



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



**PROMOVER LA ACTIVIDAD FÍSICA POR MEDIO DE UN PROGRAMA PARA
PREVENIR EL SEDENTARISMO DE ESTUDIANTES DE LOS GRADOS
NOVENO, DÉCIMO Y ONCE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CARLOS
RAMÍREZ PARIS**

DICKSON DANILO OVALLOS SUESCUN

CODIGO: 1090514228

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA SEDE VILLA DEL ROSARIO
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
VILLA DEL ROSARIO
2022**



"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
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



**PROMOVER LA ACTIVIDAD FÍSICA POR MEDIO DE UN PROGRAMA PARA
PREVENIR EL SEDENTARISMO DE ESTUDIANTES DE LOS GRADOS
NOVENO, DÉCIMO Y ONCE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CARLOS
RAMÍREZ PARIS**

DICKSON DANILO OVALLOS SUESCUN

CODIGO: 1090514228

DOCENTE: FRANK MALKUN ROYERO

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA SEDE VILLA DEL ROSARIO
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
VILLA DEL ROSARIO
2022**



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
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



AGRADECIMIENTO

Extiendo el agradecimiento a profesores y casa de estudio, por brindar las enseñanzas necesarias que permitieron nutrir experiencias invaluable para el alcance de los conocimientos necesarios para optar al título de licenciado. Gracias por la experiencia de aprendizaje y su capacidad formativa.



“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
www.unipamplona.edu.co



TABLA DE CONTENIDO

CAPÍTULO 1	7
OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO	7
1.1 Reseña histórica	7
1.2 Misión.....	8
1.3 Visión	8
1.4 Principios y valores	9
1.5 Símbolos institucionales.....	9
1.5.1 Himno	9
1.5.2 Escudo.....	11
1.5.3 Bandera	12
1.5.4. Organigrama institucional	13
1.6 Manual de convivencia.....	16
1.6.1 Derechos	16
1.6.2 Deberes	19
1.7 Ley del menor	23
1.8. Valores institucionales	25
1.9 Inventario Infraestructura	31
1.10 Inventario de Salón de deportes	35





CAPÍTULO II 37

PROPUESTA PEDAGÓGICA 37

 2.1 Título 37

 2.2 Objetivos 37

 2.2.1 Objetivo General 37

 2.2.2 Objetivo específico 37

 2.3 Descripción del problema 37

 2.4 Justificación 39

 2.5 Población 40

 2.6 Marco teórico 40

 2.6.1. Actividad física 40

CAPÍTULO III 45

DISEÑO DIDÁCTICO 45

 3.1. Diseño de cronograma 45

 3.2. Planeadores 47

 3.3. Cartilla 52

CAPÍTULO IV 65

ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES 65

CAPÍTULO V 69





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos...¡Es nuestro objetivo!



Evaluación de la Práctica 69

5.1. Evaluaciones del formato 69





CAPÍTULO 1

OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO

Nombre de la institución

Institución Educativa Carlos Ramírez París

Nit:

807 007 191-8

1.1 Reseña histórica

La Institución Educativa Carlos Ramírez París, que en años anteriores se denominó: Instituto Técnico Carlos Ramírez París Paz y Futuro —Colegio Básico Paz y Futuro y en sus orígenes llevó el nombre de escuela básica Carlos Ramírez Paris No 54.

Su primer director fue el licenciado Luis Enrique Peñaloza. Paralelamente con la expedición de la Ley 115 de 1994, se inicia un proceso de transformación de la Escuela Carlos Ramírez París a Colegio Básico con el fin de ampliar la cobertura hasta noveno grado y los egresados de este, continuar su formación en convenio con la nueva institución de Media Técnica, creada por la Corporación Social y Educativa Paz y Futuro.

En el año de 1996, se legaliza la nueva razón social, con el nombre de Colegio de Educación Básica Paz y Futuro siendo su primer rector el licenciado Abdoro Sierra.

Para el año 2003, se crea la nueva Institución Educativa —Instituto Técnico Carlos Ramírez París- Paz y Futuro, conformado por la fusión del Colegio Básico Paz y futuro cuya planta física está ubicada en la calle 18 N° 51-31 del Barrio Antonia Santos con un área de 4.372 metros cuadrados y la sede N° 1, denominada Escuela Don Bosco 88, cuya planta física está ubicada en la calle 23 N° 67-74 Barrio El Progreso, ambas sedes en la ciudadela de Juan Atalaya.

A partir del año 2010, llega como rector Ing. Jorge Iván Osorio Barrientos, y se fusiona nuevamente el Instituto mediante el Decreto No 0059 del 27 de Enero de 2010 quedando conformado por las siguientes sedes: Instituto Técnico Carlos Ramírez Paris Sede Central, Sede Escuela Rafael Pombo N° 74,





Instituto Técnico Nuestra señora de Mongui, Escuela la Primavera —María Auxiliadora II y la Escuela Don Bosco 88. Cabe resaltar que el Instituto pierde las Palabras Paz y Futuro, que enmarcan el fin de la influencia de la Corporación Social Paz y Futuro, quien en años anteriores brindó un fuerte impulso para su desarrollo.

En el año 2013 la SEM, expide la Resolución DUE N° 003 del 04 de Enero donde se cambia el nombre de Instituto Técnico por Institución Educativa Carlos Ramírez Paris.

Finalmente, los Directivos Docentes que han dirigido la Institución Educativa desde 1978 a la fecha son: Lic. Luis Enrique Peñaloza, Lic. Abdoro Sierra Villamizar, Lic. Darío Núñez, Lic. Humberto Silva Quintero, Esp. José Ortega y Mg. Jorge Iván Osorio Barrientos.

1.2 Misión

La Institución Educativa Carlos Ramírez Paris, ofrece un servicio educativo desde el nivel pre- escolar, educación básica, media técnica y educación formal de adultos; con una orientación dirigida a formar personas competentes, responsables, con sentido crítico, fundamentadas en valores éticos, morales y cívicos, comprometidos con la construcción de una sociedad justa, dinámica, productiva y en equilibrio con la naturaleza.

1.3 Visión

La Institución Educativa Carlos Ramírez París, para el año 2022, será líder en la promoción de programas sociales y de educación media técnica, en articulación con instituciones de educación superior, técnica y tecnológica, desarrollando en el estudiante un sentido empresarial de acuerdo a las necesidades, expectativas e intereses de la población, apoyados en el talento humano calificado y una infraestructura que ofrezca bienestar estudiantil, pedagógico, socio- cultural y productivo, comprometidos con la construcción de una sociedad justa, equitativa y en armonía con el ambiente.





1.4 Principios y valores

Filosofía y principios institucionales

- La Cultura, La Ciencia y la Tecnología Proyecto Transversal.
- La Democracia, Ciudadanía y el Respeto por la Diversidad y la Vida Ciencias Sociales, Ética, Religión.
- El Cuidado del Ambiente y el Respeto por los Derechos de los Animales Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Ética y Valores, Educación Religiosa.

1.5 Símbolos institucionales

1.5.1 Himno

CORO:

Senderos de ciencia, de amor y saber
Contigo orgulloso quiero recorrer.
Es Carlos Ramírez nuestra Institución;
Trabaja y avanza al brindar formación.

1. I

Como sol que irradia en el alba,
Eres luz, abrazo, calor.
Te llevo en mi mente y mi alma,
Pues me enseñas a ser triunfador.

2. II

María Auxiliadora ilumina,

Don Bosco su ejemplo nos da.

"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
www.unipamplona.edu.co





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Ven canta con todos nosotros,
Este himno de amor y de paz.

3. III

Apoyados en esa mano amiga,
De paz y futuro en su acción.
Luchamos por ser alta espiga,
Por ser pan, ser fruto, canción.

4. IV

Horizonte de vivos colores,
Vislumbras desde la instrucción.
Luchando con férreos valores,
Haces bien para ti y la nación.

Autor: Liliana Rubio Waldo

Música: Ricardo Suárez Jáuregui





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.5.2 Escudo



SC CER96940



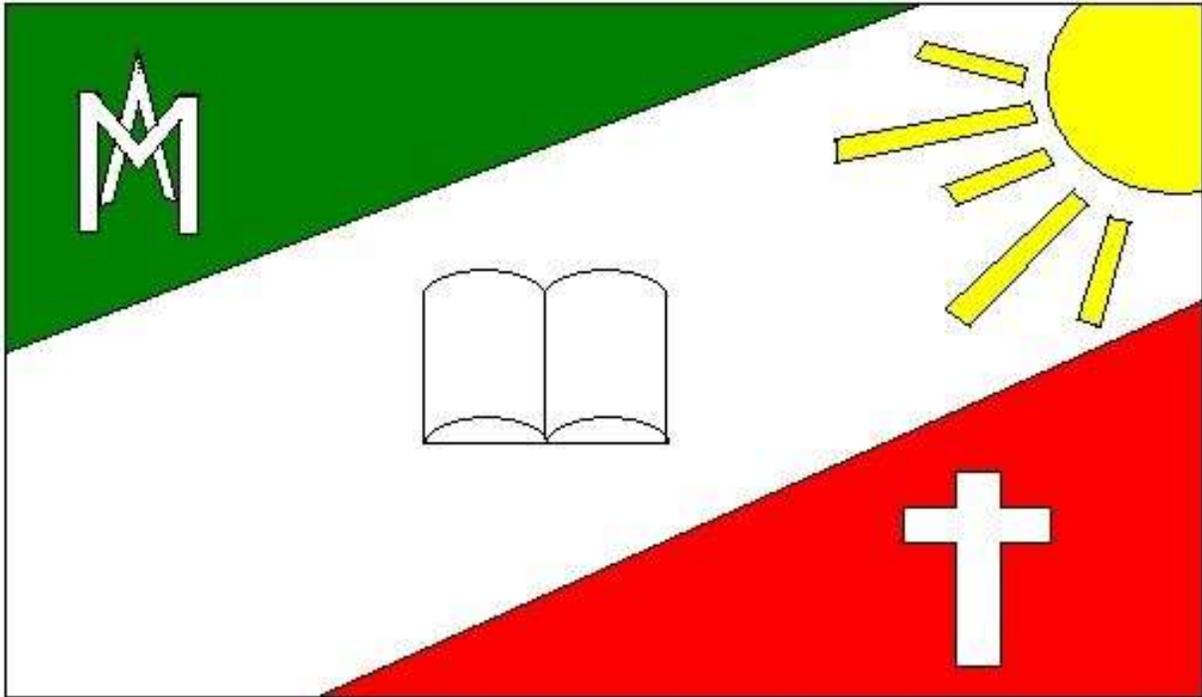
"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



