo pedagógico y la articulación de diferentes áreas de estudio que lean el contexto educativo y su pertinencia en la comunidad para determinar más y mejores maneras de relacionarse en la construcción de la ciudadanía.



1.11 DERECHOS Y DEBERES DEL ESTUDIANTE, DOCENTE, PADRES DE FAMILIA

LOS ESTUDIANTES TIENEN DERECHOS

FORMATIVOS:

a. Recibir una educación integral de calidad teniendo en cuenta los estándares establecidos por el MEN y enmarcados dentro del proyecto educativo institucional para que le permitan realizarse como persona y proyectarse como miembro de la sociedad.

b. A recibir en la educación básica primaria, secundaria y técnica por parte del o la docente al inicio de cada período los estándares y los indicadores de desempeño en las áreas del núcleo común y en la educación media técnica, las normas de competencia laboral con sus elementos, al igual que los planes de evaluación, los de mejoramiento académico y a conocer en forma oportuna los resultados obtenidos en cada evaluación y en cada periodo.

c. Que le identifiquen y conozcan las limitaciones o capacidades que posea, a tener su propio ritmo de aprendizaje, de tal forma que pueda superar las dificultades o reconocer sus potencialidades sin frenar su desarrollo.

d. Que se le respeten todos los derechos contemplados en el código de la infancia y adolescencia, los decretos 1620 y 1965, la CPC y otras normas que le garanticen el debido proceso.

e. Disfrutar en forma oportuna y de manera eficiente de los servicios estudiantiles que ofrece la institución, dentro de los horarios establecidos, a participar en campañas, brigadas y grupos que tienden a promover el bienestar de la comunidad escolar; a disfrutar del descanso, del deporte y las de recreación en los tiempos previstos.

f. Recibir formación en el respeto a la vida y demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad, así como el



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

ejercicio del reconocimiento del otro, la libertad y demás, contemplados en el código de la infancia y la adolescencia.

g. Tener un ambiente que propicie el desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica; al libre desarrollo de su personalidad, sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás; a participar activamente en el proceso educativo y al disfrute y uso de las últimas tecnologías en cada área.

h. Recibir por parte de la institución talleres de crecimiento personal, convivencias, encuentros formativos y seminarios y todas aquellas actividades que tiendan a la formación de valores, a la solución de conflictos; a la prevención del porte y consumo de sustancias psicoactivas y las que producen dependencia como el cigarrillo y el alcohol, de acuerdo a la normatividad vigente.

i. Acceder y utilizar seria y responsablemente todas las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) para su desarrollo académico, personal y social.

DISCIPLINARIOS:

a. Ser escuchado y atendido en sus reclamos y planteamientos, a obtener una pronta y justa respuesta a sus inquietudes y a presentar descargos y tener derecho a la defensa teniendo en cuenta el debido proceso, la ruta de atención y los protocolos de acuerdo al caso.

b. Recibir en su totalidad todas las clases y no ser excluidos de las mismas y permitírsele su ingreso en cualquier momento de desarrollo del proceso pedagógico, previa justificación de la coordinación.

c. Otorgársele permiso para salir de la institución durante la jornada escolar o para ausentarse de las actividades académicas previa presentación de la solicitud que deberá hacerla el padre de familia o acudiente ante la coordinación.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

SOCIALES:

- a. Recibir un trato justo y cordial sin que se le haga ninguna discriminación.
- b. Recibir un trato digno, de respeto y con igualdad de oportunidades.
- c. Disfrutar de los estímulos que la institución les ofrece ya sea por esfuerzo personal o grupal o por reconocimientos por participación en eventos deportivos, culturales, académicos.
- d. Participar democráticamente en las organizaciones estudiantiles, consejos y comités a los cuales tenga derecho a integrar.
- e. Usar respetuosamente los medios de comunicación internos y a la expresión libre de sus pensamientos y opiniones, sin caer en el adoctrinamiento político, religioso o faltar a la dignidad de las personas.

DEBERES GENERALES DEL ESTUDIANTE

El estudiante del INEM tiene el deber de:

1. Leer y conocer en todos sus aspectos el presente Manual de convivencia y obedecer con agrado las disposiciones aquí contenidas, procurando que los demás compañeros también lo hagan.
2. Comprometerse con la misión institucional contribuyendo activamente al logro de los objetivos.
3. Respetar la integridad física y moral de todos y cada uno de los miembros de la comunidad, ofreciendo un trato serio, amable y cordial, basado en el respeto a las diferencias y proyectándolo a su entorno social.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

4. Utilizar las vías del diálogo, la conciliación y el compromiso, como medios para solucionar los conflictos que se le presenten. Agotada esta instancia, acudir a los procedimientos establecidos en el presente Manual, respetando siempre el conducto regular.
5. Conservar, cuidar y mejorar la planta física, instalaciones, muebles, equipos, textos y libros de consulta, haciendo especial énfasis en la organización del aula. Abstenerse de arrojar basuras en los pisos, pasillos, baños, campos deportivos, talleres.
6. Responder por los daños que por negligencia o intencionalidad ocasione a las personas o/ a los bienes de la misma Institución.
7. Considerar que el interés general prima sobre el particular, de tal modo, que se está en el deber de informar a las autoridades educativas sobre los casos de estudiantes que tienen que ver con porte de armas, amenazas, consumo y tráfico de sustancias psicoactivas o cualquier conducta delictiva dentro o fuera de la institución.
8. Ser solidario con los problemas de la comunidad, procurar la armonía, el espíritu de cooperación y la convivencia pacífica
9. Valorar y respetar los símbolos patrios e institucionales tales como himno, banderas, escudos, uniformes u otros emblemas que representen la vida institucional.
10. Asistir y comportarse dignamente en los actos de carácter académico, cívico, sociales, culturales, religiosos y deportivos que se realicen dentro y fuera de la Institución Educativa.
11. Participar de modo responsable y libre en las jornadas electorales para la conformación de los diferentes órganos del Gobierno Escolar.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

12. Abstenerse del porte, consumo y tráfico de cigarrillo, alcohol y/o sustancias psicotrópicas dentro y fuera de la Institución. En caso de ser sorprendido(a) consumiendo sustancias alucinógenas o estupefacientes, su permanencia en la Institución Educativa, será condicionada a la presentación de las constancias periódicas de estar recibiendo tratamiento especializado, conforme a la ruta estipulada en la ley 1620 para tal caso; siempre y cuando la situación no constituya un riesgo para sus compañeros o compañeras, dando claras evidencias de rehabilitación.

13. Permanecer dentro del plantel y en el aula de clase, durante la jornada escolar. El estudiante solo podrá ausentarse con el permiso del o la Coordinador(a) respectivo(a), o el rector, presentando para tal efecto, la justificación correspondiente o con presencia del padre de familia o acudiente. El ingreso o salida de la institución solo podrá hacerse por la puerta autorizada.

14. Respetar la condición social y de género, las creencias religiosas, las opiniones ajenas y las ideologías políticas.

15. Proceder siempre con veracidad, honradez, sencillez y rectitud en todas las actuaciones.

16. Mantener la limpieza, la pulcritud y el orden en su presentación personal, evitando el uso de accesorios con el uniforme.

