



**ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL**  
*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



## **PRACTICA PROFESIONAL**

**BRHANDON JAIR RUIZ SOTO**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

**FACULTAD DE EDUCACION**

**LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA CON ENFASIS EN  
RECREACION Y DEPORTES**

**PAMPLONA**

**2021**



SC-CER96940

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



**ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL**  
*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



## **PRACTICA PROFESIONAL**

**BRHANDON JAIR RUIZ SOTO**

**SUPERVISOR: JOSE ANTONIO JEL VEZ RAMIREZ**

**ASESOR: JUAN SEBASTIAN MANTILLA CONTRERAS**

**COLEGIO PROVINCIL SAN JOSE PAMPLONA SEDE JOSE RAFAEEL FARIA**

**BERMUDEZ**

**PAMPLONA**

**2021**



## Contenido

1 CAPITULO I .....	5
1.1 INTRODUCCION .....	5
1.2 RESEÑA HISTORICA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ RAFAEL FARIA BERMUDEZ .....	5
1.3 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL .....	6
1.4 MARCO LEGAL .....	11
1.5 HORIZONTE INSTITUCIONAL .....	11
1.6 MISIÓN: .....	11
1.7 VISIÓN: .....	12
1.8 FILOSOFIA DE LA INSTITUCION .....	12
FUNDAMENTOS INSTITUCIONALES .....	15
1.9 OBJETIVOS INSTITUCIONALES .....	17
OBJETIVO GENERAL .....	17
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	17
1.10 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL .....	18
1.10.1 CRONOGRAMA .....	21
1.10.2 SIMBOLOS INSTITUCIONALES .....	24
1.10.3 GENERALIDADES DEL MANUAL DE CONVIVENCIA ESCOLAR .....	29
1.10.4 DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES .....	32
1.10.5 DERECHOS Y DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA .....	39
1.10.6 LEY DEL MENOR .....	45
1.10.7 DEL UNIFORME .....	46
1.10.8 SALON DE DEPORTES .....	47
1.10.9 INVENTARIO .....	48
1.10.10 MATRIZ DOFA .....	51
2 CAPITULO II .....	52
2.1 FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES COORDINATIVAS Y AGILIDAD MENTAL ATRAVES DE JUEGOS DIDACTICOS Y DINAMICAS DE FORMA VIRTUAL EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ RAFAEL FARIA BERMÚDEZ DE PAMPLONA. ....	52
2.2 OBJETIVO GENERAL .....	52
2.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS .....	52
2.4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA .....	53
2.5 JUSTIFICACIÓN .....	54



2.6 POBLACION.....	56
2.7 MARCO CONCEPTUAL Y TEORICO.....	57
2.8 CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES .....	57
2.9 COORDINACIÓN .....	57
2.10 EQUIIBRIO .....	58
2.10.1 AGILIDAD .....	58
2.10.2 LÚDICA.....	59
2.10.3 RECREACION.....	59
2.10.4 ACTIVIDAD FISICA.....	60
2.10.5 JUEGO.....	61
2.10.6 AGILIDAD MENTAL .....	61
2.10.7 TANGRAM.....	62
2.10.8 RAYUELA .....	62
2.10.9 MALABARISMO .....	62
3.CAPITULO III INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES.....	63
3.1. DISEÑO .....	63
3.2 EJECUCION .....	64
GUIA 1: ESQUEMA EJERCICIOS DE COORDINACION 1 de abril / 30 de abril.....	64
GUIA 2: RAYUELAS AFFRICANA Y DE HUELLAS 30 de abril / 8 de mayo.....	74
GUÍA 3: TANGRAM 8 de mayo / 15 de mayo .....	75
GUÍA 4: MALABARES 15 de mayo / 22 de mayo.....	79
GUÍA 5: FIGURAS CON PALILLOS 22 de mayo / 28 de mayo .....	80
3.3 EVALUACION.....	82
ANEXOS .....	82
4. CAPITULO IV ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES .....	89
CAPITULO V : FORMATOS DE EVALUACION .....	91
CONCLUSIONES .....	98
ANEXOS .....	99
BIBLIOGRAFIA.....	102



## 1 CAPITULO I

### 1.1 INTRODUCCION

Las prácticas profesionales es el conjunto de actividades realizadas por alguien (denominado "practicante") que se encuentra trabajando de forma temporal en algún lugar, poniendo especial énfasis en el proceso de aprendizaje y entrenamiento laboral. Los practicantes suelen ser estudiantes universitarios, aunque en algunos casos también pueden ser estudiantes de preparatoria, o bien adultos de posgrado en búsqueda de la adquisición de habilidades útiles para desarrollar una carrera profesional o técnica. Las prácticas profesionales proveen oportunidades para los estudiantes, puesto que les permiten ganar experiencia en el ámbito laboral, determinar si poseen un interés en alguna carrera en particular, crear una red de contactos, o bien ganar méritos de tipo escolar. Las prácticas también proveen a los patrones de mano de obra barata o gratuita, útil para la realización de tareas sencillas. De igual forma, también ayudan a ir identificando practicantes proclives a ser contratados por la compañía una vez que hayan terminado su educación, con la ventaja de que requerirían muy poco o ningún entrenamiento.

El siguiente documento contiene toda la información referente a la Sede José Rafael Faria Bermúdez del Colegio Provincial san José de Pamplona además de a explicación y descripción de trabajo desarrollado en dicha sede durante el primer semestre del año 2021 directamente relacionada al área de educación física.

### 1.2 RESEÑA HISTORICA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ RAFAEL FARIA BERMUDEZ

La Sede José Rafael Faria Bermúdez del Colegio Provincial San José de Pamplona inicio labores tras su fundación el 3 de noviembre de 1972, como centro experimental en el campo de las ciencias pedagógicas para los futuros licenciados en educación de la Universidad de Pamplona, con una sección nocturna. Después se implementó la sección diurna y la primera promoción de bachilleres fue la del año 1973. El nombre Centro de Educación Media de la Universidad de Pamplona. (CEMUP) se mantuvo hasta 1999, cuando se empezó a denominar Colegio Universitario José Rafael Faría Bermúdez en homenaje al fundador de la principal casa de estudios de la ciudad. Desde el año 2003 entro a formar parte del Colegio Provincial.



Siempre ha funcionado en su sede de la carrera 8ª, junto a Centrales Eléctricas, en sus primeros diecisiete años (1972-1989) ocupó una casa antigua de un piso acondicionada con 2 patios, oficinas, una completa biblioteca y seis salones de clase para cada grado. Desde 1989 durante la Rectoría del profesor Luis Eliécer Suárez, se construyó el nuevo edificio con la colaboración y el trabajo de profesores, empleados, padres de familia, estudiantes, exalumnos y la comunidad del colegio.

El 23 de diciembre de 2003 la Universidad de Pamplona lo entregó definitivamente al departamento y desde entonces cuando la Secretaría de Educación Departamental expidió el Decreto No. 0128 del 28 de enero de 2003 se fusionó al Colegio Provincial San José. En la actualidad asisten a sus aulas más de cuatrocientos estudiantes que estudian en jornada única, fieles a los principios misionales del Colegio Provincial, la sede se caracteriza por la búsqueda permanente de la excelencia académica, mantiene su tradición de calidad educativa, disciplina y acompañamiento de los padres de familia. Por eso ha obtenido numerosos reconocimientos y los mejores promedios como Colegio Oficial en las pruebas de Estado ICFES, hoy SABER 11°, a nivel de Pamplona, el Departamento y el País con categoría Muy Superior en varias oportunidades.

En el año 2016 obtuvieron la distinción "Ser Pilo Paga" que otorga el Ministerio de Educación Nacional 17 de sus estudiantes que alcanzaron los más altos puntajes en las Pruebas Saber 11.

## **1.3 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL**

### **COMPONENTE PEDAGÓGICO**

En nuestro Proyecto Educativo Institucional el Componente Pedagógico centra su atención en el estudiante y en el rol del docente en contextos específicos, en la interacción entre los miembros de la comunidad educativa, en la estrategia pedagógica y en el enfoque metodológico planteado, en la investigación como estrategia pedagógica elementos que permiten garantizar la formación integral de los niños y jóvenes de la institución, y la creación de



ambientes de aprendizajes que faciliten oportunidades para el desarrollo de sus habilidades de pensamiento, de valores y actitudes.

A continuación se relacionan las líneas orientadoras de las prácticas pedagógicas organizadas intencionalmente para la Institución Educativa Provincial San José, denominadas “Enfoque Pedagógico”, los procesos de diseño curricular el plan de estudios, los ejes transversales, la propuesta pedagógica, las estrategias metodológicas y el seguimiento académico o sistema de evaluación, elementos articulados y permeados por los Lineamientos Curriculares, los Estándares Básicos de Competencia, los Derechos Básicos de Aprendizaje y las Mallas de Aprendizaje.

## GENERALIDADES

El componente pedagógico es el eje articulador de las dimensiones pedagógica, curricular y académica de un establecimiento educativo, pues señala cómo se enfocan sus acciones para lograr que los estudiantes aprendan y desarrollen las competencias necesarias para su desempeño personal, social y profesional.

Este apartado se encarga de los procesos de diseño curricular, prácticas pedagógicas institucionales, gestión de clases y seguimiento académico. Se refiere a las concepciones, estrategias, acciones y medios que se ponen en juego para el logro de un objetivo: la formación permanente de talento humano, capaz de aportar al desarrollo de su región, de ejercer liderazgo, de convivir en paz, de cuidar el medio ambiente y de generar estrategias de solución a los problemas de su cotidianidad. Comprende las actividades y programas que caracterizan a los proyectos del área del conocimiento en la formación integral y la manera como se distribuyen y aprovechan los saberes, la metodología de trabajo, los recursos y opciones didácticas, material de apoyo, mecanismos, prácticas evaluativas y actividades de recuperación empleados en el aula y fuera de ella, todo esto enmarcado en una relación permanente entre los actores de la comunidad educativa. Se hace necesario no solo conocer conceptualmente las categorías pedagógicas que lo definen, sino las múltiples perspectivas desde la que toman fuerza los protagonistas del acto educativo, en miras a mantener dinamizado los procesos inherentes en función de la calidad académica y de la formación de los estudiantes de nuestro colegio. Implica además la coherencia con los fines y valores de educación colombiana y la concepción pedagógica de la Institución en el marco de la pedagogía activa y de las preguntas

problematizadoras de cada una de las áreas, que guiarán la construcción de conceptos, la producción de nuevo conocimiento y la formación de ciudadanos acordes a los retos que exige la sociedad actual, hechos para los cuales el Provincial San José, ofrece el servicio educativo a la ciudadanía pamplonesa en los niveles de Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria, Media Académica y Educación para adultos.

## MODELO PEDAGÓGICO

En la sociedad del conocimiento y la información, la educación no solo aparece como tradicionalmente se le ha caracterizado, como eje de integración cultural, de movilidad social y de desarrollo productivo; sino que se constituye en una herramienta estratégica para disminuir los índices de pobreza, exclusión, discriminación y desigualdad. La complejidad de toda esta problemática social, exige que al interior de las instituciones educativas, se promueva la Inclusión Social como eje significativo para el buen desarrollo y sostenimiento de los ciudadanos; el Liderazgo Institucional en pro de la comunidad educativa y acorde a las exigencias del entorno; Incorporación de las TIC en los procesos de formación, que aumente las posibilidades para hacer pedagogía; Nuevas formas de Evaluación que no busque solo determinar el éxito en la adquisición de contenidos sino que se preocupe por el dominio de las competencias del Siglo XXI; Fomento de la Creatividad, de tal forma que se generen las condiciones necesarias para que el estudiante pueda desarrollar al máximo sus potencialidades y sus habilidades de pensamiento. A partir de estos desafíos surge la necesidad de hacer una renovación de las prácticas pedagógicas, a través de la adopción de modelos pedagógicos que atiendan a las necesidades del contexto y que integren todas las dimensiones para el desarrollo del ser humano: cognitiva, ética y axiológica, corporal, comunicativa y psicosocial. Para Rafael Flórez Ochoa los modelos pedagógicos son “categorías descriptivo – explicativas, auxiliares para la estructuración teórica de la pedagogía”, que toman sentido solo contextualizadas históricamente; Miguel y Julián de Zubiría indican que “Las teorías se convierten en modelos al resolver las preguntas relacionadas con el ¿cómo, para qué, el qué, ¿cuándo, con qué enseñar, se cumplió? La Institución Educativa Provincial San José, adopta como Modelo Pedagógico el Activo, que direcciona cada una de las actividades realizadas a nivel institucional de acuerdo a sus lineamientos, y responde a cuestiones específicas sobre ¿cómo enseñar en nuestro colegio?,

¿qué enseñar? ¿Para qué y cuándo enseñar? Y ¿con qué enseñar?; centra su atención en los estudiantes, en sus ideas, intereses y actividades ya que es en ellos en quienes se basa la educación; éste se fundamenta en las tendencias del estudiante en un ambiente propicio, le permite incorporar los conocimientos que le son necesarios para su crecimiento personal y para el desarrollo de competencias; “el niño aprende de su entorno, con la guía de su maestro, todo cuanto es capaz de asimilar, de acuerdo a su nivel de maduración, a sus intereses y a sus capacidades” (García,2005).

El Modelo Pedagógico Activo prepara para la vida desarrollando procesos de formación en los estudiantes de la I. E. Provincial San José como futuros ciudadanos, con capacidad de integrar la educación con el trabajo y los procesos de la comunidad, con sentido de pertenencia por su propia cultura, asumiendo las características específicas del contexto sociocultural, ético, político y económico, el cual aporta los propósitos, los contenidos, los métodos, los recursos y la evaluación.

### **PROYECTO INSTITUCIONAL: “MEJORES LECTORES, MEJORES CIUDADANOS”**

La lectura cobra un inmenso valor en la medida que permite descubrirse a sí mismo, amplía la comprensión, la capacidad propositiva, en público y en privado, y motiva a los estudiantes a través de los libros como valor inmaterial. Este proyecto busca dignificar al lector, promoviendo la lectura a partir de un enfoque lúdico del manejo de muy buenos recursos bibliográficos, talleres dinámicos e interactivos y de la producción textual. Los aguiluchos, estudiantes de primero a undécimo, que todo lo ven, estos visionarios encontrarán en la lectura una huella intelectual y autónoma de algún libro que les haya impactado, que hará la diferencia en sus vidas, desde que estamos investigando.

En el marco de este proyecto, en pleno ejercicio de su ciudadanía, se busca la construcción del sentido crítico a la hora de resolver problemas sencillos de la vida real y cotidiana o de la vida intelectual y académica. En esta construcción social de saberes, los aguiluchos investigadores han de lograr diferentes tipos de dominios. Por ejemplo, el manejo de recursos bibliográficos, su capacidad para manejarlos y reconocer el código de colores que viene

en el Manual de la Colección Semilla; el sistema de clasificación bibliográfica Dewey; el gusto por la libertad en la elección de los tipos de libros, de géneros o de temas que desean descubrir en el espacio de tiempo en que puedan asistir a prestar su libro de preferencia.

Los estudiantes deben utilizar cuidadosamente los materiales de la colección semilla, puesto que son libros originales, clasificados en dos líneas, una infantil y otra juvenil. Algunos estudiantes que se propusieron leer un libro libremente elegido por ellos, nos enseñan a socializar nuestras experiencias como lectores, a reconocer los datos de un libro por medio de una ficha bibliográfica.

Después de desarrollar los segmentos para la trayectoria de indagación, encontramos que las características del espíritu científico que estamos tratando de descubrir en cada uno de los actores de este proceso investigativo, la semillita de la curiosidad por aprender ha estado germinando en cada una de estas actividades que configuran las estructuras del proyecto. Las instituciones educativas en compañía de distintos aliados deben ofrecer oportunidades para conocer el mundo productivo y el académico, guiar a los estudiantes durante la transición de la educación media a la formación para el trabajo o la educación superior; dirigir procesos de orientación académica y socio ocupacional, así como realizar prácticas, visitas y observaciones en espacios productivos reales, darle espacio a líderes sociales y empresariales para compartir sus proyectos de vida con los jóvenes, facilitar procesos de intermediación laboral y acercamientos con la oferta de educación para el trabajo y la educación superior, mantener informados a sus estudiantes sobre las oportunidades de becas de estudio, las posibilidades de acceder a créditos educativos tanto de la banca privada como de los fondos oficiales, entre otros. La articulación del sistema educativo desde la primera infancia hasta la educación superior contribuye a la paz y la competitividad, al desarrollo productivo, a la innovación, en tanto que despliega oportunidades para la consecución del proyecto de vida de los jóvenes; enfoca el talento humano necesario para las regiones en cuanto atiende las exigencias del país y permite insertarse en el mercado laboral internacional, en general para atender la infinidad de demandas sociales existentes.



