



Formando líderes para la construcción
de un nuevo país en paz

INFORME FINAL PRACTICA DOCENTE INTEGRAL

COLEGIO SEMINARIO MENOR CUCUTA

PRESENTADO POR:

LUIS FELIPE NIETO CARREÑO

C.C 1.065.664.886

COORDINADOR DE LA PRACTICA:

OSCAR QUINTERO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN
EDUCACION FÍSICA, RECREACION Y DEPORTES

CUCUTA

2022



TABLA DE CONTENIDO

PAG

CAPITULO UNO.....	5
<i>OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO.....</i>	5
1. COMPONENTE CONCEPTUAL.....	5
1.1 Reseña histórica.....	5
1.2 Proyecto educativo institucional.....	9
1.3 Marco legal.....	12
1.4 Principios institucionales.....	14
1.5 Misión.....	16
1.6 Visión.....	17
1.7 Filosofía.....	17
1.8 Horizontes.....	19
1.9 Perfil.....	19
2. COMPONENTE ADMINISTRATIVO.....	22
2.1 Organigrama institucional.....	22
2.2 Cronograma institucional.....	23
2.3 Símbolos institucionales.....	25
2.4 Manual de convivencia.....	28
2.5 Derechos y deberes estudiantes, docentes, padres de familia.....	36
2.6 Ley del menor.....	43
2.7 Uniformes.....	45
2.8 Inventario infraestructura.....	47



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

2



2.9 Sal3n deportes.....	48
2.10 Horarios.....	49
CAPITULO DOS.....	50
PROPUESTA PEDAGOGICA.....	50
3 Propuesta.....	50
3.1 T3tulo.....	50
3.2 Objetivo general.....	50
3.3 Objetivos espec3ficos.....	50
3.4 Descripci3n del problema.....	51
3.5 Justificaci3n	52
3.6 Poblaci3n.....	54
3.7 Muestra.....	54
3.8 Marco te3rico.....	54
CAPITULO TRES.....	63
INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES.....	63
4 Informes.....	63
4.1 Dise3o.....	63
4.2 Ejecuci3n	64
4.3 Evaluaci3n.....	78



CAPITULO CUATRO	80
ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES	80
5 Actividades.....	80
CAPITULO QUINTO	82
FORMATOS DE EVALUACION	82
6 Formatos.....	82
CONCLUSIONES	88
BIBLIOGRAFIA	89
ANEXOS	92



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



CAPITULO UNO

OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO

1. COMPONENTE CONCEPTUAL

1.1 Reseña histórica

El 29 de agosto de 1961, quinto aniversario de la erección de la Diócesis de Cúcuta, por ser el día en que el primer obispo de ella, monseñor Luis Pérez Hernández tomó posesión canónica, el Excelentísimo señor obispo monseñor Pablo Correa León, rodeado de su clero y de las autoridades de la ciudad, bendijo la primera piedra del Seminario de Cúcuta, ubicado en la hermosa finca los Cujíes a un kilómetro de San Juan sobre la antigua carretera al puente internacional de San Antonio. Pasaron 5 años y la firma Cuellar Serrano Gómez de Bogotá elaboró los planos del edificio y comenzaron los trabajos. El 15 de febrero de 1966 se abrió el seminario con 48 alumnos: 19 internos y el resto de semi internos. Siendo el primer rector del colegio monseñor Pablo Correa León, Vice Rector el presbítero Eduardo Trujillo y prefecto de disciplina el señor Presbítero Guillermo González. En 1967 el presbítero xEduardo Trujillo fue nombrado en reemplazo del Obispo, Rector del Seminario Menor. Dos promociones de bachilleres serán más tarde el premio a la importante y ardua labor desempeñada por el padre Trujillo. En 1971, El padre Trujillo (q.e.p.d.) fue trasladado a la parroquia Nuestra Señora de La Candelaria, quedando rector el Padre Guillermo



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



Blanco (q.e.p.d.), En julio de 1974 el Señor llamó al padre Guillermo a su reino. El Obispo de Cúcuta en ese entonces monseñor Pedro Rubiano Sáenz, solicitó al padre Reinaldo Acevedo (q.e.p.d.) que asumiera la dirección del seminario, siendo en ese momento una situación bastante difícil para este establecimiento educativo por razones económicas. Para evitar el cierre del Colegio se tomó la decisión de crear la Cooperativa Especializada de Educación del Seminario de Cúcuta, idea encabezada por monseñor Rubiano y un grupo de padres de familia. En ese entonces asumió la presidencia de esta cooperativo el Señor Álvaro Riascos. Tres promociones de bachillerato dan testimonio del fructífero trabajo del padre Acevedo. En 1977 asume como rector el padre Carlos Álvarez. En 1979 es relevado por el padre Laureano Ballesteros Blanco, luego en 1980 por primera vez un laico, Carlos Gil Corredor a partir de 1982 la comunidad de los Jesuitas Arturo Holguín en 1983. Enrique Herrera Gómez en 1984 toma las riendas del Seminario.