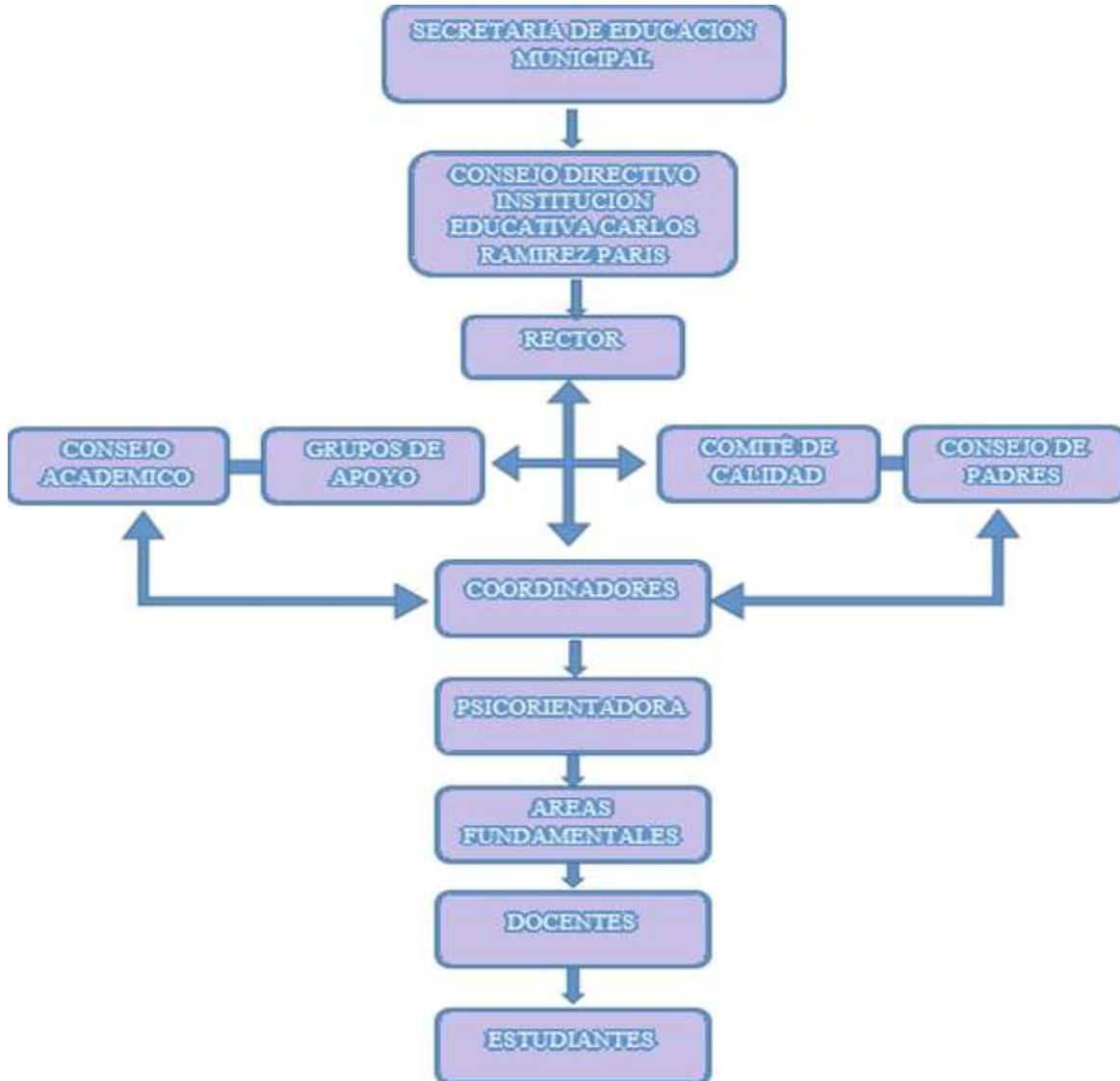
1.5.3 Bandera



"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
www.unipamplona.edu.co



1.5.4. Organigrama institucional





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES AÑO 2022

MES	FECHA	ACTIVIDAD	RESPONSABLES
ENERO	11	BIENVENIDA A DOCENTES Y DIRECTIVOS DOCENTES – INICIO DE LA SEMANA INSTITUCIONAL.	RECTOR
	11	REUNIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO	RECTOR - MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO
	11	ORGANIZACIÓN ESTRATEGIAS DE TRABAJO SEMANA INSTITUCIONAL	RECTOR Y COORDINADORES
	12	MATRICULAS PARA ESTUDIANTES REPITENTES POR SEDES	COORDINADORES Y DOCENTES
	12	ELECCIÓN LÍDERES AL CONSEJO ACADÉMICO Y CONSEJO DIRECTIVO	COMITÉ DE DEMOCRACIA DIRECTIVOS DOCENTES - DOCENTES, RECTOR
	13	ASIGNACIÓN DE LOS COMITÉS - REVISIÓN PLAN DE ÁREA Y ASIGNATURA	COORDINADORES Y DOCENTES
	14	REVISIÓN GUÍAS, TALLERES Y PRUEBAS PRIMER PERÍODO	COORDINADORES Y DOCENTES
	14	ASIGNACIÓN DE RESPONSABILIDAD ACADÉMICA	COORDINADORES Y DOCENTES
	17-18	EVALUACIÓN DEL TRABAJO POR COMITÉS Y ELABORACIÓN DE CRONOGRAMA 2022	COORDINADORES Y DOCENTES
	19	ELABORACIÓN INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA POR ÁREAS.	DOCENTES
	20	INTERCAMBIO DE SABERES Y EXPERIENCIAS POR GRADOS DE PRIMARIA Y ÁREAS EN BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA TÉCNICA	DIRECTIVOS POR ASIGNACIÓN DE RESPONSABILIDAD ACADÉMICA
	21	JORNADA LÚDICO – RECREATIVA POR SEDES (BIENESTAR LABORAL)	DIRECTIVOS POR ASIGNACIÓN DE SEDE Y COMITÉ SOCIOCULTURAL
	24	INICIO DE TRABAJO PRUEBAS OBJETIVAS GRADOS 11*	COORDINADORES Y DOCENTES
	24-27	ELABORACIÓN Y AJUSTE DE GUÍAS ACADÉMICAS SEGUNDO, TERCER Y CUARTO PERÍODO	COORDINADORES Y DOCENTES
25	INICIO DE ACTIVIDADES GRADOS DÉCIMOS, MATRÍCULAS SENA ÁREAS TÉCNICAS	COORDINADORES Y DOCENTES DE ÁREA TÉCNICA	
28	ORGANIZACIÓN Y ORIENTACIONES GENERALES EN CADA SEDE, PREPARACIÓN PARA EL RECIBIMIENTO DE ESTUDIANTES.	DIRECTIVOS POR ASIGNACIÓN DE SEDE Y DOCENTES.	
28	PRIMERA REUNIÓN CON PADRES DE FAMILIA DEL GRADO 11* SOBRE PRUEBAS SABER 11* año 2022	RECTOR, COORDINADORES COMITÉ DE PRUEBAS OBJETIVAS	
31	INICIO DE LABORES CON ESTUDIANTES, ACTIVIDADES DE BIENVENIDA (DOCENTES TITULARES). INICIO PRIMER PERÍODO ACADÉMICO	RECTOR, DIRECTIVOS POR ASIGNACIÓN DE SEDE Y DOCENTES	
31ENE - 4FEB	PROYECTO DE BIENVENIDA DE PREESCOLAR	DOCENTES DE TRANSICIÓN	
FEBRERO	1	JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN A ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA SOBRE EL PROYECTO PRAE	DOCENTES COMITÉ PRAE
	1 AL 18	SOCIALIZACIÓN DEL MANUAL DE CONVIVENCIA Y SIEE PARA EL RETORNO A LA PRESENCIALIDAD	COORDINADORES, DOCENTES
	4	EUCARISTÍA DE LA SIEMBRA; JORNADA LÚDICO RECREATIVA A ESTUDIANTES POR PARTE DEL COMITÉ SOCIO CULTURAL	COMITÉ SOCIO CULTURAL, RECREACIÓN Y DEPORTES Y TIEMPO LIBRE; ESCUELA DE FAMILIA. COORDINADORES.
	8	INICIO PROYECTO LECTOR	COMITÉ PROYECTO LECTOR
	16	INICIO RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS
	16	ELECCIÓN DE MONITORES Y REPRESENTANTES DE ESTUDIANTES AL CONSEJO ESTUDIANTIL	COORDINADOR DE SEDE, DOCENTES, COMITÉ DE DEMOCRACIA,
	18	CONFORMACIÓN DEL CONSEJO DE ESTUDIANTES Y EL REPRESENTANTE AL CONSEJO DIRECTIVO	DOCENTES DE SOCIALES, ETICA Y VALORES HUMANOS. COMITÉ DE DEMOCRACIA
	18 - 28	SENSIBILIZACIÓN A ESTUDIANTES DEL GRADO 10° Y 11° PARA LA ELECCIÓN DE PERSONERO Y CONTRALOR	COMITÉ DE DEMOCRACIA - DOCENTES ÁREA DE SOCIALES
	23	CONFORMACIÓN DEL CONSEJO DE PADRES Y ELECCIÓN DE LOS REPRESENTANTES AL CONSEJO DIRECTIVO Y COMITES OPERATIVOS.	COMITÉ DE DEMOCRACIA COMITÉ DE CONVIVENCIA ESCOLAR DIRECTIVOS
	23	PROYECTO LECTOR	COMITÉ PROYECTO LECTOR
	24	PRIMERA PRUEBA INTERMEDIA	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS
	25	RENDICIÓN DE CUENTAS VIGENCIA 2021	RECTOR, COORDINADORES Y DOCENTE LIDER PRUEBAS OBJETIVAS
	28	RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS
	28	REUNIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO
28	REUNIÓN DEL CONSEJO ACADÉMICO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO ACADÉMICO	
28	IZADA DE BANDERA BATALLA DE CÚCUTA	TITULARES ENCARGADOS - COMITÉ DE DEMOCRACIA	
	1	INSCRIPCIÓN DE CANDIDATOS A LA PERSONERÍA Y CONTRALORÍA E INICIO DE LA CAMPAÑA ELECTORAL.	COMITÉ DE DEMOCRACIA
	1 al 11	PRESENTACIÓN DE CANDIDATOS EN CAMPAÑA EN CADA SEDE	COMITÉ DE DEMOCRACIA POR SEDES COORDINADORES
	1	DÍA DEL CONTADOR	ÁREA TÉCNICA - CONTABILIZACIÓN DE OPERACIONES COMERCIALES Y FINANCIERAS
	2	MIÉRCOLES DE CENIZA	COMITÉ RELIGIOSO Y DE FAMILIA
	4	PRIMER SIMULACRO DE EVACUACIÓN Y PREVENCIÓN DE RIESGOS	COMITÉ DE RIESGOS ESCOLARES
	8	DÍA DE LA MUJER	COMITÉ SOCIO CULTURAL
	10	CHARLA EDUCATIVA: RESPETÉMONOS	COMITÉS PESCC
	10	PROYECTO LECTOR	COMITÉ PROYECTO LECTOR



“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
 www.unipamplona.edu.co



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



MESES	FECHA	ACTIVIDAD	RESPONSABLE
MARZO	12	FINALIZACIÓN DE CAMPAÑA DE PERSONEROS Y CONTRALORES	COMITÉ DE DEMOCRACIA
	16	ELECCIÓN DEL PERSONERO Y CONTRALOR ESTUDIANTIL	COMITÉ DE DEMOCRACIA
	18	RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS
	18	ELECCIÓN DEL EXALUMNO Y REPRESENTANTE DE SECTOR PRODUCTIVO	COMITÉ DE DEMOCRACIA
	18	DÍA DEL HOMBRE (CELEBRACIÓN DÍA DEL HOMBRE Y LA MUJER)	COMITÉ SOCIO CULTURAL
	20	DÍA DEL AGUA	COMITÉ PRAE
	25	INSTALACIÓN Y POSESIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO VIGENCIA 2022	RECTOR - COMITÉ DE DEMOCRACIA
	25	PROYECTO LECTOR	COMITÉ PROYECTO LECTOR
	28	REUNIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO
	28	REUNIÓN DEL CONSEJO ACADÉMICO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO ACADÉMICO
	30	BIMESTRAL PRIMER PERÍODO	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS
31	RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS	
ABRIL	1	FINALIZACIÓN PRIMER PERÍODO	RECTOR - CALENDARIO ACADÉMICO
	4	INICIO SEGUNDO PERÍODO	RECTOR - CALENDARIO ACADÉMICO
	5	PROYECTO LECTOR	COMITÉ PROYECTO LECTOR
	8	INAUGURACION DE INTERCLASES	COMITÉ DE DEPORTES, DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA
	8	RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS
	6	ENTREGA DE ACTAS DE COMISIONES A DIRECTIVOS	RECTOR - PAGADOR
	6 y 7	COMISIONES DE EVALUACIÓN Y PROMOCIÓN I PERIODO	COORDINADORES, DOCENTES, PADRES DE FAMILIA. (JORNADA CONTRARIA)
	7 y 8	REVISIÓN DE ACTAS DE COMISIÓN Y OBSERVACIONES	COORDINADORES Y SECRETARIAS DE SEDE
	11 AL 17	SEMANA INSTITUCIONAL – RECESO ESCOLAR - INICIO DE SEMANA SANTA	RECTOR – COORDINADORES
	19-20-21	ENTREGA DE INFORMES A PADRES DE FAMILIA Y ESCUELA DE PADRES I PERIODO	DIRECTIVOS Y DOCENTES POR SEDE Y COMITÉ DE FAMILIA Y VALORES
	20	PROYECTO LECTOR	COMITÉ PROYECTO LECTOR
	22	IZADA DE BANDERA DÍA DEL IDIOMA, DIA INTERNACIONAL DE LA TIERRA, ENGLISH LANGUAGE DAY	DOCENTES DE HUMANIDADES, COMITÉ PRAE COMITÉ DE BILINGÜISMO, COMITÉ SOCIO CULTURAL
	25	REUNIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO
	25	REUNIÓN DEL CONSEJO ACADÉMICO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO ACADÉMICO
26	RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS	
26	DIA DE LA SECRETARIA	COMITÉ SOCIO CULTURAL	
MAYO	22/Abril a 6/Mayo	SEMANA DE SUPERACIÓN DE DIFICULTADES PRESENTADAS EN EL PRIMER PERÍODO (1er semana: asignación de acciones pedagógicas, 2da semana: valoración de evidencias y desempeños)	DOCENTES, COORDINADORES
	4	PROYECTO LECTOR	COMITÉ PROYECTO LECTOR
	06 al 09	Cargue de novedades de estudiantes pendiente en OVY, proceso nivelación y superación de dificultades correspondientes al 1er período académico 2022.	DOCENTES POR SEDES Y JORNADAS
	10	RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS
	12	DÍA DEL MAESTRO	COMITÉ SOCIOCULTURAL Y CONSEJO DE ESTUDIANTES
	13	CELEBRACIÓN DIA DEL MAESTRO	SEM
	17	DÍA DEL RECICLAJE	COMITÉ PRAE
	18	DÍA DE LA BANDERITA CRUZ ROJA	COMITÉ DE RIESGO ESCOLAR
	19	DIA DE LA AFROCOLOMBIANIDAD	DOCENTES AREA DE SOCIALES. COMITÉ PRAE
	19	PROYECTO LECTOR	COMITÉ PROYECTO LECTOR
24	EUCARISTÍA MARÍA AUXILIADORA (MES MARIANO)	COMITÉ ESCUELA DE FAMILIA Y VALORES	
25	RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS	
30	DÍA DE LA FAMILIA	COMITÉ SOCIO CULTURAL	
30	REUNIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO	
30	REUNIÓN DEL CONSEJO ACADÉMICO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO ACADÉMICO	
JUNIO	2	CHARLA EDUCATIVA: LAS PALABRAS TIENEN EFECTOS	DOCENTES PESCC
	5	DÍA DEL MEDIO AMBIENTE	COMITÉ PRAE
	9	RETO DEL SABER	COMITÉ PRUEBAS OBJETIVAS
	10	SPELLING BEE	COMITÉ DE BILINGÜISMO
	13	REUNIÓN CONSEJO ACADÉMICO	RECTOR Y MIEMBROS DEL CONSEJO ACADÉMICO