17. Comprometerse activamente con los procesos de gestión a la calidad que implementa la Institución en lo concerniente al desempeño como estudiante en todos sus órdenes.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

DEBERES DEL ESTUDIANTE PARA CON EL MEDIO AMBIENTE

1. Cuidar y proteger todos los elementos de la planta física, mobiliario, infraestructuras eléctricas, sanitaria y recursos para el aprendizaje
2. Preservar y mejorar las zonas verdes, jardines y árboles. Cuidar especialmente las especies animales que aún subsisten en estas áreas.
3. Practicar diariamente las normas de higiene personal, así mismo, velar por su salud y la de los demás, comunicando sobre la enfermedad infecto - contagiosa que pueda padecer y afectar a la comunidad.
4. Contribuir en la preservación de un medio ambiente escolar sano, libre de toda forma de contaminación y deterioro.

DEBERES ACADEMICOS Y DISCIPLINARIOS DE LOS ESTUDIANTES

1. Presentarse con los materiales y útiles requeridos para el buen desempeño de su función.
2. Asumir un papel serio y responsable sobre las exigencias académicas, comportamentales y de formación que tienden a su desarrollo y promoción escolar.
3. Presentarse con el uniforme reglamentario ya sea el de diario o de educación física según el caso y a permanecer con él dentro de la Institución Educativa; sin accesorios y corte de pelo que desfiguren el mismo sentido de uniformidad. Portarlo con dignidad, respeto y sin reformas en el diseño institucional. La falda de las niñas debe estar hasta la mitad de la rodilla, el pantalón de diario y el de la sudadera debe ser bota recta en los estudiantes.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

4. En caso de tener necesidad de desplazarse a otra Institución en cumplimiento de jornadas académicas o de representaciones institucionales, el estudiante deberá usar el uniforme respectivo o el uniforme determinado como necesario para la actividad.
5. En el desarrollo de las áreas técnicas y académicas es obligatorio el uso de la bata y accesorios que determine la norma de bioseguridad.
6. Portar permanentemente el carné estudiantil actualizado que lo acredite como estudiante de la Institución y le permita utilizar los servicios estudiantiles. Dicho carné es personal e intransferible. Deberá presentarlo cuando le sea solicitado por algún funcionario.
7. Asistir puntualmente a todas sus clases y actividades programadas institucionalmente. Justificar la inasistencia dentro de los tres (3) días hábiles siguientes a su reintegro, bien sea presentando la incapacidad médica o con la presencia del padre de familia o el acudiente legal.

PARAGRAFO 1. Las ausencias serán justificadas solo por las siguientes razones:

- a. Enfermedad o incapacidad personal.
- b. Una emergencia familiar.
- c. Una representación institucional, municipal, departamental de carácter deportivo, cultural o científico.
- d. Un viaje educativo debidamente aprobado.

8. En el caso de una ausencia justificada, el o la estudiante debe presentar los trabajos y evaluaciones pertinentes, dentro de un periodo razonable de tiempo acordado con



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

cada profesor; si vencido este plazo no se cumple con lo pactado, se asignará la nota mínima.

9. El estudiante debe cumplir estrictamente con el calendario académico establecido en el año lectivo.

10. Mantener una postura personal discreta y adecuada, donde sus relaciones interpersonales dentro y fuera de la Institución estén libres de besuqueos y manoseos amorosos, haciendo especial énfasis en el respeto que merece el uniforme como símbolo institucional y que este tipo de conductas no se deben dar en la Institución educativa.

DE LOS DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA O ACUDIENTES

Son compromisos o deberes del padre de familia o acudiente:

1. Adquirir el manual de convivencia antes de realizar la matrícula.
2. Asentar la matrícula oportunamente y firmarla junto con el estudiante.
3. Brindar a su hijo(a) comprensión, ayuda y respeto ante las dificultades que se le puedan presentar.
4. Ser protagonista de la obligación como gestor y formador de sus hijos.
5. Dialogar frecuentemente con su hijo(a) para reforzar la labor de la Institución frente a la formación y desarrollo socio-afectivo.
6. Promover y acompañar el ejercicio de derechos sexuales y reproductivos, colaborando con la institución en la educación de su hijo(a) sobre este tema.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

7. Orientar, corregir y utilizar mecanismos para mejorar el comportamiento inadecuado de su hijo(a) dentro y fuera de la Institución.
8. Controlar la ejecución de los trabajos escolares.
9. Proporcionar a tiempo los uniformes y elementos de estudio exigidos por la institución.
10. Controlar diariamente la correcta presentación personal y del uniforme de su hijo encomendado.
11. Asistir puntualmente a las reuniones programadas o acudir a las citaciones enviadas por las autoridades de la Institución Educativa.
12. Mantener contacto permanente con el Docente titular, y los profesores de las diferentes asignaturas y /o áreas, para conocer oportunamente el rendimiento académico, la asistencia y el comportamiento del estudiante.
13. Enviar oportunamente a la Coordinación la incapacidad médica o presentarse personalmente a justificar por escrito la ausencia del estudiante, dentro de los tres días siguientes a su reingreso.
14. Responder personal y oportunamente por los daños que pudiese ocasionar el o la estudiante, cancelando o reponiendo los artefactos o elementos que hayan sufrido averías, según la normatividad, (artículo 170 del código de la infancia y de la adolescencia)
15. Participar activamente en los ajustes y en los planes de mejoramiento contemplados en el Proyecto Educativo Institucional y en los procesos de calidad que se adelanten.

SERVICIO SOCIAL ESTUDIANTIL



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



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

El servicio o trabajo social de los estudiantes está reglamentado en la Ley General de Educación en su Artículo 97, donde se contempla que “los estudiantes de educación media realizaran el servicio social obligatorio durante dos (2) grados de estudio, igualmente en el decreto 1860 de 1994, artículo 39, se estipula que el servicio social que prestan los estudiantes de educación media tiene como finalidad la integración a la comunidad para que contribuyan al mejoramiento social, cultural, económico, colaborando en la realización de proyectos y trabajos que se lleven a cabo y además el desarrollo de valores y conocimientos del estudiante en relación a su entorno social y comunitario definido en el PEI.

Los proyectos del servicio social estudiantil pueden ser ejecutados por el establecimiento en convenios con entidades gubernamentales y no gubernamentales, en donde se desarrollen actividades relacionadas a la atención a las familias y comunidades; el MEN reglamentará los aspectos del servicio social estudiantil que facilite su organización y funcionamiento; la institución reglamentara la actividad.

De acuerdo con la legislación vigente (Ley 115 de 1994, Decreto 1860 de 1994 y la resolución 4210 del 12 de septiembre de 1996, artículo 7º es necesario reafirmar que: “En consideración al carácter obligatorio del Servicio Social Estudiantil, este es requisito indispensable para la obtención del título de bachiller”. Según la resolución 4210 de 1996, en su artículo 6, el tiempo reglamentado es de 80 horas como mínimo, sin embargo, está autorizado el servicio social, mediante un proyecto que no esté medido en tiempo sino en resultados obtenidos u objetivos logrados, siempre justificados con evidencias.

OBJETIVOS DEL SERVICIO SOCIAL OBLIGATORIO.

El servicio social estudiantil obligatorio es un mecanismo que les permite a los estudiantes tener un acercamiento con la comunidad, para que la conozcan y se



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

sensibilicen frente a la realidad de nuestra sociedad, posibilitando espacios que generen cambios a nivel personal como de la comunidad.

1.12 LEY DEL MENOR

Los Niños Dejen De Ser Considerados Un Problema y se conviertan en objeto de derechos Con la ley 12 de 1991 Colombia ratifico la Convención sobre los Derechos del Niño, convirtiéndose en uno de los primeros Estados en incorporarlo a su legislación.