En 1986 cesa la Cooperativa Seminario y vuelve a ser la razón Social Seminario Diocesano San José de Cúcuta, cuyo primer responsable es el Obispo y los sacerdotes de la Diócesis. Es bueno, justo y necesario exaltar en este artículo histórico a quien se desveló durante seis años por el Seminario Menor y siendo Obispo de Cúcuta se entregó al trabajo maravilloso, quien con su pedagogía y sabiduría plasmó el objetivo del Seminario Hombre, cristiano - Apóstol, gracias a monseñor Alberto Giraldo Jaramillo, a quien se le debe el logro del nuevo edificio donde queda ubicada actualmente la planta física del Seminario Menor, Avenida 9E 4-85 Quinta Oriental. En 1985 llega como



rector el presbítero Hemel Arévalo Mantilla, también ex alumno de esta institución; de la primera promoción (1970), quien con su organización vio crecer la cosecha durante diez años, donde diez promociones de jóvenes agradecieron su entrega y dedicación a este templo del saber. Durante su regencia se celebraron las “Bodas de Plata” del Colegio. El 15 de diciembre de 1995 mediante el decreto # 024 el Señor Obispo Rubén Salazar Gómez, nombró como rector al R.P. Humberto Nieto Meza, que desde el mismo momento de su nombramiento trazó unas directrices claras y precisas en cuanto a lo que sería su bandera de trabajo. Se preocupó porque el alumno se formará integralmente en todas sus formas observando al final de cada grado un perfil definido en términos de autonomía – responsabilidad y trascendencia. Llegó también la era de los Computadores y hoy todos los alumnos se benefician de ellos. Trajo el uniforme de diario e innovó el uniforme de gala, trayendo consigo una mejor presentación y comodidad para todos los padres de familia. Su triunfo más importante a la sociedad Cucuteña como meta alcanzada, es la apertura del servicio escolar ampliado a nivel preescolar en sus grados Jardín “A” y transición, así como el nivel de educación básica en el ciclo de primaria. La batalla al inicio de su gestión fue dura, ya que debió luchar junto con el cuerpo de profesores para ganar una imagen positiva a los ojos de la ciudadanía cucuteña y sobre todo, entregar al final de cada año lectivo un excelente balance. Logró sacar adelante seis promociones de bachilleres que tienen como objetivo fundamental llevar la filosofía de Hombre- cristiano- Apóstol para ser servidores de la comunidad cucuteña. Con motivo de los treinta y cinco (35) años del Colegio se tuvo



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



la visita del Cardenal Pedro Rubiano Sáenz en el 2001. El Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta, en el año 2002 inicia una nueva etapa, con personal directivo, administrativo, planta docente y estudiantes de Calidad, dispuestos a trabajar con Exigencia para la Excelencia, bajo la dirección del Padre Jairo Cárdenas Vega, según decreto # 40 del 13 de diciembre de 2001, quien trabaja en equipo con los padres César Augusto Prato y Luis Alcides Rodríguez en el cambio físico del plantel y en la Espiritualidad de la comunidad docente y estudiantil para hacer de ella; “Iglesia Familia de Dios” y así caminar juntos en el Plan Global de Nueva Evangelización cuyo primer responsable es el Obispo de la Diócesis Monseñor Oscar Urbina, quién ha manifestado la necesidad de devolver al Colegio; su carácter propio de “Semillero Vocacional”. Luego en el año 2009 sigue el padre rector en compañía del padre Álvaro González y bajo las enseñanzas y guías de monseñor Jaime Prieto Amaya, quienes en virtud de la doctrina social de la Iglesia se les ha dado la oportunidad a los niños monaguillos de cada parroquia para ingresar a esta institución con la recomendación de sus respectivos párrocos. En este año se proyecta el Seminario Menor con el fin que éste pueda ampliar su educación a preescolar, básica primaria y se continúe con la básica secundaria y media. Además, se quiso que a partir del año 2010 el Seminario Menor inicie mixto. Finalizando el año 2009, sucede la rectoría el padre Luis Daniel Peñaranda Rolón y recibe la institución con la modalidad académica, mixto, con profundización en Humanidades y con principios cristianos - apostólicos que le permitan al estudiante ser confidente de la juventud para descubrir en él, sentidos de valor de vida, mediante una