“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
 www.unipamplona.edu.co



1.6 Manual de convivencia

1.6.1 Derechos

Dentro del Manual de convivencia de la institución educativa Carlos Ramírez Paris se encuentra en su capítulo 3 y en el artículo 2 los derechos de los estudiantes.

- Conocer el PEI y el manual de convivencia.
- Recibir trato justo, respetuoso, cordial, tolerante, así como buen ejemplo, dentro y fuera de la institución de parte de directivos, docentes, padres de familia, compañeros y demás integrantes de la Comunidad Educativa.
- Recibir el carné estudiantil que lo (la) acredite como estudiante de la institución EDUCATIVA CARLOS RAMIREZ PARIS, (dentro de los Primeros 45 días de cada año lectivo). Previa cancelación de aporte económico del mismo.
- Elegir y ser elegido, en forma responsable, como representante de los diferentes órganos de la institución.
- Recibir los momentos pedagógicos, debidamente planeados, dentro de un marco metodológico y científico.
- Concertar con el docente o los docentes las fechas, formas y sistemas de evaluación en las diferentes asignaturas, conociendo oportunamente el resultado.
- Elegir un personero de último grado, como promotor y defensor de los derechos y deberes de los estudiantes.
- Presentar evaluaciones, talleres, trabajos y recuperaciones, después de un permiso justificado y comprobado dentro de los tres primeros días del ingreso del estudiante.
- Ser evaluado según los criterios establecidos por el Sistema Institucional de Evaluación Escolar.
- Ser oído en descargos e interponer los recursos consagrados en la ley, cuando sea notificado de una decisión que considere injusta y que le afecte.
- Presentar las reclamaciones dentro del marco de la cortesía, el respeto, en cualquier situación académica o de comportamiento, siguiendo el conducto regular consignado en el Manual de Convivencia.
- Beneficiarse de los servicios de Bienestar Estudiantil: Biblioteca, Cruz Roja, Tienda Escolar, Restaurante, Orientación Escolar y Espacios Deportivos.



- Realizar las actividades de refuerzo y recuperación según los términos consagrados en el Sistema Institucional de Evaluación Escolar.
- Presentar proyectos al Consejo Directivo que beneficien a la Comunidad Educativa.
- Recibir oportunamente el boletín informativo, dentro de los 15 días, después de terminado el período.
- Recibir certificados y | o constancias de estudios cuando los haya culminado o cuando los requiera para procedimientos particulares de índole académico.
- Tener igualdad de oportunidades en todas las actividades programadas por la institución.
- Ser aceptado(a) sin ninguna discriminación en las diferentes actividades, sin tenerse en cuenta, razón o condición, raza, credo político o religioso.
- Participar de los diferentes grupos de estudio, culturales, deportivos, pastorales y comités organizados por la institución, monitorias académicas, entre otras, cuando el comportamiento y rendimiento académico sean excelentes o sobresalientes.
- Obtener los permisos requeridos para ausentarse del plantel por el tiempo necesario, en forma justificada con la anuencia del Padre de familia o acudiente.
- Ejercer libertad de pensamiento, sexual y de credo, sin atentar contra la ideología y derechos de los compañeros.
- Tener conocimiento con anterioridad de los logros e indicadores de logros de cada asignatura, como de los criterios seleccionados para la evaluación del rendimiento escolar.
- Conocer el informe de rendimiento académico al finalizar cada período académico en cada una de las áreas.
- Ser atendido oportuna y debidamente por parte del personal docente, directivo-docente y administrativo, dentro de los horarios establecidos.
- Ser estimulado cuando el comportamiento y el rendimiento académico lo amerite.
- Ser protegido y respetado solidariamente ante situaciones que coloquen en peligro la vida, la salud, la moral, la paz y la educación.
- Conocer la apertura de proceso disciplinario, ser notificado oportunamente; en igual sentido, los padres o representante legal, han de ser informados para el agotamiento tanto del debido proceso como del derecho a la defensa.
- Aportar iniciativas y sugerencias, en orden a la mejor realización y evaluación del PEI.
- Recibir asesoría de los docentes cuando lo amerite y/o sea necesario.



5. Numeral 1 estímulos

El estudiante de la INSTITUCIÓN EDUCATIVA CARLOS RAMIREZ PARIS, Será objeto de estímulos, cuando sus actuaciones lo ameriten, en actos públicos: como izada de bandera, programaciones especiales.

6. Literal a para los estudiantes

-En cumplimiento con lo anterior, la Institución estimulará debidamente a los estudiantes de cada grado que se destaquen en aspectos como:

-Rendimiento Académico

-Actividades de Convivencia Social

-Comportamiento, puntualidad, colaboración, liderazgo, valores, compañerismo, cumplimiento y excelente rendimiento en sus deberes académicos.

-Haber sobresalido en eventos culturales, cívicos, deportivos en representación de la institución, servicio a la comunidad.

-Sentido de Pertenencia a la Institución.

-Caracterizarse por ser un estudiante Integral.

-Mejor estudiante SABER 11

-Pulcritud personal, y en el uso del uniforme de la Institución. Superación personal.

-Proclamación de bachilleres en ceremonia especial a los estudiantes que en promedio de las pruebas SABER 11 obtenga un puntaje mayor o igual a 40 puntos.

-Otros.

7. Literal b para docentes

Por colaboración Por creatividad

Por excelente desempeño laboral Por innovador

Por investigación en el aula de clase

Por proyectos pedagógicos significativos

Por sentido de pertenencia





8. Literal c para directivos

Por gestión Directiva

Por solidaridad

Por alto sentido de justicia Por sentido de pertenencia

1.6.2 Deberes

Numeral 1 del orden académico

- Acatar con exactitud el horario establecido por la institución, para todas las sesiones de clase y actividades que se programen.
- Portar el uniforme Institucional establecido (según ordenanza departamental), de forma adecuada y sin modificaciones personales; zapatos limpios (negros con rallas rojas - deporte) y bien embolados (zapatos negro de material).
- Traer los elementos y útiles requeridos para el desempeño académico
- Cumplir puntual y responsablemente con los deberes escolares: Tareas, trabajos, evaluaciones, recuperaciones y demás actividades que se asignen.
- Complementar los conocimientos, investigando fuera del aula de clase, con el objetivo de adquirir un conocimiento más amplio.
- Presentar excusa justificada cuando se falte al plantel, con la firma del padre o acudiente, al día siguiente de la ausencia, concertando el tiempo para presentar trabajos y evaluaciones a partir del momento del reintegro.
- Actuar con honradez en la presentación de evaluaciones y trabajos escritos evitando el fraude y el plagio.
- Respetar las intervenciones, preguntas, opiniones, aclaraciones de los compañeros, profesores y directivos.
- Respetar la libertad de expresión, mientras lo realice con sentido crítico y constructivo.
- Propiciar un ambiente adecuado para el buen desarrollo de las actividades académicas, evitando llegar tarde a clase, comer dentro del aula, lanzar objetos o jugar con ellos dentro del aula de clase; traer libros, revistas, radios, grabadoras, celulares, iPod, balones o enseres ajenos al estudio, que impidan el desarrollo de las clases.
- Asistir a todas las actividades académicas escolares y extraescolares con el uniforme correspondiente, con el respectivo escudo de la Institución.



- Aprovechar al máximo las clases, conferencias, laboratorios, charlas que se organicen para el desarrollo personal y formación integral.
- Solicitar de manera comedida explicaciones adicionales que sean necesarias, sobre los temas vistos, siempre y cuando la dificultad no se deba a indisciplina o inasistencia no justificada.
- Ser constante en la investigación, la consulta, la lectura, el análisis, la creatividad, la participación activa y motivante, la práctica de la caligrafía, la ortografía y la redacción.
- Representar dignamente la institución en eventos deportivos, culturales o académicos a nivel local, Regional, Departamental o Nacional.
- Superar los logros propuestos en cada área y / o asignatura demostrando un nivel de excelencia.
- Participar activamente en la planeación, realización y evaluación del proceso enseñanza –aprendizaje.
- Cumplir todos los requisitos exigidos para optar el título: Bachiller Básico o Bachiller Técnico que otorga la institución.
- Estar a paz y salvo con todas las dependencias, como requisito previo para la cancelación de la matrícula, cuando se requiera.
- Poseer el seguro estudiantil.

9. Numeral 2 de orden social

- Procurar la armonía y el espíritu de colaboración entre los integrantes de la comunidad educativa.
- Tratar a todas las personas con consideración, respeto, cortesía y solidaridad.
- Proteger, valorar y defender el medio ambiente.
- Utilizar dentro y fuera del aula un lenguaje decente y respetuoso que excluya toda palabra soez y apodos.
- Evitar los juegos bruscos en la hora de descanso.
- Cuidar las pertenencias, y abstenerse de llevar objetos de valor innecesarios para el desarrollo de actividades académicas. El colegio no se responsabiliza por la pérdida de ellos.
- Las manifestaciones de noviazgo, amistad y compañerismo dentro o fuera de la institución, se darán sobre los parámetros del respeto y pudor.
- Evitar comentarios tendenciosos, que alteren la convivencia armónica de los miembros de la comunidad educativa.
- Utilizar adecuadamente el tiempo libre.
- Proteger los recursos naturales y el medio ambiente.



- Dar un manejo adecuado al uso del agua y usar con respeto los enseres de la institución, procurando su cuidado y protección.
- Ingresar a las dependencias de la institución con autorización previa, cuando así se determine.
- Evitar usar accesorios y elementos no permitidos con el uniforme dentro de la institución o en actividades programadas por la misma.
- No utilizar celulares en las horas de clases.
- Evitar el ingreso de alimentos al baño.
- Evitar el desperdicio de agua y arrojar residuos sólidos en lugares diferentes a los establecidos.
- Cuidar todos los implementos deportivos y decorativos de la institución.
- Evitar los juegos de azar donde se maneje dinero por parte de los estudiantes durante la jornada.

Numeral 3 del orden disciplinario

- Conocer, asimilar y aceptar el manual de Convivencia.
- Permanecer dentro del plantel durante toda la jornada escolar y en los sitios programados para diferentes actividades y guardar el debido comportamiento.
- Permanecer dentro del aula en los momentos pedagógicos o aula respectiva.
- Proyectar una buena imagen de la institución portando el uniforme en forma adecuada y observando un comportamiento digno en todo tiempo y lugar.
- Utilizar los servicios de la Institución con la compostura y decoro que garantice la seguridad y bienestar de quienes los comparten, respetando los turnos de los compañeros u otras personas que estén solicitando el mismo servicio.
- Dejar el aula de clase en completo orden y aseo, al igual que las demás dependencias de la Institución cuando se le asigne.
- Colaborar en el cuidado de la planta física y todo lo que hay en ella.
- Responder por los daños ocasionados a la planta física o a cualquier otro bien de la institución.
- Permanecer en la Institución durante las horas de clases y demás actividades complementarias programadas.
- Evitar y fomentar actos de indisciplina que conlleve a desorden general dentro y fuera del aula de clase.
- Tener una excelente presentación personal durante toda la jornada (camibuso por dentro).