Sin embargo, no se ha adecuado su legislación de infancia y adolescencia a las directrices de la Convención ni tampoco a la Constitución de 1991, lo convierte a nuestro país en el más atrasado en este tema. Esta situación ha originado reiteradas exhortaciones por parte de la Organización de las Naciones Unidas al Estado Colombiano para que se reforme de manera integral el actual Código del Menor. ¿Por qué es importante una ley de infancia?

Porque la legislación del menor vigente en Colombia solo regula nueve situaciones irregulares a partir de las cuales el Estado dicta medidas de protección, dejando por fuera aberrantes violaciones a sus derechos como la trata de personas, la tortura, la explotación sexual comercial, la explotación familiar, el desplazamiento forzado o el reclutamiento ilícito de menores de edad.

Porque la legislación actual solamente atiende cerca de 4 millones de menores que tipifican las situaciones irregulares, mientras que la ley de infancia busca preservar los derechos de 16 millones de personas menores de 18 años.

El Código del menor reconoce situaciones de riesgo, mientras que la ley de infancia reconoce derechos generales y actuales que han sido regulados en tratados internacionales que el Estado ha ratificado, tales como los derechos de los niños y niñas



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

a ser protegidos contra: toda forma de violencia, abandono, maltrato, explotación, peores

formas de trabajo infantil, abuso sexual, desplazamiento forzado, reclutamiento ilícito, trata de personas, entre otros derechos.

La LEY 1098 DE 2006

Busca que los adolescentes que cometan delitos respondan ante procesos judiciales que respeten todas las garantías propias del debido proceso y del derecho de defensa. Deberán ser juzgados en un proceso penal de carácter diferenciado al de los adultos, especializado en todas las autoridades que lo apliquen y de carácter pedagógico que forme al adolescente en el respeto por los derechos humanos de los demás. No serán juzgados como adultos y si se requiere una medida de privación de libertad, esta solo podrá ser de hasta 5 años y deberá cumplirse en centros especializados del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Los niños y adolescentes son el sector más vulnerable de la población a continuación unas cifras, para que nos demos una visión de la problemática que afecta a los menores de edad.

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

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



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

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.

Artículo 4°: Ámbito de aplicación. El presente código se aplica a todos los niños, las niñas y los adolescentes nacionales o extranjeros que se encuentren en el territorio nacional, a los nacionales que se encuentren fuera del país y a aquellos con doble nacionalidad, cuando una de ellas sea la colombiana.

Artículo 5°: Naturaleza de las normas contenidas en este código. Las normas sobre los niños, las niñas y los adolescentes, contenidas en este código, son de orden público, de carácter irrenunciable y los principios y reglas en ellas consagrados se aplicarán de preferencia a las disposiciones contenidas en otras leyes.

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

Artículo 7°: Protección integral. Se entiende por protección integral de los niños, niñas y adolescentes el reconocimiento como sujetos de derechos, la garantía y cumplimiento de los mismos, la prevención de su amenaza o vulneración y la seguridad de su restablecimiento inmediato en desarrollo del principio del interés superior. La protección integral se materializa en el conjunto de políticas, planes, programas y acciones que se ejecuten en los ámbitos nacional, departamental, distrital y municipal con la correspondiente asignación de recursos financieros, físicos y humanos.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

Artículo 8°: Interés superior de los niños, las niñas y los adolescentes. Se entiende por interés superior del niño, niña y adolescente, el imperativo que obliga a todas las personas a garantizar la satisfacción integral y simultánea de todos sus Derechos Humanos, que son universales, prevalentes e interdependientes.

Artículo 9°: Prevalencia de los derechos. En todo acto, decisión o medida administrativa, judicial o de cualquier naturaleza que deba adoptarse en relación con los niños, las niñas y los adolescentes, prevalecerán los derechos de estos, en especial si existe conflicto entre sus derechos fundamentales con los de cualquier otra persona. En caso de conflicto entre dos o más disposiciones legales, administrativas o disciplinarias, se aplicará la norma más favorable al interés superior del niño, niña o adolescente.

1.13 UNIFORMES.

- **Uniforme de diario**

Camibuso blanco con el escudo del colegio (según el modelo acordado), falda negra a la rodilla, plisada, zapatos negros, medias azul oscuro a mitad de pierna y correa negra. Masculino: Camibuso blanco con el escudo del colegio (según el modelo acordado), pantalón azul oscuro, correa negra, zapatos negros y medias azul oscuro a media pierna.

- **Uniforme de educación física**

sudadera blanca, Camibuso con orillos blancos, azul y amarillos, según colores seleccionados a nivel institucional.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

DIARIO	EDUCACION FISICA
	

1.14 INVENTARIO DE INFRAESTRUCTURA

DIAGNOSTICO DE LA PLANTA FISICA (BASICA SECUNDARIA Y MEDIA)

La institución educativa cuenta con 50 salones de clase, 2 salón de informática, sala de profesores, oficina del rector y del área administrativa, oficina de coordinación oficina de psi orientación, un comedor escolar, áreas libres, 2 salones de Audiovisuales, piscina, canchas (futbol, baloncesto, voleibol, tenis, microfútbol) zona de atletismo y un área de gimnasio.





Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

PLANTA INSTITUCIONAL:

- AULAS DE CLASE
- 4 SALONES DE INFORMATICA
- 1 SALA DE PROFESORES
- 1 OFICINA DE APOYO PEDAGÓGICO
- 1 RECTORÍA
- 2 COORDINACIÓN
- 1 PATIO
- 1 CUARTO DE REFRIGERIOS
- 1 CUARTO DE DEPORTES

RECTORIA	COORDINACION
	
SALA DE PROFESORES	SECRETARIA Y PAGADURIA



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro



CAFETERIA



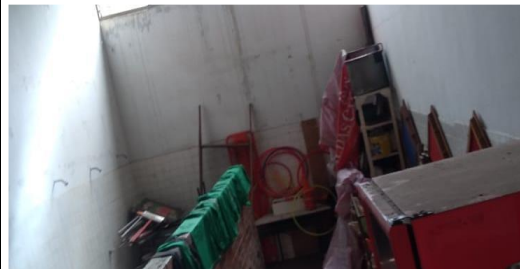
BAÑOS, LAVAMANOS



PATIO CENTRAL



SALON DE DEPORTES





*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Enxebio Caro*

1.15 INVENTARIO SALON DE DEPORTES

NOMBRE	IMÁGENES
Canchas	
Piscina	



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

1.16 HORARIOS

1. Jornada de la mañana: Transición: 7:00 am. a 11:00 am. (no presencial)
2. Básica Primaria: 6:30 am a 12:00 pm. (no presencial)
3. Básica Secundaria: 06:30 am. A 11:45 am
4. Media Técnica: lunes, miércoles, jueves y viernes: 6:00 am. a 1:00pm
5. Martes: 6:00 am. a 3:00 pm (no presencial)

1.17 HORARIOS DE EDUCACION FÍSICA Y DEPORTES 2021

HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
07:00AM			10-2	10-3	10-5	
07:45AM			10-2	10-3	10-5	
08:30AM		9-02	10-2 --- 10-4	10-3	10-5 – 10-6	
09:15AM		9-02	10-4		10-6	
10:00AM		9-02	10-4		10-6	
DESCANSO						
10:30AM	9-01	9-03	9-04			
11:15AM	9-01	9-03	9-04			
12:00AM	9-01	9-03	9-04			

Nota: Los sábados se están llevando a cabo la recuperación de clase con un grado diferente por semana, debido a las protestas realizadas hace algunos meses en el país



1.17 MATRIZ DOFA

DEBILIDADES	OPORTUNIDADES
<ul style="list-style-type: none"> • La falta de conexión para todos los estudiantes de la institución educativa. • Las clases virtuales no son garantía de un aprendizaje óptimo dadas las condiciones de flexibilidad. • Falta de una mayor implementación de las TIC. 	<ul style="list-style-type: none"> • Convenios con instituciones de educación superior. • Cobertura de estudiantes, permitiendo a un amplio sector de la comunidad acceder a la educación formal. • Las instalaciones de la institución representan un espacio idóneo para el crecimiento integral de los estudiantes.
FORTALEZA	AMENAZAS
<ul style="list-style-type: none"> • Cuentan con un personal docente idóneo y con la experiencia suficiente. • Inclusión de estudiantes del vecino país. • Acompañamiento a través de estrategias interdisciplinarias a estudiantes con dificultades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Uso excesivo de aparatos electrónicos. • Falta de acompañamiento de los padres de familia, en los procesos del estudiante. • La poca exigencia de las clases virtuales.