progresiva instrucción y vivencia hasta llegar a la madurez de sus compromisos cristianos. Se sigue realizando la jornada de la mañana con alumnos básica y de media con proyección a preescolar y cuya Visión y Misión se mantienen en el perfil de formar Hombres- cristianos- Apóstoles, teniendo como consigna: “La Juventud a Jesucristo queremos devolver”. El 27 de diciembre del 2011, mediante decreto No 057-2011, Monseñor JULIO CESAR VIDAL ORTIZ, Obispo de Cúcuta, nombró al presbítero FELIX RAMON CELIS GOMEZ como nuevo rector, quien asumió la responsabilidad de liderar los procesos administrativos y pedagógicos con el propósito de consolidar la institución, como una obra social de la Diócesis comprometida en la formación integral de niños y jóvenes de nuestra región norte santandereana.

1.2 Proyecto educativo institucional

P.E.I

El Plan curricular se articula en el ciclo básico y se enfatiza en la Media Vocacional, teniendo en cuenta como objetivo fundamental la formación de hombres protagonistas auténticos de vida cristiana católica, mediante el desarrollo de actividades que promuevan los valores, el crecimiento y las soluciones de la cotidianidad siendo portadores del mensaje de Jesucristo.

Objetivo general

Formar estudiantes protagonistas auténticos de vida cristiana católica por medio de una educación holística de excelencia académica, mediante el desarrollo de actividades que



promuevan los valores institucionales de Fe, esperanza y Caridad, que disponga adecuadamente a los estudiantes para la educación superior, vida cristiana y su proyecto de vida.

Objetivos específicos

Facilitar instrumentos que permitan la investigación y el proceso del aprendizaje integral.

Proporcionar al estudiante una formación ética y moral, fomentando la práctica del respeto a los derechos humanos.

Concientizar al estudiante en el desarrollo de una formación inclusiva, junto con la familia y la institución.

Orientar procesos académicos en la presencialidad o virtual, que desarrollen y promuevan sus habilidades y competencias, que aporten a la transformación de la realidad económica, social, política y religiosa.

Fortalezas:

El avance de los diferentes componentes administrativo, pedagógico, comunitario y directivo que ha tenido la Institución desde su fundación hasta la fecha.

La formación en valores que se hace a través de las diferentes actividades en la Institución Educativa.

El comité de sana convivencia, cumple a cabalidad con sus funciones y favorece la convivencia pacífica.



Los docentes elaboran y desarrollan conjuntamente los planes de aula y las guías de aprendizaje, teniendo en cuenta los estudiantes de inclusión, para fortalecer el proceso de aprendizaje académico.

La Institución cuenta con los medios y recursos de sala de informática, internet, televisión en algunas aulas de clase, sala de especialización, que apoyan el trabajo de las diferentes áreas para un aprendizaje significativo.

Hay interés constante por el mejoramiento académico y de las pruebas externas SABER.

El Manual de Convivencia es socializado y acatado por la Comunidad Educativa y se ajusta periódicamente de acuerdo a sus necesidades académicas y comportamentales.

La Institución Educativa cuenta con diferentes zonas verdes.

La jornada escolar se cumple con responsabilidad.

Nuestro sistema de evaluación estimula la formación integral y responde a las necesidades de los estudiantes.

La Institución Educativa cuenta con el servicio de psicología, para acompañar y llevar seguimientos a todos los estudiantes de diferentes procesos.

La documentación de los estudiantes y el archivo se encuentran organizados.

Debilidades:

Algunos padres de familia no siguen el conducto regular para la solución de conflictos y procesos académicos o comportamentales de los estudiantes.



Incumplimiento de algunos padres de familia en la entrega de diagnóstico de los procesos de inclusión.

Los escasos de estudiantes para equilibrar el déficit económico.

Poco conocimiento del establecimiento educativo a nivel municipal y departamental

La falta de recursos económicos para el embellecimiento de la planta física de la Institución Educativa.

El uso correcto y manejo de la plataforma web colegios por algunos padres de familia.

Poca participación de los padres de familia en las escuelas de padres.

Fallas técnicas de conectividad para el buen desarrollo de los procesos académicos virtuales.

La falta de una biblioteca para enriquecer los procesos de aprendizaje.

Oportunidades:

Apoyo y colaboración de entidades ambientales como: CORPONORT, UNIVERSIDAD LIBRE, UNIVERSIDAD DE PAMPLONA.

Capacitaciones y aportes de diferentes charlas de la Policía de Infancia y Adolescencia

Charla sobre el buen manejo del agua de Aguas Kpital.

Docentes formados en Maestrías y Doctorados.

1.3 Marco legal

Artículo 9. Características del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta o identificación.



Es una institución católica, orientada y dirigida bajo administración propia y bajo los lineamientos la Diócesis de Cúcuta. Se guía por la fe, la historia y la tradición de la Iglesia Católica.