- Dar un trato digno y cortés a todos los miembros de la comunidad educativa.
- Respetar las opiniones de las personas que integran el entorno social para solucionar conflictos pacíficamente en la búsqueda de la autoformación personal y grupal.
- Demostrar aprecio y respeto por los símbolos patrios y del plantel.
- Entregar al término del año escolar y en buenas condiciones, todos los implementos y materiales utilizados para las labores académicas y de otro tipo que la institución le haya facilitado.
- Presentar reclamos o apelaciones en una tónica de cultura y buenos modales, siguiendo el conducto regular establecido en la Institución.
- Utilizar los elementos técnicos o medios de protección y seguridad, vestimenta, etc. requeridos para poder realizar actividades en áreas que lo exijan (Mecánica- Electricidad – Laboratorio-Salud etc.).
- Utilizar en forma correcta y adecuada los diferentes elementos (equipos) de la Institución.
- Asumir con responsabilidad y buen comportamiento el proceso de formación del área técnica.

Numeral 4 del orden moral

- Utilizar en forma adecuada el nombre del Instituto en cualquier actividad artística, cultural, recreativa y deportiva, autorizadas por la rectoría de la Institución.
- Dar prestigio y buen nombre a la Institución.
- Proteger la salud evitando el consumo de bebidas alcohólicas, drogas, alucinógenos, fumar o utilizar otras sustancias nocivas, dentro de la institución o en actividades programadas.
- Ser honesto y transparente dentro y fuera de la Institución, con actuaciones correctas sin intentar ninguna clase de fraude, falsificaciones, engaño o suplantación.
- Propender por la integridad personal.
- Observar respeto por la dignidad humana.
- Dentro del artículo 4 del manual de convivencia se habla de las prohibiciones de la comunidad educativa:
- Portar o introducir armas de fuego o corto punzantes a la Institución.
- Abandonar la Institución sin previa autorización del coordinador o Rector
- Introducir a la Institución, libros, folletos, revistas y otros medios de divulgación pornográfica o que atente contra la moral pública y las buenas costumbres.



- Hacer compras a vendedores ambulantes fuera de la institución, durante el tiempo de permanencia en ella, o durante el tiempo académico reglamentario.
- Participar en actos colectivos de desorden, violencia o incultura dentro o fuera de la misma.
- Elaborar y colocar dibujos o expresiones vulgares, irrespetuosas o pornográficas en cualquier sitio de la Institución.
- Crear, patrocinar, asesorar, o difundir escritos dirigidos a cualquier integrante de la comunidad que perjudique su integridad física, personalidad y dignidad.
- Sustraer, ocultar, vender, o retener elementos que no sean de su propiedad.
- Realizar, promover o participar, en cualquier género de ventas, rifas y negocios con los compañeros, profesores y otros funcionarios de la Institución.
- Permanecer fuera el aula de clase dentro del desarrollo de los momentos pedagógicos.
- Así mismo en su capítulo V se habla de los derechos, deberes, prohibiciones y sanciones de los docentes oficiales amparados por los decretos 2277 de 1979 y 1278 de 2002.

1.7 Ley del menor

En la ley 1098 del 2006 por la cual se expide el código de infancia y adolescencia expresa en su artículo 1 que dicha ley tiene por finalidad garantizar niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna. (Ley de infancia y adolescencia, 2006, p.2).

Así mismo en su artículo 2 expresa que tiene por objeto establecer las normas sustantivas y procesales para protección integral de los niños, niñas y adolescentes; además menciona en el artículo 4 el ámbito de aplicación de dicha ley el cual debe ser a niños niñas y adolescentes que sean de nacionalidad colombiana extranjera y de doble nacionalidad. (Ley de infancia y adolescencia, 2006, p.2).

Por otra parte en su artículo se define las perspectivas de género que cobija el código y en su aplicación mencionando que se deben tener en cuenta todos los



ámbitos en donde se desenvuelven los niños, las niñas y los adolescentes, para alcanzar la equidad.

Además menciona que en su artículo 15 las responsabilidades resaltando que es obligación de la familia, la sociedad y el estado formar a los niños niñas y adolescentes en el ejercicio responsable de su derecho. (Ley de infancia y adolescencia, 2006, p.4).

En el capítulo II derechos y libertades se refiere a que todos los niños, niñas y adolescentes deben tener derecho a la calidad de vida, a un ambiente sano en condición de dignidad y goce de todos sus derechos en forma prevalente, así mismo menciona que el estado desarrollara políticas publicas orientadas hacia el fortalecimiento de la primera infancia.

Por otra parte menciona que los niños niñas y adolescentes deben tener derecho a una familia, derecho a la salud, además en su artículo 28 menciona que los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad y esta será obligatoria por parte del estado de preescolar y nueve de educación básica y será gratuita en las instituciones estatales además será sancionado quien se niegue a recibir a un niño en los establecimientos públicos de educación. (Ley de infancia y adolescencia, 2006, p.7)

En el artículo 30 se menciona que todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, al juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural y las artes.

Por otra parte se menciona en el artículo 35 que la edad mínima para admisiones al trabajo es a los quince (15) años de edad y los adolescentes entre 15 y 17 deben contar con una autorización expedida por los entes reguladores de la protección laboral y los derechos laborales. (Ley de infancia y adolescencia, 2006, p.8).

Por otra parte en el título II capítulo I hace referencia a las obligaciones de la familia la sociedad y el estado para con los niños niñas y adolescentes, citando en el artículo 39 que la familia tendrá la obligación de promover la igualdad de derechos el afecto, la solidaridad y el respeto recíproco entre todos sus integrantes y cualquier forma de violencia será considerada destructiva de su armonía y unidad y debe ser sancionada.

Por otra parte hace referencia en el artículo 42 a las obligaciones que deben cumplir las instituciones educativas, además cita en su artículo 43 que las



instituciones de educación primaria y secundaria, públicas y privadas, tendrán la obligación fundamental de garantizar a los niños, niñas y adolescentes el pleno respeto a su dignidad, vida, integridad física y moral dentro de la convivencia escolar velando por el respeto fomentando los derechos humanos,

Protegiendo eficazmente a los menores estableciendo reglamentos de carácter disuasivo, correctivo y reductivo; seguidamente se menciona en el artículo 44 las obligaciones complementarias de las instituciones educativas los directivos y docentes y comunidad educativa los cuales deberán establecer mecanismos de promoción prevención y atención en los casos en donde se vulneren los derechos de los niños, niñas y adolescentes. (Ley de infancia y adolescencia, 2006 p.11, 12, 15, 16).

Esta ley es de suma importancia para la presente investigación ya que nos brinda las pautas y orientaciones de orden legal en el actuar de la educación y la sociedad para con los niños, niñas y adolescentes, quienes son sujeto de intervención en la práctica integral docente.

1.8. Valores institucionales

Responsabilidad: Capacidad de sentirse comprometido(a) a dar una respuesta o a cumplir con calidad cada proceso asignado sin presión externa, así mismo conocer y aceptar las consecuencias de sus actos libres y conscientes.

Respeto: Se fundamenta en la capacidad de comprender, aceptar y valorar a los demás como requisito primordial para vivir pacíficamente en una sociedad. Es el valor que lleva a conocer los derechos y la dignidad del otro, es la primera condición para saber vivir y poner las bases a una autentica condición de paz.

Tolerancia: La tolerancia es una fortaleza interna que le permite a la persona afrontar dificultades y disipar malentendidos. La tolerancia desarrolla la habilidad de adaptarse a los problemas de la vida diaria. Tolerar los inconvenientes de la vida es liberarse de ellos, ser liviano, hacer livianos a los demás, y avanzar hacia delante. ¡Las montañas se transforman en montones de arena y éstos en semillas de mostaza!

Honestidad: significa que no hay contradicciones ni discrepancias entre los pensamientos, palabras o acciones. Ser honesto con el verdadero ser y con el propósito de una tarea gana la confianza de los demás e inspira fe en ellos.





Puntualidad: La puntualidad en la Institución educativa, es una actitud que se adquiere desde los primeros años de vida mediante la formación de hábitos en la familia, donde las normas y costumbres establecen horarios para cada una de nuestras actividades.

También es un reflejo de respeto al tiempo de los demás, ya que en la escuela y en la vida social, la puntualidad es un signo de buena educación.

Autonomía: Es la capacidad del ser humano de tomar decisiones de manera responsable, asumiendo las consecuencias de sus acciones.

Justicia: Es la cualidad de proceder o juzgar respetando la verdad y de poner en práctica el derecho que asiste a toda persona a que se respeten sus derechos, que le sea reconocido lo que le corresponde o las consecuencias de su comportamiento.

La institución educativa se basa en los fundamentos sociológicos y axiológicos.

La institución basa su educación en la formación integral de niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos con los valores de: amor, justicia, responsabilidad, respeto, tolerancia, verdad, dialogo, honestidad, fortaleza y paz, los cuales se han venido fortaleciendo y vivenciando con estudiantes y padres de familia para fortalecer la sociedad brindando un ambiente de convivencia social y en su fundamento psicológico se acoge al sistema preventivo de Don Bosco, este sistema consiste en dar a conocer las prescripciones y reglamentos de una Institución Educativa, y vigilar después de manera que los alumnos tengan siempre sobre sí el ojo solícito del director o de los asistentes, los cuales, como padres amorosos, hablan, sirven de guía en toda circunstancia, dan consejos y corrigen con amabilidad; que es como decir poner a los educandos en la imposibilidad de faltar.

Este sistema descansa por entero en la razón, en la religión y en el amor; excluye, por consiguiente, todo castigo violento y procura alejar aún los suaves.

La institución educativa tiene como expectativas, sueños y aspiraciones para el joven cucuteño:

-Solidario consigo mismo y con los demás, con sentido de pertenencia, autenticidad, sencillez, alegría, que interiorice los valores intelectuales éticos y morales.

- Ser fraterno, justo, solidario, libre, democrático y comprometido con su comunidad, dando testimonio en la vivencia de valores.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Preparado, con un alto nivel académico, expresado en el dominio de los conocimientos de las diferentes saberes, mediante una actitud crítica, científica e investigativa de acuerdo a sus procesos mentales y a su contexto.
- Con capacidades para asociarse, trabajar en equipo y forjar estructuras de tipo cooperativo, que facilite la apertura de nuevas unidades de producción y desarrollo económico tipo clúster, mediante la puesta en marcha de ideas innovadoras para suplir la necesidades de su comunidad, entorno y región, en el equilibrio con el ambiente.
- Autónomo, líder en el amor, la verdad, el arte, la naturaleza y el deporte.
- Comprometido socialmente y en conciencia crítica que lo lleve a transformar la realidad con responsabilidad social.
- Promotor de los valores cívicos, ciudadanos que conlleve a una convivencia justa, pacífica, tolerante, solidaria y social, respetuosa y defensor de los derechos humanos.
- Protectora de los recursos naturales y de su medio ambiente.

La institución educativa Carlos Ramírez Paris, se encuentra conformada por educación preescolar, básica primaria, básica secundaria y media técnica, y cuenta con 5 sedes las cuales son Nuestra Señora de Mongui, escuela La Primavera, María Auxiliadora II, Escuela Don Bosco N° 88 y escuela Rafael Pombo N° 74 igualmente sus horarios son para básica secundaria 6:00 am a 12:00 Pm; para básica secundaria y preescolar de 12:15 pm a 5:30 Pm, cuenta con un cuerpo docente de 135, directivos 7 y administrativos 1, además atiende una población promedio de 4.300 estudiando.

Los objetivos del proyecto educativo institucional son los siguientes:

Fortalecer y consolidar la institución educativa mediante la integración de los diferentes grados, niveles, ciclos y establecimientos educativos para la conformación de una nueva institución escolar.

- Hacer propios los objetivos comunes definidos en la Ley General de educación (artículo13) encaminados a lograr el desarrollo integral de los alumnos para que ellos influyan de manera consciente y positiva en los destinos del País.
- Ofrecer a los educandos un currículo común entendido como el conjunto de procesos saberes, competencias y valores básicos y fundamentales para el desarrollo integral por medio del cual adquieren una formación acorde con las exigencias actuales y futuras.