## 1.4 MARCO LEGAL

La educación en Colombia está regida por el ministerio de educación nacional y establece las reglas aplicables al servicio público educativo. La entidad responsable de la prestación directa del servicio educativo es el establecimiento educativo (escuelas y colegios), pero la instancia que lo enlaza con la autoridad municipal, puede ser la dirección de núcleo, la secretaria municipal de educación o incluso la secretaria departamental.

La constitución política colombiana de 1991 en su artículo 67, define la concepción del estado sobre la educación en general así:

“La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social, con ella se busca acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica y a los demás bienes y valores de la cultura.”

“La educación formara al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia: y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la preparación del ambiente.”

Ley 115 de 1994. La presente ley señala las normativas generales para regular el servicio público de educación que cumple una función social acorde a las necesidades e intereses de las personas, de la familia la sociedad.

## 1.5 HORIZONTE INSTITUCIONAL (2017- 2020)

### **AQUI EL NUEVO HORIZONTE INSTITUCIONAL FORMULADO POR LA COMUNIDAD EDUCATIVA DEL COLEGIO PROVINCIAL SAN JOSE COMO PARTE DEL PROCESO DE RESIGNIFICACION DEL PEI**

## 1.6 MISIÓN:

La Institución Educativa Colegio Provincial San José de Pamplona, de carácter oficial, garantiza el servicio de educación en el nivel de preescolar, básica y media, con el propósito de formar seres íntegros, competentes, con espíritu investigativo y ciudadanos de paz, en una sociedad pluralista y globalizada en permanente cambio, respetuosos de los derechos



humanos, las libertades individuales y los valores propios de la dignidad humana, basados en los principios santanderinos y lasallistas: Honor, Ciencia y Virtud.

### **1.7 VISIÓN:**

La Institución Educativa Colegio Provincial San José de Pamplona, para el año 2020 continuará siendo reconocida por ofrecer un servicio educativo de calidad, fundamentado en principios humanísticos, pluralistas, en la sana convivencia y en permanente actualización de sus prácticas pedagógicas e investigativas, como respuesta a los desafíos de la época actual, las exigencias del entorno y el compromiso con la construcción de la paz.

### **1.8 FILOSOFIA DE LA INSTITUCION**

El Colegio Provincial San José de Pamplona pretende formar personas integrales, competentes, emprendedoras, con espíritu investigativo y constructores de paz, a través de la equidad, el compromiso y la calidad, apropiándose del manejo de las nuevas tecnologías de la comunicación e información, cimentado en valores como la civilidad, la intelectualidad y el respeto por las diferencias, mediante una educación participativa, auto-gestionada, contextualizada y pluralista que le facilite la continuidad de su desarrollo personal, familiar y profesional para alcanzar un nivel adecuado de formación que le permita contribuir con el progreso de su entorno local, regional y nacional, en un mundo cada vez más interconectado y pluralista.

De conformidad con los planteamientos hechos en las diferentes jornadas de trabajo, la Institución Educativa en el proceso de resignificación del P.E.I. considera conveniente retomar las ideas de la Fundación Social, en su programa de Educación Social, en relación con los denominados ‘Siete aprendizajes básicos para la convivencia social’. Los educadores somos quizás la mayor organización profesional de Colombia, además trabajamos con la mayor riqueza del país: los niños, las niñas y los jóvenes. Este hecho nos convierte en la mayor fuerza del país para lograr el propósito más importante de Colombia: Educar para la convivencia social y construir una verdadera cultura de paz. Este propósito es perfectamente factible si todos(as) actuamos al mismo tiempo y en la misma dirección.

Trabajar este propósito, desde el P.E.I. significa crear, en nosotros y en nuestros estudiantes, formas de pensar, de sentir y de actuar democráticas y de convivencia que lleven a la construcción de una paz estable y duradera, donde los conflictos se asuman y se resuelvan por las vías del dialogo, la mediación y la negociación en el marco de las normas vigentes y siguiendo los protocolos definidos en el Manual de Convivencia Escolar.

Un trabajo de reflexión, discusión y acción de todas y todos, es la forma práctica de construir la convivencia, para la comunidad educativa del Colegio Provincial “San José”. Dichos aprendizajes han sido definidos así:

- Aprender a no agredir al congénere: Fundamento de todo modelo de convivencia social.
- Aprender a comunicarse: Base de la autoafirmación personal y grupal.
- Aprender a interactuar: Base de los modelos de relación social.
- Aprender a decidir en grupo: Base de la política y de la economía.
- Aprender a cuidarse: Base de los modelos de salud y seguridad social.
- Aprender a cuidar el entorno: Fundamento de la supervivencia.
- Aprender a valorar el saber social: Base de la evolución social y cultural

Considerando su pertinencia para el propósito de formación, estos aprendizajes se articulan con nuestra filosofía que los contempla como principios de convivencia para toda la comunidad educativa. Para consolidar estos aprendizajes, la institución educativa, tendrá los

criterios de convivencia escolar, contemplados en el Manual de Convivencia Escolar, “para hacer posibles la vida y la felicidad”, entre los integrantes de la comunidad educativa.

Estos criterios de convivencia se resumen así: Identidad, Autonomía, Respeto, Responsabilidad y Compromiso, en el ámbito individual; Honestidad, Honradez, Solidaridad, Fraternidad, Compañerismo, Tolerancia y Comunicación, en el ámbito social; Creatividad, Innovación, Excelencia y Liderazgo, en el ámbito académico. Si retomamos estos criterios de convivencia se logrará la formación integral de ciudadanos comprometidos con la construcción de la paz.

## **PRINCIPIOS INSTITUCIONALES**

La personalización y la socialización del estudiante, entendidas como respeto a la dignidad humana.

La tolerancia y el dialogo entre los integrantes de la comunidad educativa como base de la sana convivencia y el actuar democrático.

Educar para la vida, entendida como un proyecto abierto buscando satisfacer las necesidades básicas y superiores del hombre.

El desarrollo del sentido de pertenencia por parte de los directivos, docentes, estudiantes y padres de familia por el colegio, la región y el país, como base de nuestra identidad.

El desarrollo de la inteligencia a través de actividades científicas, comunicativas, lúdicas, artísticas e investigativas.

La familia como núcleo fundamental de la sociedad y primera educadora, vinculada y comprometida en el proceso de formación de las nuevas generaciones.



La formación en valores éticos, morales, y religiosos como soporte en la construcción de seres autónomos, responsables y libres.

La tecnología como instrumento al servicio del conocimiento, la investigación y el desarrollo humano.

La capacidad emprendedora y de innovación que permita el desempeño competitivo en el mundo laboral.

El respeto, cuidado y uso responsable del entorno como patrimonio vital de la humanidad.

El bilingüismo como medio de acercamiento a otras culturas y posibilidad de acceso a mejores oportunidades en el mundo globalizado.

El hombre como sujeto crítico, actor de su propia historia y agente transformador de la realidad económica, política, social y cultural donde desarrolla su cotidianidad.

La atención a la diversidad de estudiantes que presentan necesidades educativas, muchas de las cuales son compartidas, otras individuales y algunas especiales

La investigación como estrategia pedagógica que posibilita la construcción de conocimientos mediante la formulación y ejecución de proyectos pertinentes y de impacto entre la comunidad educativa.

## FUNDAMENTOS INSTITUCIONALES

El Colegio Provincial San José, fundamenta el desarrollo humano y cognoscitivo de los y las estudiantes, en los aspectos:

## FILOSÓFICOS

Adquiere conciencia de la trascendentalidad de su ser que se proyecta como alguien capaz de asumir y superar los retos del momento histórico que le corresponde vivir.

## EPISTEMOLÓGICOS

Utiliza los conocimientos para aplicarlos en provecho de su comunidad, fundamentado en lo científico, lo técnico y lo humanístico, apoyado en la investigación y los avances en los campos del saber.

## AXIOLÓGICOS

Considera al hombre como persona y como ser pluridimensional, proyectándose hacia los demás.

## PSICOLÓGICOS

Respeta las diferencias individuales, orienta el libre desarrollo de la personalidad, promueve el respeto ante el pluralismo y facilita la inclusión social.

## SOCIOLÓGICOS

Se apropia de la formación que recibe para fortalecer su posición en la sociedad que exige, desde toda perspectiva, sentar bases sólidas de comunicación, como instrumentos de sana convivencia; De desarrollo de habilidades en el manejo de avances técnicos y tecnológicos impuestos por la modernidad; Y de la democracia como un estilo de vida que posibilita el goce y disfrute de los derechos humanos, desterrando cualquier forma de discriminación.

## PEDAGÓGICOS:

Se desarrolla el proceso de aprendizaje y demás actividades relacionadas con éste, llevando a la práctica la Pedagogía Activa, destinando personal, recursos y espacios de manera que contribuyan a hacer del (la) estudiante un ser autónomo sensible, amoroso, respetuoso,

solidario con profundo sentido de pertenencia e identidad. El Modelo Pedagógico de la Institución permite al docente asumir una posición frente al currículo, la sociedad y el ser humano que se quiere formar, apoyándose en las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y en la investigación como herramienta pedagógica.

## 1.9 OBJETIVOS INSTITUCIONALES

### OBJETIVO GENERAL

Formar de manera integral, facilitando el desarrollo humano, científico y tecnológico.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Orientar la formación académica, que permita al educando el ingreso a la educación superior y su incorporación efectiva a la sociedad como agente de cambio.

Fomentar el respeto y la promoción de valores, estimulando el desarrollo de los procesos socio - afectivos.

Vivenciar la resolución de conflictos al interior de las aulas de clase, respetando las diferencias individuales y la pluralidad como elementos forjadores de paz.

Desarrollar las competencias comunicativas, el uso apropiado de las nuevas tecnologías y las prácticas investigativas

Propiciar la conservación de la salud física y mental de la persona mediante el uso racional del tiempo libre.

Inculcar el respeto, uso adecuado y conservación del medio ambiente como herencia común.

Promover la práctica investigativa en los diferentes campos del saber cómo estrategia pedagógica que contribuye a la construcción del conocimiento.

Dinamizar los proyectos pedagógicos transversales definidos en la ley general de educación atendiendo las condiciones del contexto institucional.

## 1.10 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL

**CONFORMACIÓN DEL GOBIERNO ESCOLAR.** Estamentos que conforman la comunidad educativa:

- Los estudiantes que se han matriculado en el Colegio Provincial San José y que pertenecen a los grados Preescolar, Básica primaria, Secundaria, Media y educación para adultos.
  
- Los padres, Madres o Acudientes de los alumnos y alumnas matriculados en la institución
  
- Docentes
  
- Rector y Coordinadores
  
- El personal Administrativo y de servicios
  
- Los Ex alumnos y Ex alumnas del Colegio.

Todos los estamentos que conforman la Comunidad Educativa del Colegio son responsables en el compromiso que asumen frente a la institución y estarán dispuestos a



colaborar y participar activamente y con calidad en todos los eventos y actividades por medio de sus representantes en los diferentes órganos del Gobierno Escolar.

## **INTEGRANTES DEL GOBIERNO ESCOLAR**

### **EL RECTOR.**

Es el representante legal del establecimiento y actúa como tal ante las autoridades educativas, es ejecutor de las decisiones del Gobierno Escolar.

Debe ser una persona honesta, justa y responsable capaz de asumir un verdadero liderazgo para sacar adelante los Proyectos Institucionales.

Sus funciones las precisan y define el artículo 25 del decreto 1860 de agosto 3 de 1994 y la Ley 715 de Diciembre 21 de 2001 en su artículo 10.

### **CONSEJO DIRECTIVO.**

El Consejo Directivo es la instancia directiva de participación y decisión de la Comunidad Educativa, para la Orientación Académica y Administrativa de la Institución Educativa.

Ley 115 de 1994, artículo 143 Integración del Consejo Directivo.

### **CONSEJO ACADÉMICO.**

Es la instancia superior de participación en la Orientación Pedagógica de la Institución, con competencia para proponer todo lo pertinente con la propuesta pedagógica del PEI.

Ley 115 de 1994, artículo 145 “Integración del Consejo Académico”. Decreto 1860, Artículo 24 Integración y funciones del Consejo Académico.

Decreto 1290 del 2009.

### **INTEGRACIÓN DEL CONSEJO DIRECTIVO.**

El Consejo Directivo de la Institución Educativa está integrado por:

- El Rector quien lo preside y convoca ordinariamente una vez al mes y extraordinariamente cuando lo considere necesario.
- Dos representantes de los Docentes elegidos en la asamblea. Uno de Preescolar y Básica primaria y el otro de Básica Secundaria, Media y educación para adultos.
- Dos representantes de los Padres de Familia elegidos por la Asociación. Uno debe ser miembro de la Junta Directiva y el otro miembro del Consejo de Padres.
- Un representante de los o las estudiantes elegido en forma democrática entre ellos, que se encuentre cursando el último grado y se destaque por sus valores, liderazgo y rendimiento académico.
- Un representante de los Ex alumnos elegido por el Consejo Directivo de terna presentada por la Asociación de Ex alumnos o por quien haya ejercido en el año anterior el cargo de representante de los estudiantes. Este representante debe caracterizarse por su sentido de pertenencia a la institución.
- Un representante del Sector Productivo.

### **INTEGRACIÓN DEL CONSEJO ACADÉMICO**

- El Rector quien lo preside y convoca una vez por mes o en forma extraordinaria cuando lo considere conveniente.
- La Orientadora Escolar
- La Docente de Aula de Apoyo
- Los coordinadores de preescolar, básica primaria, secundaria y media
- Un docente por cada área del plan de estudios elegido de forma democrática.
- Una docente de Preescolar.
- Un representante de otros Modelos Pedagógicos.
- Un representante del P.T.A.

### **REPRESENTANTES DE LOS ÓRGANOS COLEGIADOS.**

Se adoptará un manual de funciones del Gobierno Escolar Visible como un anexo al Manual de Convivencia Escolar el cual se dará a conocer a la Comunidad Educativa para que

se constituyan en veedores de la acción de sus representantes y tomen las decisiones que consideren necesarias y oportunas frente a la rendición de cuentas sobre la gestión realizada.

### **PERSONERO DE LOS ESTUDIANTES**

**Definición.** El Personero o personera es uno de los estudiantes de undécimo grado, elegido en forma democrática mediante votación secreta por todos los y las estudiantes de la institución.

Es la persona encargada de promover los derechos y deberes de sus compañeros con justicia, equidad y rectitud.

