



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1

INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

GERMÁN ANDRÉS LANDAZABAL CUELLAR

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

SEDE VILLA DEL ROSARIO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACION FÍSICA,

RECREACIÓN Y DEPORTES

VILLA DEL ROSARIO

2021-1



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2

INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

APROVECHAMIENTO DE ESPACIOS Y MATERIALES CASEROS PARA LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA CON FINES EDUCATIVOS Y DIDÁCTICOS EN LOS GRADOS 4 Y 5 DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO NUESTRA SEÑORA DEL PILAR CÚCUTA

PRESENTADO POR:

GERMÁN ANDRÉS LANDAZABAL CUELLAR

CÓDIGO: 1098817451

PRESENTADO A:

ÁLVARO ALFREDO GUERRERO JÁUREGUI

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

SEDE VILLA DEL ROSARIO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACION FÍSICA,
RECREACIÓN Y DEPORTES**

VILLA DEL ROSARIO

2021-1



SC-CER96940



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

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



CONTENIDO

CAPITULO I. OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO	5
1. RESEÑA HISTORICA	5
2. PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL PEI	5
3. MARCO LEGAL	7
4. PRINCIPIOS INSTITUCIONALES.....	8
5. VISIÓN	9
6. MISIÓN	10
7. FILOSOFÍA.....	10
8. PERFILES	11
8.1 PERFIL DEL ESTUDIANTE.....	11
8.2 PERFIL DEL DOCENTE.....	11
8.3 PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA	12
9. ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL	13
10. CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.....	13
11. SIMBOLOS INSTITUCIONALES.....	15
11.1. BANDERA	15
11.2. ESCUDO.....	16
11.3. HIMNO	17
12. MANUAL DE CONVIVENCIA.....	18
13. DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA.....	20
14. LEY DEL MENOR.....	21
15. UNIFORMES	21
15.1. UNIFORME PARA LAS NIÑAS Y JOVENES	22
15.2. UNIFORME PARA LOS NIÑOS Y JOVENES	22
15.3. UNIFORME DE EDUCACIÓN FISICA	23
16. INVENTARIO INFRAESTRUCTURA	23
17. HORARIOS.....	24



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO II. PROPUESTA PEDAGÓGICA	26
1. OBJETIVOS.....	26
1.1 OBJETIVO GENERAL.....	26
1.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS	26
2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	27
3. JUSTIFICACIÓN	29
4. POBLACIÓN	31
5. MARCO TEORICO	32
CAPITULO III. INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES.....	36
1. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	36
2. EJECUCIÓN METODOLOGÍA	37
2.1 METODOLOGÍA VIRTUAL	37
2.2. PLANEACIONES	37
3. CARTILLA METODOLÓGICA.....	48
CAPITULO IV. ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES.....	50
CAPITULO V. FORMATOS DE EVALUACIÓN	51
ANEXOS.....	58
BIBLIOGRAFÍA	63



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO I. OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO

1. RESEÑA HISTORICA

La Institución Educativa Colegio Nuestra Señora del Pilar nace del aporte a la calidad humana y por el mejoramiento de la solución de la problemática del sector, ya que las comunidades de Santa Ana, La unión, Boconó, Las Margaritas, el Cují carecían de un Establecimiento Educativo.

La Especialista Mery Yolanda Torres Holguín viendo esta necesidad decidió por iniciativa propia organizar el proyecto educativo que favorecen los intereses de estas comunidades. El 8 de febrero de 1985 se dio inicio al “JARDIN INFANTIL LAS MARGARITAS” y en el año 1990 se le dio el nombre a la Institución “COLEGIO NUESTRA SEÑORA DEL PILAR” donde empezó con la primaria y posteriormente con el bachillerato y la Media Académica.

2. PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL PEI

El Proyecto Educativo Institucional (P.E.I) tiene en cuenta las necesidades contextuales de los estudiantes; es así, que se fundamenta en dos perspectivas pedagógicas: constructivista y humanista, estos modelos suscitan los procesos de enseñanza-aprendizaje dentro del aula o la comunidad educativa.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



De este modo, en este, se presentan una serie de objetivos para tener en suma presencia en los procesos de formación académica de los estudiantes, los cuales son:

- Formar hombres capaces de tomar determinaciones respetuosas, responsables, racionales y justas para que puedan enfrentar la realidad social actual con acierto y práctica.
- Formar hombres para que aprecien y defiendan los valores culturales, sociales, deportivos, cívicos y morales, para que adquieran los conocimientos científicos necesarios para vincularse al proceso, nacional y regional.
- Practicar los propósitos y mandatos educativos señalados por la constitución política, la ley de educación y otras normas vigentes, con el fin de propiciar una educación integral para la vida democrática.
- Diseñar mecanismo para la supervisión, control y evaluación de todas las actividades curriculares y extracurriculares, con la finalidad de asegurar la calidad educativa, el buen desempeño profesional de los docentes, los administrativos, la participación de los estudiantes en el gobierno escolar y el desarrollo de los procesos educativos.

Por otra parte, la institución cuenta con unos objetivos de calidad como centro educativo para responder a las necesidades de la población educativa, padres de familia y docentes.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3. MARCO LEGAL

Constitución Política de Colombia. De manera general es necesario revisar algunos aspectos contemplados en la carta magna; así, por ejemplo, el Estado garantiza la libertad de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra. De otra parte, se garantiza, el derecho fundamental a la igualdad sin discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica. Invoca el legislador primario que, “La educación es un derecho fundamental y un servicio público, (artículo 67).

En la Ley 115 General de Educación del 8 de febrero de 1.994. Están consagrados aspectos que son necesarios tener en cuenta como fundamento normativo, así: la Comunidad Educativa; La familia. El Proyecto Educativo Institucional; la Autonomía Escolar; Reglamento o Manual de Convivencia; El alumno o educando; el Representante de los Estudiantes; el Personero de los Estudiantes; los procesos de Matricula; la Permanencia en la institución; a quien le corresponden las facultades sancionatorias; los procesos para la conformación del Gobierno Escolar. De otro lado establece, define su conformación y las respectivas funciones de: El Consejo Directivo de los Establecimientos Educativos y Consejo Académico. Es necesario tener en cuenta que, la gran mayoría de los elementos antes citados los reglamenta el Decreto número 1860 de 1.994, en los aspectos pedagógicos y organizativos generales.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



4. PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

- **Principio Humano integral:** El estudiante dotado de capacidad y potencialidad es un ser activo y participante del proceso educativo, con aspiración permanente en mejora de su calidad de vida.
- **Principio de Democracia:** En la institución se practica mediante la integración, participación de toda la Comunidad Educativa valorando y apreciando la opinión del otro en un ambiente de interculturalidad, tolerancia y solidaridad.
- **Principio de Identidad:** Son características propias de la Comunidad Educativa del que la diferencian de las demás comunidades en su metodología, currículo, actitudes, cualidades y vivencias, actividades, singularidad y autonomía.
- **Principio de Libertad:** Se vive y se trabaja permitiendo a cada uno de los miembros de la comunidad. Libre opinión y respeto en sus ideas.
- **Principio de Calidad:** Se propone la prestación de un servicio de calidad que implica satisfacer las necesidades educativas de nuestros estudiantes adoptando un modelo plenamente probado y que sirva como base para la certificación.
- **Principio de Integralidad:** La institución pretende que al estudiante se le forme teniendo en cuenta las potencialidades para proyectarse en las diferentes dimensiones del quehacer humano.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- **Principio de Participación:** Según el cual el proceso formativo del estudiante debe desarrollar su autonomía y sentido de personalidad que les permita actuar creativamente en las transformaciones económicas, sociales, políticas, científicas y culturales.