Se fundamenta en los principios de la pedagogía de San José actualizada a la luz del Evangelio para devolver la juventud a Jesucristo.

Establecimiento: “SEMINARIO MENOR DIOCESANO SAN JOSÉ DE CÚCUTA”

Departamento: Norte de Santander Lugar: San José de Cúcuta - Colombia

Dirección: Av. 9E No. 4 – 85 Barrio Quinta Oriental

Teléfono: 5744799 - 5753745

Web: <https://sites.google.com/site/wwwseminariomenor>

E-Mail: semenor4@hotmail.com

Facebook: semenor2007@gmail.com

Carácter: Privado

Naturaleza: Mixta

Modalidad: Jornada de la mañana

Niveles: Nivel de preescolar. con el grado (Transición). Nivel de básica. Ciclo de Primaria (1°, 2°, 3°, 4°, 5°). Ciclo Secundaria (6°, 7°, 8°, 9°). Nivel Media Académica (grado 10° y 11°).



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



1.4 Principios institucionales

Artículo 12 CONCEPTOS BÁSICOS. La elaboración y puesta en ejecución de un reglamento estudiantil, como uno de los aspectos esenciales del Proyecto Educativo Institucional, es una obligación legal consagrada en el artículo 73 de la Ley 115 de 1994 o Ley General de Educación. En concordancia, el artículo 87 de esta misma Ley, ordenó que en cada establecimiento educativo debe existir un reglamento o manual de convivencia que en adelante se llamará SISTEMA INSTITUCIONAL DE CONVIVENCIA PARA EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS HUMANOS, LA EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y LA PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN DE LA VIOLENCIA ESCOLAR. Según la orientación de la ley 1620 de 2013 que define “los derechos y obligaciones, de los estudiantes”. Por definición, CONVIVIR significa vivir en compañía de otro u otros. La convivencia, por tanto, lleva intrínsecamente, nociones como respeto, solidaridad, responsabilidad grupal y social, compromisos, valoración individual, ética, tolerancia. Es por eso que, en su conjunto, este SISTEMA INSTITUCIONAL DE CONVIVENCIA PARA EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS HUMANOS, LA EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y LA PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN DE LA VIOLENCIA ESCOLAR. Recoge una serie de orientaciones que buscan desarrollar una pedagogía de la convivencia, en donde las reglas y criterios, son, ante todo, parámetros para el crecimiento individual en el marco de una colectividad sana y saludable. Si bien el Manual tiene como eje los derechos y obligaciones de los educandos, tanto en los criterios para su reconocimiento, promoción



y protección como en las normas pedagógicas, disciplinares y correctivas, cuando se vulneran, recoge igualmente los derechos y obligaciones de los demás miembros de la comunidad educativa, según el rol que desempeñe en relación con el proceso educativo que impacta a los educandos. Artículo 13. Principios orientadores Los procesos de convivencia social, de formación académica y de disciplina que se desarrollan en el Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta, se harán atendiendo los principios de responsabilidad, autonomía, pertenencia, creatividad y participación.

El principio de responsabilidad, los miembros de la comunidad educativa conozcan, asuman, actúen y participen en las dinámicas institucionales de acuerdo con las orientaciones y normas contenidas en este SISTEMA INSTITUCIONAL DE CONVIVENCIA PARA EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS HUMANOS, LA EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y LA PREVENCIÓN Y MITIGACIÓN DE LA VIOLENCIA ESCOLAR. y ejerzan sus deberes y derechos, con un espíritu de tolerancia y respeto por los otros.

El principio de la autonomía, capacidad de gobernarse por sí mismo, de optar por aquellas normas y valores que estima como válidas y el derecho a ser respetado en las decisiones que toma sobre sí mismo sin perjudicar a otros.

El principio de pertenencia: compromete a los miembros de la comunidad educativa del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta en un proceso de apropiación significativa.



En virtud del principio de creatividad, es desarrollar su capacidad para crear, experimentar, interpretar la realidad con otros ojos distanciándose de lo que es imitar, copiar y reproducir la realidad tal cual.

El principio de la participación permite crear espacios dinámicos interactuantes que promueven y fortalecen la cohesión y el trabajo en equipo y la asunción de compromisos para involucrarse en acciones y decisiones institucionales, garantizando congruencia entre las opciones individuales y las colectivas.