CAPITULO II

PROPUESTA PEDAGOGICA

2.1 TITULO

PROPUESTA METODOLOGICA PARA DESARROLLO DE LA CONDICION FISICA EN LOS ESTUDIANTES DE LOS GRADOS NOVENO Y DECIMO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA JOSÉ EUSEBIO CARO INEM

2.2 OBJETIVOS

2.2.1 OBJETIVO GENERAL

Desarrollar la condición física a través de los juegos cooperativos con los estudiantes de los grados noveno y décimo de la institución educativa José Eusebio caro INEM.

2.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Diagnosticar la condición física de los estudiantes mediante la aplicación del test de Ruffier Dickson
2. Planificar juegos cooperativos innovadores los cuales permitan el uso de las capacidades condicionales, propiciando el aumento de la condición física en los estudiantes de los grados Noveno y Décimo.
3. Realizar juegos cooperativos en los horarios de educación física, orientados a la mejora de las capacidades condicionales en los estudiantes de los grados Noveno y Décimo.



4. Evaluar el impacto producido a través de los juegos cooperativos en la condición física de estudiantes de los grados Noveno y Décimo.

2.3 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El 25 de marzo del 2020 se decretó cuarentena total en Colombia han transcurrido hasta este momento más de un año y medio de pandemia, en el cual los estudiantes no han asistido a clases presenciales, muchos de ellos han pasado meses en sus hogares, las clases de educación física en este tiempo para la gran mayoría de los estudiantes del INEM estaba sometido a guías escritas y trabajo asincrónico para quienes no tenían conexión a internet o clases virtuales en donde se desarrollaban temas asociados al deporte formativo escolar, con muy poca asistencia e insuficiente practica física. Donde el verdadero objetivo de la materia quedaba relegado a cumplir con obligaciones institucionales por parte de estudiantes y docentes. Es un verdadero reto el que enfrentan los docentes y las instituciones en esta vuelta a clases de manera progresiva.

La organización mundial de la salud (OMS) resalta los múltiples beneficios de la práctica adecuada de actividad física y en la necesidad de adoptar estrategias que provoquen una reducción del sedentarismo, aumentando los niveles de población activa. Se hace necesario después de tan largo periodo de tiempo conocer el estado de su condición física y un reacondicionamiento gradual. Que según **Rodríguez (2006)**¹ define la condición física *“como el estado dinámico de energía y vitalidad que permite a las personas llevar a cabo las tareas diarias habituales, disfrutar del tiempo [de] ocio [de manera activa], afrontar las emergencias imprevistas sin una fatiga excesiva, a la vez que [permita] evitar las enfermedades hipocinéticas, y a desarrollar el máximo de la capacidad intelectual, experimentando plenamente la alegría de vivir”*.

Se hace necesario buscar estrategias que atraigan a los estudiantes, donde todos puedan estar vinculados activamente durante los tiempos de ejecución de la clase, el juego cooperativo producirá cohesión en el grupo, ayudara a que todos tengan un mismo objetivo y aporten desde lo individual para poder lograr lo que se exige en el juego. Con lo cual evitaremos problemas como las distinciones en los grupos de clase, todos



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

estarán llamados a participar, quien no lo haga recibirá el animo de sus compañeros, con lo cual podemos entender que la actividad planteada tendrá garantizada la participación de todos.

2.4 FORMULACION DEL PROBLEMA

¿Qué grado de importancia tiene la educación física para los estudiantes de los grados noveno y décimo de la institución educativa José Eusebio Caro “INEM”?

2.5 JUSTIFICACIÓN

Basado en las necesidades encontradas después de todo lo que ha sucedido, en medio de la pandemia y la falta de actividad física en los estudiantes, se busca por medio de los juegos cooperativos un fortalecimiento de la condición física de los mismos, añadiendo lo que se puede generar mediante esta estrategia como la cohesión del grupo, la búsqueda de soluciones y objetivos de forma colectiva. llevando un aprendizaje en los estudiantes sobre la importancia que tiene realizar estas actividades periódicamente, unidos a las tareas planteados desde la materia. En el juego cooperativo se crece dando y recibiendo ayuda, se presenta como una de las necesidades a las que se enfrenta la sociedad y donde el estudiante puede obtener un aprendizaje significativo sobre los beneficios que esto puede traer en su diario vivir.

Conocemos por medio del diagnóstico institucional que parte distractor de los estudiantes del grados Noveno y Décimo son las tecnologías, lo que conlleva al bajo interés hacia las actividades físicas, por lo cual es importante el desarrollo de actividades que atraigan su atención, bajo esto consideramos los juegos cooperativos como alternativa, que según **Carlos Velázquez Callado²**, los define como *“actividades colectivas donde las metas de los participantes son compatibles y donde no existe oposición entre las acciones de los mismos, sino que todos buscan un objetivo común, con independencia de que desempeñen el mismo papel o papeles complementarios. Además, para él, los juegos cooperativos llevan implícito el*



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

contenido Transversal de Educación para la Paz”. Dadas las necesidades de la institución actualmente se aplicará esta metodología buscando primero un beneficio fisiológico, donde además estará implícito el aprender a compartir, relacionarse con los demás, trabajar unidos por un mismo objetivo, entender el concepto de ganar o perder como un colectivo, olvidar la idea de buenos o malos compañeros y trabajar entendiendo que el grupo funciona como un solo cuerpo, en el que cada uno está llamado a aportar desde sus habilidades o capacidades.

La Organización Mundial de la Salud (2020), en sus últimas recomendaciones, establece que los escolares de 5 a 17 años deben realizar un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física de moderada a vigorosa intensidad. Algo que como sabemos realmente no se cumple. Todos conocemos que el propósito de la educación física se enfoca en el desarrollo del cuerpo humano a través de la práctica de diferentes ejercicios controlados y las disciplinas deportivas. Además de fortalecer el cuerpo y mejorar la salud, buscando generar un bienestar corporal y mental en el estudiante. Por este motivo se hace necesario plantear actividades que atraigan la atención del alumno y lo lleven a su ejecución, de manera que les permitan participar activamente en factores que favorecen su salud.

2.6 POBLACIÓN

Palella y Martins (2008)³, definen la población como: “un conjunto de unidades de las que desea obtener información sobre las que se va a generar conclusiones”.

Expuesto lo anterior, los autores concuerdan que la Población es la totalidad del fenómeno a estudiar, donde las unidades de esta poseen una característica común, la que se estudia y da origen a los datos de la investigación. La población son estudiantes del grado decimo la Institución José Eusebio Caro Cúcuta Norte de Santander Cúcuta Norte de Santander.