#### **1.10.1 CRONOGRAMA**

Primer Período	20	2
	21-02-01	021-05-09
Segundo Período	20	-
	21-05-10	2021-11-29
Receso Académico	00	2
	00-00-00	021-08-22
Tercer Período	20	-
	21-08-23	2021-11-29
Planeación y Desarrollo Institucional		1
	inicia	inaliza
Actividad de Desarrollo Institucional (Inicio Año Lectivo)		2
	021-01-12	021-02-01
Actividad de Desarrollo Institucional (Semana Santa)		2
	021-03-29	021-04-02
Actividad de Desarrollo Institucional (Receso Estudiantil)		2
	021-06-13	021-06-17

Actividad de Desarrollo Institucional (Receso	2
Estudiantil)	021-10-10      021-10-14
Actividad de Desarrollo Institucional (Finalización	2
Año Lectivo)	021-11-28      021-12-02

<b>FEBRERO</b>						
<b>CRONOGRAMA</b>						
I.E. COLEGIO PROVINCIAL SAN JOSÉ						
<b>I TRIMESTRE:</b> <b>1 DE FEBRERO AL 7 DE MAYO</b> <b>VALOR DEL MES: LA CONFIANZA.</b> <b>"ESTÁS MÁS QUE CAPACITADO. ERES</b> <b>INCREIBLE. SOLO TIENES QUE CONFIAR</b> <b>EN TI MISMO."</b>						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1	2	3	4	5	6	7
INICIO DE TRIMESTRE						
8	9	10	11	12	13	14
		ENTREGA FÍSICA Y EN PLATAFORMA. -TALLERES-				EUCARISTA DOMINICAL
15	16	17	18	19	20	21
		MERCOLES DE CENIZA				EUCARISTA DOMINICAL
22	23	24	25	26	27	28
		REUNIÓN DE DOCENTES SOCIALIZACIÓN GOBIERNO ESCOLAR 3:00PM A 5:PM	ULTIMO DIA PARA RECIBIR TALLERES. PLATAFORMA Y CORREOS INSTITUCIONALES			



MARZO						
CRONOGRAMA 2021						
I.E. COLEGIO PROVINCIAL SAN JOSÉ						
<b>VALOR DEL MES: AMOR</b>						
<p>San José, esposo y padre elegido por Dios para conducir la Sagrada Familia de Nazareth, protege nuestras familias</p>						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1	2	3	4	5	6	7
ENTREGA FÍSICA Y EN PLATAFORMA -TALLERES- INSTITUCIONALES		ELECCIÓN REPRESENTANTE DE GRADO A LAS 8:45 AM CON TITULARES				EUCARISTA DOMINICAL
8	9	10	11	12	13	14
ELECCIÓN REPRESENTANTES DE LOS PADRES DE FAMILIA. PREESCOLAR PRIMEROS Y SEGUNDOS	ELECCIÓN REPRESENTANTES DE LOS PADRES DE FAMILIA. TERCEROS CUARTOS Y QUINTOS	ELECCIÓN REPRESENTANTES DE LOS PADRES DE FAMILIA. SEXTOS SEPTIMOS Y OCTAVOS	ELECCIÓN REPRESENTANTES DE LOS PADRES DE FAMILIA. NOVENOS DECIMOS Y UNDECIMOS	NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M. ORGANIZA SEDE CENTRAL		EUCARISTA DOMINICAL
NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M. ORGANIZA SEDE CENTRAL	NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M. ORGANIZA SEDE CENTRAL	NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M. ORGANIZA SEDE CENTRAL	NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M. ORGANIZA SEDE CENTRAL			

15	16	17	18	19	20
TIMPO DIA PARA RECIBIR TALLERES EN PLATAFORMA Y CORREOS INSTITUCIONALES	ENTREGA FÍSICA Y EN PLATAFORMA -TALLERES-	ENCUENTRO VIRTUAL CON PADRES DE LOS ESTUDIANTES QUE LLEVAN 3 O MAS AÑOS	NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M.	<b>FIESTA DE SAN JOSÉ. 10:00 a.m</b>	
NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M.	NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M.	NOVENA A SAN JOSÉ. 4:30 P.M.	ELECCIÓN DEL REPRESENTANTE DE LOS ESTUDIANTES AL CONSEJO DIRECTIVO	ELECCIÓN DE LOS REPRESENTANTES DE LOS DOCENTES AL CONSEJO DIRECTIVO 3:40 PM A 5 PM	ELECCIÓN DE LOS REPRESENTANTES DE PADRES DE FAMILIA AL CONSEJO DIRECTIVO 8:40 PM
21	22	23	24	25	26
<b>FIESTO</b>	ELECCIÓN DE LOS REPRESENTANTES DE EXALUMNOS AL CONSEJO DIRECTIVO			ELECCIÓN DE PERSONERO Y CONTRALOR ESCOLAR	
29	30	31			
SEMANA SANTA	SEMANA SANTA	SEMANA SANTA			

ABRIL						
CRONOGRAMA 2021						
I.E. COLEGIO PROVINCIAL SAN JOSÉ						
<b>VALOR DEL MES: VALORACIÓN</b>						
<p>La medida de lo que somos, es lo que hacemos con lo que tenemos.</p> <p>Wino Lombardi</p>						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
			1	2	3	4
			SEMANA SANTA	SEMANA SANTA		
5	6	7	8	9	10	11
ULTIMO DIA PARA RECIBIR TALLERES EN PLATAFORMA Y CORREOS INSTITUCIONALES	ENTREGA FÍSICA Y EN PLATAFORMA -TALLERES-					EUCARISTA DOMINICAL

12	13	14	15	16
19	20	21	22	23
	ULTIMO DIA PARA RECIBIR TALLERES EN PLATAFORMA Y CORREOS	ENTREGA FÍSICA Y EN PLATAFORMA -TALLERES-		DIA DEL IDIOMA
26	27	28	29	30

Mayo						
CRONOGRAMA 2021						
I.E. COLEGIO PROVINCIAL SAN JOSÉ						
<p><b>VALOR DEL MES: TRABAJO</b></p>						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
					1	2
					DÍA DEL TRABAJO	EUCARISTIA DOMINICAL
3	4	5	6	7	8	9
				FIN DEL TRIMESTRE ÚLTIMO DÍA PARA RECIBIR TALLERES, PLATAFORMA Y CORREOS		

10	11	12	13	14
JUNTAS EVALUADORAS PRIMER TRIMESTRE	JUNTAS EVALUADORAS PRIMER TRIMESTRE	JUNTAS EVALUADORAS PRIMER TRIMESTRE		

### 1.10.2 SIMBOLOS INSTITUCIONALES



#### BANDERA

Compuesta por dos franjas horizontales de igual tamaño. La franja superior es de color rojo y simboliza el ardor, amor y pasión por el estudio, expresados en el deseo de lucha por

la superación personal. La franja inferior es de color verde simboliza la naturaleza, la vida y la esperanza, expresados en el compromiso por preservar el medio ambiente



## ESCUDO COLEGIO PROVINCIAL

### ESCUDO

Este escudo tallado en madera fue el utilizado por los Hermanos Cristianos cuando regentaron el Colegio.

En la parte superior como timbre sobresale una cruz ensanchada cuyos brazos se estrechan al llegar al centro.

En el centro del blasón, simétricamente decorado, aparece una estrella de cinco puntas sobre esmaltes gules y sinople, que simbolizan al hombre y los elementos de la naturaleza aire, fuego, tierra y agua. La punta superior señala el predominio del espíritu sobre el cuerpo. Las puntas laterales superiores simbolizan los elementos de aire y fuego. Las puntas inferiores simbolizan los elementos de agua y tierra. Sobre estos elementos el ser humano busca afianzar su predominio.

Como soporte en una cinta rodeada por hojas de acanto se lee Colegio San José Provincial, usado en esa época y el lema en latín «Signum fidei» que significa “Signo de fe”.



## HIMNO DEL COLEGIO

### CORO

*De nuestra patria somos promesa florecida  
Ante su altar la vida es sacra donación,  
Sentimos en la sangre bullir toda la historia  
Con ecos de victoria resuena el corazón.*

### I

*Nuestra ambición es noble  
y el joven pecho alienta  
el fuego que sustenta  
la audacia de la edad.  
Destinos de heroísmo  
nuestro camino traza,  
por siempre nuestra raza  
amó la libertad, amó la libertad. amó la libertad, amó la libertad.*

### II

*Cantando un himno ardiente  
marchemos al futuro,  
nuestro ideal es puro,  
honor, ciencia y virtud.  
Somos la savia nueva  
de una gloriosa gente,  
y fulge en nuestra frente  
radiante juventud (bis).*

### III

*Benditos estos claustros  
que brindan a la mente  
la estrella refulgente  
de altísimo ideal.  
Infunden en las almas  
vivífica doctrina,  
virtud y disciplina  
y orgullo nacional.*

### IV

*A nuestras manos pasan,  
los ínclitos pendones  
que mil generaciones,  
llevaron con honor.  
Hay fuerza en nuestros brazos  
y aliento en nuestros pechos,  
para emular los hechos  
del épico valor.*

### V

*Más ya nuestro destino  
no es bélica contienda,  
la paz es dulce prenda  
de un nuevo florecer.  
Donde crecieron cardos  
de lucha fratricida,*

*renacerá la vida  
con mágico poder.*

**MÚSICA:** Oriol Rangel

**LETRA:** Juan de Dios Arias



### **LOGO**

*Como imagen corporativa e identificación ante la comunidad se utiliza este símbolo formado por una estrella blanca de cinco puntas con borde negro dentro de un círculo con los colores rojo y verde en el cual se destaca el nombre Colegio Provincial San José Pamplona. Es el utilizado por los estudiantes en sus uniformes.*



### **EL AGUILUCHO**

*Nos identifica como líderes con eficacia, eficiencia y productividad. Nos promueve hacia la creatividad y la grandeza de nuevos ideales, Planteándonos exigencias e innovaciones ante una sociedad en constante cambio. Enfocando nuestra vista hacia las cumbres, buscando siempre la excelencia.*



*De su imagen expresamos a viva voz nuestro lema:*

***Aguiluchos!: ¡A las cumbres!***

### **1.10.3 GENERALIDADES DEL MANUAL DE CONVIVENCIA ESCOLAR**

#### **CAPITULO I: CONCEPTUALIZACION Y NATURALEZA MANUAL DE CONVIVENCIA**

**Artículo 5: Definición y contexto.** *“El manual de convivencia puede entenderse como una herramienta en la que se consignan los acuerdos de la comunidad educativa para facilitar y garantizar la armonía en la vida diaria de los establecimientos educativos. En este sentido, se definen las expectativas sobre la manera cómo deben actuar las personas que conforman la comunidad educativa, los recursos y procedimientos para dirimir conflictos, así como las consecuencias de incumplir los acuerdos (Chaux, Vargas Ibarra MIniski 2013)”. Guía No 49 del Ministerio de Educación.*

El manual de convivencia hace parte integral del Proyecto Educativo Institucional de todas las instituciones educativas del país (Decreto 1860 de 1994), invistiéndolo de importancia y obligatoriedad, aportando directamente en los procesos de construcción de ciudadanía.

En cuanto a una definición legal sobre el Manual de Convivencia, la Ley General de Educación, 115 de 1994 menciona en su artículo 87 que los manuales deben contener los derechos y obligaciones de los estudiantes, sin embargo, esto se desarrolla más ampliamente en el artículo 17 del Decreto 1860, donde se menciona lo siguiente: *“El reglamento o manual de convivencia debe contener una definición de los derechos y deberes de los alumnos y de sus relaciones con los demás estamentos de la comunidad educativa”.*

Con la promulgación de la Ley 1620 de 2013 y su Decreto Reglamentario 1965 del mismo año, se avanzó en la estructuración de funciones que debían desarrollar los manuales de convivencia. Con esta nueva legislación, además de lo contemplado en el artículo 87 de la Ley 115, los manuales de convivencia deberán presentar estrategias pedagógicas para promover la convivencia escolar y dirimir los conflictos de forma pacífica, deben ser documentos jurídicos con énfasis en lo pedagógico, de tal forma que orienten la convivencia y el ejercicio de los derechos humanos sexuales y reproductivos en las instituciones educativas.

**Artículo 6: Estructura del Manual de Convivencia.** Los establecimientos educativos tendrán un Manual de Convivencia, en el cual se definen los derechos y obligaciones de los estudiantes. Los padres o tutores y los educandos al firmar la matrícula correspondiente en representación de sus hijos estarán aceptando el mismo.

El presente Manual de Convivencia Escolar es una herramienta en la cual se consignan los acuerdos de la comunidad educativa de la Institución Educativa Colegio Provincial San José de Pamplona para facilitar y garantizar la armonía en la vida de todos los miembros que la integran. En este sentido, se abordan las expectativas sobre la manera cómo deben actuar las personas que conforman esta comunidad educativa, las instancias y procedimientos para dirimir conflictos, así como las consecuencias de incumplir los acuerdos aquí contenidos.

El Manual contiene el compromiso claro de todos los miembros de la comunidad educativa (estudiantes, docentes, padres de familia, directivos docentes y personal administrativo) fundamentado en el derecho a la educación como un **derecho-deber**, tal como lo expresan claramente las sentencias de la Corte Constitucional que enmarcan la responsabilidad como ejemplo y muestra de una educación integral, vivencial y que cobra relevancia en la Institución Educativa Colegio Provincial San José en todas sus actividades.

**Artículo 7: Naturaleza del Manual de Convivencia.** Toda Institución Educativa, debe poseer unas normas claras que permitan su funcionamiento y que faciliten las acciones y actuaciones, que se emprenden para la consecución de los logros propuestos. Por ello, es indispensable que la Comunidad Educativa conozca, concerté, promueva y acate las normas

mínimas de convivencia y fraternidad en el ámbito escolar. Este es un documento donde se consignan los canales y los procedimientos que se han de utilizar para el manejo de las diversas situaciones, facilitando con ello, la realización de las diversas actividades y la vida misma de la Institución Educativa Colegio Provincial San José de Pamplona, en un ambiente de convivencia y entendimiento mutuo. Las normas, los procedimientos, la prevalencia de los derechos y el cumplimiento de los deberes son las bases que permitirán la consecución de las metas y los ideales que hemos fijado y, por consiguiente, del crecimiento y maduración humana, en los aspectos, cognitivo, curricular, convivencia y espiritual a que aspiramos todos los miembros de ésta Comunidad Educativa; ya que son pilares de nuestra misión.

Así, el presente Manual de convivencia asume los artículos 7° y 15° de la ley de Infancia y adolescencia 1098, considerando a los estudiantes como individuos de derechos, pero también de deberes, premios o estímulos, al igual que sanciones de acuerdo al debido proceso, siempre al tenor del artículo 44 de la C.N. y en acato al artículo 01 de la C.N. como ya se señaló previamente.

## **ARTÍCULO 8: OBJETIVOS**

### **GENERAL**

Establecer el marco de referencia para toda la comunidad educativa que permita el logro de los fines de la educación en la Institución Educativa Colegio Provincial San José, estimule las relaciones interpersonales entre todos y posibilite un nivel óptimo de convivencia escolar.

### **ESPECÍFICOS**

1. Establecer de acuerdo al horizonte institucional los mecanismos que permitan el desarrollo armónico y eficaz de los estudiantes.
2. Estimular el proceso de maduración personal y la sana convivencia entre los miembros de la comunidad educativa y su entorno

3. Facilitar la normalización de los estudiantes de manera que puedan interiorizar las normas, asumir las consecuencias de sus actos e incorporarse de manera adecuada a la sociedad.
4. Propiciar la formación de ciudadanos críticos, democráticos, participativos a través del conocimiento y el ejercicio de sus derechos y deberes.
5. Promover la integración y el respeto entre los diferentes estamentos educativos.
6. Convertirse en instrumento para la resolución de conflictos y el fomento de las buenas relaciones interpersonales.
7. Identificar la conformación, las funciones y procedimientos que rigen cada uno de los concejos, comités, comisiones y demás instancias de participación existentes en la comunidad educativa.
8. Facilitar el proceso de inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales y diversas de la población atendida.
9. Fomentar el dialogo y la conciliación como herramienta básica para la solución de conflictos

:

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

##### **ARTÍCULO 18: DERECHOS DE LOS ESTUDIANTES**

Son derechos fundamentales: La vida, la integración física, la salud, la educación, la cultura, la recreación, y la libre expresión de opinión. Los derechos de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás (Art. 44 C. N.). En atención a esto La Institución Educativa Colegio Provincial San José vela por la integridad física, moral y espiritual de los estudiantes y considera estos derechos como fundamentales para la convivencia humana.

*Como miembro de esta Comunidad Educativa y para el mejor desarrollo de su proceso formativo, el estudiante tiene derecho a:*

1. Ser evaluado de manera integral en todos los aspectos académicos, personales y sociales.

2. Conocer el sistema institucional de evaluación de los estudiantes: criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y promoción desde el inicio año escolar.
3. Conocer los resultados de los procesos de evaluación y recibir oportunamente las respuestas a las inquietudes y solicitudes presentadas respecto de dichos resultados.
4. Recibir la asesoría y acompañamiento de los docentes para superar sus debilidades en el aprendizaje.
5. Conocer oportunamente el Manual de Convivencia.
6. Exigir el reconocimiento de los derechos consagrados para toda persona en la Constitución Nacional, la ley de infancia y adolescencia, las leyes civiles y penales en el marco jurídico vigente para el sector educativo.
7. Recibir la misma protección y trato respetuoso, afable, sincero y de diálogo por parte de la directivas, educadores, compañeros, compañeras y empleados del colegio y gozaran de los mismos derechos, libertades y oportunidades, sin ninguna discriminación por razones de raza, sexo, religión, estrato socio económico, convicciones, situación académica o disciplinaria, opinión o cualquier otra condición suya, de sus padres o acudientes o representantes legales en el contexto de los principios que rigen la Institución Educativa Colegio Provincial San José.
8. Libre desarrollo de su personalidad, sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico.
9. Su intimidad personal y familiar, así como a su buen nombre y honra, razón por la cual el colegio debe respetarlos y hacerlos respetar.
10. Gozar de libertad de expresión respetuosa y digna.
11. Presentar peticiones respetuosas a las directivas y educadores por motivos de interés general o particular y a recibir respuestas oportunas sobre las mismas.
12. Conocer los procedimientos y/o medidas de formación, establecidas en el presente Manual de Convivencia.
13. La defensa, en todos los procedimientos en los cuales pueda ser sancionados (Garantía de Debido Proceso), Es decir, a ser oído antes de aplicarse cualquier sanción disciplinaria por los educadores y directivas del colegio de acuerdo con el conducto

regular establecido en el presente Manual de Convivencia y dentro de los plazos establecidos para tal fin.