1.5 Misión

El Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta, como obra social de la Iglesia católica tiene como misión ofrecer una educación holística, participativa e incluyente que desarrolla todas la dimensiones del ser humano, fortaleciendo las competencias y habilidades de liderazgo, de autonomía, toma de decisiones, capacidad de debatir, de argumentar, de comunicarse, de expresarse; desarrollando iniciativas en los estudiantes que aporten a la transformación de la realidad económica, social, cultural, política y religiosa de la región desde la puesta en marcha de un proyecto humano cristiano, con el propósito hacia una elección consiente y libre de su vocación hacia el ministerio sacerdotal. Para ello se cuenta con los recursos físicos y humanos capaces de brindar un servicio educativo de calidad.



1.6 Visión

El Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta se posicionará en el 2030 como la institución líder y reconocida en la formación integral e inclusiva de estudiantes con altos niveles de desempeños cognitivos, axiológicos, espirituales y pastorales, fundamentados con una antropología cristiana y católica que preserve, garantice y promueva el discernimiento vocacional desde los valores del estudiante.

1.7 Filosofía

El Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta pretende formar seres humanos integrales con los valores que propone el Evangelio: Fe, Esperanza, Caridad, Servicio, Perdón, Respeto, Autoestima, Honradez, Responsabilidad, Solidaridad y Justicia, buscando que sean sal y fermento de la sociedad, partícipes de la vida eclesial asumiendo el Plan Global de Nueva Evangelización e interrelacionados con el Centro de Formación del Laico, teniendo como meta: “La Juventud a Jesucristo queremos devolver”. Lo anterior se irá logrando con una metodología Activa-Participativa, en ambiente de apertura y acogida de la comunidad generando sentido de pertenencia convirtiéndose así, en agentes de cambio de su propia realidad, llegando a ser una persona íntegra, creyente, solidaria y emprendedora. El Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta asume el principio: “El hombre es un ser inacabado, producto de su autoconstrucción constante” (Paulo Freire) y como tal la Institución ofrecerá los medios para que vaya creciendo y realizando su proyecto de vida.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