De esta forma el trabajo se dirige a una muestra total de 44 estudiantes entre los grados 10-5 y 10-6 de los cuales 32 son de sexo femenino y 12 de sexo masculino, de la Institución José Eusebio Caro ciudad de Cúcuta Norte de Santander.



2.7 MARCO TEÓRICO

2.7.1 CONCEPTO DE CONDICION FÍSICA

Condición física es la capacidad de realizar esfuerzos físicos con vigor y efectividad, retardando la aparición de la fatiga (cansancio) y previniendo las lesiones. Tener una buena condición física no consiste en ser un súper deportista, sino en desarrollar las capacidades y cualidades físicas para realizar con éxito las actividades físicas en las que se participe de tal manera que la condición física se relaciona con la salud de la persona.

En este caso nos concierne la Condición física general, que parte del nivel mínimo de un organismo sano y sería aquella que dota al sujeto de un grado de eficacia necesario para desenvolverse en la vida cotidiana. Es la condición física base para toda preparación físico-deportiva y es el fundamento de una buena salud.

Aunque al nacer venimos marcados por algunos factores (genética) que determinan una condición física como buena, muy buena o excelente y, además existen causas que limitan el desarrollo de la misma o que contribuyen a que ésta se deteriore (principalmente la falta de ejercicio, el exceso de comida y/o la nutrición deficiente y el consumo de tabaco y alcohol) el factor determinante de la condición física se relaciona con el concepto de desarrollo, es decir, la condición física depende del trabajo que se realice para mejorarla o mantenerla.

Entrado el siglo XXI se encuentran dos autores que ya relacionan la condición física a la salud.

Bouchard, citado por (Zaragoza, 2004)¹ plantea que “mientras que los factores de la Condición Física relacionada con el rendimiento, dependen fundamentalmente de factores genéticos, los componentes de la condición física relacionada con la salud se ven más influenciados por las prácticas físicas, asociándose estos, con un bajo riesgo de desarrollar enfermedades derivadas del sedentarismo”.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

(Rodríguez,2006)¹ define la “Condición Física como el estado dinámico de energía y vitalidad que permite a las personas llevar a cabo las tareas diarias habituales, disfrutar del tiempo [de] ocio [de manera activa], afrontar las emergencias imprevistas sin una fatiga excesiva, a la vez que [permita] evitar las enfermedades hipocinéticas, y a desarrollar el máximo de la capacidad intelectual, experimentando plenamente la alegría de vivir”.

Con la realización de ejercicio físico, se desarrollan las capacidades físicas básicas, entre las que destaca el fitness cardiovascular, que ha sido señalado como el principal marcador de salud en la infancia y la adolescencia (Ortega, Ruiz, Castillo y Sjöström, 2008) ¹. Numerosos estudios apuntan que aquellos jóvenes que muestran mejores niveles de fitness en la infancia y adolescencia presentan marcadores de salud más óptimos a corto y largo plazo.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define “Condición Física como bienestar integral corporal, mental y social” según aparece en el Diccionario de las Ciencias del Deporte (1992) ¹

Valoración: Para conocer el estado físico de los estudiantes utilizaremos el Test de Ruffier-Dickson que es una prueba que se realiza para medir la resistencia aeróbica al esfuerzo de corta duración y la capacidad de recuperación cardíaca.

Es un test basado en una fórmula que sirve para obtener un coeficiente que nos da una valoración acerca de nuestro estado de forma. Dicho coeficiente se obtiene mediante la realización de 30 flexiones de piernas de un tiempo de 45 segundos.

$$(P0 + P1 + P2) - 200 / 10$$

P0 = Pulsaciones por minuto en reposo (basal).

P1 = Pulsaciones por minuto después del ejercicio (adaptación).

P2 = Pulsaciones por minuto después de un minuto de recuperación (recuperación).



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

Para realizar este test, primero hay que medir las pulsaciones en reposo (de pie o sentado) durante 1 minuto (P0).

A continuación, de pie, hacer 30 flexo-extensiones profundas de piernas (sentadillas), a ritmo constante con el tronco recto, en ángulo de 90°, en 45 segundos con las manos en la cadera. Si se terminan las sentadillas antes de los 45 segundos se continúa hasta el final.

Después de realizar este ejercicio y anotar las pulsaciones durante 1 minuto (P1), se realiza un descanso de 1 minuto (de pie o sentado) y se procede a registrar de nuevo las pulsaciones por minuto (P2)

Nota: Las pulsaciones de P1 y P2 deben medirse en 15 segundos multiplicadas por 4 (equivalentes a un minuto), para eliminar el factor de recuperación.

2.7.2 EL JUEGO

El juego es una estrategia importante para conducir al estudiante en el mundo del conocimiento. Tuvo sus orígenes en Grecia. Desde entonces se ha tomado como una de las formas de aprendizaje más adaptada a la edad, las necesidades, los intereses y las expectativas de los niños.

El juego estuvo presente a lo largo de la historia, en todos los pueblos y culturas (juegos de carreras, de azar). Sin embargo, no siempre se practicaron con los mismos fines: lúdico, educativo, mágico.

Según la RAE (2010)² el juego es “un ejercicio recreativo o de competición sometido a reglas, y en el cual se gana o se pierde”

Por otro lado, nos encontramos con la definición de Huizinga (1968) en el libro de del Toro (2013) en la que afirma que: “El juego es una acción y ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene su fin en sí



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de ser de otro modo que la vida corriente”. (p.2) (Huizinga, 1968)²

En cuanto al concepto del juego, etimológicamente, juego procede de “jocus” (ligereza, frivolidad) y “ludus” (acto de jugar). El diccionario de la Real Academia Española lo define como “la acción de jugar, pasatiempo y diversión”. Sin embargo, es difícil encontrar en una única definición todos los aspectos del juego. A continuación, mencionaremos las siguientes definiciones:

(Cagigal, s.f.) ²: “acción libre, espontánea y placentera, que se desarrolla en una limitación espacial y temporal, conforme a unas reglas establecidas o improvisadas y cuyo elemento informativo es la tensión”.

(Delgado, 2011) ², este considera que el juego es el medio a través del cual el niño se desarrolla y entra en contacto con el medio que le rodea, es de este modo como mejor podrá comprender y asimilar la realidad.

(Russel, s.f.) ²: “es una actividad generadora de placer”.

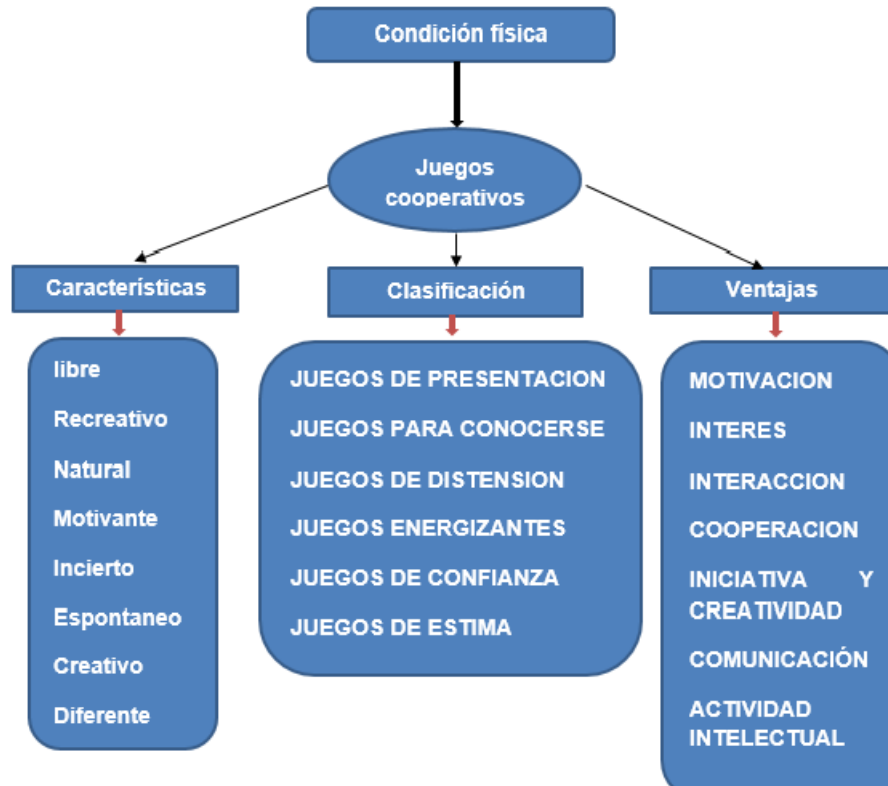
(Rodriguez Herrera, s.f.) ²: “el juego infantil es una actividad pura, espontánea y placentera, que contribuye al desarrollo integral de los niños y niñas”.