14. Recibir oportunamente el carné estudiantil.
15. Acceder al servicio de biblioteca, laboratorios, sala de información, internet y audiovisuales atendiendo las normas de funcionamiento.
16. Recibir normalmente las clases en los horarios establecidos.
17. Exigir una educación de calidad y en general a estudiar en un medio apto para su formación integral.
18. Permanecer dentro de la institución y el aula de clase durante la jornada escolar.
19. Estar informado de todo lo relacionado con el Proyecto Educativo Institucional, políticas, estrategias, planes, resoluciones, acuerdos y decisiones tomadas por la autoridad competente.
20. A participar de manera dinámica y constructiva en el proceso educativo, de tal manera que se propicie el crecimiento como persona integral.
21. Participar en las diferentes actividades del colegio siempre y cuando reúna las condiciones exigidas para cada una y tenga la autorización escrita de los padres y/o acudientes cuando la actividad lo amerite.
22. Recibir asesoría y orientación escolar.
23. Recibir formación integral fundamentada en valores encaminados a la proyección integral del ser humano.
24. Participar activamente en el desarrollo de proyectos pedagógicos y transversales.
25. Conocer oportunamente los logros y competencias que debe alcanzar a través del área o asignatura, así como los criterios determinados para la evaluación correspondiente.
26. Presentar los trabajos y evaluaciones cuando haya justificado oportunamente su ausencia y en los plazos establecidos.
27. Solicitar rectificación oportuna cuando haya sido evaluado en forma equivocada.
28. Conocer oportunamente los resultados de sus evaluaciones.

29. A debatir con argumentos sobre las teorías filosóficas y científicas expuestas por los profesores en sus áreas / asignaturas.
30. Recibir los estímulos y reconocimientos a que se haga acreedor.
31. Ser escuchado y orientado en aspectos relacionados con dificultades económicas, educación sexual, prevención y tratamiento del alcoholismo, tabaquismo y la drogadicción buscando su bienestar
32. Utilizar instalaciones deportivas y sociales con eficiencia, calidad y oportunidad.
33. Servicio de tienda escolar en buenas condiciones de higiene, calidad de los productos y precios módicos.
34. Recibir asistencia inmediata de primeros auxilios, por accidentes ocurridos dentro del establecimiento en la jornada escolar.
35. Disfrutar de servicios públicos fundamentales como agua, alcantarillado, energía eléctrica, internet y telefonía, con plenas garantías para la salud preventiva y el bienestar general.
36. Solicitar y recibir oportunamente certificados que acrediten sus calificaciones y la terminación de sus estudios, igualmente las constancias de estudios y certificados de calificaciones en los años cursados y título de bachiller conforme al cumplimiento de las normas establecidas.
37. Recibir el título de bachiller en ceremonia especial de graduación cuando haya cumplido a tiempo con las exigencias académicas y administrativas.
38. Recibir una educación acorde a sus necesidades educativas, participar en las acciones de adaptación curricular y apoyo pedagógico.
39. Los demás consagrados en la constitución y las leyes vigentes.

## **: DEBERES DE LOS ESTUDIANTES**

La libertad responsable genera la obligación tanto de no traspasar el derecho ajeno, como la de responder por las consecuencias de los propios actos. A pesar de ser la educación un derecho fundamental de la persona, también exige de esta el cumplimiento de

determinadas obligaciones. El estudiante deberá cumplir con los reglamentos académicos y los requisitos exigidos para cada uno de los años de escolaridad. Su obligación es consigo mismo -en primer lugar-, con la familia, la sociedad y el estado -en segundo lugar-, para lograr el progreso en su formación académica. Se trata en consecuencia de un derecho-deber.

*El estudiante, para el mejor desarrollo de su proceso formativo, debe:*

1. Cumplir con los compromisos académicos y convivencia definidos por el establecimiento educativo.
2. Cumplir con las recomendaciones y compromisos adquiridos para la superación de sus debilidades.
3. Amar, valorar, y defender el nombre y tradición de la Institución Educativa Colegio Provincial San José como expresión del sentido de pertenencia.
4. Respetar los derechos de los demás y no abusar de ellos, porque para exigir hay que cumplir y para recibir hay que dar. Todo derecho tiene como contraprestación un deber para garantizar la sana convivencia.
5. Aceptar, comprometerse y cumplir el Manual de Convivencia Escolar.
6. Informar oportunamente y por diferentes medios, cualquier clase de violencia, abuso, intimidación o irregularidad que pueda afectar los intereses propios, de otros compañeros.
7. Participar activamente en las actividades de orden social, democrático, cultural, deportivo, curricular, ambiental y religioso sin que sean violentados mis derechos fundamentales.
8. Comportarse debidamente en los diferentes espacios y ambientes de aprendizaje que ofrece la institución.
9. Mostrar naturalidad, limpieza y orden en la presentación personal. Usar siempre los uniformes establecidos según horario y llevarlos con pulcritud dentro y fuera de la Institución, sin accesorios, procurando que su presentación personal responda a los procesos de la formación integral orientados.
10. Los caballeros deben llevar el cabello corto, sin peinados extravagantes y afeitarse cuando lo necesiten. La dama corte y peinado adecuado, sin tinturas que desentonen la armonía del uniforme.

11. Considerar como propio el colegio y, en consecuencia, interesarse y responsabilizarse del aseo de las aulas, conservación de la planta física, de sus implementos y contribuir a la conservación de un medio ambiente saludable.
12. Atender en forma inmediata los toques de la campana o timbre.
13. Permanecer en el salón de clases en los intermedios de las mismas y en las horas libres.
14. Cumplir las horas de descanso en los sitios destinados para ese fin.
15. Responsabilizarse y asumir los costos y/o la reposición que se generen por los daños que cause voluntaria o involuntariamente en la planta física, al mobiliario, a los enseres del colegio, de los compañeros y de los profesores.
16. Entregar a los padres de familia y/o acudientes las comunicaciones o informes que el colegio les envíe.
17. Asumir actitudes de respeto en diferentes escenarios, tiempos y circunstancias demostrando sentido de pertenencia por la Institución que le requieran identificación como estudiante de la Institución Educativa Colegio Provincial San José.
18. Conocer y valorar los recursos que ofrece la naturaleza y hacer uso racional del agua y la energía eléctrica, por ser estos elementos indispensables para una mejor calidad de vida.
19. Dar buen trato a todas las personas (directivos, profesores, compañeros, empleados administrativos y de mantenimiento) con la debida consideración, respeto y cortesía.
20. Utilizar un lenguaje correcto, que excluya todo tipo de agresión verbal, vulgaridades, expresiones, apodos, gestos y actitudes de mal gusto.
21. Respetar y acatar las orientaciones de los directivos, docentes, administrativos y demás autoridades de la institución.
22. Mantener con los compañeros y compañeras relaciones respetuosas, cordiales, de ayuda y solidaridad haciendo prevalecer el interés social sobre el interés individual.
23. Llevar con dignidad y respeto: el carné, los uniformes e insignias propias del Colegio. Entonar el himno con fervor y respeto en los actos de comunidad.

24. Estudiar con responsabilidad y rendir académicamente, demostrando una actitud creativa, propositiva, crítica y positiva para asegurar el éxito de los diferentes procesos.

25. Cumplir eficientemente con compromisos, actividades y evaluaciones.

26. Hacer llegar y presentar excusa por la inasistencia al coordinador el mismo día o jornada cuando se presente la eventualidad o con anterioridad por medio del padre, madre de familia o acudiente.

27. Aprovechar al máximo las oportunidades que me brinda la institución para el buen uso del tiempo libre.

28. Permanecer dentro del plantel durante toda la jornada escolar y en los sitios programados para cada actividad.

29. Informarme acerca de las funciones del personero, contralor y gobierno escolar.

30. Hacer buen uso de la capilla, cafeterías, restaurante escolar, salas de informática, servicio de internet, biblioteca, laboratorios y demás espacios, respetando sus reglamentos con compromisos, actividades y evaluaciones.

31. En caso de retiro del colegio cualquiera que sea el motivo es obligación estar a paz y salvo con las diferentes dependencias de la institución.

32. Hacer un uso racional de los servicios públicos disponibles dentro del colegio sin atentar de ninguna forma contra sus instalaciones.

33. El Personal de 10° Y 11° de conformidad con el artículo 97 de la ley 115 de 1994, deben prestar el servicio social obligatorio de acuerdo a lo estipulado por la Institución Educativa Colegio Provincial San José.

34. Seguir el conducto regular para la solución de las dificultades personales o grupales tanto en el orden académico como de comportamiento.

35. Realizar el máximo esfuerzo a fin de cumplir con el plan de adaptaciones curriculares cuando se trate de estudiantes con necesidades educativas especiales.

36. Establecer relaciones con base en el respeto, promoviendo la tolerancia, evitando conducta agresiva verbal, física o psicológica que se presenta entre los miembros de la comunidad educativa.

37. Hacer uso adecuado de las tecnologías de información (Internet, redes sociales virtuales, telefonía móvil y videojuegos online) y no utilizarlo para ejercer maltrato psicológico y continuado entre los integrantes de la comunidad educativa.

38. Establecer relaciones más justas, democráticas y responsables consigo mismo, con los otros y con el entorno, en el marco del Ejercicio de los Derechos Humanos, Sexuales y Reproductivos.

39. El uso del teléfono celular está sujeto a una cultura sobre su uso racional, adecuado, y responsable, los teléfonos deben permanecer apagados durante el transcurso de las actividades académicas. (aulas de clase, reuniones generales, actos religiosos, patios, etc.)

### 1.10.5 DERECHOS Y DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA

**Artículo 39: Derechos de los padres de familia y/o acudientes.** En el proceso formativo de sus hijos, los padres de familia tienen los siguientes derechos:

1. Exigir del estado y la sociedad la garantía y el cumplimiento del derecho a la educación que le corresponde a sus hijos e hijas con carácter gratuito y obligatorio entre los 5 y 15 años de edad y que comprende como mínimo, un año de preescolar y nueve de educación básica. La educación será gratuita en las instituciones del estado.
2. Elegir el tipo de educación que, de acuerdo con sus convicciones, procure el desarrollo integral de los hijos, de conformidad con la Constitución y la Ley.
3. Recibir información del Estado sobre los establecimientos educativos que se encuentran debidamente autorizados para prestar el servicio educativo.
4. Conocer con anticipación o en el momento de la matrícula las características del establecimiento educativo, los principios que orientan el proyecto educativo institucional, el manual de convivencia, el plan de estudios, las estrategias pedagógicas básicas, el sistema de evaluación escolar y el plan de mejoramiento institucional.

5. Participar en el proceso educativo que desarrolle el establecimiento en que están matriculados sus hijos y, de manera especial, en la construcción, ejecución y modificación del proyecto educativo institucional.
6. Expresar de manera respetuosa y por conducto regular sus opiniones respecto del proceso educativo de sus hijos.
7. Recibir respuesta suficiente y oportuna a sus requerimientos sobre la marcha del establecimiento y sobre los asuntos que afecten particularmente el proceso educativo del hijo o hija.
8. Conocer el sistema institucional de evaluación de los estudiantes: criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y promoción desde el inicio de año escolar.
9. Acompañar el proceso evaluativo de los estudiantes.
10. Recibir oportunamente respuestas a las inquietudes y solicitudes presentadas sobre el proceso de evaluación de sus hijos.
11. Recibir durante el año escolar y en forma periódica, información sobre el rendimiento académico y el comportamiento de su hijo o hija.
12. Conocer los resultados sobre las pruebas externas de evaluación que presente el colegio (SABER).
13. Exigir del plantel educativo una educación con calidad y en general el cumplimiento de las obligaciones académicas y civiles por parte del plantel educativo.
14. Conocer la Misión, Visión, principios, filosofía, ideario y demás aspectos contemplados en el Manual Convivencia y el PEI.
15. Conocer las normas generales y los manuales de funciones que rigen la Institución Educativa.
16. Recibir los beneficios de programas de formación de padres que les sirvan para mejorar la tarea educativa que les corresponde a través de la Escuela de Padres o de otros espacios.
17. Ser parte activa en la consecución de los objetivos y metas institucionales.
18. Elegir y ser elegido para representar a los padres de familia en los órganos de gobierno escolar y ante las autoridades públicas, en los términos previstos en la Ley General de Educación y en sus reglamentos.

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

20. Ser los representantes legales de sus hijos.

21. Velar para que su hijo (a) sea objeto de un trato respetuoso, justo, cordial y que sea formado sin detrimento de su dignidad personal, es decir con la plena garantía de los derechos establecidos en la Constitución y en las leyes vigentes.

22. Ser informados puntual y responsablemente sobre el rendimiento académico, asistencia y comportamiento social de sus hijos. Recibir asesoría cuando sea necesario.

23. Recibir información oportuna sobre las actividades que realiza la institución.

24. Ser oído y respetado por las directivas del colegio, los profesores y los empleados administrativos y de servicios generales.

25. Solicitar y retirar las certificaciones, constancias y documentos a las cuales tenga derecho, siempre y cuando este a paz y salvo en todas las dependencias.

26. Participar activa y propositivamente en las reuniones y escuelas de padres.

27. Solicitar personalmente o por escrito permiso para justificar la ausencia de su hija (o) de la institución cuando sea necesario.

**Parágrafo:** Toda petición queja, reclamo o denuncia a un miembro de la Comunidad Educativa debe hacerse por escrito, debidamente firmado y recepcionado en la rectoría del colegio.

**Artículo 40°: Deberes de los padres de familia y/o acudientes.** La formación académica que se recibe durante los años de infancia y adolescencia se traduce en el futuro de la persona y en su proyección profesional. Así pues, la gratitud que se debe al centro educativo se refleja en el cumplimiento de la obligación como contraprestación a las enseñanzas recibidas.

Con el fin de asegurar el cumplimiento de los compromisos adquiridos con la educación de sus hijos, corresponden a las familias o acudientes los siguientes deberes:

1. Matricular oportunamente a sus hijos en establecimientos educativos debidamente reconocidos por el Estado y asegurar su permanencia durante su edad escolar obligatoria y en las fechas previstas por la Institución Educativa
2. Firmar con su hijo (a) o acudido el Contrato de Prestación de Servicios Educativos con la Institución Educativa Colegio Provincial San José.
3. Contribuir para que el servicio educativo sea armónico con el ejercicio del derecho a la educación y en cumplimiento de sus fines sociales y legales.
4. Cumplir con las obligaciones contraídas en el acto de matrícula y en el manual de convivencia, para facilitar el proceso de educativo.
5. Presentar en el momento de la matrícula, los certificados de incapacidad de sus hijos que presentan algún grado de discapacidad con el fin de reportarlos en el índice de inclusión institucional y nacional.
6. Contribuir en la construcción de un clima de respeto, tolerancia y responsabilidad mutua que favorezca la educación de los hijos y la mejor relación entre los miembros de la comunidad educativa.
7. Comunicar oportunamente, y en primer lugar a las autoridades del establecimiento educativo, las irregularidades de que tengan conocimiento, entre otras, en relación con el maltrato infantil, abuso sexual, tráfico o consumo de drogas ilícitas. En caso de no recibir pronta respuesta, acudirá las autoridades competentes.
8. Apoyar al establecimiento en el desarrollo de las acciones que conduzcan al mejoramiento del servicio educativo y que eleven la calidad de los aprendizajes, especialmente en la formulación y desarrollo de los planes de mejoramiento institucional.
9. Acompañar el proceso educativo en cumplimiento de su responsabilidad como primeros educadores de sus hijos, para mejorar la orientación personal y el desarrollo de valores ciudadanos.
10. Apoyar, y reforzar las acciones del colegio que busquen el mejoramiento y contribuir para que el servicio educativo sea armónico con el ejercicio del derecho a la educación y en cumplimiento de sus fines sociales y legales.

11. Participar, a través de las instancias del gobierno escolar, en la definición de criterios y procedimientos de la evaluación del aprendizaje de los estudiantes y promoción escolar
12. Realizar seguimiento permanente al proceso evaluativo de sus hijos
13. Analizar los informes periódicos de evaluación
14. Asistir a las reuniones programadas por el Colegio o cuando se requiera su presencia, justificando cualquier inasistencia, utilizando el dialogo racional y respetuoso como mecanismo para solucionar cualquier conflicto que se pueda presentar.
15. Participar en las Escuelas de Padres como parte de un proceso de acompañamiento activo en la formación de su hijo (a).
16. Justificar personalmente o por escrito, ante quien (es) corresponda, los retardos forzosos o inasistencia de su hijo (a) al colegio.
17. Cumplir dentro de los plazos fijados, los compromisos económicos adquiridos con la institución en el momento de la matrícula de su hijo (a) o acudido (a).
18. Apoyar a la institución en el trabajo de formación integral que realiza con sus hijos(as) brindando amor, atención, comprensión y apoyo ante aquellas dificultades propias de la edad.
19. Participar activamente en los estamentos del Gobierno Escolar que requieran su presencia, en planes y programas de la institución, según sus capacidades y oportunidades, velando por la adecuada prestación del servicio educativo.
20. Participar en el proceso de autoevaluación anual del establecimiento educativo.
21. Apoyar al establecimiento en el desarrollo de las acciones que conduzcan al mejoramiento del servicio educativo y que eleven la calidad de los aprendizajes, especialmente en la formulación y desarrollo de los planes de mejoramiento institucional.
22. Responder por los daños accidentales o con culpa que sean ocasionados por su hijo (a) o acudido, a los bienes del Colegio o de sus compañeros.
23. Respetar los derechos ajenos y no abusar de los propios (Constitución Política de Colombia Artículo 95 numeral 1) no puede ni debe ser desconocido por ninguna persona.