5. VISIÓN

El colegio Nuestra Señora del Pilar será conocida como una institución líder en el servicio a la comunidad, participando y promoviendo la implementación de una educación personalizada con un modelo pedagógico humanista, dando soluciones a los retos que plantea la realidad en que vivimos, generando proceso de desarrollo que produzcan impacto social en el entorno, mejorando la calidad de vida, fomentando el compromiso en autonomía, responsabilidad, trascendencia, necesaria para realizarse como persona capaz todos los derechos y cumplir a cabalidad todos los deberes, obligaciones y normas, en el campo individual, social, espiritual y ecológico. La institución en una proyección de seis años del 2014 al 2020, desde un sistema de implementación de gestión de calidad continuará buscando la humanización del estudiante, un desarrollo cualitativo que permita transformar el entorno en que vive y asegurarle una mejor calidad de vida.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



6. MISIÓN

El colegio Nuestra Señora del Pilar en su compromiso de formación integral del estudiante, desarrollando en él sus potencialidades innatas, con el objetivo de despertar al máximo la individualización, trabajando la persona como totalidad del proceso de enseñanza-aprendizaje dentro de su enfoque humanista, que le ofrece al estudiante su capacidad de toma de decisiones, para establecerse como ser libres en el logro de metas de vida, destacando sus responsabilidades para la transformación de su entorno.

7. FILOSOFÍA

El Colegio Nuestra Señora del Pilar desde su perspectiva pedagógica y atención a los estudiantes en la implementación de un sistema de gestión de calidad para su formación integral orientando en la participación de equidad, responsabilidad, liderazgo, capaces de convivir en una sociedad democrática, con expresión pensamiento solidario, en la utilización y ejecución del modelo pedagógico Humanista desde un trabajo cooperativo social en el aula, y la comunidad educativa en general.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



8. PERFILES

8.1 PERFIL DEL ESTUDIANTE

Nuestra Señora Del Pilar es consciente de su dignidad y la de los demás trabaja por una sociedad abierta al pluralismo a la participación y a la comunicación, luchando y buscando la verdad, la justicia y la paz, para el bien común.

Poseerá un espíritu crítico de eficiencia y responsabilidad en todas las actividades de su vida que identifique sus valores y de los demás para respetarlos y promoverlos.

Que asuma el trabajo como proceso de autorrealización y desarrollo productivo, personal y para el bien común, que sea capaz de manejar la tecnología y aplique para el proceso de aprendizaje.

8.2 PERFIL DEL DOCENTE

El docente del Colegio de Nuestra señora del Pilar tiene la capacidad de desarrollar el sentido investigativo, analítico y reflexivo que le permita al estudiante descubrir sus actividades, destrezas, habilidades, constituyéndose en agentes dinamizadores y orientadores tanto en el comportamiento social como en la adquisición del conocimiento en los siguientes aspectos: cognoscitivos, valorativos, afectivos, biológicos y comunicativos, logrando una formación integral.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El docente está en constante capacitación que le permita aplicar estrategias para dar solución a las dificultades presentadas en los estudiantes y a la vez que los prepara para desempeñarse en una sociedad.

Las relaciones interpersonales entre docente-estudiante se basan en constante dialogo y comunicación, donde prime la armonía y el respeto mutuo.

8.3 PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA

Los padres de familia de nuestro colegio son agentes de apoyo y comprensión para los estudiantes y de colaboración, y de colaboración para el colegio.

Sus interlocutores y facilitadores en la formación de sus hijos durante el año lectivo, lo que permite el buen funcionamiento de la institución.



SC-CER96940

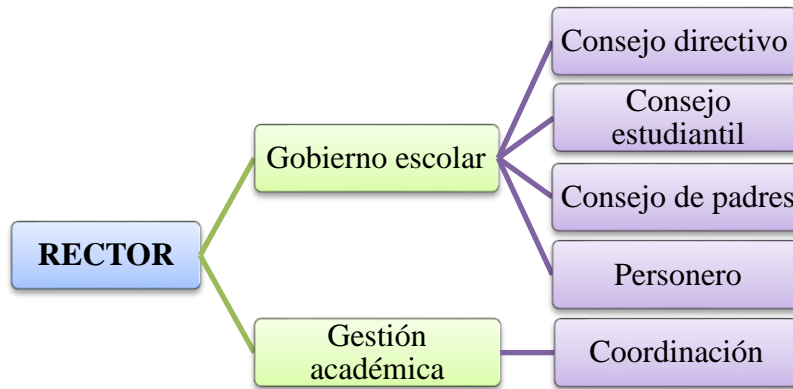


"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

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



9. ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL



10. CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

DIAGNÓSTICOS DE 4 A 11 GRADO	27 de enero al 29 de enero
TRABAJOS DE APOYO	3 de febrero
IZADAS DE BANDERA	28 de febrero: batalla de Cúcuta 20 de marzo: día del género 24 de abril: día del idioma 30 de abril: día del niño 17 de julio: día de la independencia 6 de agosto: Batalla de Boyacá 18 de septiembre: amor y amistad 16 de octubre: día de la raza 13 de noviembre: independencia de Cartagena



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

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



BIMESTRALES POR PERIODO					
SEGUNDO PERIODO	Semana del 01 al 05 de junio				
	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
	Español	Inglés	Biología	Matemáticas	Edu-física
	Semana del 08 al 12 de junio				
	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
	Química	Geografía	Historia	Ética	Filosofía
TERCER PERIODO	Semana del 31 agosto al 04 de septiembre				
	Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
	Biología	Español	Inglés	Matemáticas	Filosofía Historia
	Semana del 7 al 11 de septiembre				
	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
	Informática Edu. Física	Química	Geografía	Física	Titulatura plan de recuperación



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CUARTO PERIODO	Semana del 09 al 13 de noviembre				
	Lunes 9	Martes 10	Miércoles 11	Jueves 12	Viernes 13
	Inglés	Español	Matemáticas	Física	Biología
	Recuperaciones				
	Semana del 17 al 20 de noviembre				
	Martes 17	Miércoles 18	Jueves 19	Viernes 20	
	Filosofía	Edu-física Informática	Geografía Historia	Química	
	Recuperaciones				
	SEMANA INSTITUCIONAL		23 al 27 de noviembre		
	CLAUSURA Y GRADOS		2 de diciembre 5 de diciembre		