“El juego es una actividad recreativa natural de incertidumbre, sometida a un contexto sociocultural”.

Dentro del proceso de enseñanza aprendizaje del área de Educación Física, debemos diferenciar el uso del juego como fin en sí mismo al juego como medio para trabajar el resto de los contenidos.

Juego como fin en sí mismo: tiene como objetivos principales la diversión, la distracción y el esparcimiento. Juego como medio: a través de los juegos se alcanzarán los objetivos y competencias básicas programadas para una determinada unidad didáctica (por ejemplo, la competencia social y ciudadana).

2.7.3 JUEGOS COOPERATIVOS



“Los juegos cooperativos brindan otro modo de relacionarnos con los otros, no se trata de superar a nadie, de ser mejor que nadie, sino de ver qué reto se pueden superar juntos. Valores como la inclusión, la creatividad, la solidaridad, la colaboración el dialogo, están por encima del resultado. Lo importante en el juego cooperativo es el proceso, la diversión, las relaciones constructivas con las otras personas, el error no es más que un elemento más de ese proceso, algo que nos sirve para aprender, para buscar y probar nuevas soluciones que aumenten la diversión y nos haga crecer en grupo” (Callado, 2012)⁴

Uno de los propósitos u objetivos de los juegos cooperativos permiten ayudar un grupo de personas para que se relacionen y afiancen actitudes como la confianza, la solidaridad, la interacción, la tolerancia y el respeto, alcanzando logros comunes de manera participativa, mientras todos se divierten. Estos, son uno de los mejores medios



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

de enseñanza tanto en la educación física como en los deportes. Con lo cual, para implementar juegos cooperativos es importante resaltar ciertos conceptos, desde el desarrollo evolutivo del niño de los 7 a 11 años, hasta el proceso de enseñanza-aprendizaje. Abarcando conceptos y por qué como docentes se debe conocer qué edades se presentan en el aula, y en qué momento cognitivo, fisiológico, psicológico, etc, están los alumnos para adaptar las actividades y así enfocarlas a mejorar la interacción, el respeto y la tolerancia en el grupo.

El norteamericano Steve señala que el juego cooperativo favorece significativamente la aparición de conductas pro sociales en comparación con los juegos competitivos y las actividades individuales. (Grineski,1989)³

los juegos cooperativos son propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad en los juegos promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Facilitan el encuentro con los otros y el acercamiento a la naturaleza. Buscan la participación de todos, predominando los objetivos colectivos sobre las metas individuales. Las personas juegan con otros y no contra los otros; juegan para superar desafíos u obstáculos y no para superar a los otros. (Enrique Pérez Olivera, s.f.)³

2.7.4 CARACTERÍSTICAS DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS EN EDUCACIÓN FÍSICA

En cuanto a las características de los juegos cooperativos en Educación Física, vamos a señalar las siguientes:

Recreativo: el juego es entretenimiento, pasatiempo.

Natural: es espontáneo, surge libremente, en un momento determinado.

Incertidumbre: es ficticio, con efectos imprevistos y resultados imprevisibles.

Contexto sociocultural: el juego está influenciado por el ámbito y ambiente en que se desarrolla.

- Es una acción libre, ya que nadie está obligado a jugar.
- Se lleva a cabo con unas limitaciones espaciales y temporales.
- Es convencional, ya que hay que respetar unas normas.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Eusebio Caro

- Es un proceso motivante y creador.
- Es incierto: no se conoce el resultado final.
- Es diferente en los niños y en los adultos
- Permite explorar y da pie a la búsqueda de soluciones creativas en un entorno que está libre de presiones.
- Propicia las relaciones empáticas, cordiales y constructivas entre los participantes.
- Prima el proceso sobre el producto.
- El error se integra dentro del proceso proporcionando feedback y propiciando la ayuda de los demás.
- Posibilita el aprendizaje de valores morales y de destrezas de carácter social.
- Se puede valorar positivamente el éxito ajeno.
- Se fomentan las conductas de ayuda y un alto grado de comunicación e intercambio de información.
- Se juega en grupo, con un final u objetivo común.
- Fomentan la inclusión, no la exclusión (eliminación).
- Las reglas deben permitir que se dé la ayuda mutua y la cooperación sin obligar a nadie a hacerlo.
- Fomentan la toma de decisiones, la negociación, la resolución/regulación de conflictos
- Las reglas son a menudo adaptables según la edad o número de
- jugadores/as, de manera que con el mismo juego se pueden presentar diferentes variantes.

2.7.5 CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS.

Juegos de presentación. Son actividades dinámicas y lúdicas que permiten un primer acercamiento entre personas desconocidas. Se usan para conocer los nombres de las personas del grupo, por lo tanto, se suelen ubicar al principio de una sesión.

Juegos para conocerse. Son actividades lúdicas importantes porque muchas veces el no conocerse a sí mismo o a los demás, que es lo que permiten estos juegos, crea situaciones de desconfianza negativas para los alumnos. Además, se les invita a tener en cuenta las características de las demás personas y no pensar sólo en uno mismo.



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

Juegos de distensión. Soltar tensiones es una de las esencias del juego no competitivo, estas actividades sirven para que los miembros del grupo estén juntos de forma divertida, deshaciendo cualquier posible tensión existente. Son útiles para tomar contacto, romper una situación de cansancio o de estrés, romper la monotonía, cambiar de una actividad a otra o para dar fin a la clase.

Juegos energizantes. Son juegos en los que los niños y niñas se divierten y liberan esa energía que tienen dentro, esa es una de las razones por las que los juegos cooperativos les hacen sentirse mejor. Son actividades muy activas, por lo que además de liberar energía, sirven para despertar al grupo.

Juegos de confianza. Son unos juegos cooperativos que, entre otras cosas, sirven para tener confianza en un mismo y en los compañeros del grupo. Es una característica que contribuye a una relación muy positiva entre todos y todas, colaborando en la resolución de conflictos de forma colectiva. Juego de contacto. El objetivo de estos juegos es fomentar la estima, la colaboración y la confianza a través del contacto físico. Aquí, el tacto constituye una vía de comunicación entre los alumnos (el que toca y el que es tocado).