- Fortalecer la capacidad de la institución educativa para adelantar procesos formativos que promuevan valores y desarrollen competencias individuales y de grupo para ejercer la democracia, interactuar con base en el respeto a los Derechos humanos de los demás, manejar de manera adecuada los conflictos, y participar en alternativas de solución a los problemas que afectan a la comunidad educativa.
- Fomentar el afianzamiento de una cultura institucional con rutina y procedimientos, que transformen las relaciones pedagógicas, la participación en la gestión escolar y las relaciones con la comunidad, en oportunidades para aprender a convivir de manera constructiva y pacífica.
- Contribuir a la construcción de una sociedad equitativa, justa y en paz.
- Promover bachilleres técnicos con especialización en: Procesos Contables, Administración de redes, Producción gráfica y Administración en Procesos de diseño de modas, sistemas, diseño e integración de multimedia, Patronaje de prendas de vestir, contabilización de operaciones comerciales y financieras.

Objetivos Específicos

- Trabajar por hacer coincidir los procesos educativos escolares con las necesidades del desarrollo de la comunidad en general en miras al mejoramiento y calidad de vida.
- Desarrollar programas de capacitación, actualización y mejoramiento académico de los docentes a través de jornadas de reflexión y formación pedagógicas.
- Mejorar el desarrollo de las labores escolares en los aspectos académicos buscando los más altos niveles de excelencia.
- Transformar sustancialmente las relaciones interpersonales creando un ambiente de participación y democracia.
- Crear una dinámica de administración y gestión escolar a partir de la práctica democrática y concertación colectiva.
- Propiciar acciones encaminadas a la consecución de recursos y la optimización de los existentes para favorecer el buen funcionamiento de la institución.
- Consolidar y desarrollar la modalidad técnica preparando para el trabajo y la generación de proyectos empresariales.



- Proyectar la institución hacia el trabajo con la comunidad y establecer convenios interinstitucionales que puedan potenciar las posibilidades educativas y de servicio de la institución.
- Sensibilizar la comunidad Educativa para asumir los retos y cambios que impone la nueva legislación Educativa.
- Diseñar mecanismos básicos para la construcción del PEI así como la supervisión control y evaluación de todas las actividades con la finalidad de asegurar la calidad de la Educación con la participación de todos los estamentos de la comunidad Educativa.
- Construir la calidad de la educación desde la investigación, la elaboración de un currículo pertinente al contexto sociocultural, la apertura de ambientes de aprendizaje comunitario el uso creativo y pedagógico de los medios y la autonomía de los sujetos estableciendo sistemas de retroalimentación permanente.
- Apropiar métodos y estrategias dirigidos al mejoramiento de la cobertura y la calidad de la Educación.
- Los objetivos que se pretenden alcanzar en el P.E.I. establecen los logros esperados en cuanto a los procesos de aprendizaje, de convivencia, de gestión y administración, de desarrollo institucional y de impacto social.

Fundamentación teórica

Como fundamentación teórica la institución se basa en una estrategia basada en la persona, dándole prioridad al conocimiento para toda la vida (autoaprendizaje), sobre el conocimiento acabado y pasajero.

Este conocimiento vital permite las relaciones entre la educación y el trabajo, en una doble perspectiva: considerar el trabajo como medio de educación y considerarlo como una finalidad en tanto la educación desarrolla capacidades, procesos y competencias para el trabajo y el desarrollo humano, donde los contenidos juegan un papel importante como ese medio para desarrollar dichos procesos, capacidades y competencias.

La institución se basa teóricamente en el Sistema Preventivo como Pedagogía el cual se encuentra caracterizado por:

La voluntad de estar entre los jóvenes compartiendo su vida, mirando con simpatía su mundo, atentos a sus verdaderas exigencias y valores.



La acogida incondicionada, que se convierte en fuerza promocional y capacidad incansable de diálogo.

El criterio preventivo, que crece en la fuerza del bien que hay en todo joven, aún en el más necesitado, y trata de desarrollarla mediante experiencias positivas de bien.

La centralidad de la razón, que hace razonables las exigencias y las normas; que es flexibilidad y persuasión en las propuestas; de la religión, entendida como desarrollo del sentido de Dios innato en cada persona y esfuerzo de evangelización cristiana; del amor, que se expresa como un amor educativo que hace crecer y crea correspondencia.

Un ambiente positivo tejido de relaciones personales, vivificado por la presencia amorosa y solidaria, animadora y promotora de actividades de los educadores y del protagonismo de los mismos jóvenes.

Con un estilo de animación, que cree en los recursos positivos del joven.

Además se basan en la Teoría constructivista del aprendizaje de Piaget, la teoría de gran del pensamiento y del aprendizaje, identificada como la teoría socio – histórica cultural de Lev Vygotsky.

El diseño curricular de la institución se orienta desde:

- La Formación Integral
- La Adopción del currículo institucional
- desarrollo de una política investigativa

Es el Compromiso institucional con el desarrollo de la comunidad del sector de Antonia Santos.

Por otra parte basan su modelo educativo en competencias básicas, competencias ciudadanas, competencias disciplinares, competencias laborales; además cuenta con potencialidades como las habilidades basándose en las habilidades sociales, habilidades productivas y habilidades cognitivas con las cuales se pretende formar niños niñas y jóvenes que aporten al desarrollo de la región.

El perfil del estudiante del Instituto Carlos Ramírez Paris es el siguiente:

Un educando que:

- Adquiera una formación general que le permita acceder de manera crítica y creativa al conocimiento científico, tecnológico, artístico y humano.



- Adquiera una formación general que le permita desarrollarse con la vida social y con su ambiente y se le prepare para acceder a niveles superiores del proceso educativo y para su vinculación al trabajo y a la sociedad.
- Desarrolle las habilidades comunicativas que le permitan leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse con espontaneidad y eficiencia.
- Procese la información recibida en su formación con la realidad manejando técnicas e instrumentos que le permitan ampliar y profundizar en el razonamiento lógico y analítico que le faciliten la interpretación y solución de problemas de la ciencia, la tecnología y de la vida cotidiana.
- Se le facilite reconocer y comprender la realidad nacional para que defienda valores propios de la nacionalidad colombiana y la practique en beneficio de todos como la solidaridad, la tolerancia, la democracia, la justicia, la convivencia social, la cooperación y la ayuda mutua.
- Se motive, se interese y desarrolle actitudes hacia la práctica investigativa.
- Reciba una sólida formación social, ética, moral y demás valores del desarrollo humano que le permita observar un comportamiento adecuado a las necesidades de su entorno natural y social como ciudadano modelo y solidario.

1.9 Inventario Infraestructura



Entrada principal



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Rectoría



Patio



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
www.unipamplona.edu.co



Pasillo primer piso



Capilla



Escenario Deportivo



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Salón deportes



Aula TICS



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
www.unipamplona.edu.co



1.10 Inventario de Salón de deportes

NOMBRE DEL ARTÍCULO	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
Conos	Conos de entrenamiento deportivo enpolietileno 9 Pulgadas. rígidos	7 3
Balones devoleib	Balón marca molten de tamaño	1 6
Aros planos	Aros de todos los colores,planos tamaño 50 cms	5
Aros en pvc	Aros en pvc de colores tamaño 50 cms	4 8
Estacas de entrenamiento deportivo	Estacas de color verdetamaño 1 mts	1 0
Colchonetas de gimnasio	Colchonetas de gimnasio color rojo de tamaño1 x 0.42 x 0.035 MTS	1 0
Platillos deportivo rombo	Platos deportivos señalizadores marca Miyagi en forma de rombo	1 2



Platillos deportivos	Platillos de entrenamiento deportivo marca Miyagi 5 cm	1 3
Pelotas de ping pong	Pelotas de ping pong de 40 mm	2 7
Balones de futbol	Balones de marca Comfanorte y Golty	2 9
Balones de básquet	Balones de básquet de N° 7 marca Molten	1 0
Bomba de inflar balones	Bomba de inflar balones marca Pretul de 14.5 psi.	2



CAPÍTULO II

PROPUESTA PEDAGÓGICA

2.1 Título

PROMOVER LA ACTIVIDAD FÍSICA POR MEDIO DE UN PROGRAMA PARA PREVENIR EL SEDENTARISMO DE ESTUDIANTES DE LOS GRADOS NOVENO, DÉCIMO Y ONCE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA CARLOS RAMÍREZ PARIS

2.2 Objetivos

2.2.1 Objetivo General

Incentivar la realización de actividad física para evitar el sedentarismo en los estudiantes de los grados noveno, decimo y once de la Institución educativa Carlos Ramírez parís

2.2.2 Objetivo específico.

- Conocer aspectos elementales de la actividad física y consecuencias del sedentarismo.
- Realizar encuentros deportivos que inciten a tener más práctica de actividad física
- Promover la actividad física dentro y fuera de la institución.

2.3 Descripción del problema

La actividad física en la actualidad ha previsto una importante función en diversos ámbitos de la vida humana. Por un lado, atendiendo la particularidad del estado físico, por otra parte en lo referente a la capacidad social y en el desarrollo emocional-afectivo de los individuos. En edades escolares, la actividad física no solo está relacionada con una clase de educación física, sino además se configuran diversos elementos que forman parte esencial de la experiencia formativa, en la que los saberes consolidan la práctica para la promoción de salud para alcanzar la calidad de vida (Serrano, 2015).



En efecto, la salud representa para el ser humano la esencia de la vida (Párraga, 2016), la búsqueda de conservarla permite que los individuos emprendan actividades físicas y algunas prácticas que para estabilizar la condición física, la cual está vinculada con la aplicación de prácticas comunes para mantener en equilibrio o desproporcionar (dependiendo de la adecuación de las mismas) la salud.

Larga es la lista de factores que han provocado esta ausencia de ejercicio físico (ej. transportes, pandemia, incremento del tiempo libre, etc.). Se hace necesario, pese a las tendencias hacia el sedentarismo y la vida cómoda, que no se obvie el necesario papel que la actividad física tiene en nuestro desarrollo y mantenimiento físico-biológico (European Commission, 2004).

Todo tipo de actividad física ya sea el juego informal, la educación física, los deportes, etc., contribuyen al enriquecimiento motor de los jóvenes practicantes. Así mismo con todas las normas de bioseguridad el regreso a clases y el ingreso a escenarios deportivos y la realización de actividad física en cualquier lugar, es de gran vitalidad dar a entender los grandes beneficios de tener una vida saludable por medio de la actividad física.

Para los jóvenes el desarrollo de las actividades físicas también podría contribuir de manera efectiva en su capacidad para relacionarse con demás, socializar de forma adecuada, adquirir emociones significativas que le faciliten su convivencia. En efecto, la actividad física también influye en la emotividad del individuo, además de servir de herramienta preventiva para que los adolescentes asuman otro tipo de conductas inapropiadas y hábitos nocivos que puedan atentar contra la salud.

Las condiciones de la pandemia, trajeron consigo una serie de manifestaciones que involucran el sedentarismo, los jóvenes durante casi dos años, no lograron mantener una apropiación de los escenarios deportivos, lo cual trajo consigo que muchos de ellos, aumentaran de peso, sientan apatía para realizar ejercitaciones y no logren tener motivación para realizar actividades físicas dentro o fuera de la institución educativa.

Así mismo, en este particular se atendió las causas de la inactividad física, entre las cuales destaca el uso prolongado de la tecnología, esto supone que cada vez son más los padres que prefieren otorgar a los hijos celulares o tablets, lo que conlleva a que cada vez sea menor el interés de acrecentar el deporte y la actividad física en los estudiantes. Aunado a ello, ha existido una proliferación de creencias negativas sobre el deporte, los estudiantes pueden considerarlo como un peligro físico o también como una pérdida de tiempo debido al desconocimiento



sobre su valor real. Por otra parte, los padres no se vinculan en actividades deportivas, lo que agudiza la pereza y desinterés de los hijos.

2.4 Justificación

El desarrollo reiterativo de actividad física debe ser reconocido como un estilo de vida saludable que aporta innumerables oportunidades a los adolescentes. Para Serrano (2015) al momento de aplicar de manera reiterada actividades físicas permite que los individuos asuman mejores condiciones para el desarrollo de disciplinas deportivas. Esto implica, para los niños la aplicación de la actividad física como un estilo de vida, lo cual abre la oportunidad para construir la conciencia de la necesidad de fortalecer su cuerpo y guiarlo por la dinámica de fortalecimiento de las capacidades físicas (Pérez, 2014).