11. SIMBOLOS INSTITUCIONALES

11.1. BANDERA

Los colores de la bandera vinotinto es la fuerza interior del espíritu que da la energía para la lucha diaria en el aprendizaje. El beige es la tranquilidad del compartir con los demás la fuerza de la elegancia y el Marro es la estabilidad emocional que la convivencia de los colores vinotinto y beige.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



11.2. ESCUDO

Representa el corazón de la Virgen Santísima bajo la advocación de Nuestra Señora del Pilar enmarcada con dos hojas de laureles que significan libertad, fortalecido alrededor de los valores que identifican nuestra institución que son el trabajo, la piedad y superación; coronado con siete estrellas el cual representa los primeros bachilleres de la institución.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



11.3. HIMNO

CORO

Señora del Pilar

Con gran júbilo cantemos todos

Porque eres, para nosotros

Himno de fe, amor y paz. (Bis) 2

I

Con tu amor nos acogiste

Para ser de ti la voz

Que navegue por nuestras vidas

Con amor y juventud.

Señora del Pilar

(CORO) (BIS)

II

Con la Bondad. Y la piedad

Con el trabajo compartimos

Un porvenir y un construir

Y en el futuro un sonreír

(CORO) (BIS)



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



III

Nos refugiamos en la fe
Nuestra casa es el estudio
Seguiremos adelante con
Optimismo, fuerza y libertad

(CORO) (BIS)

IV

Cada día que florece
A tus pies nos congregamos
Y recibimos de ti señora
Tu divina bendición

12. MANUAL DE CONVIVENCIA

El Manual de Convivencia del Colegio Nuestra Señora del Pilar pretende propiciar la aceptación del otro para una sana convivencia, regular las relaciones interpersonales, buscar un clima favorable para el crecimiento personal y un aprendizaje incluyente. Aspira a contribuir con el proceso de construcción del proyecto personal de vida, particularmente de los estudiantes en un ambiente sano caracterizado por la confianza y con altos contenidos de compromiso sobre la base de comportamientos autónomos, la toma consensuada de decisiones, bajo el respeto de las normas, deberes y derechos consagrados en la Constitución Política de Colombia.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El conducto regular se rige de la siguiente manera:

- Al docente responsable de la clase o la actividad institucional.
- Al titular del grupo donde se suscita la queja o el reclamo.
- Al coordinador.
- Al rector de la institución.
- Al Comité de Convivencia Escolar.

El conducto regular es el procedimiento adecuado, ordenado y jerarquizado que debe cumplirse en la institución para desarrollar los procesos en procura de la eficiencia y eficacia, se realiza de la siguiente manera:

a. La conducta debe ser tratada por el docente que se encuentra al frente de la clase o de la actividad institucional, cuyo registro lo hace en el respectivo seguimiento a los estudiantes.

b. En el evento de que la conducta lo amerite, el caso debe ser remitido al titular del grupo, quien tiene la responsabilidad de registrar en el observador la respectiva conducta con la firma del compromiso de corregir la falta por parte del estudiante.

c. Cuando se reitera la falta leve, se considera se considera como falta grave o cuando la falta en si misma se tipifica como grave en el presente Manual de Convivencia se remite el caso a coordinación para dar apertura al proceso de investigación y registro de la falta. El coordinador



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



en asocio del titular convocara para la firma del proceso y el compromiso de corregir la falta. El coordinador podrá establecer correctivos o actividades formativas que propendan por cambio de conducta del estudiante.

d. Cuando se trate de conflictos entre estudiantes o entre docentes y estudiantes se debe intentar la solución de conflictos mediante la conciliación. Para este efecto se habilitará un comité de conciliación de conflictos en cada curso para tratar temas inherentes al grupo de estudiantes, en caso de que el conflicto supere otros niveles de la comunidad escolar se tratara de solucionar mediante la mediación o la conciliación utilizando el proceso descrito anteriormente, pero deberá ser informado por escrito a la dirección de la institución.

e. El proceso y las recomendaciones que se traten por parte de los comités de conciliación, deberán ser tenidos en cuenta por parte de los directivos docentes y Consejo directivos.

13. DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA

Todo estudiante perteneciente a la comunidad educativa Nuestra Señora del Pilar tiene en cuenta lo estipulado en el Manual de Convivencia; es decir, se rige por una serie de deberes como: participar de los eventos culturales, portar el uniforme correcta y adecuadamente; a su vez, cumplir con responsabilidades académicas, pedagógicas, entre otros. Así, el estudiante



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



adquiere los derechos que se estipulan en la Ley General de Educación —Ley 115— y la Constitución Política Colombiana.

14. LEY DEL MENOR

La protección de la infancia y de la adolescencia es un compromiso de la comunidad mundial. En Colombia se destaca la nueva Ley 1098 del 8 de noviembre de 2006, mediante la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia, cuyo objeto es “establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizarles 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 se hará obligación de la familia, la sociedad y el Estado”. Es necesario su promulgación y divulgación en toda la comunidad académica, para que las personas que la integran sirvan de gestores de los nuevos avances formativos, lográndose su socialización, su conocimiento y lo más importante, su efectividad, pues todos somos corresponsables del cumplimiento de los derechos y garantías de sus destinatarios.

15. UNIFORMES

En el plantel utilizarán tres uniformes, uno para diario, otro para gala y otro para educación física, conformado así:



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



15.1. UNIFORME PARA LAS NIÑAS Y JOVENES

- Uniforme de diario, está compuesto así:
 - a. Camibuso de color beige con cuello resortado manga corta, dos brochas y el escudo de la institución estampado al lado izquierdo
 - b. Falda de cuadros beige, marrón oscuro y correa marrón.
 - c. Medias beige
 - d. Zapatos color marrón
- Uniforme de gala: Es el mismo de diario excepción la camisa; que es dacron de color beige, manga larga, con bolsillo el cual lleva estampado el escudo de la institución en la parte izquierda y corbata del mismo color de la falda o pantalón.

15.2. UNIFORME PARA LOS NIÑOS Y JOVENES

- Uniforme de diario, está compuesto así:
 - a. Camibuso como el de las niñas.
 - b. Pantalón beige oscuro
 - c. Correa marrón.
 - d. Medias beige
 - e. Zapatos de color marrón
- Uniforme de gala



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Es el mismo de diario excepción la camisa; que es dacron de color beige, manga larga, con bolsillo el cual lleva estampado el escudo de la institución en la parte izquierda y corbata del mismo color del pantalón.