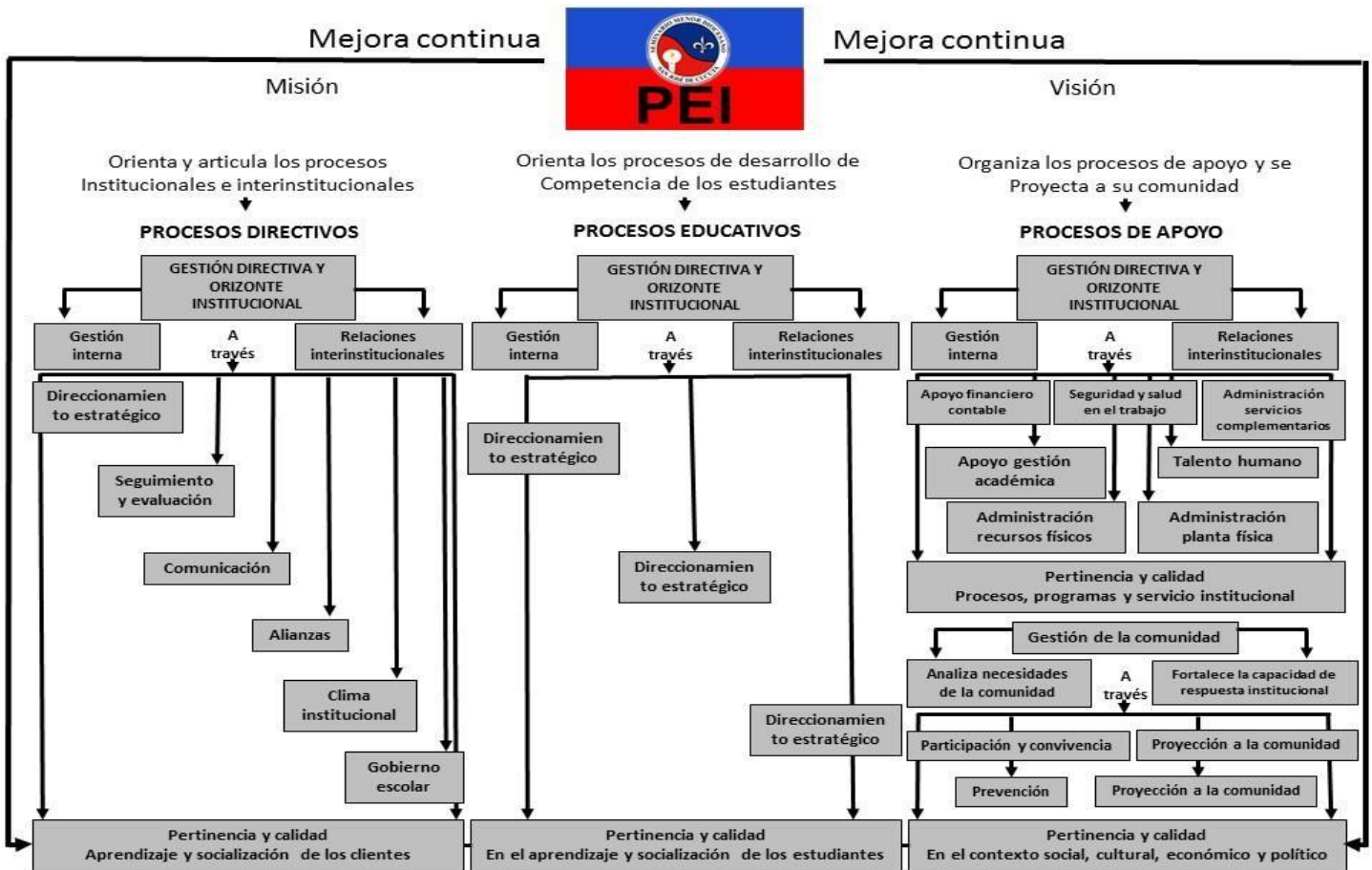


La experiencia que cada estudiante tiene de su vida cotidiana, es única y está relacionada con su pasado y sus deseos presentes de construir un futuro con éxito, “adquiriendo conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres dentro de una cultura ecológica y del riesgo y la defensa del patrimonio cultural de la nación” (Ley 115, Art. 5º, fin N° 10). Toda su formación en valores humanos y cristianos será reflejada en su familia y en su entorno social, donde aportará armonía y paz necesarias para convivir en una sociedad globalizada y cambiante y llena de problemas de diferente índole. La trascendencia de los conocimientos adquiridos lo llevará a vivir en un espíritu investigativo, creativo y de aceptación crítica de las TIC’s que favorezcan el desarrollo de sus capacidades, habilidades y destrezas indispensables para mantenerse en proyección y mejoramiento continuo en lo personal como en lo social. Esto amplía la construcción del conocimiento a partir de situaciones de interés para quien aprende. La formación del educando implica, además, concientizarlo sobre la realidad de las normas y esquemas que rigen la familia y la sociedad, susceptible de modificaciones dadas por la interrelación y convivencia de sus miembros y por la acción de los factores externos priorizando la fe, la solidaridad, la ayuda al hermano que sufre, el estar dispuesto para prestar un servicio, el propiciar el voluntariado, valores necesarios para vivir y testimoniar la identidad cristiana. La identidad con la cultura local, regional y nacional permite al educando multiplicar, apoyar y participar en el desarrollo artístico,



deportivo, cívico, ciudadano, tecnológico y científico de los diferentes grupos étnicos y sociales.

1.8 Horizonte



1.9 Perfil

Perfil del estudiante

El estudiante del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta, se caracteriza por:



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



- Ser una persona íntegra, con sentido cristiano católico, que dé muestras de su fe a través de la caridad, esperanza, solidaridad y el amor a los demás, partícipes de la vida eclesial.
- Ser auténtico, responsable, objetivo y autónomo en la toma de decisiones que se relacionen con su obrar en el marco del Evangelio.
- Ser protagonista de su propio proceso de enseñanza - aprendizaje, capaz de utilizar el tiempo libre en actividades significativas y autónomas en pro de su construcción personal y la de la sociedad.

Perfil del Educador

El docente del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta, se caracteriza por:

- Dar a los estudiantes una educación que llene su vida del espíritu de Cristo, promover la perfección cabal de la persona humana para configurar más humanamente la edificación del mundo (Vaticano II.)
- Ser un cristiano católico con gran sentido de ayuda y entrega a los demás.
- Ser un profesional idóneo, organizado y responsable en la planeación de las actividades propias de su cargo y de aquellas que de acuerdo a sus habilidades y destrezas le sean asignadas, encaminadas hacia el mejoramiento institucional y a la consecución de la excelencia académica.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- Debe ser un intermediario entre el conocimiento y el aprendizaje de sus estudiantes, que comparta experiencias y saberes en un proceso de acompañamiento y construcción conjunta de dichos saberes.
- Ser capaz de mediar y disipar conflictos a la hora de afrontarlos.
- Ser amable y cortés en el trato con los compañeros docentes, directivos docentes, padres de familia, estudiantes, personal de servicios generales y en general con todo ser humano.

Perfil del Padre de Familia

El padre de familia y/o acudiente del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta, se caracteriza por:

- Formar un ambiente familiar animado por el amor, por la piedad hacia Dios y hacia los hombres, que favorezcan la educación íntegra, personal y social de los hijos. (Vaticano II, numeral 3)
- Ser un cristiano católico comprometido con la formación integral de sus hijos a la luz del evangelio. en sus tres principios básicos Fe, Esperanza y Caridad.
- Participar activamente en la vida institucional, apoyando sus iniciativas, sus proyectos y sus decisiones, promoviendo así el sentido de pertenencia con la institución.
- Cumplir oportunamente con los compromisos adquiridos con el colegio.