Juegos de estima. Son actividades que nos ayudan a extraer afectos positivos hacia otras personas. Juegos de autoestima. Son actividades lúdicas, cuyo objetivo se basa en que cada persona observe las cualidades positivas que tiene en sí misma y consecuentemente, se encuentre a gusto siendo sí mismo. Juegos de relajación. Estas dinámicas ayudan a sosegar las tensiones internas mediante la conciencia de uno mismo, llevando la energía hacia otros objetivos. Esta clasificación de juegos cooperativos muestra la importancia de implementarlos en clase, que dependiendo el tipo de juego cooperativo que sea, se desarrollarán diferentes habilidades y virtudes, que sirven para la resolución de conflictos que se presente entre los alumnos del grado cuarto. Igualmente, estos juegos contribuyen al trabajo de grupo, reconociendo sus virtudes y dificultades, además de ayudar en su diario vivir.



2.7.6 VENTAJAS DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS

INTERÉS. El interés por la materia es algo que a los docentes nos puede costar más de la cuenta dependiendo simplemente por el título de la misma, y a través del juego aumenta el interés del alumnado indiferentemente de la materia.

MOTIVACIÓN. El alumno/a se encontrará más motivado participando de los juegos cooperativos, puesto que le permite realizar actividades de exigencia física de forma más atractiva, amena, divertida y de una forma sencilla.

INTERACCION. El alumno puede interactuar, se puede comunicar, puede intercambiar experiencias, dar su aporte con otros compañeros del aula. Los estudios revelan que la interactividad favorece un proceso de enseñanza y aprendizaje más dinámico y didáctico. La actitud del estudiante frente a la interactividad estimula la reflexión, el cálculo de consecuencias y provoca una mayor actividad cognitiva.

COOPERACIÓN. Los juegos cooperativos posibilitan la realización de experiencias, trabajos o proyectos en común. Es más fácil trabajar juntos, aprender juntos, e incluso enseñar juntos. Utilizar recursos que han funcionado bien en determinadas áreas de las que el alumno/a será el principal beneficiario. Se genera un mayor compañerismo y colaboración entre los alumnos/as.

INICIATIVA Y CREATIVIDAD. El desarrollo de la iniciativa del alumno, el desarrollo de su imaginación para solución de problemas y el aprendizaje para todos.

COMUNICACIÓN. Se fomenta la relación entre alumnos/as, lejos de la educación tradicional en la cual el alumno/a tenía un papel pasivo. La comunicación ya no es tan formal, tan directa sino mucho más abierta y naturalmente muy necesaria. Mayor comunicación entre alumnos/as en donde se pueden compartir ideas.



CONTÍNUA ACTIVIDAD INTELECTUAL. En medio del juego cooperativo el alumno/a debe estar pensando continuamente.

CAPITULO III

3.1 CRONOGRAMA

CRONOGRAMA EJECUCION DE LA PROPUESTA

SEMANA	SEMANA 1 27 SEP- 1 OCT	SEMANA 2 4 - 8 OCT	SEMANA 3 11-15 OCT	SEMANA 4 18-22 OCT
ACTIVIDAD	Culminación guía # 7 la cual tiene como objetivo Conocer la historia del voleibol e identificar el campo de juego, la red y balón. actividades de ejecución y transferencia	Inicio de la guía # 8 conocimiento de la recepción, remate y practica de ejercicios metodológicos sobre el terreno de juego.	Continuación de la guía # 8 conocer cada uno de las posiciones en que se ubican los jugadores. Cerrar con las actividades de ejecución y transferencia. valoración física Test de Ruffier-Dickson.	Inicio de la guía # 9 la cual tiene como objetivo Fortalecer por medio ejercicios metodológicos fundamentos como recepción, remate. El juego cooperativo realizado lleva por nombre: pásala estático.

SEMANA	SEMANA 5 25- 29 OCT	SEMANA 6 2-5 NOV	SEMANA 7 8-12 NOV	SEMANA 8 15-19 NOV
ACTIVIDAD	Continuación de la guía # 9 esta semana se conocerán cada una de las características del jugador y los roles que cumple cada jugador en su posición. Terminamos con las actividades de ejecución y transferencia.	Inicio de la guía # 10 la cual lleva como objetivo Conocer los diferentes sistemas de juego que se realizan en el voleibol, ejercicios sobre el campo de juego, identificar los sistemas de juego ofensivos y defensivos.	Continuación de la guía # 10 conocer cual sistema de juego deberíamos utilizar dependiendo de las necesidades del partido. Tiempo de juego y cerramos con las actividades de ejecución y transferencia.	Semana de nivelaciones.




	Juego cooperativo carrera de dados y balonmano sin picar.	Juego cooperativo de rodemos el balón y realicemos el relevo.	Juego cooperativo circuito 3G.	
--	---	---	--------------------------------	--

3.2 EJECUCION METODOLOGICA

Actividad 1	
Descripción metodológica	Descripción grafica
<p>valoración física Test de Ruffier-Dickson.</p> <p>P0 = Pulsaciones por minuto en reposo (basal).</p> <p>P1 = Pulsaciones por minuto después del ejercicio (adaptación). P2 = Pulsaciones por minuto después de un minuto de recuperación (recuperación).</p> <p>Para realizar este test, primero hay que medir las pulsaciones en reposo (de pie o sentado) durante 1 minuto (P0). A continuación, de pie, hacer 30 flexo-extensiones profundas de piernas (sentadillas), a ritmo constante con el tronco recto, en ángulo de 90°, en 45 segundos con las manos en la cadera. Si se terminan las sentadillas antes de los 45 segundos se continúa hasta el final.</p> <p>Después de realizar este ejercicio y anotar las pulsaciones durante 1 minuto (P1), se realiza un descanso de 1 minuto (de pie o sentado) y se procede a registrar de nuevo las pulsaciones por minuto (P2)</p> <p>Nota: Las pulsaciones de P1 y P2 deben medirse en 15 segundos multiplicadas por 4 (equivalentes a un minuto), para eliminar el factor de recuperación.</p>	

<p>El trabajo se realiza en parejas para que se colaboren en las labores de conteo de las sentadillas y tiempo.</p>	
RESULTADOS	CONCLUSIONES
<p>Los resultados arrojados por la prueba muestran que muchos de los estudiantes tienen dificultad para recuperarse después de un esfuerzo físico</p>	<p>Concluimos que la actividad es de provecho porque muestra claramente a través de los resultados cuáles son los estudiantes que necesitan mejorar su condición física, un total de 28 individuos representando un 65% de la muestra total.</p>
Actividad # 2	
Descripción metodológica	Descripción grafica
<p>Se realizan previamente las actividades correspondientes al calentamiento, muy encaminado al tren superior dado el deporte que se está enseñando, el voleibol. pásala estático. lo primero que se procura hacer es lograr una cohesión de grupo, por tal motivo se evita la formación de grupos bajo sus preferencias. Se inicia dividiendo los en 2 equipos. Las reglas principales del juego son:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. el balón solo se lanza como se ordene b. se jugará solo dentro de la cancha de volibol demarcada c. se puede correr con el balón, pero cada vez que pase el balón se debe estar quieto, d. solo se puede bloquear el pase e interceptarlo en el aire, no debe haber contacto para quitar el balón. e. Para lograr un punto debo pasar la línea de fondo donde se ubica el equipo contrario. <p>Variantes: rebotar el balón cuando corremos, pasar el balón picándolo</p>	