15.3. UNIFORME DE EDUCACIÓN FISICA

Es para todos el mismo

a. Camibuso de la sudadera es de calor beige con cuello resortado vinotinto con bordado beige con metido vinotinto a lo largo del antebrazo terminado en puño resortado corto. Al lado izquierdo trae estampado el escudo de la institución.

b. Franelilla blanca.

c. Pantalón de sudadera es de color vinotinto resortado a la cintura en la pierna derecha estampada la sigla COLPILAR en letras blancas de forma vertical: en la pierna izquierda un metido en color beige en forma diagonal a media pierna.

d. Medias blancas y tenis blancos

16. INVENTARIO INFRAESTRUCTURA

La Institución Educativa Colegio Nuestra Señora cuenta con tres pisos distribuidos de la siguiente forma:



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



En el primer piso se encuentra ubicado los salones de pre-jardín, jardín, primero, segundo, tercero y octavo grado, además, los baños que están divididos para niños y niñas, una caseta y un patio pequeño para que los estudiantes tengan el receso.

En el segundo piso están los salones de cuarto, quinto, séptimo y undécimo grado, también el salón de informática, secretaria y rectoría.

Y, por último, se encuentra el tercer piso en donde se sitúan los grados sexto, noveno y décimo.

En cada salón hay repisas o muebles para los libros que se distribuyen según el área del docente ubicado en este. Al lado de la institución se encuentra un terreno en el cual desarrollan el proyecto ambiental; plantación, riego y arreglo de las plantas, mantenimiento y decoración del lugar con objetos reciclables.

17. HORARIOS

La institución debido a la virtualidad implemento el horario designado por docentes y no por asignaturas, cada docente tiene autonomía de orientar las clases que estén de acuerdo a su carga académica.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
7:00 AM - 7:50 AM					
7:50 AM - 8:40 AM	LIC. MYKE	LIC. ANDRES	LIC. CHRISTIAN	LIC. MARLY	LIC. ANDRES
8:40 AM - 9:30 AM	LIC. ANDRES		LIC. MARLY		
10:00 AM - 10:50 AM					LIC. CHRISTIAN
10:50 AM - 11:40 AM	LIC. MARLY	LIC MERY	LIC. MERY	LIC. MARLY	LIC. MARLY
11:40 AM - 12:30 AM					LIC. ANDRES



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO II. PROPUESTA PEDAGÓGICA

APROVECHAMIENTO DE ESPACIOS Y MATERIALES CASEROS PARA LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA CON FINES EDUCATIVOS Y DIDÁCTICOS EN LOS GRADOS 4 Y 5 DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO NUESTRA SEÑORA DEL PILAR CÚCUTA

1. OBJETIVOS

1.1 OBJETIVO GENERAL

Orientar estrategias para retomar las actividades físicas y deportivas, con material didáctico y aprovechamiento de espacios en el hogar, manteniendo así las condiciones sanitarias seguras para evitar contagios en el contexto de la pandemia de COVID-19 en los niños de 4° y 5° de la institución Nuestra Señora del Pilar Cúcuta.

1.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Resaltar la importancia de las actividades físicas en tiempo de pandemia a los niños de 4° y 5° de la institución educativa colegio Nuestra Señora del Pilar
- Utilizar el juego como medio para mejorar las habilidades motrices básicas en los niños de 4° y 5°
- Utilizar material no convencional para la realización de juegos que ayuden a la mejora de las HMB (Habilidades Motrices Básicas)



SC-CER96940



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

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

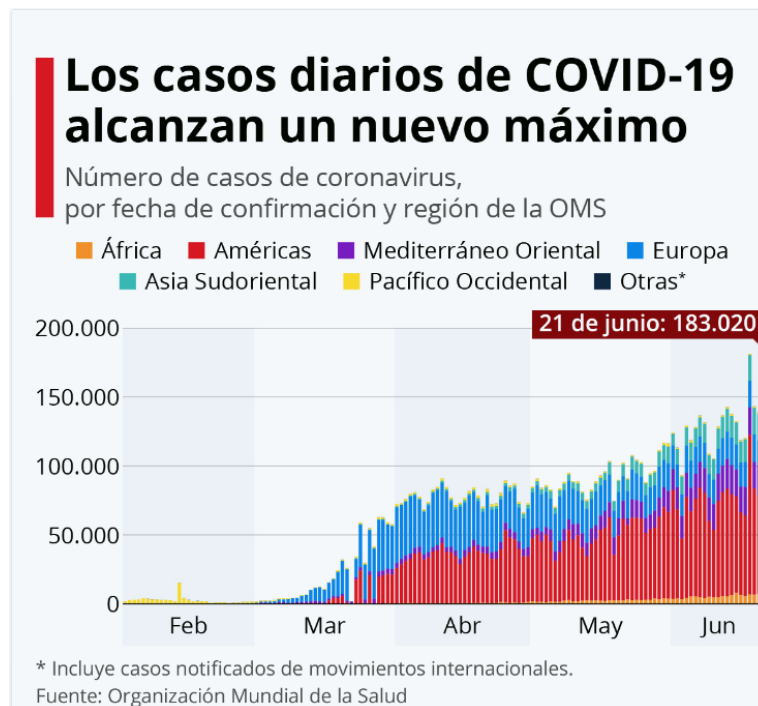


ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Con la llegada en el año 2019 del virus COVID-19 el mundo se tuvo que preparar para una serie de precauciones para el bienestar de la población humana. Al inicio del año siguiente (2020) la humanidad comenzó un estado de cuarentena mundial, donde las diferentes potencias y estados, saltaron las alertas por el tan contagioso virus (COVID-19). Las rutinas cotidianas, los trabajos, las salidas sociales, los desarrollos educacionales, la practicas deportivas y demás tuvieron que ser suspendidas por tiempo indefinido. Las escuelas ni universidades estaban preparadas para métodos externos a los cotidianos y algunas materias como las deportivas presentaron problemas al tratarse con el estudiantado por las pocas ideas a dictar para algunas materias como: baloncesto, futbol de salón, tenis etc.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Como ilustra el siguiente gráfico de Statista, la mayor parte del fuerte aumento actual del número de casos está relacionado con la creciente epidemia en la región de las Américas. Actualmente, Estados Unidos suma más de 2,2 millones de casos de coronavirus, mientras que Brasil supera ya el millón. 1.(Mónica Mena Roa 2020)

En Cúcuta N. De Santander la zona fronteriza de Colombia se ha presentados altos casos de COVID-19. La población juvenil es afectada deportivamente debido a la poca práctica deportiva, esto hace que el sedentarismo en los jóvenes aumente y las horas de los dispositivos electrónicos aumente, cognitivamente y socialmente también les afecta.

El deporte es algo fundamental en nuestras vidas, mejora la calidad de vida y reduce el riesgo alguna enfermedad cardiaca, hace que el cuerpo humano este en un buen estado físico y que el proceso de crecimiento sea óptimo para los jóvenes. La población más joven en las escuelas requiere la práctica deportiva y la realización de juegos creativos, para desarrollar la toma de decisiones, un amplio desarrollo motor, una mejora de sus aptitudes y un buen ambiente social.