24. Apoyar campañas para mejorar la calidad del servicio educativo, el bienestar estudiantil y la consecución, renovación y conservación de materiales didácticos.

25. Respetar y hacer respetar el Manual de Convivencia Escolar.

26. Estar atento a todos los llamados de la institución cuando se trate de estudiantes con necesidades educativas especiales a fin de contribuir al buen desarrollo de las actividades educativas y de formación diseñadas para este tipo de población.

27. Guardar el debido respeto y consideración con todos y cada uno de los integrantes de la comunidad educativa. (directivos, docentes, alumnos, padres y madres de familia)

28. Propiciar en el hogar un ambiente de cariño, amor, afecto, ternura, consideración, respeto, lealtad, aceptación del otro como persona, honradez y demás valores necesarios para la formación integral de sus hijos(as).

29. Suministrar a su hijo (a) los uniformes y elementos necesarios para el buen desempeño y desarrollo de las actividades en el colegio.

30. Dar buen trato tanto físico, psicológico y moral a su hijo o acudido.

31. Velar por el buen rendimiento académico y disciplinario de su hijo o acudido.

32. Realizar los trámites y acciones correspondientes ante las entidades de salud y demás organismos comprometidos con el apoyo profesional a estudiantes con necesidades educativas especiales a fin de lograr su mejor integración a la vida familiar, escolar y comunitaria.

33. Brindar todo el apoyo y estímulo a los estudiantes con necesidades educativas especiales a fin de contribuir al logro de su autonomía y mejor desempeño dentro y fuera de la institución.

34. Asumir junto con el Estado y la sociedad la responsabilidad de educar a sus hijos (as) para contribuir significativamente en la construcción de los ciudadanos del futuro como garantía de una sociedad más justa.

## 1.10.6 LEY DEL MENOR

### EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA,

en ejercicio de las facultades extraordinarias conferidas

por la Ley 56 de 1988 y oída la Comisión Asesora a que ella se refiere,

**DECRETA:**

### TÍTULO PRELIMINAR

### PRINCIPIOS GENERALES

### CAPÍTULO PRIMERO.

### OBJETO DE ESTE CÓDIGO

**ARTÍCULO 1o.** <Artículo derogado por el artículo 217 de la Ley 1098 de 2006.

Rige a partir del 8 de mayo de 2007> Este Código tiene por objeto:

1. Consagrar los derechos fundamentales del menor.
2. Determinar los principios rectores que orientan las normas de protección al menor, tanto para prevenir situaciones irregulares como para corregirlas.
3. Definir las situaciones irregulares bajo las cuales pueda encontrarse el menor; origen, características y consecuencias de cada una de tales situaciones.
4. Determinar las medidas que deben adoptarse con el fin de proteger al menor que se encuentre en situación irregular.
5. Señalar la competencia y los procedimientos para garantizar los derechos del menor.

6. Establecer y reestructurar los servicios encargados de proteger al menor que se encuentre en situación irregular, sin perjuicio de las normas orgánicas y de funcionamiento que regulan el Sistema Nacional de Bienestar Familiar.

**ARTÍCULO 7o. TODO MENOR TIENE DERECHO A RECIBIR LA EDUCACIÓN NECESARIA PARA SU FORMACIÓN INTEGRAL.** <Artículo derogado por el artículo 217 de la Ley 1098 de 2006. Rige a partir del 8 de mayo de 2007> Esta será obligatoria hasta el noveno grado de educación básica y gratuita cuando sea prestada por el Estado.

La educación debe ser orientada a desarrollar la personalidad y las facultades del menor, con el fin de prepararlo para una vida adulta activa, inculcándole el respeto por los derechos humanos, los valores culturales propios y el cuidado del medio ambiente natural, con espíritu de paz, tolerancia y solidaridad, sin perjuicio de la libertad de enseñanza establecida en la Constitución Política.

### **1.10.7 DEL UNIFORME**

#### **Artículo 20: Uniformes**

La comunidad estudiantil debe utilizar el uniforme del colegio en forma completa de acuerdo a la siguiente distinción:

✓ **De diario**

- **Hombres:**

Pantalón azul marino (no entubado), camiseta blanca que debe ir dentro del pantalón, medias oscuras (negras o azules), zapatos negros de material y suéter según el modelo establecido con del escudo de la institución.

- **Mujeres:**

Falda azul oscura de pliegues hasta la rodilla, chaleco o suéter según el modelo establecido con el escudo de la institución, camisa blanca de cuello alto y manga larga, medias

azules para preescolar y básica primaria, medias blancas para básica secundaria y media, zapatos negros de material.

✓ **De educación física para todos:**

Sudadera completa según modelo establecido por la institución (no entubada), camiseta blanca, medias y zapatos tenis de color blanco. Se debe usar completo durante toda la jornada escolar.

✓ **Uniforme de gala**

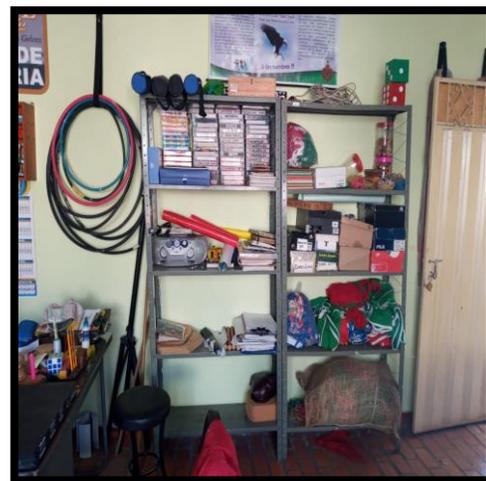
• **Hombres:**

Chaqueta de paño azul oscuro, camisa blanca con cuello, corbata negra, pantalón crema (no entubado), medias blancas, zapatos negros de material

• **Mujeres:**

Chaqueta de paño azul oscuro, falda crema de pliegues hasta la rodilla, camisa blanca de cuello alto, manga larga, medias blancas, zapato negro de material

### 1.10.8 SALON DE DEPORTES



**CANCHA**

**SALON DE JUEGOS**



**1.10.9 INVENTARIO**

**COLEGIO PROVINCIAL SAN JOSE DE PAMPLONA**

**SEDE JOSE RAFAEL FARIA BERMUDEZ**

**DEPARTAMENTO DE EDUCACION FISICA, RECREACION Y**

**DEPORTES**

**RESPONSABLE: JOSE ANTONIO GELVEZ RAMIREZ**

**c.c. 13'351.215**

N o	NOMBRE DEL ARTICULO	CANTIDA D	ESTADO			FECHA ADQUISICION
			BUENO	REGULAR	MALO	
1	BALONES DE BALONCES TO	20	5	15	--	
2	BALONES DE VOLEIBOL	20	15	5	--	
3	BALONES FUTBOL FUTSAL	20	6	14	--	

4	BALAS LANZAMIE NTO ATL	4	4	--	--	
5	DISCOS LANZAMIE NTO ATL	6	6	--	--	
6	CLAVAS DE MADERA	5	5	--	--	
7	BASTONES ROJOS	25	25	--	--	
8	TULAS PORTA BALONES	3	3	--	--	
9	ALTIMETR O	1	--	1	--	
1	INFLABLE 0 200 AÑOS	1	1	--	--	
1	COLUMNA 1 SONIDO	1	1	--	--	
1	GRABADOR 2 A PHILIPHS	1	--	1	--	
1	AROS 3 PLASTICOS	24	24	--	--	
1	JUEGO 4 MALLAS MICROFUT	2	2	--	--	
1	CUERDAS 5 MEDIANAS LARG	40	40	--	--	
1	ESTANTES	3	3	--	--	

6						
17	<b>ESCRITORIO CON VIDRIO</b>	<b>1</b>	--	<b>1</b>	--	
18	<b>MESAS DE PIN PON</b>	<b>2</b>	--	<b>2</b>	--	

N o	NOMBRE DEL ARTICULO	CANTIDAD	ESTADO			FECHA ADQUISICION
			BUENO	REGULAR	MALO	
19	<b>RAQUETAS TENIS DE MESA</b>	<b>14</b>	--	<b>14</b>	--	
20	<b>JUEGOS DE AJEDREZ</b>	<b>5</b>	--	<b>5</b>	--	
21	<b>SILLAS RIMAX VERDES</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	--	--	
22	<b>JUEGOS DE PARQUES</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	--	--	
23	<b>JUEGO DE DOMINO</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	--	--	
24	<b>COLCHON ETAS AZULES</b>	<b>11</b>	--	<b>11</b>	--	

2 5	<b>LAZOS</b>	2	2	--	--	
2 6	<b>MESAS BLANCAS SALA REC</b>	5	--	--	--	
2 7	<b>TROFEOS SALA RECREATI V</b>	45	-	45	--	

**JOSE ANTONIO GELVEZ RAMIREZ**

**QUIEN HACE EL INVENTARIO**

### 1.10.10 MATRIZ DOFA

<b>DEVILIDADES</b>	<b>OPORTUNIDADES</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiempo corto de trabajo</li> <li>• Demasiado tiempo libre no aprovechado</li> <li>• Falta de entusiasmo y compromiso con la asignatura</li> <li>• Ausencia e indisciplina en la conectividad</li> <li>• Dificultad en la conectividad</li> <li>• Dependencia de la tecnología y energía eléctrica</li> <li>• Ritmo lento del desarrollo educativo               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Más énfasis teórico</li> <li>• Presencia de</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización de las herramientas tecnológicas</li> <li>• Disponibilidad del espacio y recurso humano para trabajar</li> <li>• No hay exposición ni riesgo de infección del virus</li> <li>• Flexibilidad en la exigencia con quienes presentan dificultades</li> <li>• Conocimiento de nuevas metodologías</li> </ul>

inactividad físico cognitiva	
<b>FORTALEZAS</b>	<b>AMENAZAS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promoción del autoaprendizaje</li> <li>• Adaptación a la virtualidad, el cambio e innovación</li> <li>• La no dependencia de un espacio físico</li> <li>• Prevención del riesgo de infección</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sedentarismo</li> <li>• Exposición a las pantallas</li> <li>• Dificultad y dependencia de las Tics</li> <li>• No aprovechamiento del material didáctico</li> </ul>

## 2 CAPITULO II

### 2.1 FORTALECIMIENTO DE CAPACIDADES COORDINATIVAS Y AGILIDAD MENTAL ATRAVES DE JUEGOS DIDACTICOS Y DINAMICAS DE FORMA VIRTUAL EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ RAFAEL FARIA BERMÚDEZ DE PAMPLONA.

#### 2.2 OBJETIVO GENERAL

Fortalecer las capacidades tanto coordinativas como cognitivas mediante actividades lúdico recreativas, juegos y dinámicas que implican utilizar la parte intelectual y corporal para tener un mejor desarrollo mental y condición física en la institución educativa José Rafael Faria Bermúdez de pamplona.

#### 2.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Aprovechar al máximo el tiempo de trabajo y el tiempo libre del estudiante implementando actividades lúdicas recreativas.
- Estimular y motivar las capacidades cognitivas del estudiante mediante actividades lúdicas que exijan la capacidad de razonar.

- Estimular y motivar las capacidades coordinativas mediante actividades recreativas, juegos y dinámicas que exijan la condición física y arrojen sensaciones de satisfacción en el estudiante.

## 2.4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Es de conocimiento general para todas las personas que debido a la situación pandémica que se desarrolla a un nivel globalizado, el contexto de toda actividad diaria que se realiza dentro de la sociedad ha tenido una serie de alteraciones que conllevan cambios y adaptaciones que lo modifican condicionándolo a seguir un desarrollo social. A estos cambios globales no está eximido el proceso educativo que ha tenido que transformar el método de enseñanza pasando del modelo presencial al virtual lo que arroja como resultado unas consecuencias tanto positivas como negativas que afectan el adecuado proceso de aprendizaje de los estudiantes.

Esta es una problemática que afecta a la educación en general en cualquier institución y en las diferentes asignaturas, pero en esta ocasión se hará énfasis en el área de educación física recreación y deportes en la Sede José Rafael Faria Bermúdez del Colegio Provincial San José De Pamplona donde se evidencian dificultades que afectan el correcto desarrollo físico cognitivo de los estudiantes tales como el tiempo de trabajo, el tiempo libre de los estudiantes, la falta de entusiasmo y compromiso, sedentarismo e inactividad tanto mental como física.

La institución educativa José Rafael Faria Bermúdez actualmente desarrolla un tramo aboral de aula un poco corto en el área de educación física, es decir, las horas de conectividad para el desarrollo de las temáticas es limitado Y casi nulo ya que las reuniones o clases virtuales son escasas y se ha dado un enfoque más inclinado hacia el ámbito teórico y hacia el practico del área lo que puede repercutir en el adecuado desarrollo fisicocognitivo del estudiante ya que no se estimula un tiempo lo suficientemente adecuado.

A demás la modalidad educativa virtual con los problemas de conectividad que esta misma conlleva de la mano del método pedagógico crean en el estudiante específicamente en el área de educación física una pérdida del entusiasmo ya que el estudiantado tiene como expectativas del área un ambiente donde se lleven a cabo actividades que estimulen en este sus capacidades tanto físicas como mentales que involucren el pensamiento.

Como consecuencia de esta modalidad educativo que ubica el proceso de enseñanza aprendizaje de la educación física y demás áreas en sentido más teórico, se puede observar que el estudiantado en modalidad virtual cuenta con un acumulado de tiempo libre mayor al que tendrá si se estuviese trabajando de manera presencial lo que es contribuyente a que se presenten situaciones de inactividad mental, así como física también lo que se asemeja a un caso de sedentarismo en el estudiantado.

Todas estas consecuencias negativas mencionadas anteriormente conllevan a una clara problemática en el proceso y desarrollo adecuado del aprendizaje en el área de la educación física ya que se extravía el sentido y la interpretación que implican nutrirse de los conocimientos de un área tan importante como lo es la educación física.

Además, también se contribuye a que los estudiantes lleguen a presentar diversas dificultades de salud ya que cada día toma más arraigo la condición de sedentarismo y la perdida de facultades físicas como lo son la elasticidad, flexibilidad, fuerza, potencia y velocidad, la **coordinación, la agilidad y el equilibrio**, así como también la capacidad del **pensamiento y agilidad mental** que bien se puede estimular a través de la educación física.

## 2.5 JUSTIFICACIÓN

Las actividades lúdicas representan un importante estímulo del aprendizaje, puesto que cuando el niño y la niña juegan, al mismo tiempo están aprendiendo, experimentando, explorando y descubriendo su entorno. Durante la infancia es de gran importancia la lúdica ya que permite que el niño refuerce y fortalezca su auto confianza, autonomía, además permite el desarrollo de su personalidad a través de actividades recreativas como juegos, canciones, retahílas que permiten el desarrollo cognitivo en el niño y la dimensión social. Por último, se debe rescatar que la lúdica es una herramienta que permite que el niño aprenda de una

manera divertida y alegre además permite que el niño refuerce valores como el respeto, la responsabilidad, la honestidad, la tolerancia, entre otras y exprese sus diferentes emociones y sus diferentes opiniones acerca de las actividades que está realizando ya sea por si solo o en compañía de otros niños. (Dr. Carlos Francisco Toro).

Por medio de las actividades lúdicas que se puedan realizar en el área de educación física se puede llegar a incentivar y estimular la capacidad de aprendizaje que tiene los niños ya que no solo se enfoca en la parte recreativa y física sino también se involucra la capacidad de razonar que pueden desarrollar los estudiantes por medio de este tipo de actividades.

Participar en actividades recreativas, provee muchos beneficios esenciales en las áreas de salud personal, desarrollo humano, calidad de vida, reducción de comportamiento antisocial, y construcción de comunidades saludables.

De igual manera, existen otros beneficios más específicos de salud física, beneficios psicológicos, beneficios para la niñez temprana, beneficios familiares, beneficios de capital social, y beneficios sociales y económicos.

Fomentar el desarrollo integral en niños y jóvenes por medio de la **recreación** es una tarea muy importante para los padres y maestros, y puede resultar un proceso divertido para ambas partes. (María del Carmen Pérez Arroyo)

Las actividades recreativas son de vital importancia para desarrollar en el área de educación física ya que aparte de estimular el aprendizaje en los niños también los incentiva y mantiene motivados lo que es de gran ayuda para tener una condición físico mental optima ya que estos se mantienen con un estado de ánimo beneficioso para la salud.