De forma específica en la infancia y en la adolescencia, la práctica de actividad física de calidad estimula el desarrollo físico, cognitivo y social de los jóvenes y crea hábitos de práctica física saludables (Duda y Ntounamis, 2003; y Van Beurden, Barnett, Zask, Dietrich, Brooks y Beard, 2003). En el marco de la práctica profesional, para abordar la problemática de todas las destrezas que perdieron los estudiantes al estar tanto tiempo en sus casas, sin hacer actividad física o practicar algún deporte de forma continua género en ellos unas rutinas de alto grado de sedentarismo al estar la mayoría del tiempo en sus casas, y con los elementos tecnológicos dejado a un lado la importancia de la actividad física por cumplir con sus responsabilidades y las normativas del país sin salir de sus casas.

En efecto, la actividad física como medida para prevenir el sedentarismo en la población estudiantil, contribuye en la generación de mejores oportunidades para favorecer su condición física, su resistencia y el desarrollo de habilidades motrices que permiten a los adolescentes tener un mayor dominio de su cuerpo. Desde esta perspectiva, la condición física debe ser valorada conforme a la actividad desarrolla, por lo cual es imprescindible valorar algunos test que propician el reconocimiento de las actividades físicas para alcanzar capacidades y resistencia en los estudiantes, a fin de que desde la Educación Física se alcance mejores oportunidades para conocer potencialidades de los estudiantes.



2.5 Población

Grupos	Género		Total
	F	M	
9 01	16	19	35
9 02	18	17	35
9 03	15	18	33
9 04	15	20	35
10 01	21	22	43
10 02	26	20	46
10 03	22	21	43
10 04	21	24	45
11 01	17	16	33
11 02	15	16	31
11 03	14	15	29
11 04	17	13	30

2.6 Marco teórico

2.6.1. Actividad física

A fin de definir las actividades físicas en la edad escolar, es necesario partir de la concepción del ejercicio físico, Ortiz (2017) determina que fomenta la adecuada formación de la actitud física de los estudiantes, además que el desenvolvimiento muscular se optimiza. De igual manera, refiere que la actividad física en los contextos escolares para que logre ser identificada como un elemento factible que procura establecerse como un hábito y estilo de vida, necesita de una planificación constante. La afirmación anterior, permite concebir la importancia de la implementación de actividades físicas planificadas para retrasar la aparición de enfermedades cardiovasculares y mejorar el bienestar además la calidad de vida (UNICEF, 2019).

La promoción de acciones físicas que involucren la recreación y el ocio, son oportunidades vitales para mejorar en los estudiantes de básica la percepción sobre la práctica de la actividad física (Caballero, 2019; Sallis, 2020). Pero en la





actualidad ha existido una negativa por realizar actividades físicas en los contextos escolares, así como de participar asiduamente en las mismas, cada día la influencia de la tecnología ha disminuido el interés por desarrollar un cuerpo y mente sana en los estudiantes de básica (Pérez, 2021). Por otra parte, consideran que es una dimensión integral y transversal en la vida del ser humano. Por lo cual la actividad física representa en los contextos escolares, así como para los estudiantes la consolidación de lo físico, intelectual y emocional para propiciar acciones en las cuales se establece un desgaste de energía.

En concordancia con lo anterior, Manzano y García (2020) logran ofrecer una definición más amplia, adjudicándola a cualquier movimiento corporal voluntario repetitivo que involucra a los grandes grupos musculares y que aumenta el gasto energético por encima de los niveles de reposo. Esta definición permite concebir la actividad física de manera genérica, encierra las acciones caracterizadas por la exposición del cuerpo al movimiento (Niembro y Sosa, 2013). Pero al analizar el fondo de la actividad física, permite apreciar que ésta requiere básicamente de la Educación Física para consolidar los aportes funcionales al bienestar de los estudiantes de básica primaria.

En correspondencia con lo que hasta el momento se ha presentado, se plantea la actividad física como una meta para adjudicar al individuo la conciencia de la necesidad de aplicar el deporte, así como el desgaste físico para mejorar la capacidad del cuerpo (Asociación Española de Pediatría, 2019). En este sentido, la actividad física establecida en los contextos educativos, permite que los estudiantes de básica primaria adquieran mayores capacidades de respuesta, la adaptación de los cuerpos a generar ejercitaciones prolongadas que mejoren su capacidad física (Pareja, 2018).

En efecto, las recomendaciones relacionadas con la actividad física a los estudiantes de primaria, se han establecido mediante estándares partiendo de grupos etarios en los cuales se evidencia que su mayor incidencia está determinada en la infancia, quienes diariamente deben realizar 180 minutos de ejercitación, en el caso de los adolescentes y jóvenes se recomienda mantener una actividad física prolongada de 60 minutos diarios, ahora bien, en adultos se recomiendan 150 minutos semanales (Barbosa, 2018; Carrillo, 2020).

En relación con esto, la implementación de estas recomendaciones puede no estar ajustada a la realidad general de aplicabilidad en los contextos escolares, considerando que la práctica se desarrolla una sola vez a la semana o escasamente dos veces (Serrano 2015). Por otra parte, se presentan como causales de la carencia de actividad física en los contextos escolares, el uso prolongado de herramientas tecnológicas (Pérez, 2021). Trayendo como



consecuencias: el sedentarismo, la obesidad y otras deficiencias físicas (Gómez y otros (2019).

De igual manera, lo referente a la actividad física permite asumir que son menos consecuentes las instituciones educativas en la generación de oportunidades para contribuir en la formación de hábitos que generen la ejercitación, la práctica de algún deporte, el entrenamiento físico, entre otros (Monsalve, 2013; Silva, 2018; Agudelo, 2018). Entre otras alternativas que suelen hacerse presentes en los contextos de educación básica son estrategias pedagógicas que incorporan el movimiento y el juego como complemento de la actividad física, por ejemplo juegos recreativos, gymkanas, juegos cooperativos (Olivero y otros, 2012; Palomares y otros, 2014), sin embargo, Silva (2018) refiere que aunque puedan existir iniciativas, el interés por mantener mayor dominio cognitivo dentro de los contextos escolares, trae consigo que se pierda el interés por las actividades físicas.

Bajo un enfoque general la actividad física, según varios autores se concibe como un instrumento que le permite al individuo, realizar de manera regular y sistemática actividades de carácter físico, cuya práctica puede ser sumamente beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, así como un medio para forjar el carácter, la disciplina, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana (Serrano, 2015; Ortiz, 2017).

2.6.2. Psicomotricidad

La psicomotricidad es un factor determinante a tener en cuenta de cara a la consecución de un adecuado desarrollo integral en adolescente. Tener bien desarrollada la psicomotricidad no significa saber dónde está la mano derecha o izquierda, sino que significa poseer toda una mecánica de coordinación psicomotriz. La preferencia de la utilización de un lado u otro del cuerpo está estrechamente relacionada con la lateralización cortical y la maduración del sistema nervioso.

No obstante se ha de recordar que tanto las capacidades físicas básicas fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, como las cualidades motrices coordinación y equilibrio, se asientan sobre las capacidades perceptivo - motrices. Estas capacidades determinan el conocimiento y dominio del propio cuerpo, su esquema corporal, tonicidad, relajación, actitud y postura, respiración y lateralidad, y del entorno inmediato como el espacio y tiempo, por lo que son determinantes para la consecución de toda habilidad motriz.



Así pues, la inquietud surge de la necesidad de conseguir que a través de la recreación y la educación física adquiriera una idea global y articulada del marco teórico de la psicomotricidad que le permita supervisar el desarrollo de la misma en los niños a su cargo, detectando posibles trastornos del proceso de lateralización y dotándole de unas pautas de actuación para el condicionamiento positivo de este proceso. Es necesario tener en cuenta, que los adolescentes construyendo destrezas psicomotoras pueden aprender a negociar, acordar, respetar y modificar las reglas que posibilitan la igualdad de oportunidades para todos.

El desarrollo de habilidades motrices es fundamental por lo trascendente que resulta enaltecer la significatividad de la estimulación motriz considerando que en edades tempranas no se desarrollaron actividades que implican la enseñanza de una correcta ejecución de estas destrezas motrices (Posso, Otáñez y otros, 2021). En este sentido, dentro de las clases de Educación Física es fundamental asumir un ambiente motivacional que permita trascender dentro de la inserción actividades físicas y lúdicas que propicien el desarrollo de las habilidades motrices (Roa, Hernández y Valero, 2019). En consecuencia, mediante la Educación Física pueden establecerse estrategias que faciliten la integración de los estudiantes para el uso de elementos didácticos con los cuales se incentive el desarrollo de las habilidades motrices donde los estudiantes, habitúan y descubren sus potencialidades motrices en la cotidianidad, ésta es la razón, para impregnar en ellos todo el conocimiento teórico y práctico respecto de las habilidades motrices.

2.6.3. Capacidad Física

Las capacidades físicas del ser humano son el conjunto de elementos que componen la condición física y que intervienen en mayor o en menor grado, a la hora de poner en práctica nuestras habilidades motrices. Es decir, son las condiciones internas que cada organismo posee para realizar actividades físicas, y que pueden mejorarse por medio del entrenamiento y la preparación.

A pesar de que las capacidades físicas de un organismo provienen de su genética, mucho de su ejecución tendrá que ver con la práctica y con el estado físico, que es la condición general de preparación para el ejercicio físico que un organismo determinado posee. Así, una persona con tendencia genética a una baja resistencia podría entrenarse y sobreponerse a las limitantes con que ha nacido, ya que su organismo responde a la práctica.

Gundlack (1968) clasifica las capacidades físicas en:



- Capacidades condicionales: que vienen determinadas por los procesos energéticos y metabólicos de rendimiento de la musculatura voluntaria: fuerza, velocidad, resistencia.
- Capacidades intermedias: flexibilidad, reacción motriz simple.
- Capacidades coordinativas, que vienen determinadas por los procesos de dirección del sistema nervioso central: equilibrio, agilidad, coordinación, etc.

En la actualidad la mayoría de los autores coinciden en denominar capacidades físicas básicas a la resistencia, fuerza, velocidad y la flexibilidad, no incluyendo en esta clasificación a la coordinación debido a que entraría a formar parte de las capacidades psicomotoras o coordinativas.

Hay que tener en cuenta que debe verse al hombre/mujer como un todo y por ello cualquier acto motor que realice es el resultado de la participación conjunta de todas las capacidades que posee el individuo.

Distintas circunstancias se dan en los fenómenos fisiológicos que respaldan estas capacidades. Mientras que la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad recaen fundamentalmente sobre la acción muscular, metabólica y cardiovascular; la coordinación lo hace sobre proceso de control motor (sistema nervioso), lo que quiere decir que no estén perfectamente interrelaciones y sean inseparables.



CAPÍTULO III
DISEÑO DIDÁCTICO

3.1. Diseño de cronograma

N°	Actividades	MESES				
		Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
1	Identificación institucional					
2	Dialogo inicial					
3	Aplicación de test de flexibilidad					
4	Aplicación de resistencia navette					
5	Aplicación de coordinación agilidad-Illionois					
6	Aplicación de fuerza abdominal					
7	Actividades planificadas					
8	Diseño de cartilla					
9	Actividades					





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



	intra-institucionales					
9	Análisis estadísticos					
10	Redacción del informe					





3.2. Planeadores

AREA: EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
GRADO: NOVENO
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PERIODO: PRIMERO

Parte		Contenidos	Descripción
Inicial	Introdutoria	Presentación	Se otorga la información de los contenidos a realizar
	Preparatoria	Calentamiento general básico	Se implementara distintos ejercicios de poco esfuerzo para la activación del cuerpo
Central	Ejercicio Previo	Circuito de resistencia	Se implementará un circuito continuo compuesto por varios ejercicios, los cuales ayudaran al mejoramiento de desarrollo de la resistencia del cuerpo
	Ejercicio Auxiliares	Carrea con carga (caballito)	Este ejercicio consiste en llevar a un compañero en la espalda de forma de carga y llevarlo hasta el otro extremo de la cancha
		Espalda con espalda	En este ejercicio los estudiantes deberán apoyarse espalda a espalda y ejercer fuerza hacia el otro con el fin de desplazarlo la mayor distancia posible
Final		Estiramientos y recuperación	Se realizara una sesión de estiramientos para la recuperación del cuerpo, tras el desgaste ejercicio en las actividades



AREA: EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
GRADO: DECIMO
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PERIODO: PRIMERO

Parte		Contenidos	Descripción
Inicial	Introdutoria	Presentación	Se otorga la información de los contenidos a realizar
	Preparatoria	Calentamiento general básico	Se implementara distintos ejercicios de poco esfuerzo para la activación del cuerpo
Central	Ejercicio Previo	Dinámica de integración	Se implementará la dinámica relevo de Locos
	Ejercicio Auxiliares	Test de flexibilidad	Aplicación del test de flexibilidad
		Test de resistencia	Aplicación del test de resistencia
Final		Estiramientos y recuperación	Se realizara una sesión de estiramientos para la recuperación del cuerpo, tras el desgaste ejercicio en las actividades