La cifra de contagiados con coronavirus en el departamento ascendió a 40.621 casos. El Ministerio de Salud y Protección Social confirmó doscientos setenta y cuatro casos más de COVID-19 en Norte de Santander.



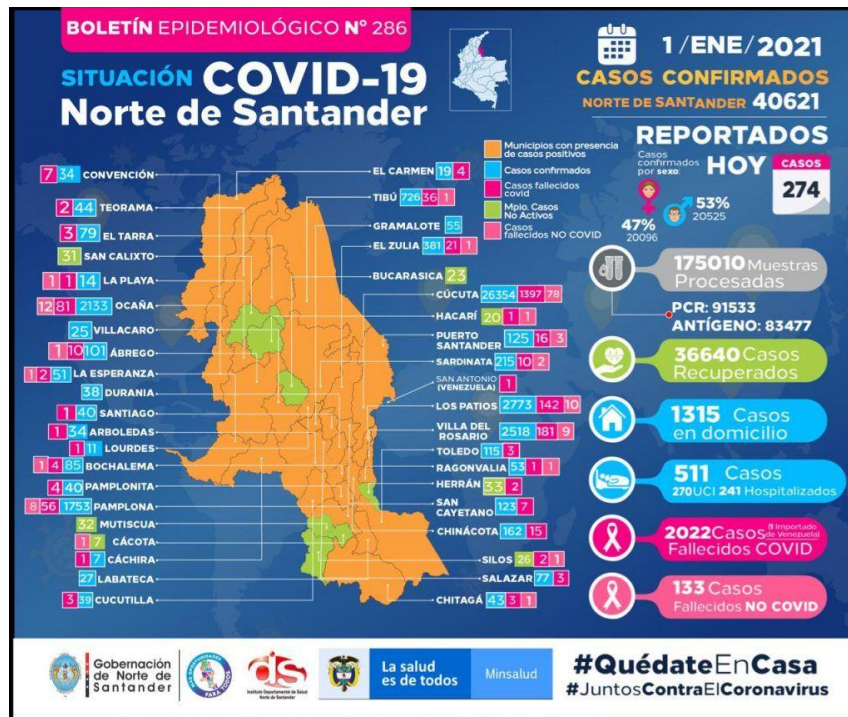
SC-CER96940



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

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

Desde epidemiología los casos fueron reportados así: De 146 notificados en la ciudad de Cúcuta, 20 están recibiendo atención médica en centro hospitalario. Se trata de 75 mujeres entre 15 y 88 años, y 71 hombres de edades entre 3 y 91 años. 2.(Instituto departamental de salud 2021)



Fuente: Gobernación de Norte de Santander Colombia 2021

3. JUSTIFICACIÓN

Teniendo en claro la problemática que ha tenido la humanidad desde el mes de noviembre del año 2019, fue necesaria buscar una manera en la cual los niños puedan realizar actividad física y así no perder estos procesos fundamentales en las áreas de la motricidad, el juego, la coordinación óculo-manual y óculo-pedal, entre otras áreas.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El juego es una actividad mental y física que favorece el desarrollo de los niños de una manera integral y con armonía. Jugar les ofrecerá a los niños miles de posibilidades para lograr su desarrollo como investigar, crear, divertirse, descubrir, fantasear o ilusionarse. Gracias a estas acciones el niño logra entrar en contacto con el mundo de manera satisfactoria. (Borja Quicios 2017).

La motricidad considera el movimiento como un medio de comunicación, expresión y relación con los demás, teniendo un papel fundamental en el desarrollo armónico de la personalidad, debido a que los niños y niñas no solo desarrollan sus habilidades motoras, sino que esta les permite integrar el pensamiento, las emociones y la socialización (RAMOS et al., 2016).

La coordinación motriz ha sido definida como el “conjunto de capacidades que organizan y regulan de forma precisa todos los procesos parciales de un acto motor en función de un objetivo motor preestablecido” (Lorenzo, 2006, p. 1), siendo “uno de los componentes básicos de la competencia motriz” (Ruiz, Rioja, Graupera, Palomo y García, 2015, p. 104). La coordinación se presenta entonces como la capacidad de combinar en una estructura única varias acciones que, además, “es un proceso evolutivo complejo de adquisición progresiva” (Cenizo Benjumea, Ravelo Afonso, Morilla Pineda, Ramírez Hurtado y Fernández-Truan, 2016, p. 204).



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Sabiendo la importancia que abarca la actividad física en la niñez, como base a un buen estado físico y desarrollo por excelencia. Se utilizó medios audiovisuales como herramientas para transmitir el diferente tipo de actividades y juegos recreativos hacia los niños, donde se utilizó material didáctico muy fácil de adquirir.

Las actividades dieron inicio en febrero, teniendo una actividad programada por semana para los grados cuarto y quinto de la institución Nuestra Señora Del Pilar Cúcuta, y culminaron la primera semana del mes de junio del año 2021. Cabe resaltar que algunas clases programadas se vieron afectadas por la realización de eventos extracurriculares por parte de la institución (Día del idioma, día del planeta, día del docente, día del niño, reuniones, entrega de boletines etc.).

4. POBLACIÓN

La Institución Educativa Colegio Nuestra Señora Del Pilar Cúcuta, es una institución que es reconocida por toda la zona de la comuna 3 de la ciudad de Cúcuta del Departamento de Norte De Santander como el colegio que lleva educación a la población vulnerable. Los barrios de la comuna 3 se ven afectados por el narcotráfico fronterizo, a pesar de que la ciudad y el país está en estado de alerta por el virus mundial (Covid-19) la población sigue afectada por estos movimientos peligrosos del contrabando.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Fue importante intervenir, en los grados cuarto y quinto de la Institución Educativa Colegio Nuestra señora Del Pilar Cúcuta para que los niños puedan estar centrados en la importancia de la actividad física.

Los cursos están constituidos por 12 estudiantes donde se conectan a las clases por dispositivos móviles para la realización de las actividades como tal.

5. MARCO TEORICO

(Blocken y cols. 2020) en la propagación de gotas de peso específico en los cuales el coronavirus se desplaza, muestra que la distancia mínima en línea recta en condiciones climáticas ideales son 5 metros y a mayores velocidades es hasta 10 metros (14,4 km/hr); acorde a esto, a mayor velocidad de desplazamiento se requerirá mayor distancia en línea recta entre los sujetos. Por lo tanto, se plantea que la distancia deportiva debe ser de al menos 5 metros en ejercicios moderados y 10 metros en ejercicios intensos de rápidos desplazamientos.

De esta manera y de acuerdo a lo estipulado para esta emergencia sanitaria y debido a la importancia de la actividad física dentro de nuestra vida diaria para evitar enfermedades de otro ámbito, sedentarismo, se deben acatar cada orden planteada para evitar la proliferación de la enfermedad sin verse afectado ni física, emocional o actitudinalmente por falta de actividad física.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



La actividad física para mantener y mejorar la salud debe ser visto como una política pública no sólo para niños, niñas y adolescentes, sino que para la población general y debe ser abarcado desde una perspectiva integral (educacional, sanitaria, laboral, de transporte, etc.) tanto en confinamiento como una vez que se retorne a las posibilidades relativamente normales de realizar de AF, ejercicio y deporte.