El juego simbólico - dice Piaget - es al juego de ejercicio lo que la inteligencia representativa a la inteligencia sensorio-motora" (Piaget, 1973, pág. 222)

El juego simbólico es, por tanto, una forma propia del pensamiento infantil y si, en la representación cognitiva, la asimilación se equilibra con la acomodación, en el juego simbólico la asimilación prevalece en las relaciones del niño con el significado de las cosas y hasta en la propia construcción de lo que la cosa significa. De este modo el niño no sólo asimila la realidad, sino que la incorpora para poderla revivir, dominarla o compensarla.

El juego estimula en el cerebro del estudiante esa capacidad de aprender ya que lo hace de una forma más amena y divertida lo cual puede ser usado como na estrategia pedagógica aplicando juegos en el aula como metodología que contribuyan al proceso de enseñanza aprendizaje.

## 2.6 POBLACION

### SEXTO GRADO

CANTIDAD	FEMENINO	MASCULINO	EDAD
71	22.	49	12

### SEPTIMO GRADO

CANTIDAD	FEMENINO	MASCULINO	EDAD
95	31.	64	13

### OCTAVO GRADO

CANTIDAD	FEMENINO	MASCULINO	EDAD
77	27.	50	14

### NOVENO GRADO

CANTIDAD	FEMENINO	MASCULINO	EDAD
95	33.	62	15

### DECIMO GRADO

CANTIDAD	FEMENINO	MASCULINO	EDAD

53	15.	38	16
----	-----	----	----

### UNDECIMO GRADO

CANTIDAD	FEMENINO	MASCULINO	EDAD
86	23.	63	17

### TOTAL, SEDE

CANTIDAD	FEMENINO	MASCULINO	EDAD
477	151	326	12/17

## 2.7 MARCO CONCEPTUAL Y TEORICO

### 2.8 CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES

Las capacidades coordinativas generales son el resultado de un trabajo motor múltiple en diferentes modalidades, manifestándose en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana y del deporte para solucionar de forma racional y creativa las tareas que requieren movimiento (Harre, citado en Raeder, 1970).

Las capacidades coordinativas generales se desarrollan más en el marco de la disciplina de competición correspondiente y se caracterizan, según Osolin (1952), por la capacidad para variar la técnica propia de la modalidad.

### 2.9 COORDINACIÓN

astañer y Camerino (1991): un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de precisión, eficacia, economía y armonía.

Álvarez del Villar (recogido en Contreras, 1998): la coordinación es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento.

Jiménez y Jiménez (2002): es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones.

## 2.10 EQUILIBRIO

Según Álvarez del Villar (1987), el **equilibrio** es la habilidad de mantener el cuerpo en la posición erguida gracias a los movimientos compensatorios que implican la motricidad global y la motricidad fina, que es cuando el individuo está quieto (**equilibrio** estático) o desplazándose (**equilibrio** dinámico).

Desde el punto de vista biomecánico cuando hablamos de Equilibrio nos referimos a él como “un término genérico que describe la dinámica de la postura corporal para prevenir las caídas, relacionado con las fuerzas que actúan sobre el cuerpo y las características inerciales de los segmentos corporales” (Winter, 1995).

Existen tres categorías de equilibrio y que están determinadas por las fuerzas que actúan sobre un cuerpo. Equilibrio estático, cuando un cuerpo está en reposo o no se desplaza. Equilibrio cinético, cuando el cuerpo esta movimiento rectilíneo y uniforme. Equilibrio dinámico cuando intervienen fuerzas inerciales, es decir en movimientos no uniformes, donde un cuerpo parece estar en aparente desequilibrio, pero no se cae. (López Elvira, en Izquierdo, 2008)

### 2.10.1 AGILIDAD

Verstegan y Marcello (2001), plantearon que la **agilidad** es la habilidad física que les permite a los individuos desacelerar con rapidez y eficiencia, cambiar de dirección y acelerar rápidamente, en un esfuerzo por reaccionar de manera apropiada a las señales relevantes para la actividad.

La agilidad ha sido definida como la habilidad física que les permite a los individuos desacelerar con rapidez y eficiencia, cambiar de dirección y acelerar rápidamente, en

un esfuerzo por reaccionar de manera apropiada a las señales relevantes para la actividad (Verstegan y cols. , 2001).

Young y cols. (2006), plantearon que es una cualidad compleja que le permite a un atleta reaccionar a un estímulo, comenzar a moverse de forma rápida y eficiente, avanzar en la dirección correcta, y estar dispuestos a cambiar de dirección o detenerse rápidamente para hacer una técnica deportiva de una forma rápida, eficiente y de manera reproducible (Young y cols., 2006).

### **2.10.2 LÚDICA**

La lúdica es una dimensión del desarrollo humano que fomenta el desarrollo psicosocial, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, es decir encierra una gama de actividades donde se cruza el placer, el goce, la actividad creativa y el conocimiento. Según Jiménez (2002):

Para Motta (2004) la lúdica es un procedimiento pedagógico en sí mismo. La metodología lúdica existe antes de saber que el profesor la va a propiciar. La metodología lúdica genera espacios y tiempos lúdicos, provoca interacciones y situaciones lúdicas. (p. 23) La lúdica se caracteriza por ser un medio que resulta en la satisfacción personal a través del compartir con la otredad.

Para Torres (2004) lo lúdico no se limita a la edad, tanto en su sentido recreativo como pedagógico. Lo importante es adaptarlo a las necesidades, intereses y propósitos del nivel educativo. En ese sentido el docente de educación inicial debe desarrollar la actividad lúdica como estrategias pedagógicas respondiendo satisfactoriamente a la formación integral del niño y la niña.

### **2.10.3 RECREACION**

Pérez, Aldo (2003: 5) considera que la Recreación como disciplina tiene el propósito de utilizar las horas de descanso (tiempo libre), para que el hombre aumente su valor como ser humano y como miembro de la comunidad, a través de ocupar este tiempo con

actividades creadoras que motiven su enriquecimiento profesional, artístico-cultural, deportivo y social.

Según Plant, James (2009: 3) la Recreación es una experiencia integradora para el individuo porque capta, fortalece y proyecta su propio ritmo, es un instrumento para mejorar la mente, desarrollar el carácter, adquirir habilidades, mejorar la salud o la aptitud física, aumentar la productividad o la moral de los trabajadores, contribuye también al desarrollo personal y al de la comunidad.

La apreciación de Pérez, Aldo y otros (2003: 5) es que la Recreación es el conjunto de fenómenos y relaciones que surgen en el proceso de aprovechamiento del tiempo libre mediante la actividad terapéutica, profiláctica, cognoscitiva, deportiva o artística-cultural, sin que para ello sea necesario una compulsión externa y mediante las cuales se obtiene felicidad, satisfacción inmediata y desarrollo de la personalidad.

#### **2.10.4 ACTIVIDAD FISICA**

La actividad física es considerada como una ciencia en cuanto elabora teorías específicas sobre un contenido. Junto a este carácter de ciencia, la actividad física es tecnología por cuanto supone una intervención racional en la realidad práctica, y es técnica – arte - por cuanto el profesor no puede evitar “una especie de toque personal”, su acción se adapta a las circunstancias de cada situación concreta. Esta definición, de actividad física, pone de manifiesto, que es una parte importante para el trabajo, superando las concepciones más clásicas que se reducen a deporte y, actualmente, a educación física, como únicas vías para el trabajo físico. Por ello manifiesta Mora (1995) que “la actividad física como objeto de estudio es el resultado de un proceso de especialización científica”.

García (1997) la actividad física como: “la ciencia, la tecnología y la práctica que tiene por objeto el estudio de los elementos, y de sus interrelaciones intervinientes en el campo educativo físico, y que trata de explicar y de regular normativamente sus procesos de acomodación diferenciada, tendentes a conseguir los objetivos educativos, de antemano propuestos, en el marco institucional que lo concretiza”.

Otro autor como Sánchez Bañuelos (1996) considera que, “la actividad física puede ser contemplada como el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento sustancial del gasto energético de la persona”.

### **2.10.5 JUEGO**

El autor Pugmire-Stoy (1996) define el juego como el acto que permite representar el mundo adulto, por una parte, y por la otra relacionar el mundo real con el mundo imaginario. Este acto evoluciona a partir de tres pasos: divertir, estimular la actividad e incidir en el desarrollo.

Gimeno y Pérez (1989), definen el juego como un grupo de actividades a través del cual el individuo proyecta sus emociones y deseos, y a través del lenguaje (oral y simbólico) manifiesta su personalidad. Para estos autores, las características propias del juego permiten al niño o adulto expresar lo que en la vida real no le es posible. Un clima de libertad y de ausencia de coacción es indispensable en el transcurso de cualquier juego.

Según Guy Jacquin, citado por Pugmire-Stoy, el juego es una actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libremente escogida que cumplir o un obstáculo deliberadamente que vencer. El juego tiene como función esencial procurar al niño el placer moral del triunfo que al aumentar su personalidad, la sitúa ante sus propios ojos y ante los demás.

### **2.10.6 AGILIDAD MENTAL**

La agilidad mental es la característica y capacidad propia del ser humano que puede ser considerada como una destreza que nos ayuda en la ejecución de una cosa o un acto. En definitiva, la agilidad mental, es una aptitud para la reacción de tipo simple o complejo, psíquico o motor, que ha sido aprendida por un individuo hasta el grado de poder ejecutarla con rapidez y esmero a lo largo y en cualquier circunstancia de su vida. (Varren, 2006; Caballo, 2002.)

Esta habilidad se caracteriza por la facilidad para solucionar los problemas basados en deducciones lógicas, así como determinar o crear un plan de desarrollo próximo a seguir y ponerlo en ejecución con resultados benéficos. La agilidad mental es una característica del cerebro en las que se puede poner en juicio un acto o acción analizándola desde varias perspectivas entre sí y formando un conocimiento nuevo en la experiencia del ser humano. En este sentido se le considera como "un importante factor interno que influye en el aprendizaje significativo". (Ausubel, 2010, p. 228).

### **2.10.7 TANGRAM**

Miller, Heeren y Hornsby (2006) definen que el **tangram** es un entretenimiento, formado por siete piezas geométricas, extraídas de un cuadrado que acceden a la creación de innumerables figuras. Además de estimular la imaginación, la creatividad, desarrolla destrezas y habilidades.

### **2.10.8 RAYUELA**

La rayuela es un juego de conocimiento de uno mismo, consiste en lanzar un objeto pequeño de forma plana sobre una serie de cuadrados (o círculos u otra forma) numerados, dibujados en el suelo para luego ir saltando sobre los números a buscar el objeto, también, se puede empujar con la punta del zapato el objeto. Es un juego tan antiguo que hasta ha servido para creación literaria en la cual se indica en forma retórica y romántica la manera de jugar (Cortázar, 1963; Blanes, 2005). Así también, se trata al juego de la rayuela para el aprendizaje de las artes visuales, como agente traductor del lenguaje gráfico e imágenes provocadas por disparadores verbales, utilizando los colores como expresión de fantasía e imaginación (Palopoli, 2006).

### **2.10.9 MALABARISMO**

El Malabarismo mantener (dos o más objetos) en el aire, a la vez, lanzándolos y recepcionándolos alternativamente. Esta definición se centra únicamente en lanzar y recoger, olvidando muchas de las otras acciones motrices que realiza un **malabarista**, como son **según** Aguado, X. y Fernández A.

### 3. CAPITULO III INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

#### 3.1. DISEÑO CRONOGRAMA

HABILIDAD	22 de febrero / 12 de marzo	1 de marzo / 12 de marzo	Guía 1: 1 de abril / 30 de abril	Guía 2: 1 de mayo / 8 de mayo	Guía 3: 8 de mayo / 15 de mayo	Guía 4: 15 de mayo / 22 de mayo	Guía 5: 22 de mayo / 28 de mayo
Diagnostico	Actividades de diagnóstico institucional						
Agilidad mental		Elaboración material didáctico para la institución					
Coordinación Agilidad equilibrio			Esquema movimientos de coordinación				
Coordinación, agilidad, equilibrio				Rayuela de huellas			
Agilidad mental					Tangram		
Agilidad, coordinación, equilibrio						Malabares	
Agilidad mental							Figuras de palillos

**3.2 EJECUCION  
 METODOLOGIA**

**GUIA 1: ESQUEMA EJERCICIOS DE COORDINACION 1 de abril / 30 de abril**

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN GRAFICA DE ACTIVIDADES
<p><b>ACTIVIDAD # 1.</b></p> <p>para esta primera actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie, posteriormente vamos a llevar el pie derecho hacia delante un poco cruzado pisando el suelo, seguidamente haremos lo mismo con el pie izquierdo logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.</p>	

**ACTIVIDAD # 2.**

para esta segunda actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie, posteriormente vamos a llevar el pie derecho hacia un costado pisando el suelo, seguidamente haremos lo mismo con el pie izquierdo logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



**ACTIVIDAD # 3.**

para esta tercera actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie con las piernas a la anchura de los hombros, posteriormente vamos a saltar llevando el pie derecho hacia adelante, seguidamente hacemos el mismo movimiento llevando el pie izquierdo hacia adelante logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.





**ACTIVIDAD # 4.**

para esta cuarta actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie con las piernas a la anchura de los hombros y posteriormente llevamos el pie derecho hacia adelante, seguidamente el pie izquierdo pasara por encima del derecho cruzándose por delante de este y finalmente el pie derecho regresa hacia atrás a su puesto seguido del izquierdo logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



### ACTIVIDAD # 5.

para esta quinta actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie con las piernas a la anchura de los hombros y posteriormente llevamos el pie derecho hacia adelante, seguido del pie izquierdo, después pisamos a un lado con el pie derecho mientras el izquierdo pisa en el centro, posteriormente el pie izquierdo pisa a un costado mientras el derecho pisa en el centro, finalmente ambos pies vuelven al centro y atrás a la posición inicial logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.





**ACTIVIDAD # 6.**

para esta sexta actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie con las piernas a la anchura de los hombros y posteriormente realizamos un salto donde llevamos el pie derecho hacia adelante en un ángulo de 90° mientras el pie izquierdo ira hacia atrás a 90° también logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



**ACTIVIDAD # 7.**

para esta séptima actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie con las piernas a la anchura de los hombros y posteriormente realizamos un salto donde llevamos ambas piernas abiertas hacia los costados y luego las juntaremos en el centro por medio de un salto también logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



**ACTIVIDAD # 8.**

para esta octava actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie con las piernas a la anchura de los hombros y posteriormente vamos a llevar el pie derecho hacia el centro donde con la punta de este tacaremos el talón del pie izquierdo y posteriormente haremos lo mismo con el pie izquierdo invirtiendo el ejercicio logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



**ACTIVIDAD # 9.**

para esta novena actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie con las piernas a la anchura de los hombros y posteriormente vamos a llevar el pie derecho hacia el costado lo más alejado posible mientras levanto la mano izquierda, posteriormente hacemos el mismo ejercicio con el pie izquierdo levantando la mano derecha logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



**ACTIVIDAD # 10.**

para esta décima actividad nos vamos a ubicar completamente rectos en posición de pie con las piernas a la anchura de los hombros y posteriormente llevamos el pie derecho hacia adelante y al costado seguido del izquierdo también adelante y al costado y posteriormente vuelven ambos pies hacia atrás y al centro uno seguido del otro formando una v con el movimiento de los pies logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.





**ACTIVIDAD # 11.**

para esta undécima actividad nos sentaremos en el suelo con las piernas extendidas y posteriormente vamos a recoger el pie derecho y posteriormente lo estiramos de nuevo repitiéndolo en 16 tiempos, posteriormente haremos el mismo ejercicio pero con el pie izquierdo en 16 tiempos igualmente.



**ACTIVIDAD # 12.**

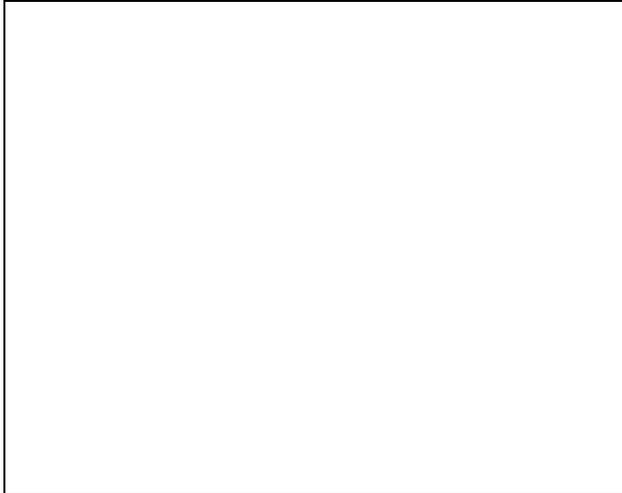
para esta décimo segunda actividad nos sentaremos en el suelo con las piernas extendidas y posteriormente vamos a recoger el pie derecho y posteriormente lo estiramos de nuevo para realizar el mismo movimiento con el pie izquierdo logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



**ACTIVIDAD # 13.**

para esta decimotercera actividad nos sentaremos en el suelo con las piernas extendidas y posteriormente vamos a recoger el pie derecho, luego lo pasamos por encima de la rodilla izquierda pisando a un costado para volver al centro y extenderlo de nuevo, seguidamente haremos el mismo movimiento con el pie izquierdo logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.