SC-CER96940



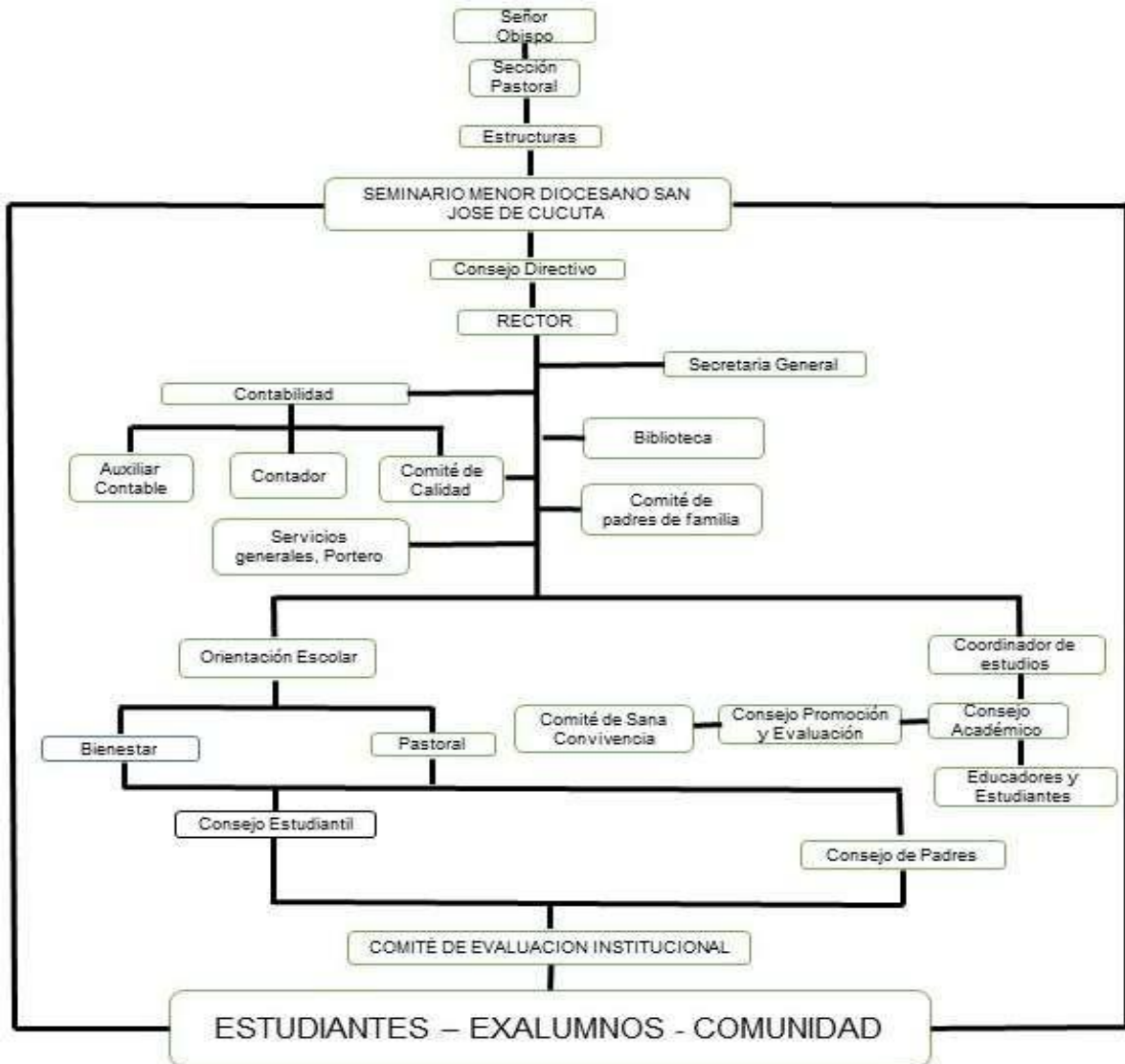
“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz”