La actividad lúdica y física ayuda significativamente los índices de mejora en el estado de salud en los NNA lo que afecta más cuando se encuentran en un estado de pasividad ante las prácticas deportivas, debido al confinamiento.

La Bundesliga el promedio de lesiones por encuentro subió de 0,27 por encuentro antes del confinamiento a 0,58 por encuentro una vez que retornaron (hasta la 8va fecha post cuarentena), y no solo eso, también se percibe una leve disminución en la cantidad de sprints y en las distancias recorridas, por lo que estas lesiones se están produciendo a intensidades más bajas de las que se provocaron previo al confinamiento. Hasta el momento de la edición de este documento, se reportaba un comportamiento similar en las ligas españolas e inglesas de fútbol.

Debido a la falta de ejercicio en tiempo de cuarentena, al regreso a la actividad se puede notar la diferencia que trajo el sedentarismo ya que el cuerpo está más sujeto a lesiones, cansancio y falta de rendimiento deportivo.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



La mascarilla trae una serie de desventajas fisiológicas y, por lo tanto, en el rendimiento deportivo, que si bien son menores puede dificultar un entrenamiento o competencia. Desde la disminución de la capacidad aeróbica subjetiva a una leve hipoxia e hipercapnia, que probablemente se logre adaptar y vuelve a la normalidad, sin embargo, los estudios en distintos deportes no se han realizado.

Así como el uso de tapabocas o mascarilla trae beneficios para evitar la propagación del virus si no se usa de forma adecuada en el ámbito deportivo puede conllevar a graves problemas físicos y respiratorios debido la incapacidad de respirar en acciones en las que este proceso es de mayor importancia.

Cuando la autoridad sanitaria decida que las clases se reanuden en forma presencial dentro del aula, deberá darse dos semanas de inducción para sentar las bases para la práctica de la Educación Física y Salud, reforzando las medidas sanitarias, de distanciamiento físicos y las conductas de niños, niñas y adolescentes (NNA), preparando la infraestructura y horarios de gimnasios, canchas y espacios destinados para ello.

Es necesario considerar que las decisiones de entrada o progresión de la AF tanto en los establecimientos educacionales como en los recintos deportivos deben ser flexibles a la realidad epidemiológica local y las decisiones sanitarias de cada establecimiento.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Recomendamos el inicio de la AF de los NNA menores de 11 años (4to básico) en clases de Educación Física y Salud en casa y/o AF a nivel familiar, sin con templar participar de deporte escolar formal cuando la autoridad sanitaria lo determine.

Con respecto a las competencias, recomendamos: que se lleven a cabo sin público; que padres y/o tutores sólo deben ir a dejar y a buscar a los NNA y dividir las jornadas por categorías (para evitar aglomeraciones de competidores) No recomendamos las competencias que requieran viajes interregionales debido a motivos logísticos sanitarios.



SC-CER96940



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

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

CAPITULO III. INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

1. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Las actividades desarrolladas durante las semanas de práctica integral docente se evidencian en la Tabla 1.

Tabla 1. Cronograma de actividades

Semana	Grado	Objetivo	Competencia
1	4° y 5°	Comprender la técnica correcta de desplazamiento y corregir habilidades motrices	Motriz
2	4° y 5°	Perfeccionar las habilidades motrices a la hora de desplazarme y manipular con excelencia los elementos al momento de trasladarme	Motriz
3	4° y 5°	Mejorar a través de las actividades la coordinación óculo-manual y óculo pedal, como también la motricidad gruesa y fina.	Lúdica motriz
4	4° y 5°	Desarrollar y perfeccionar las habilidades y atributos artísticos por medio de juego online a contra reloj de dibujo.	Cognitiva
5	4° y 5°	Desarrollar y perfeccionar las habilidades y atributos artísticos por medio de juego online a contra reloj de dibujo.	Cognitiva
6	4° y 5°	Desarrollar y perfeccionar las habilidades y atributos artísticos por medio de dibujos deportivos.	Cognitiva

Nota: Elaborado por Landazábal (2021)



2. EJECUCIÓN METODOLOGÍA

2.1 METODOLOGÍA VIRTUAL

El acompañamiento virtual en el Colegio Nuestra Señora del Pilar, se realizó a través de la plataforma Meet utilizando las estrategias VAK para la ejecución de la propuesta como imágenes, ayudas audiovisuales, canciones, ejercicios de motricidad fina y gruesa siendo estas ejecutadas por los estudiantes desde casa.

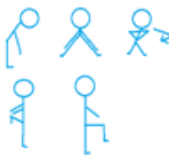
2.2. PLANEACIONES

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
TALLER PEDAGÓGICO

Estudiante: Lic. Germán Andres Landazabal Cuellar
Institución: Nuestra Señora Del Pilar
Grado: Cuarto y quinto
Habilidad: Actividades físicas
Tema: Desplazamiento
Hora: 7:40 a.m
Duración: 80 min

Fecha: 12 - 02 - 2021
Edades: 8 - 10 años
N° Participantes: Todos

Competencia: Competencia motriz.
Indicador identificador: Comprendo la técnica correcta de desplazamiento y corrijo mis habilidades motrices
Componente: Coordinación.
Desempeño: Realizo actividades de desplazamiento.

CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MEDIOS EDUCATIVOS	EVALUACIÓN
-Calentamiento: 15min	Realizar la elongación inicial y activación muscular para la prevención de lesiones al momento de estar realizando la actividad 		Forma directa de observación. Se le observara los movimientos adecuados a la hora de desplazarse y se le corregirán los errores comunes de la actividad, así desarrollaremos una conducta positiva en el niño.
Caminata: 10min	Caminando se recorrerá una serie de obstáculos y se deberá desplazar en Zigzag		



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

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



<p>Salticos: 10min</p>	<p> </p> <p>Manteniendo el recorrido anterior avanzamos en cuadrupedia para la mejora coordinativa al momento de correr y caminar. Esta actividad es importante para los niños que omitieron este paso en su etapa postnatal</p> <p>En la actividad final se hace el desplazamiento con saltos cortos en puntica de pies, para fortalecimiento de tren inferior.</p>		
------------------------	--	--	--

<p>Estiramiento final: 10min</p>	<p>Se hace una elongación general para la disipación del ácido láctico y relajación muscular, acompañado de una gran hidratación para nivelar la temperatura corporal</p>		
----------------------------------	---	--	--

Webgrafía.