**ACTIVIDAD # 14.**

para esta decimocuarta actividad nos sentaremos en el suelo con las piernas extendidas y posteriormente vamos a extender el pie derecho al costado, posteriormente lo traemos de nuevo al centro para extender luego el pie izquierdo logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



**ACTIVIDAD # 15.**

para esta decimoquinta actividad nos sentaremos en el suelo con las piernas extendidas y posteriormente vamos a recoger juntas ambas piernas para posteriormente extenderlas logrando una continuidad de estos movimientos repitiéndola en 16 tiempos.



**GUIA 2: RAYUELAS AFRICANA Y DE HUELLAS 30 de abril / 8 de mayo**

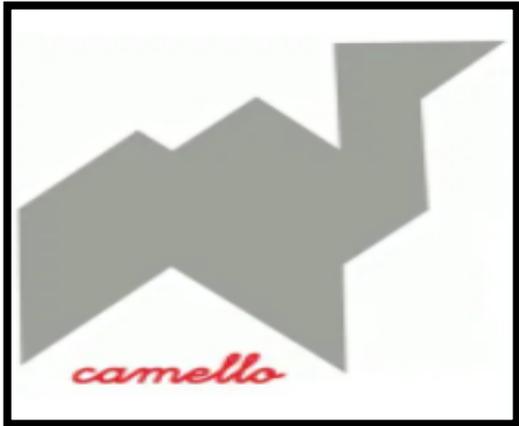
DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN GRAFICA DE ACTIVIDADES
<p><b>ACTIVIDAD # 1.</b></p> <p>para esta actividad vamos a imprimir, trazar o pintar en el suelo 24 huellas de manos y pies agrupados en 3 hileras y 8 filas (7 pies derechos, 5 pies izquierdos, 6 manos derechas y 6 manos izquierdas) para posteriormente atravesar la rayuela de huellas colocando cada mano y cada pie en su lugar según corresponda.</p>	

**GUÍA 3: TANGRAM 8 de mayo / 15 de mayo**

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN GRAFICA DE ACTIVIDADES
<p><b>ACTIVIDAD # 1.</b></p> <p>para esta primera actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del águila en un tiempo máximo de 5 minutos.</p>	
<p><b>ACTIVIDAD # 2.</b></p> <p>para esta segunda actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del burro en un tiempo máximo de 5 minutos.</p>	
<p><b>ACTIVIDAD # 3.</b></p> <p>para esta tercera actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del caballo en un tiempo máximo de 5 minutos.</p>	

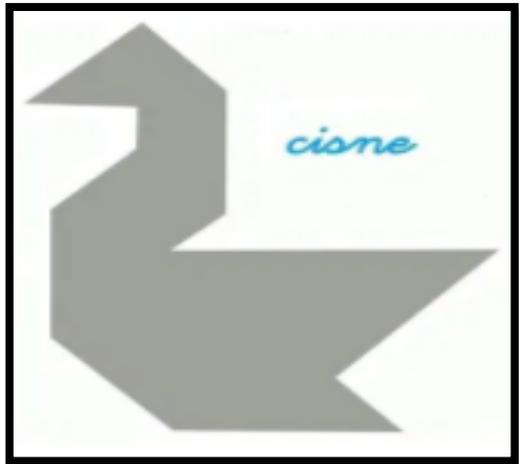
**ACTIVIDAD # 4.**

para esta cuarta actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del camello en un tiempo máximo de 5 minutos.



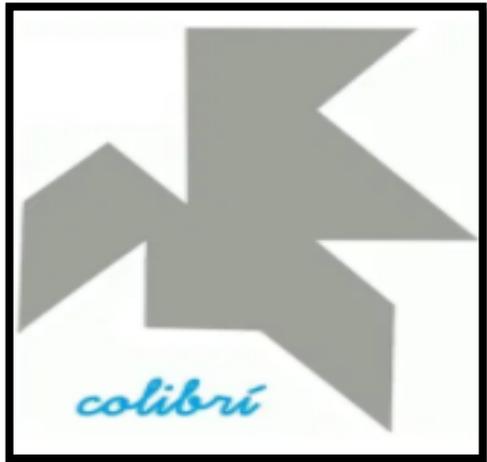
**ACTIVIDAD # 5.**

para esta quinta actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del cisne en un tiempo máximo de 5 minutos.



**ACTIVIDAD # 6.**

para esta sexta actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del colibrí en un tiempo máximo de 5 minutos.



**ACTIVIDAD # 7.**

para esta séptima actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del gato en un tiempo máximo de 5 minutos.



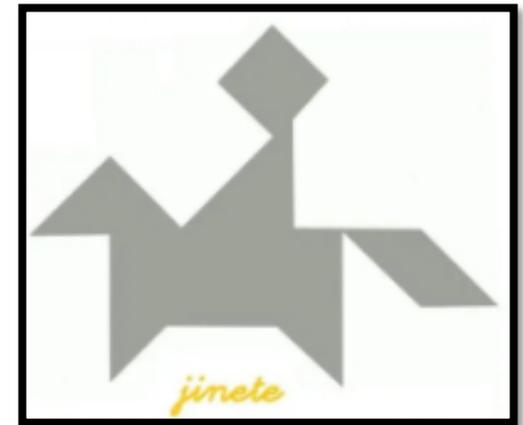
**ACTIVIDAD # 8.**

para esta octava actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura de la tortuga en un tiempo máximo de 5 minutos.



**ACTIVIDAD # 9.**

para esta novena actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del jinete en un tiempo máximo de 5 minutos.



**ACTIVIDAD # 10.**

para esta décima actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura de la casa en un tiempo máximo de 5 minutos.



**ACTIVIDAD # 11.**

para esta undécima actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del avión en un tiempo máximo de 5 minutos



**ACTIVIDAD # 12.**

para esta décimo segunda actividad guiados y apoyas en las siete fichas que conforman el tangram las cuales son un paralelogramo, un cuadrado y cinco triángulos vamos a tratar de resolver la figura del barco en un tiempo máximo de 5 minutos



**GUÍA 4: MALABARES 15 de mayo / 22 de mayo**

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN GRAFICA DE ACTIVIDADES
<p><b>ACTIVIDAD # 1.</b></p> <p>para esta primera actividad con pelotas vamos a tomar una pelota en la mano derecha para posteriormente lanzarla verticalmente lo más alto posible y atraparla con la mano izquierda, seguidamente haremos el mismo movimiento con la mano izquierda de forma continua el mayor número de veces seguidas posibles sin dejar caer la pelota al suelo.</p>	
<p><b>ACTIVIDAD # 2.</b></p> <p>para esta segunda actividad con pelotas vamos a tomar una pelota en la mano derecha para posteriormente lanzarla verticalmente lo más alto posible por debajo de la pierna derecha y atraparla con la mano izquierda, seguidamente haremos el mismo movimiento con la mano izquierda de forma continua el mayor número de veces seguidas posibles sin dejar caer la pelota al suelo.</p>	
<p><b>ACTIVIDAD # 3.</b></p> <p>para esta tercera actividad con pelotas vamos a tomar dos pelotas en ambas manos para posteriormente lanzarlas una a la vez verticalmente lo más alto posible y atraparlas con ambas manos teniendo en estas una pelota a la vez, seguidamente haremos el mismo movimiento de forma continua el mayor número de veces seguidas posibles sin dejar caer las pelotas al suelo.</p>	

**ACTIVIDAD # 4.**

para esta tercera actividad con pelotas vamos a tomar dos pelotas en la mano derecha o izquierda para posteriormente lanzarlas una a la vez verticalmente lo más alto posible y atraparlas con la misma mano teniendo en esta una pelota a la vez, seguidamente haremos el mismo movimiento con la mano de forma continua el mayor número de veces seguidas posibles sin dejar caer las pelotas al suelo.



**ACTIVIDAD # 5.**

para esta quinta actividad con pelotas vamos a tomar tres pelotas dos en una mano y una en la otra y procederemos a lanzar de una mano a otra verticalmente las pelotas una a la vez, seguidamente haremos el mismo movimiento de forma continua el mayor número de veces seguidas posibles sin dejar caer las pelotas al suelo.



**GUÍA 5: FIGURAS CON PALILLOS 22 de mayo / 28 de mayo**

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA DE ACTIVIDADES	DESCRIPCIÓN GRAFICA DE ACTIVIDADES
<p><b>ACTIVIDAD # 1.</b></p> <p>para esta primera actividad de pensamiento lógico con palillos vamos a necesitar un total de 13 palillos para conformar la figura del toro la cual se encuentra mirando hacia nuestra izquierda y debe terminar mirando a nuestra derecha solamente con el movimiento de dos palillos, para resolver esta figura tendremos un total de 3 minutos como</p>	

<p>máximo.</p>	
<p><b>ACTIVIDAD # 2.</b></p> <p>para esta segunda actividad de pensamiento lógico con palillos vamos a necesitar un total de 4 palillos y una moneda para conformar la figura de la copa en donde debemos sacar la moneda de la copa sin que esta pierda su figura y solamente con el movimiento de dos palillos, para resolver esta figura tendremos un total de 3 minutos como máximo.</p>	
<p><b>ACTIVIDAD # 3.</b></p> <p>para esta tercera actividad de pensamiento lógico con palillos vamos a necesitar un total de 4 palillos para conformar una figura de cruz con estos y donde debemos formar un cuadrado solamente con el movimiento de un solo palillo, para resolver esta figura tendremos un total de 3 minutos como máximo..</p>	
<p><b>ACTIVIDAD # 4.</b></p> <p>para esta cuarta actividad de pensamiento lógico vamos a necesitar trazar un cuadrado perfecto marcando con 4 puntos cada esquina de este y posteriormente debemos unir los cuatro puntos solamente trazando 3 líneas, para resolver esta figura tendremos un total de 3 minutos como máximo..</p>	

### 3.3 EVALUACION

El trabajo de práctica profesional y propuesta de grado del área de educación física recreación y deportes realizado en la institución educativa José Rafael Faria Bermúdez de Pamplona ha logrado tener una gran aceptación por parte de la comunidad educativa tanto en el profesorado como en el alumnado.

En cuanto al comportamiento y desarrollo mostrado por parte del alumnado de la institución se puede decir que este ha tenido una gran disposición y desempeño a la hora de realizar las actividades propuestas para el semestre de practica desarrollándolas de forma eficaz y dejando saber que han experimentado una sensación de satisfacción a la hora de realizar dichas actividades cumpliendo así con los resultados esperados en el fortalecimiento de las capacidades coordinativas y la agilidad mental de los estudiantes durante el desarrollo de este proceso formativo que se llevó a cabo durante el semestre en el área de educación física recreación y deportes.

Es así como entonces se puede concluir que durante este proceso se lograron cumplir las expectativas y objetivos que se trazaron para la institución José Rafael Faria Bermúdez en el área de educación física logrando fortalecer y mejorar las capacidades coordinativas y agilidad mental en el alumnado rescatando la amenidad y compatibilidad lograda entre maestros y alumnos lo que arroja un resultado satisfactorio.

Como recomendación o punto para recalcar como poco favorable es preciso decir que debido a la situación del paro nacional en el cual se hacen participes las instituciones educativas con sus maestros no se logró tener la aplicación adecuada del total de las actividades planteadas para el semestre en el área de educación física además de enmarcar también que el modelo de trabajo de guías no es el más adecuado para el correcto desarrollo del área ya está necesita un poco más de practica en su desarrollo. Se mencionan estas dos últimas eventualidades con el objetivo de recalcar la afectación que sufre el proceso educativo en el área de educación física.

#### ANEXOS

#### GUIA DE TRABAJO POR EMERGENCIA DE SALUD PÚBLICA: PANDEMIA DE CORONA VIRUS (COVID 19)

No MARZO 2020

E	RE	GUIA	X
VALUACION	CUPERACION	ALLER	
P	G	EDUC	

ERIODO		RADO		ACION FISICA		ECHA	
TEMA:				COORDINACION CORPORAL		TIEMPO:	
<p>COMPETENCIA: EJECUTA MOVIMIENTOS DE COORDINACION CORPORAL BASICOS GUIADO POR LA INSTRUCCIÓN DEL DOCENTE MEJORANDO LA EFICACIA Y LA CAPACIDAD COGNITIVA A LA HORA DE REALIZAR LOS MOVIMIENTOS.</p>							

**PROFESORES:** JOSE ANTONIO GELVEZ RAMIREZ (3203427034 – [toococas@yahoo.es](mailto:toococas@yahoo.es) )

BRHANDON JAIR RUIZ SOTO ([brhandon106@gmail.com](mailto:brhandon106@gmail.com))

Según Jean Le BOULCH (1987) la **coordinación** es “la interacción, el buen funcionamiento, entre el sistema nervioso central y la musculatura esquelética en la ejecución del movimiento”. Tiene en cuenta, por tanto, el ajuste entre la acción muscular y la “idea” motriz o esquema mental de lo que se desea ejecutar.

La **coordinación en educación física** tiene que ver con la capacidad del deportista o ejecutante para realizar movimientos que le permitan la correcta ejecución técnica de un determinado ejercicio o rutina. Ampliando el concepto, la coordinación es la capacidad física que tiene el cuerpo humano para movilizarse o desplazarse sincrónicamente, a través de movimientos ordenados de los músculos y el esqueleto.

### Tipos de coordinación:

**Coordinación óculo segmentaria:** Tiene que ver con los movimientos de ciertas áreas específicas del cuerpo, como brazos o piernas, relacionados con objetos como balones, discos, jabalinas u otros implementos. Todos estos movimientos se dan luego que el sentido de la vista ha captado un estímulo previo que provoca en el cerebro la señal pertinente para que el músculo se mueva de una forma particular.

**Coordinación dinámica general:** En este caso los movimientos sincronizados involucran a los músculos de todo (o casi todo) el cuerpo, siendo importante lograr la correcta secuencia entre la contracción y la relajación muscular para lograr el objetivo. Para ellos es imprescindible el buen funcionamiento del sistema nervioso central. Ejemplos de este tipo de coordinación se dan en la natación, el nado sincronizado, las carreras de pista, la gimnasia, etcétera.

**Coordinación dinámica general:** En este caso los movimientos sincronizados involucran a los músculos de todo (o casi todo) el cuerpo, siendo importante lograr la correcta secuencia entre la contracción y la relajación muscular para lograr el objetivo. Para ellos es imprescindible el buen

funcionamiento del sistema nervioso central. Ejemplos de este tipo de coordinación se dan en la natación, el nado sincronizado, las carreras de pista, la gimnasia, etcétera.

Cuando interviene un grupo específico de músculos. Este tipo de coordinación se subdivide en:

**1 Coordinación óculo pedal:** también llamada coordinación óculo pédica, es aquella en la que intervienen las piernas y su relación con lo que ve el ojo. El mejor ejemplo de este tipo de coordinación es el fútbol.

**2 Coordinación óculo manual:** en la que interviene la motricidad fina de manos y dedos y su relación con lo que ve el ojo. En este segmento se ubican deportes como el baloncesto, el tenis, el vóleybol, entre otros. Se puede subdividir a su vez en: coordinación óculo pie/mano y coordinación óculo cabeza.

Coordinación intermuscular. **Se refiere a la correcta intervención de todos los músculos involucrados en el movimiento.**

Coordinación intramuscular: **Tiene que ver con la capacidad de cada músculo para contraerse y relajarse de forma eficaz para la correcta realización del movimiento.**

## INSTRUCCIONES GENERALES:

Conscientes de la difícil situación que se presenta en estos momentos en el territorio nacional por la PANDEMIA CORONAVIRUS que está azotando la humanidad y con base en las medidas preventivas del gobierno nacional y reconociendo los compromisos académicos tanto de los estudiantes, padres de familia y comunidad en general se proponen unos referentes de conocimiento y actividades pedagógicas para que en el ambiente familiar en el que nos encontramos se desarrollen dichas actividades y sean presentadas y sustentadas al reinicio de las actividades académicas.

1. Observar y comprender los ejercicios o movimientos de coordinación corporal suministrados por el docente. <https://youtu.be/do65dlqQ4v0>
2. Aprender los movimientos mediante la práctica y repetición de estos mismos.

## PAUSA ACTIVA CON MOVIMIENTOS CORPORALES COORDINATIVOS

### Activación articular:

- Levanto un pie y en el aire roto el tobillo hacia adelante y hacia atrás durante 15 seg y realizo lo mismo con el otro pie.
- Levanto la rodilla a 90° y la roto hacia adelante y hacia atrás durante 15 seg y realizo lo mismo con la otra rodilla.
- Separo las piernas a la anchura de los hombros y roto la cadera hacia los lados, hacia adelante y atrás y en círculo durante 15 seg en cada dirección.
- Roto los hombros hacia adelante y hacia atrás durante 15 seg en cada dirección.
- Extiendo los brazos al frente y acerco y alejo los codos durante 15 seg.
- Extiendo los brazos al frente y roto las muñecas hacia arriba y abajo durante 15 seg.
- Llevo la cabeza hacia adelante y atrás y hacia los lados durante 15 seg en cada dirección.