AREA:	EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
GRADO:	11
ASIGNATURA:	EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PERIODO:	PRIMERO

Parte		Contenidos	Descripción
Inicial	Introdutoria	Presentación	Se otorga la información de los contenidos a realizar
	Preparatoria	Calentamiento general básico	Se implementara distintos ejercicios de poco esfuerzo para la activación del cuerpo
Central	Ejercicio Previo	Dinámica de integración	Se implementará la dinámica relevo de Locos
	Ejercicio Auxiliares	Test de Coordinación agilidad Illionois	Aplicación del test de Coordinación agilidad Illionois
		Test de fuerza abdominal	Aplicación del test de fuerza abdominal
Final		Estiramientos y recuperación	Se realizara una sesión de estiramientos para la recuperación del cuerpo, tras el desgaste ejercicio en las actividades



AREA:	EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
GRADO:	11
ASIGNATURA:	EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
PERIODO:	SEGUNDO

Parte		Contenidos	Descripción
Inicial	Introdutoria	Presentación	Se otorga la información de los contenidos a realizar
	Preparatoria	Calentamiento general básico	Se implementara distintos ejercicios de poco esfuerzo para la activación del cuerpo
Central	Ejercicio Previo	Dinámica de integración	Se implementará la dinámica grupal
	Ejercicio Auxiliares	Introducción al Futbol	Explicación mediante disertación sobre conceptos básicos del futbol y la actividad física
		Actividad lúdica	Se conforman dos equipos con la misma cantidad de participantes, cada equipo se ubicará en un punto de partida. Al otro extremo de la pista se encontrará un bloque con varios platillos con unas imágenes debajo de ellos, y frente a éste dos estacas en forma de (X) y un Aro (O). Los primeros de cada hilera salen en velocidad en busca de las imágenes allí encontrara un compañero del equipo contrario el cual estará defendiendo esas



			<p>imágenes si el chico lograr entrar al espacio delimitado podrá tomar la imagen para luego ubicarla en la (X) o la (O) si la imagen es buena o es mala según el concepto que tengan ellos. Mientras el compañero del equipo está buscando la imagen, los demás se quedarán realizando un rompecabezas. El equipo que complete los rompecabezas y a su vez deposite más rápido las imágenes en las estacas ganará</p>
<p>Final</p>		<p>Estiramientos y recuperación</p>	<p>Se realizara una sesión de estiramientos para la recuperación del cuerpo, tras el desgaste ejercicio en las actividades</p>



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3.3. Cartilla

CARTILLA DE ACTIVIDAD FÍSICA

DICKSON DANILO OVALLOS SUESCUN



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



“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
www.unipamplona.edu.co

SC CER96940

INTRODUCCIÓN

La realización espontánea de actividades físicas genera grandes beneficios para el ser humano, pero a su vez si se planifican algunas actividades de tipo lúdica que faciliten la integración y el desenvolvimiento de los grupos, es necesario apuntar a las mismas. Por esta razón, se elabora a continuación una cartilla de dinámicas, en las cuales se presentan una serie de actividades o dinámicas, bajo las cuales los estudiantes y docentes pueden desarrollarse plenamente y hacer de las actividades cotidianas espacios para la interacción y la comunicación.

En consecuencia, es importante hacer mención de que dentro de los ambientes de aprendizaje el juego debe ser un recurso fundamental, y de él depende la motivación que los niños y niñas mantengan para continuar su proceso formativo y su desarrollo integral de manera efectiva.



ACTIVIDAD FÍSICA

Para la Organización Mundial de la Salud (1999) "Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía". Desde esta perspectiva, la actividad física se reconoce como movimientos corporales con los cuales se promueven gastos de energía. Así mismo, se puede asociar a la noción de capacidad ejercida por el hombre que involucra el cuerpo en movimientos específicos (Méndez, 2013; p.45). Por tanto, la actividad física encierra para el ser humano la posibilidad de ejercitarse y mantener activo el cuerpo.



Por otra parte, la actividad física está referida básicamente como lo establece Pérez (2014) a la "Capacidad para ejercer acción corporal, en la cual se haga dinámica la movilidad" (p.34). Esta definición permite comprender que el movimiento asume lugar predominante en la actividad física, considerando que a través del mismo es que logra realizar la acción que conlleva básicamente al gasto de energía.





PLAN N° 1

DINÁMICA «RELEVOS LOCOS»

- ▶ Se forman equipos de igual número de jugadores.
- ▶ Se marca la línea de salida y a unos 6 metros se coloca en el suelo un recipiente por grupo.
- ▶ A la señal el primer jugador de cada equipo sujeta una lata de refresco entre las rodillas hasta llegar donde esta el recipiente, con las manos metería dentro, luego el segundo jugador realiza el mismo recorrido pero con la lata sobre la cabeza, seguidamente el tercero rodando el recipiente con sus pies, el cuarto jugador llevara la lata en la palma de la mano y así sucesivamente.
- ▶ Al jugador que se le caiga la lata deberá volver al punto de partida.
- ▶ Gana el equipo que completa antes el recorrido.

Materiales:

Latas, tobos o envases plásticas.

Lugar:

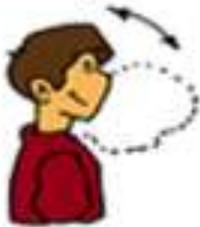
Cancha de deporte.

Duración: 10 minutos.



EJERCICIOS DE MOVILIDAD ARTICULAR

Repetirán cada ejercicio diez veces.



Ejecución de movimiento de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello

Movimientos de cabeza realizando circunducciones al cuello.



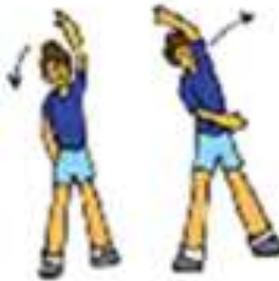
Ejecución de movimientos de hombros hacia adelante y hacia atrás.

Desarrollo de movimiento de circunducciones de brazos en extensión hacia adelante y hacia atrás.



Flexión y extensión de codos

Movimiento rotatorio de tronco hacia un lado y hacia el otro.



Inclinación de laterales del tronco pasando una mano sobre la cabeza y la otra sobre el abdomen.

Giro de rodillas son las manos sobre ellas y con piernas poco flexionadas.



Rotaciones internas y rotaciones externas para cada tobillo con apoyo en la punta del pie.



1. Flexión y extensión de brazos



2. Flexión y extensión de rodillas



6. Abdominales



Como cierre del plan N°1 realizarán un circuito en tiempo fijo donde cada estudiante realizara repeticiones en un tiempo determinado.

5. Salto Continuo llevar la rodilla al pecho



3. Abdominales



4. Dorsales



PLAN N° 2

Dinámica: «Blancos y negros».

- ▶ - Las parejas se colocan sentadas dándose la espalda en el medio de la pista.
- ▶ - Los que están orientados en una dirección son los negros y los otros son los blancos.
- ▶ - Según indique en voz alta el profesor, unos saldrán persiguiendo a tocar la espalda de los otros (¡Blancos!... los blancos escapan).
- ▶ - Cada alumno irá sólo por su pareja, que se salvará al llegar al final de la pista o a un límite señalado de antemano.
- ▶ - Gana el que consiga tocar 3 veces a su pareja.

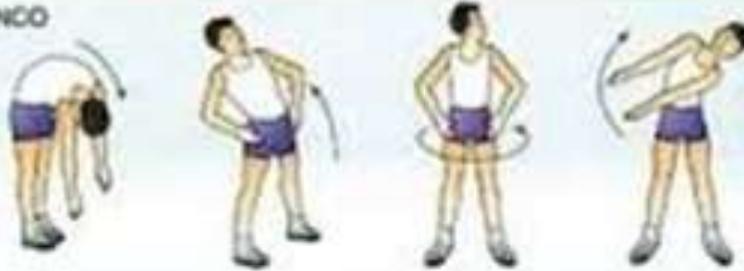


EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO

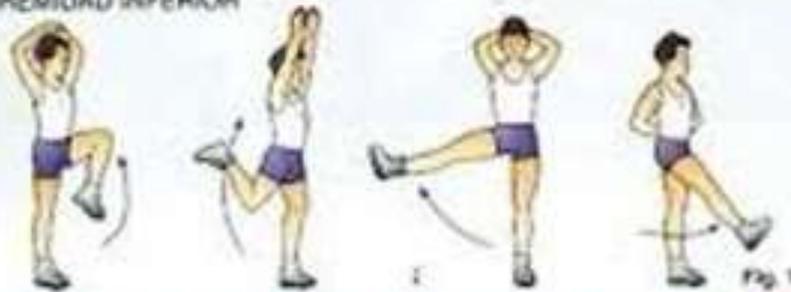
CUELLO



TRONCO



EXTREMIDAD INFERIOR





Avanzar a grandes zancadas flexionando las rodillas.

Giros de cintura sin avanzar.

Como cierre del plan N°2 realizarán un circuito donde cada estudiante realizara 10 repeticiones en cada estación.



Abdominales



Flexiones de ambas rodillas

Llevar las piernas de atrás hacia adelante.





LA TEMPESTAD

INFORMACIONES

DURACIÓN: 20 minutos

MATERIAL: Sillas, colocadas en círculo, tantas cuantos jugadores participen; no debe sobrar ninguna

PARTICIPANTES: Todos los que deseen

ASPECTO A DESARROLLAR: Lateralidad.

INDICACIONES

Todos los participantes, deben formar un círculo con sus respectivas sillas.

Quien dirija el juego se coloca en la mitad y dice: "Un barco en medio del mar, viaja a rumbo desconocido. Cuando yo diga: Ola a la derecha, todos los jugadores deben cambiar un puesto hacia la derecha, girando en círculo, siempre hacia la derecha.

Cuando yo diga: Ola a la izquierda, todos los jugadores cambian un puesto hacia la izquierda".

Se dan varias órdenes, intercambiando a la derecha y a la izquierda. Cuando se calcula que los participantes están distraídos, el dirigente dice: "Tempestad". Todos los jugadores deben cambiar de puestos, mezclándose en diferentes direcciones. A la segunda o tercera orden, el dirigente ocupa un puesto aprovechando la confusión, quedando un jugador sin puesto; éste continúa dirigiendo el juego, diciendo: "Ola a la derecha", "Ola a la izquierda", "Tempestad".





LAS FRUTAS ESTAN EN LA CANASTA

INFORMACIONES

DURACIÓN: 20 minutos

MATERIAL: Sillas para cada participante

PARTICIPANTES: a partir de 5 los que deseen

ASPECTO A DESARROLLAR: memoria

INDICACIONES

Los participantes deben colocarse en un círculo con sus respectivas sillas. El asesor del grupo se dirige a alguno de los participantes diciéndole:

"Limón, limón, limón (a cada jugador se le ha dado el nombre de tres frutas, o tres veces el nombre de una fruta)", el aludido debe decir el nombre de la persona que está a su derecha. Luego se dirige a otra persona: "Melocotón, manzana, pera".

Esta debe decir el nombre de la persona que está a su izquierda.

La orden debe decirse varias veces y a diferentes participantes; cuando se calcule que están distraídos y se han nombrado a todos, se dice en alta voz: "Las frutas están en la canasta". Todos deben cambiar de lugar mezclándose en todas las direcciones, a tal punto que ninguno quede en el lugar que le correspondió al iniciar el juego.

Luego se repite el diálogo inicial dos o tres veces; cuando se da la orden: "Las frutas están en la canasta", aquel que está dirigiendo el juego ocupa una silla y continúa el juego reemplazando a la persona que quedó sin silla.





BINGO DE NOMBRE

INFORMACIONES

DURACIÓN: 30 minutos

MATERIAL: Una hoja de papel, un lápiz y una tarjetica de 0.05 x 0.05 por participante. La hoja rayada formando 25 cuadros, cinco filas de cinco, como el cartón de bingo. Un sombrero, caja o sobre grande.

PARTICIPANTES: a partir de 5 los que deseen

ASPECTO A DESARROLLAR: memoria y atención. ...

INDICACIONES

Cada jugador escribe su nombre en una tarjetica, la deposita en un sombrero, caja o sobre grande, recibe una hoja de papel y un lápiz. Cada persona debe presentarse a los demás y escribir los nombres de los participantes, uno en cada cuadro, sin repetir. Cuando todos hayan llenado sus hojas, se juega igual que el bingo, se sacan las tarjeticas una por una, y se anuncia el nombre escrito. Los jugadores marcarán las que tienen. Gana bingo el primero que marque cinco nombres en línea: horizontal, vertical, o diagonal. Al final todos se conoce e integran.