<https://www.youtube.com/channel/UCIvHjQf5nAJR8Pn8EXCy0Fw>



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Estudiante: Lic. Germán Andres Landazabal Cuellar
Institución: Nuestra Señora Del Pilar
Grado: Cuarto y quinto
Habilidad: Actividades físicas
Tema: Desplazamiento y manipulación
Hora: 7:40 a.m
Duración: 80 min

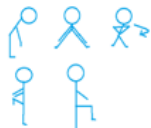
Fecha: 12 - 02 - 2021
Edades: 8 - 10 años
N° Participantes: Todos



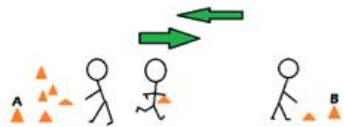
Competencia: Competencia motriz.

Indicador identificador: Perfecciono mis habilidades motrices a la hora de desplazarme y manipulo con excelencia los elementos al momento de trasladarme

Componente: Coordinación y manipulación.

Desempeño: Realizo actividades de desplazamiento rápido.

CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MEDIOS EDUCATIVOS	EVALUACIÓN
-Calentamiento: 15min	Realizar la elongación inicial y activación muscular para la prevención de lesiones al momento de estar realizando la actividad 		Forma directa de observación. Se le observara los movimientos adecuados a la hora de desplazarse y manipulación de objetos se le corregirán los errores comunes de la actividad, así desarrollaremos una conducta positiva en el niño.
Equilibrio en un pie: 15min	Se mantiene el equilibrio en un pie y se trasladan los elementos de un lado hacia el otro, después de que se pasen todos, realiza lo mismo per viceversa, se cambia de pie al terminar. Empezaríamos a trabajar el equilibrio y las habilidades básicas motrices		


Desplazamiento rápido con traslado de elementos: 10min	  <p>Debemos desplazarnos de un punto A a un punto B, lo más rápido posible, llevaremos un elemento desde el punto A al punto B y lo dejaremos ahí, cuando el elemento quede en su posición, deberemos volver por otro objeto y llevarlo.</p> 	Potes que hagan la referencia de cono y objetos manipulable, casa, material humano	
--	--	--	--

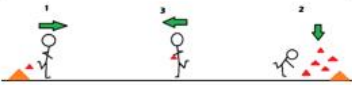



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

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



<p>Hidratación: 10min</p> <p>Salto a un pie: 10min</p>	 <p>Llegados a un punto medio de la actividad, se les da 10 minutos de hidratación y descanso, para que recuperen la energía suficiente y seguir con las actividades del día</p> <p>Nos desplazamos nuevamente desde los puntos de la actividad anterior, pero esta vez lo haremos saltando en un solo pie. Iremos al punto B con el pie derecho y regresaremos con el elemento en la mano al punto A con el pie izquierdo. Trabajaremos el equilibrio, orientación, desplazamiento, habilidades motrices básicas.</p> 		
--	--	--	--

<p>Cuadrupedia: 10 min</p> <p>Estiramiento final: 10min</p>	 <p>Se hace una elongación general para la disipación del ácido láctico y relajación muscular, acompañado de una gran hidratación para nivelar la temperatura corporal.</p> 		
---	--	--	--

Webgrafía.

<https://www.youtube.com/channel/UCiyhQf5NAJRBpN8ExCy0Fw>



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Estudiante: Lic. Germán Andres Landazabal Cuellar
Institución: Nuestra Señora Del Pilar
Grado: Cuarto y quinto
Habilidad: Actividades físicas
Tema: Desplazamiento y manipulación
Hora: 7:40 a.m.
Duración: 65 min

Fecha: 12 - 02 - 2021
Edades: 8 - 10 años
N° Participantes: Todos

Competencia: Competencia motriz.
Indicador identificador: Mejoro a través de las actividades la coordinación óculo- manual y óculo pedal, como también la motricidad gruesa y fina.
Componente: Coordinación y manipulación.
Desempeño: Realizo actividades de desplazamiento rápido.

CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MEDIOS EDUCATIVOS	EVALUACIÓN
-Calentamiento: 15min	Realizar la elongación inicial y activación muscular para la prevención de lesiones al momento de estar realizando la actividad		Forma directa de observación.
Salto en secuencia: 15min	Se realiza unos saltos secuenciales en los cuales en el piso estará asignado la silueta de la palma de la mano y la planta del pie, la persona deberá saltar y colocar su extremidad que la silueta le indica, ir saltando hasta llegar al otro lado, luego reacomodar todas a siluetas y hacer un salto secuencial diferente.		Se le observara los movimientos adecuados a la hora de desplazarse y manipulación de objetos se le corregirán los errores comunes de la actividad, así desarrollaremos una conducta positiva en el niño.

	 	Siluetas, bandeja, pelotas, cuerda	
--	------	------------------------------------	--



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Estudiante: Lic. Germán Andres Landazabal Cuellar
Institución: Nuestra Señora Del Pilar
Grado: Cuarto y quinto
Habilidad: Actividades artísticas
Tema: Dibujo online
Hora: 7:40 a.m.
Duración: 75 min

Fecha: 12 - 02 - 2021
Edades: 8 - 10 años
N° Participantes: Todos

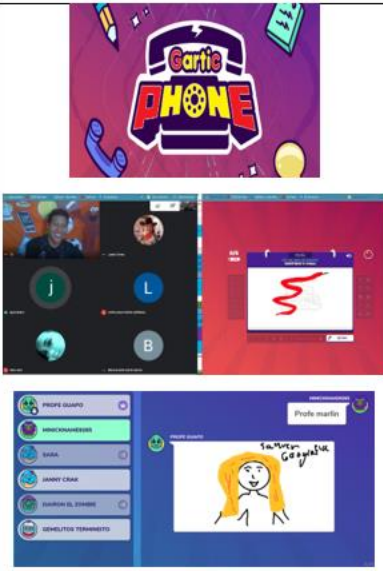
Competencia: Competencia cognitiva.

Indicador identificador: Desarrollo y perfecciono mis habilidades y atributos artísticos por medio de juego online a contra reloj de dibujo

Componente: Coordinación.

Desempeño: Realizo actividad artística a contra reloj.

CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MEDIOS EDUCATIVOS	EVALUACIÓN
-Calentamiento: 15min	Realizar la elongación inicial y activación muscular para la prevención de lesiones al momento de estar realizando la actividad		Forma directa de observación. Se les da indicaciones para que vayan mejorando la calidad del dibujo.
GarticPhone: 40min	A través de una plataforma online de juego de dibujo, se realiza una actividad que será dibuja el dibujo que un compañero de manera anónima haya dicho que dibujará, al final del juego se revela los dibujos de todos		

Hidratación: 10min	 <p>Llegados a un punto medio de la actividad, se les da 10 minutos de hidratación y descanso, para que recuperen la energía suficiente y seguir con las actividades del día</p>	Celular, computador o tablet	
--------------------	---	------------------------------	--



SC-CER96940



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


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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



<p>Estiramiento final: 10min</p>	<p>Se hace una elongación general para la disipación del ácido láctico y relajación muscular, acompañado de una gran hidratación para nivelar la temperatura corporal.</p> 	
----------------------------------	--	--

WEBGRAFIA
<https://garticphone.com/es>

Estudiante: Lic. Germán Andres Landazabal Cuellar
Institución: Nuestra Señora Del Pilar
Grado: Cuarto y quinto
Habilidad: Actividades artísticas
Tema: Dibujo online
Hora: 7:40 a.m.
Duración: 75 min


Fecha: 12 - 02 - 2021
Edades: 8 - 10 años
N° Participantes: Todos

Competencia: Competencia cognitiva.