### calentamiento:

- Realizo skipping bajo durante 30 seg.
- Realizo elevación de rodillas durante 30 seg.
- Realizo elevación de rodillas durante 30 seg.
- Realizo saltos con rotación de cadera durante 30 seg
- Elevo la pierna al frente y toco con la mano contraria el pie durante 30 seg.
- Realizo caballitos en el puesto durante 30 seg
- Realizo escaladores durante 30 seg.
- Realizo doble sentadilla en el puesto con un salto durante 30seg.

### Desarrollo: Esquema de coordinación.

- En el primer ejercicio llevamos el pie derecho adelante cruzándolo y volviendo al puesto mientras lo alterno con el izquierdo. Lo repetimos 8 veces.
- En el segundo ejercicio llevamos el pie derecho al lado y luego lo regreso al puesto puesto mientras lo alterno con el izquierdo. Lo repetimos 8 veces.
- En el tercer ejercicio salto en diagonal llevando el pie derecho adelante y dejando el izquierdo atrás y seguidamente invierto las posiciones para saltar a la posición inicial. Lo repetimos 8 veces.
- En el cuarto ejercicio vamos a llevar el pie izquierdo adelante en diagonal y luego cruzo el derecho por delante de este en diagonal también, posteriormente llevo el izquierdo hacia atrás a la posición inicial seguido del derecho. Lo repetimos 8 veces.

- En el quinto ejercicio llevamos el pie derecho adelante seguido del izquierdo, luego llevo el derecho hacia afuera seguido del izquierdo, posteriormente llevo el izquierdo hacia afuera seguido del derecho dos veces seguidas, luego vuelvo a llevar el derecho hacia afuera seguido del izquierdo y por ultimo llevo los dos pies atrás el derecho seguido del izquierdo a la posición inicial. Lo repetimos 8 veces.
- En el sexto ejercicio vamos a realizar un salto mientras llevamos una pierna adelante y la otra atrás y lo haremos de forma continua alternando un pie adelante y el otro atrás. Lo repetimos 8 veces.
- En el séptimo ejercicio vamos a realizar un salto mientras llevamos las piernas hacia los costados y lo haremos de forma continua abriendo y cerrando las piernas. Lo repetimos 8 veces.
- En el octavo ejercicio vamos a realizar un balanceo llevando el peso del cuerpo a una sola pierna mientras levanto la otra y con la punta de este mismo toco el talón de la otra pierna. Lo repetimos 8 veces.
- En el noveno ejercicio vamos a inclinarnos un poco apoyando el peso del cuerpo en una sola pierna mientras extendemos a un costado la otra pierna y lo haremos alternadamente llevando una mano al frente y arriba. Lo repetimos 8 veces.
- En el décimo ejercicio vamos a llevar el pie derecho hacia adelante abriéndolo un poco al costado seguido del izquierdo para después volverlos a llevar hacia atrás a la posición inicial realizando una figura de v con los movimientos. Lo repetimos 8 veces.
- En el undécimo ejercicio nos vamos a sentar en el suelo con las piernas juntas y extendidas mientras las llevamos encogidas hacia el pecho para posteriormente extenderlas. Lo repetimos 8 veces.
- En el duodécimo ejercicio sentados en el suelo con las piernas extendidas las llevaremos hacia arriba, luego las separamos y juntamos continuamente. Lo repetimos 8 veces.
- En el decimotercer ejercicio sentados en el suelo con las piernas extendidas las llevaremos arriba, luego las separamos, luego las cruzamos continuamente, seguido las separo y llevo abajo. Lo repetimos 8 veces.
- En el decimocuarto ejercicio sentados en el piso vamos a estar apoyados en los glúteos con los pies tocando el suelo y las manos tocando la cadera mientras tocamos la rodilla con el codo de forma asimétrica. Lo repetimos 8 veces.
- En el decimoquinto ejercicio sentados en el suelo con las piernas extendidas vamos a llevar las manos hacia a los lados tocando el hombro de forma asimétrica, luego las llevamos juntas hacia arriba, posteriormente juntas hacia a los lados para volver a repetir el ejercicio desde el principio. Lo repetimos 8 veces.

#### **ESTIRAMIENTO:**

- Vamos a llevar un pie adelante ligeramente flexionado mientras estiramos los gastrocnemios durante 15 seg.
- Vamos a llevar un pie adelante y dejamos el otro atrás ambos a 90° mientras estiramos los cuádriceps durante 15seg.
- Vamos a separar las piernas hacia los lados totalmente extendidas mientras tocamos el suelo y estiramos los aductores durante 15seg.
- Vamos a juntar las piernas mientras tocamos la punta de los pies con las manos estirando los isquiotibiales durante 15 seg.
- Vamos a tomar la rodilla con ambas manos llevándola hacia el pecho mientras estiramos los glúteos e isquiotibiales durante 15seg.
- Vamos a llevar el talón al glúteo tomando el empeine del pie con la mano mientras estiramos el cuádriceps durante 15seg.
- Vamos a colocar las manos en la cintura mientras llevamos el tronco hacia atrás, adelante y los lados mientras estiramos los músculos lumbares y abdominales durante 15seg en cada dirección.
- Vamos a colocar la mano sobre el codo contrario mientras extendiendo el brazo hacia un costado estirando el hombro durante 15 seg.
- Vamos a colocar la mano sobre el codo contrario mientras extendiendo el brazo hacia atrás por encima de la cabeza mientras estiro el tríceps durante 15 seg..

**GUIA DE TRABAJO POR EMERGENCIA DE SALUD PUBLICA: PANDEMIA DE  
 CORONA VIRUS ( COVID 19 )**

**No 03 ABRIL 2021**

VALUACION	E	RE	GUIA	ALLER
PERIODO	P	G	EDUC	ECHA
	o	RADO	ACION FISICA	
TEMA: FIGURAS TANGRAM				<b>NTREGA:</b>
COMPETENCIA: resuelve correctamente las figuras del tangram dadas orientados en un espacio y tiempo determinados.				

**PROFESOR: JOSE ANTONIO GELVEZ RAMIREZ**

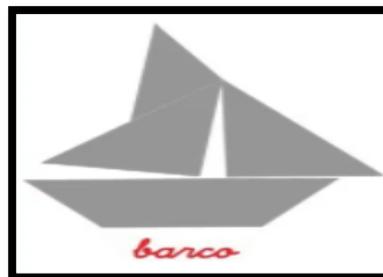
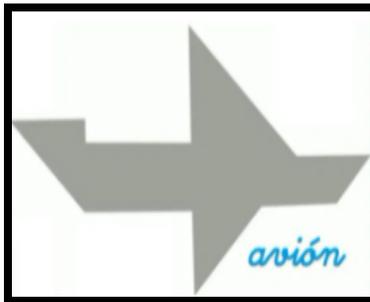
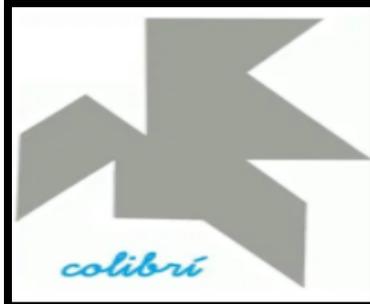
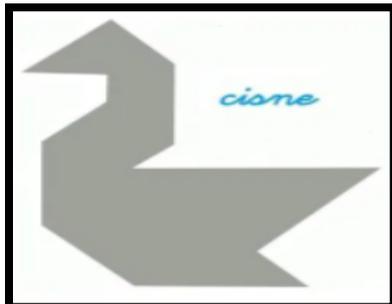
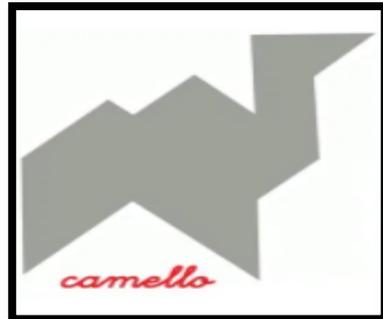
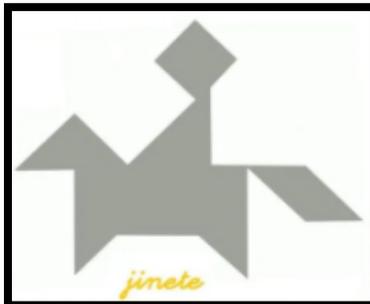
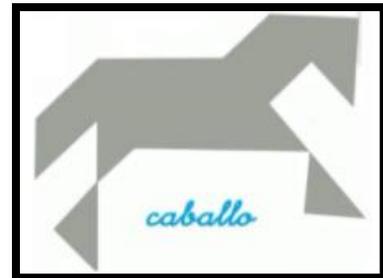
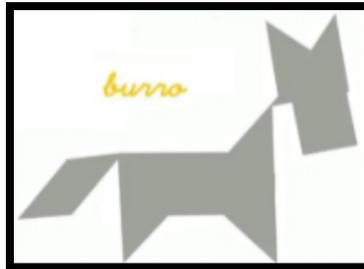
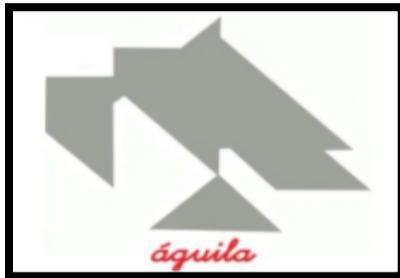
**PROFESOR PRACTICANTE: BRHANDON JAIR RUIZ SOTO ( EXALUMNO FARIA  
 PROMOCION 2015 )**

<b>CORREO</b>	<b>No CELULAR</b>
<a href="mailto:antoniogelvez.docentefaria@gmail.com">antoniogelvez.docentefaria@gmail.com</a> <a href="http://ail.com">ail.com</a>	<b>3203 427034</b>

**INSTRUCCIONES GENERALES:**

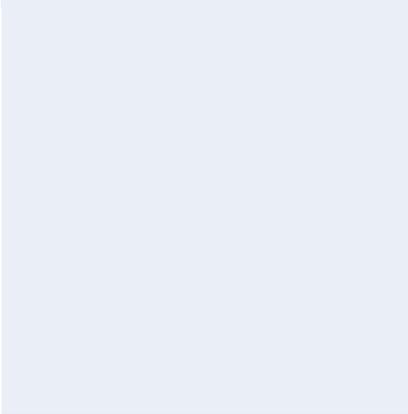
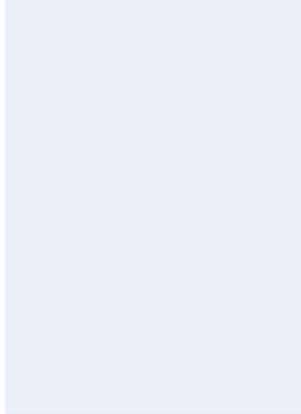
Conscientes de la difícil situación que se presenta en estos momentos en el territorio nacional por la segunda oleada de la PANDEMIA CORONAVIRUS que sigue azotando la humanidad y con base en las medidas preventivas del gobierno nacional y reconociendo los compromisos académicos tanto de los estudiantes, padres de familia y comunidad en general se proponen unos referentes de conocimiento y actividades pedagógicas para que en el ambiente familiar en el que nos encontramos se desarrollen y sean presentadas y sustentadas de acuerdo a las fechas asignadas para tal fin; hacemos votos para que al interior de nuestras familias no se presenten situaciones difíciles con este fenómeno y que podamos vernos prontamente gozando de salud y bienestar para lo que pedimos que **NOS SIGAMOS CUIDANDO MUCHO.**

1. Observa y analiza detenidamente las figuras del tangram dadas a continuación.
2. Practica solucionando varias veces las figuras del tangram dadas a continuación.
3. Iniciamos a resolver las figuras con los miembros de nuestra familia y tomamos evidencia (practicando cada figura ya sea foto/video) para enviarla a los correos [brhandon106@gmail.com](mailto:brhandon106@gmail.com) y [antoniogelvez.docentefaria@gmail.com](mailto:antoniogelvez.docentefaria@gmail.com)



#### 4. CAPITULO IV ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
1 AL 12 DE MARZO DEL 2021	ELEBORACION MATERIAL DIDACTICO PARA LA INSTITUCION ( CUBOS SOMA, STANHOUSE, DE 6 FICHAS Y 4 FICAHAS)	
16 DE ABRIL DEL 2021	PROYECTO BRUJULA VEREDA MONTEADENTRO	
24 DE ABRIL DEL 2021	PROYECTO BRUJULA BARRIO JURADO	





## CONCLUSIONES

Del proceso de enseñanza aprendizaje desarrollado durante la práctica profesional del área de educación física en la institución educativa José Rafael Faria Bermúdez de Pamplona podemos sacar varias conclusiones como resultado de este mismo, y la primera de ellas es que se puede afirmar que la labor en la institución fue un proceso lleno de mucha amenidad en un ambiente de trabajo muy acogedor por parte de la comunidad educativa de la institución.

Fue de gran acogida por parte de la comunidad educativa de la institución José Rafael Faria Bermúdez la llegada a la institución, puesto que se evidenció un recibiendo pleno y digno donde se recibió mucho apoyo y respeto hacia el alumno maestro mostrando también la mejor disponibilidad y colaboración respecto a la labor que se pretendía desarrollar en el área de educación física.

El trabajo desarrollado durante la práctica tuvo una gran acogida por parte de la comunidad ya que esta mostró mucho interés y disponibilidad a la hora de desarrollar cada actividad propuesta y cada objetivo trazado evidenciando el entusiasmo del alumnado de la sede que se mostró muy motivado y entusiasta con el trabajo desarrollado así como también el resto de la comunidad educativa.

En cuanto a las metas propuestas se puede llegar a la conclusión que para lograr alcanzar estas mismas el proceso que las compone se llevó a cabo de forma muy completa ya que se cumplió a cabalidad con los estándares y expectativas que requerían cada actividad a desarrollar durante el proceso de enseñanza aprendizaje de la práctica profesional en el área de educación física por parte del alumnado de bachillerato de la sede el cual mostró mucho interés, disponibilidad y compromiso con las labores desarrolladas consiguiendo así un aprendizaje pleno en el tema de enfoque de la propuesta de la práctica profesional.

## BIBLIOGRAFIA

<https://www.webcolegios.com/provincial/>

<http://www.enjambre.gov.co/enjambre/file/download/190316955>

<https://pamplonacolombia2019.wordpress.com/colegio-provincial-san-jose/>

[https://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/iad/calamardo/iadformacion/tdci/cf-bed-06.html#:~:text=Las%20capacidades%20coordinativas%20generales%20son,citado%20en%20Raeder%2C%201970\).](https://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/iad/calamardo/iadformacion/tdci/cf-bed-06.html#:~:text=Las%20capacidades%20coordinativas%20generales%20son,citado%20en%20Raeder%2C%201970).)

<https://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm>

[https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/equilibrio#:~:text=Seg%C3%BAn%20%C3%81lvarez%20del%20Villar%20\(1987,o%20de splaz%C3%A1ndose%20\(equilibrio%20din%C3%A1mico\).](https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/equilibrio#:~:text=Seg%C3%BAn%20%C3%81lvarez%20del%20Villar%20(1987,o%20de splaz%C3%A1ndose%20(equilibrio%20din%C3%A1mico).)

<https://g-se.com/agilidad-bp-357cfb26e28d18>

<https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/LP/article/download/3331/2894/9845>

[https://www.monografias.com/trabajos82/algunas-consideraciones-recreacion/algunas-consideraciones-recreacion2.shtml#:~:text=Al%20respecto%2C%20P%C3%A9rez%2C%20Aldo%20\(,creadoras%20que%20motiven%20su%20enriquecimiento](https://www.monografias.com/trabajos82/algunas-consideraciones-recreacion/algunas-consideraciones-recreacion2.shtml#:~:text=Al%20respecto%2C%20P%C3%A9rez%2C%20Aldo%20(,creadoras%20que%20motiven%20su%20enriquecimiento)

<https://www.efdeportes.com/efd193/actividad-fisica-y-salud-aclaracion-conceptual.htm>

<https://www.monografias.com/trabajos65/uso-juego-estrategia-educativa/uso-juego-estrategia-educativa.shtml>

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2220-90262012000200006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2220-90262012000200006)

<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/86/Lopez-Michael.pdf>

<http://www.revistaespirales.com/index.php/es/article/view/612/html>

<http://historiadelartegestual.blogspot.com/2008/03/definiciones-de-malabarismo-y.html>