REFERENCIAS

- Álvarez, Y; Pazos, J. (2019). Importancia percibida de la motricidad en Educación Infantil en los Centros Educativos de Vigo. Universidad de Vigo. <https://www.redalyc.org/journal/298/29863344016/>
- Andújar, I; Brasó, J. (2017). La lógica interna en los juegos de niños (1560) de Peter Brueghel. Universidad de Barcelona, España. <https://www.redalyc.org/journal/710/71052766008/>
- Arboleda, R. (2010). Las expresiones motrices y la construcción de ciudadanía, Una reflexión desde las experiencias significativas. Revista de Educación Física y Ciencia. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439942654002>
- Arboleda, R. (2016). Modos de las expresiones motrices. Paisajes y didácticas. Educación Física y Deporte, ISSN-e 0120-677X, Vol. 35, N°. 2, 2016, págs. 469-476. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7003965>.
- Ayala, J; Gómez, R; Souza, S. (2015). Motricidad y enseñanza: saberes que transitan en el aula. Revista latinoamericana de Estudios Educativos. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134146842008>
- Atanes, A; Martínez, I; Ayan, C. (2020). Factibilidad de la terapia asistida con perros como estrategia para mejorar el equilibrio y la motricidad en personas con discapacidad física. Universidad de Vigo
- Cabra, C; Hincapié, S; Jiménez, D; Tobón, M. (2011). Estudio descriptivo de los efectos que ejerce el perro como mascota en el desarrollo de la motricidad gruesa de infantes sanos de cinco años de edad. Revista Lasallista de Investigación 2011, 8 (1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69522600009>
- Campo, L. (2010). Importancia del desarrollo motor en relación con los procesos evolutivos del lenguaje y la cognición en niños de 3 a 7 años de la ciudad de Barranquilla



(Colombia) Salud Uninorte 2010, 26 (1).
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81715089008>

Carrasco, A. (2016). La influencia de la música y el ejercicio físico en la preparación física y psicológica. *E-motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, ISSN-e 2341-1473, N°. 6, 2016, págs. 3-18.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5843652>

Cenizo, J; Serrano, E; Fernández, J. (2017). Recursos materiales para el desarrollo motor grueso en escolares de 6-9 años. Universidad Pablo de Olavide, España.
<https://www.redalyc.org/journal/5516/551663500005/>

Cuesta, P; Prieto, A; Gil, P. (2016). Evaluación diagnóstica en la enseñanza conjunta de habilidades sociales y motrices en Educación Infantil. Universidad del Zulia. *Opcion* Vol 32 numero 7 2016 pp. 505-525.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31048480030>

Da Silva, C; Goncalvez, L; Pazos, J. (2015). Motricidad escolar: reflexiones y acciones en una experiencia situada en la educación básica. *Estudios Pedagógicos*, Vol XLI 2015, pp 51-65. Universidad Austral de Chile.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173544961004>

Dos, L; Zubiaur, M. (2013). Desarrollo de las habilidades motoras fundamentales en función del sexo y del índice de masa corporal en escolares. *Cuadernos de Psicología del Deporte* 2013, 13 (2).
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227028057006>

Dugas, E. (2016). La evaluación de las conductas motrices en los juegos colectivos: presentación de un instrumento científico aplicado a la educación física. *Apuntes Educación Física y Deportes*.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551656962008>

Franco, A; Ayala, J. (2011). Aportes de la motricidad en la enseñanza. *Revista latinoamericana de estudios educativos* vol. 7 núm. 2 julio-diciembre, 2011, pp95-



119. Universidad de Caldas. Colombia.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134125454002>

Franco, A; Ayala, J. (2011). Motricidad en el aula: la gestualidad y la voz una inmanencia en la enseñanza. *Sophia*, núm. 8, 2012. Universidad La Gran Colombia, Quindío, Colombia. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=413740749013>

García, P; Fernández, N. (2020). La competencia de las habilidades motrices en la educación infantil. Universidad de Santiago de Compostela-.
<https://www.redalyc.org/journal/5516/551663679003/>

Gómez, R. (2012). Del movimiento a la acción motriz: elementos para la genealogía de la motricidad. *Educación Física y ciencia*, vol 14, 2012 pp. 49-60. Universidad Nacional de La Plata, Buenos Aires, Argentina.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439942656005>

González, A; González, C. (2010). Educación Física desde la corporeidad y la motricidad. *Revista hacia la promoción de la salud*, vol. 15 número 2, julio diciembre 2010, pp 173-187. Universidad de Caldas.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309126694012>

González, D. (2017). Estrategias didácticas y motivacionales en las clases de educación física desde la teoría de la autodeterminación. *E-motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, ISSN-e 2341-1473, N°. 8, 2017, págs. 44-62.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6226932>

Hernández, T. (2019). Fortalecimiento de la capacidad de resolución de problemas a través del desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes de grado quinto de básica primaria. Institución Educativa Simón Bolívar, Colombia.
<https://www.redalyc.org/journal/3439/343963314002/>

Herrero, M; Escolano, E; Anguera, T; Acero, F. (2014). Evaluación mediante observación de la motricidad en niños de educación infantil. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol 5 núm 1, 2014, pp 469-475. España. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851788053>



Lavega, P; Lagardera, F; Molina, F; Planas, A; Costes, A; Sáez U. (2016). Los juegos y deportes tradiciones en Europa: entre la tradición y la modernidad. Apunts educación física y deportes, núm. 85, julio septiembre, 2016, pp.68-81. Instituto Nacional d Educación Física de Catalunya. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551656960010>

Lepes, J; Halasi, S; Mandaric, S; Tanovic, N. (2014). Relación entre la composición corporal y habilidades motoras de niños de 7 años de edad. *International Journal of morphology/ scielo*. Serbia. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022014000400009>

López, L; Juanes, B. (2020). Fundamento de la didáctica de las habilidades motrices básicas de la enseñanza básica primaria. *Conrado/ SCIELO*. Cuba. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000200190&lang=es

López, D; Fernández, C. (2019). Clima motivacional percibido y motivación autodeterminada en Educación Física. *E-motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, ISSN-e 2341-1473, N°. 12, 2019, págs. 3-13. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7135804>

Luarte R., Cristián; Poblete V., Felipe; Flores R., Carol (2014). NIVEL DE DESARROLLO MOTOR GRUESO EN PREESCOLARES SIN INTERVENCIÓN DE PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA, CONCEPCIÓN, CHILE *Revista Ciencias de la Actividad Física*, vol. 15, núm. 1, enero-junio, 2014, pp. 7-16 Universidad Católica del Maule Talca, Chile. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=525652728001>

Luna, P; Aravena, J; Contreras, D. (2016). Efectos en el desarrollo motor de un programa de estimulación de habilidades motrices básicas en escolares de 5 año básico de colegios particulares subvencionados del Gran Concepción. *Universidad San Sebastián*. <https://www.redalyc.org/journal/5256/525664802003/>

Luperón, J. (2021). Proyecto de investigación para el desarrollo de habilidades en la dirección del proceso de integración sensorial en estudiantes de pedagogía de la



actividad física y deporte. Dilemas contemp. educ. Política valores vol.8 no.2
Toluca de Lerdo ene./abr. 2021 Epub 21-Abr-2021.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78902021000100007&lang=es

Martínez, M. Molina, M; Oriol, X. (2016). Desarrollo y validación del cuestionario de autoconfianza en competición CACD para deportes individuales. Cuadernos de Psicología del Deporte 2016, 16 (2).
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227046556002>

Martínez, V; Bernabé, M. (2019). Experiencia universitaria innovadora sobre didáctica de la motricidad infantil: De las aulas universitarias a las aulas de Educación Infantil. Universidad Nacional Costa Rica.
<https://www.redalyc.org/journal/1941/194161290015/>

Márquez, N; Manzo, E. (2016). Educar para el desarrollo del talento psicomotor. Educación Física y Ciencia 2016. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439949202006>

Molejón, A. (2011). Sobre cuerpo y... ¿Educación Física? ¿Educación Corporal? ¿Expresiones Motrices? Entrevista a Rubiela Arboleda Gómez. Educación Física y Ciencia, vol. 13, 2011, pp. 129-137 Universidad Nacional de La Plata. Buenos Aires, Argentina. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439942655009>

Morera, M. (2018). Generación tras generación, se recobran los Juegos Tradicionales. MH Salud 2008. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=237017527002>

Murcia, N; Corvetto, G. (2020). Motricidad y corporeidad como relaciones basadas en el desarrollo de lo humano. Universidad de Chile.
<https://www.redalyc.org/journal/101/10166644005/>

Ofele, M. (2014). Juego, ternura y encuentro. Fundamentos en la primera infancia. Espacios en Blanco. Revista de Educación.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=384539806006>



- Osorio, V; Pallares, M; Chiva, O. (2019). Efectos de un programa de actividad física integral sobre la motricidad gruesa de niños y niñas con diversidad funcional. Universitat Jaume I, Spain. <https://www.redalyc.org/journal/695/69563162002/>
- Pavés, G; Hernández, C; Torres, S; (2019). Test de desarrollo motor aplicados en Chile entre el período 2014-2018. Una revisión sistemática. Universidad de Los Lagos. Chile. <https://www.redalyc.org/journal/5256/525661706001/>
- Peraza, C; Morales, C; Rodríguez, M; Pedroso, M. (2020). Medio de enseñanza para el desarrollo de habilidades motrices básicas en niños de sexto año de vida. Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física/ SCIELO. Cuba. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522020000200221&lang=es
- Pollit, E; Caycho, T. (2010). Desarrollo motor como indicador del desarrollo infantil durante los primeros dos años de vida. Revista de Psicología, vol. 28, núm. 2, diciembre, 2010, pp. 381-409. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337829515007>
- Posso, R; Otañez, N; Córdor, J; Córdor, M; Lara, L. (2021). Educación Física remota: juegos motrices e inteligencia kinestesica durante la pandemia COVID-19. Rev Podium vol.16 no.2 Pinar del Río mayo.-ago. 2021 Epub 18-Ago-2021. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200564&lang=es
- Ramirez, G; Gutiérrez, M; León A. (2017). Coordinación grafoperceptiva: incidencia en el desarrollo de la motricidad fina en niños de 5 a 6 años de edad. Universidad Estatal de Milagro. Ecuador. <https://www.redalyc.org/journal/5826/582661263004/>
- Rebelo, M; Serrano, J; Duarte, P. (2019). Desenvolvimento Motor da Criança: Relação entre Habilidades Motoras Globais, Habilidades Motoras Finas e Idade. <https://www.redalyc.org/journal/2270/227064667007/>
- Roa, S; Hernández, A; Valero, A (2019). Actividades físicas para desarrollar las habilidades motrices básicas en niños del programa Educa a tu Hijo. Conrado/



<https://search.scielo.org/?lang=es&count=15&from=0&output=site&sort=&format=summary&fb=&page=1&q=HABILIDADES+MOTRICES+BASICAS>

Ruiz, L; Linaza, J. (2013). Jerome Bruner y la organización de las habilidades motrices en la infancia. Ricyde, revista internacional de ciencias del deporte. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71028251007>

Sánchez, R. (2010). Metodología de primera persona en la enseñanza de habilidades motrices. Apunts Educación Física y Deportes, Núm. 100 abril-junio. 2010, pp 32-40. Instituto Nacional de Educación Física de Catalunya. España. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551656926006>

So, Marcos; de Melo, R; Betti, M; Prodocimo, E. (2020). Jogo e lúdico no conteúdo lutas em aulas de educação física escolar. Educación Física y Ciencia, ISSN 1514-0105, Vol. 22, Nº. 2, 2020. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7849934>

Toro, S. (2012). Didáctica de la motricidad, una propuesta desarrollada en relación a la infancia. *Estudio Pedagógicos*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=173524158002>

Yumi, N; Pereira, K; Ribeiro, P; Sulyvan, S; Porcatti, I. (2016). Efectos de actividades psicomotoras no desenvolvimiento motor de pré-escolares de cinco años de edades. *ConScientiae Saúde* 2016, 15 (1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=92946649005>

Vergara, F; Contreras, P; Peña, M; Solís, R. (2013). Estimulación de las capacidades perceptivas motrices durante cuatro semanas en la mejora de las capacidades cognitivas básicas en niños. *Revista ciencias de la actividad física*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=525657741008>