Indicador identificador: Desarrollo y perfecciono mis habilidades y atributos artísticos por medio de juego online a contra reloj de dibujo

Componente: Coordinación.

Desempeño: Realizo actividad artística a contra reloj.

CONTENIDO	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MEDIOS EDUCATIVOS	EVALUACIÓN
<p>-El juego del calentamiento: 15min</p>	<p>El docente canta una canción y los niños repiten:</p> <p>Este es el juego del calentamiento Hay que seguir la orden del sargento ¡GINETES A LA CARGA MOVIENDO LAS MANOS!</p> <p>Este es el juego del calentamiento Hay que seguir la orden del sargento ¡GINETES A LA CARGA MOVIENDO Los pies!</p> <p>Así sucesivamente con todas las articulaciones del cuerpo</p> 		<p>Forma directa de observación.</p> <p>Se le observara los movimientos adecuados a la hora de desplazarse y manipulación de objetos se le corregirán los errores comunes de la actividad, así desarrollaremos una conducta positiva en el niño.</p>

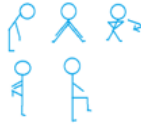




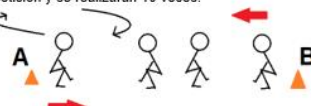


SC-CER96940



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

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

<p>Salto de rana: 10min</p>	 <p>Nos vamos a desplazar de un punto A a un punto B ida y vuelta 10 veces, cada vez que completemos una repetición descansaremos 30seg y realizaremos la siguiente repetición, se realizará 10 repeticiones</p>  	<p>Potes plásticos</p>	
-----------------------------	--	------------------------	--

<p>Salto de rana giratoria: 10min</p>	<p>No seguiremos desplazando entre los puntos ya hablados, pero esta vez lo realizaremos en salto de rana giratoria, cada vez que se haga un salto daremos un giro de 180° y así sucesivamente, se descansa 30 segundos por cada repetición y se realizaran 10 veces.</p>  		
<p>Desplazamiento sentadilla: 10 min</p>	<p>en Se desplazan del punto A al punto B en sentadilla y se les dice a los niños que de desplazan como los cangrejos para que utilicen su imaginación, de esta manera se les hará mas divertida la actividad, se harán 10 repeticiones descansando 30seg por repetición</p> 		



3. CARTILLA METODOLÓGICA





Introducción

La educación física es de gran importancia para las personas de todas las edades, la etapa escolar es el momento propicio para que entendamos lo importante de la actividad física y las repercusiones que tendrá en la salud el resto de nuestras vidas, realizar ejercicios previene de enfermedades, ya que pone en movimiento todo el cuerpo y organismo.

De esta manera, el objetivo de la cartilla "Educación Física para todos" es estimular, fortalecer y brindar adecuadamente a los niños, niñas y adolescentes estrategias, ejercicios y actividades para fomentar la actividad física que desde que empezó la situación actual por el Covid-19 se ha ido perdiendo y ha aumentado significativamente el sedentarismo.

2



Educación física para todos

3

Expresión Corporal

Los juegos de expresión corporal son muchas veces utilizados como juegos educativos. Éstos incorporan elementos rítmicos y expresivos, los cuales aparecen reflejados en el currículo educativo.

La realización de los mismos permite mejorar la expresión de: pensamientos, ideas, sentimientos, emociones y estados de ánimo. Además posibilitan la amplitud en la realización del movimiento, por lo que también se utilizan como ejercicios de flexibilidad para niños.



7

Ejercicios con pelota

Organización: individual.

Desarrollo: jugar con un balón siguiendo las directrices del maestro.

Directrices:

Botarla con la mano derecha.

Con la mano izquierda.

Conducirla con el pie derecho.

Con el pie izquierdo.

Hacer lo anteriormente expuesto primero en estático y después en dinámico.



14



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



BIBLIOGRAFÍA

Benjumea, J. C., Afonso, J. R., Pineda, S. M., Hurtado, J. R., & Fernández-Truan, J. C. (2016). Diseño y validación de instrumento para evaluar coordinación motriz en primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 16(62), 203-219.

Blair, S. N. (2009). Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21st century. *British journal of sports medicine*, 43(1), 1-2.

Borja Q. (2017). Psicólogo educativo. La importancia del juego en la escuela. Recuperado de: <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/juegos/la-importancia-del-juego-en-la-escuela/>

Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B., & Li, F. (2020). Returning Chinese school-aged children and adolescents to physical activity in the wake of COVID-19: Actions and precautions. *Journal of sport and health science*.

Davis, B. A., & Tsen, L. C. (2020). Wearing an N95 Respiratory Mask: An Unintended Exercise Benefit? *Anesthesiology*, 133(3), 684-686.

Gobernación de Norte de Santander Colombia (2021) Grafica situación actual coronavirus.

Hughes, D., Saw, R., Perera, N. K. P., Mooney, M., Wallett, A., Cooke, J., ... & Broderick, C. (2020). The Australian Institute of Sport framework for rebooting sport in a COVID-19 environment. *Journal of Science and Medicine in Sport*.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Instituto departamental de salud (2021) Norte de Santander. COVID-19

Kalazich Rosales, C., Valderrama Erazo, P., Flández Valderrama, J., Burboa González, J., Humeres Terneus, D., Urbina Stagno, R., ... & Valenzuela Contreras, L. (2020). Orientaciones Deporte y COVID-19: Recomendaciones sobre el retorno a la actividad física y deportes de niños niñas y adolescentes. Revista chilena de pediatría, (AHEAD), 0-0.

Lorenzo, F. (febrero, 2006). Coordinación motriz. Lecturas: Educación Física y Deportes, 96. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd93/coord.htm>

Mónica M (2020) El número de casos de coronavirus alcanza un nuevo máximo mundial. Statista

Organización Mundial de la Salud. Estrategia Mundial sobre régimen alimenticio, actividad física y salud. Actividad Física en los jóvenes. Accedido 2 de junio de 2020.

Ramos, P., Jiménez-Iglesias, A., Rivera, F., & Moreno, C. (2016). Evolución de la práctica de la actividad física en los adolescentes españoles. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport, 16(62), 335-353.

Ruiz-Perez, L. M., Rioja-Collado, N., Graupera-Sanz, J. L., Palomino-Nieto, M., & García-Coll, V. (2015). GRAMI-2: Desarrollo de un test para evaluar la coordinación motriz global en la educación primaria. Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte.



SC-CER96940



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

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