al suelo, la cantidad de veces que las niñas deben tocar el balón.	
Resultados	Conclusiones
Los resultados son favorables, todos los estudiantes se involucran activamente en la actividad y se llega a los objetivos trazados en la planeación.	El juego cooperativo realizado motiva a los estudiantes a participar llevando a que sea de provecho en camino de una mayor practica de actividad física. La búsqueda de estrategias y la utilizacion de sus cualidades físicas brindan oportunidades para llegar al otro lado del campo.
Actividad # 3	
Descripción metodológica	Descripción grafica
<p>Actividades previas de calentamiento, enfatizando en el tren inferior, juegos como ciudad de estatuas para iniciar.</p> <p>Carrera de dados: dividir el grupo, descripción de lo que deben hacer. Existen dos lados del campo el positivo y negativo, se define cual es el positivo, hacia este debe correr el grupo el cual el número del dado sea mayor, por lo tanto, quien tenga el número menor deberá correr al negativo.</p> <p>Explicación de las reglas:</p> <ol style="list-style-type: none"> Todos deben tocar la pared del lado que les corresponda. El líder deberá gritar positivo o negativo según le corresponda por dado para guiar a su equipo. Para ganar el equipo debe pasar completo la línea centrar donde están los dados. <p>Variantes: solo corren las mujeres, solo corren los varones, o solo corren una cantidad en número según el dado. (correr hacia atrás devolviéndose, saltar, llevar a alguien alzado)</p>	
Resultados	Conclusiones
Los resultados son favorables, todos los estudiantes se involucran activamente en la actividad y se	La atención por parte de los participantes al momento de dar las indicaciones logran que los estudiantes relicen las actividades de forma correcta. El trabajo

llega a los objetivos trazados en la planeación.	realizado motiva a los estudiantes a participar llevando a que el juego sea de provecho en camino de una mayor practica de actividad física.
Actividad # 4	
Descripción metodológica	Descripción grafica
<p>Actividades previas de calentamiento, movilidad articular y trote por tiempos en el sitio.</p> <p>rodemos el balón y realicemos el relevo: se ubican 4 conos dentro del campo de jugo. Se dividen el grupo para proceder a explicar lo que deben realizar, el juego tendrá como objetivo colocar mi equipo completo al otro lado del campo. Para esto saldrán de 1 un estudiante llevando el balón según sea anunciado por el profesor.</p> <p>Reglas:</p> <ol style="list-style-type: none"> Todos deben trasladar el balón según sea dicho por el profesor. El balón debe regresar rodando por el piso. Ninguno se puede adelantar de la marcación del cono. Para ganar todos deben haber pasado la línea del cono. <p>Variantes: lanzar el balón al devolverlo, en sus manos, rebotando con una y con dos manos, llevar el balón sin tirarlo parados uno al lado del otro.</p>	
Resultados	Conclusiones
Los resultados son favorables, todos los estudiantes se involucran activamente en la actividad y se llega a los objetivos trazados en la planeación.	El trabajo realizado motiva a los estudiantes a participar llevando a que el juego sea de provecho en camino de una mayor practica de actividad física. La organización de estrategias por parte de los lideres fueron de importancia para mantener un orden en el grupo.

Actividad # 5	
Descripción metodológica	Descripción grafica
<p>Actividades previas de calentamiento, movilidad articular y trote por tiempos en el sitio, ejercicios multiarticulares en estaciones, sentadillas, corredores, tijeras y flexiones de brazos.</p> <p>Juego cooperativo competitivo circuito 3G: Previamente se ha realizado cada uno de los circuitos, se procede a dividir los equipos y buscar un líder de cada uno de los 3 equipos. Explicación: hay 3 circuitos los cuales deben ser pasados por todos los integrantes del grupo, el líder designa a modo de estrategia a un estudiante el cual se ocupará de llevar el tiempo en cronometro, los demás deben observar cómo deben pasar cada uno de los circuitos lo cual lo realizará el profesor como forma de muestra, luego habrá una prueba piloto. Acto seguido se explica que debe solo estar una persona en el circuito y cuando esta termine continua el siguiente, cuando termine de pasar todo el equipo quien lleva el tiempo deberá pararlo.</p> <p>Reglas:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Quien lleva el tiempo debe ser de otro grupo b. Deben pasar por completo el circuito todos los integrantes. c. Deben pasar los 3 circuitos d. No se puede invadir el lugar de quien tiene el cronometro. 	
Resultados	Conclusiones
<p>Los resultados son favorables, todos los estudiantes se involucran activamente en la actividad y se</p>	<p>El trabajo realizado motiva a los estudiantes a participar llevando a que el juego sea de provecho en camino de una mayor practica de actividad física. Los circuitos brindan un trabajo fisico de exigencia</p>



*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Eusebio Caro*

llega a los objetivos trazados en la planeación.	media, la competencia entre equipos luego de conocer cada circuito anima al estudiante a participar activamente.
--	--


CAPITULO IV

4.1 ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

SEMANA	SEMANA 1 27 SEP- 1 OCT	SEMANA 2 4 - 8 OCT	SEMANA 3 11-15 OCT	SEMANA 4 18-22 OCT
ACIVIDADADES	Vuelta a clases día 20 de septiembre grados 10.	7 de octubre realización de la eucaristía en homenaje al docente de la institución Carlos Augusto Remolina docente de matemáticas.	semana de estudiantil establecida por el ministerio de educación nacional	19 de octubre eucaristía en homenaje al docente Carlos Augusto Remolina en presencia de sus familiares.

SEMANA	SEMANA 5 25- 29 OCT	SEMANA 6 2-5 NOV	SEMANA 7 8-12 NOV	SEMANA 8 15-19 NOV
ACIVIDADADES	29 de octubre Izada de bandera.	No actividades	Ceremonia de entrega de símbolos por parte de los estudiantes de decimo y once	No actividades

DESCRIPCION DE ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
20 de septiembre 2021	vuelta a clases de manera presencial después de mas de un año y medio los estudiantes del colegio INEM vuelven a clases de forma presencial, cumpliendo las normas de bioseguridad impuestas por el gobierno nacional y bajo las directrices trazadas por el ministerio de educación nacional.	



*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Eusebio Caro*

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
7 de octubre del 2021	realización de la eucaristía en homenaje al docente de la institución Carlos Augusto Remolina docente de matemáticas.	

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
19 de octubre del 2021	Eucaristía en homenaje al docente Carlos Augusto Remolina en presencia de sus familiares.	

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
-------	-----------	-----------



*Educación Física, Recreación y Deportes. -
Institución Educativa José Enxebio Caro*

<p>29 de octubre del 2021</p>	<p>Izada de bandera Reconocimiento a los estudiantes por su esfuerzo en las actividades escolares llevadas a cabo desde casa y de manera presencial.</p>	
-------------------------------	--	--

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
<p>11 de noviembre del 2021</p>	<p>Ceremonia de entrega de símbolos por parte de los estudiantes de decimo y once</p>	



Educación Física, Recreación y Deportes. - Institución Educativa José Enxebio Caro

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. <https://www.efdeportes.com/efd170/la-condicion-fisica-evolucion-historica.htm>.
2. <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/11780/RuizGutierrezMarta.pdf?sequence=>
3. <https://www.efdeportes.com/efd109/los-juegos-cooperativos.htm>.
4. <https://mundoentrenamiento.com/juegos-cooperativos-en-educacion-fisica/>
5. <http://juegoscooperativosv.blogspot.com/p/3-caracteristicas-y-tipos-de-juegos.html>
6. <https://www.lemondeschool.cl/textos/2020/guias-de-trabajo/mister-juan-carlos-escobar/Guia-Nro-1-8-Basico.pdf>
7. <http://investigacionmetodologicaderojas.blogspot.com/2017/09/poblacion-y-muestra.html>.
8. <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/15806/Juegos%20Cooperativos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>