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



2. COMPONENTE ADMINISTRATIVO

2.1 Organigrama institucional



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



2.2 Cronograma institucional

INTENSIDAD HORARIA PRIMARIA

ÁREAS	ASIGNATURAS	1°	2°	3°	4°	5°
Humanidades	<i>Lengua Castellana</i>	4	4	4	4	4
	<i>Idioma Extranjero- inglés</i>	2	2	2	2	2
	<i>Lecto – escritura</i>	1	1	1	1	1
Ciencias sociales	<i>Ciencias Sociales</i>	4	4	4	4	4
Ciencias naturales	<i>Ciencias Naturales</i>	4	4	4	4	4
Edu. Ética y valor. Humanos	<i>Ética y Urbanidad</i>	1	1	1	1	1
Matemáticas	<i>Matemáticas</i>	4	4	4	4	4
Educación artística	<i>Artística</i>	1	1	1	1	1
Edu. Religiosa escolar	<i>Edu. Religiosa</i>	1	1	1	1	1
Edu. Física rec. Y deporte	<i>Edu. Fis. Rec. y Deportes</i>	2	2	2	2	2
Tecnología e informática	<i>Tecnología e Infor- mática</i>	1	1	1	1	1
	TOTALES	25	25	25	25	25



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



INTENSIDAD HORARIA DE 6° A 11°

ÁREAS	ASIGNATURAS	6°	7°	8°	9°	10°	11°
	<i>Lengua Castellana</i>	4	4	4	4	5	5
Humanidades	<i>Idioma Extranjero- inglés</i>	3	3	3	3	3	3
Ciencias sociales	<i>Sociales</i>	4	4	4	4		
	<i>Cien. Políticas. Y Economía.</i>					2	2
	<i>Filosofía</i>	2	2	2	2	2	2
Cien.nat. Y edu amb.	<i>Biología</i>	3	3	3	3	3	3
	<i>Química</i>	1	1	1	1	2	2
	<i>Física</i>	1	1	1	1	3	3
Edu. Ética y valor. Humanos	<i>Ética y Urbanidad</i>	1	1	1	1	1	1
Matemáticas	<i>Matemáticas</i>	3	3	3	3	3	3
	<i>Estadística</i>	1	1	1	1	1	1
	<i>Geometría</i>	1	1	1	1	1	1
Educación artística	<i>Artística</i>	1	1	1	1	1	1
Edu. Religiosa escolar	<i>E.R.E.</i>	2	2	2	2	1	1
Edu. Física rec. Y dep.	<i>Edu. Fis. Rec. Y Deportes</i>	2	2	2	2	1	1
Tecnología e informática	<i>Tecnología e Informática</i>	1	1	1	1	1	1
	TOTALES	30	30	30	30	30	30



2.3 Símbolos institucionales

La Bandera Y Su Significado.

En ella ondean los dos colores, azul y rojo de la 34 Diócesis de Cúcuta, izada con orgullo por la comunidad educativa. El color azul, representa la hermosura de nuestro cielo, el color rojo, representa la sangre de los héroes, los mártires y santos que han luchado por el honor y santidad de San José de Cúcuta.



El Escudo Y Su Significado.

El escudo del Seminario Menor, toma como base el de la Diócesis de Cúcuta. Conserva el cuartel en azur (azul), con el símbolo de la flor de lis que representa a San José, patrono de la Diócesis y, por lo tanto, de la Institución. Además, representa a los “siempre listos” para servir. (Ver significado flor de Liz), El otro campo sobre los gules (rojo), se observa la luz que significa la sabiduría de la Iglesia, de los educadores y estudiantes seminaristas quienes caminan con Cristo, luz del mundo.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



La franja en medio del azul y el rojo, representa el Río Pamplonita, que fue navegable y constituye un elemento vital para la región y para cada uno de sus habitantes



Himno

Letra: Padre Guillermo González Illidge, quien lo redactó en 1966

Música: Adaptación del himno de la Juventud Obrera Católica.

Todos por Cristo queremos luchar.

Todos por Cristo esperamos triunfar.

Hemos jurado morir y vencer

“La juventud a Cristo queremos devolver”

“La juventud a Cristo queremos devolver”.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



II

Muchachos, Dios los quiere
Marchemos a la acción,
Llevando al mundo entero la
paz, la redención, Marchemos
como símbolo De paz, amor y
luz de un mundo que ilumina
La antorcha de la cruz.

III

La fábrica es la calle,
El Seminario es el campo donde se
hace la gran revolución,
El círculo de estudio
Fabrica sin cesar,
Las armas que debemos en
el combate usar.

Lema Y Filosofía.

La Juventud A Jesucristo Queremos Devolver



2.4 Manual de convivencia

Definición de Términos Teóricos.

- **Acoso escolar o bullying:** Conducta negativa, intencional metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña, o adolescente, por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada o a lo largo de un tiempo determinado. También puede ocurrir por parte de docentes contra estudiantes, o por parte de estudiantes contra docentes, ante la indiferencia o complicidad de su entorno. El acoso escolar tiene consecuencias sobre la salud, el bienestar emocional y el rendimiento escolar de los estudiantes y sobre el ambiente de aprendizaje y el clima escolar del establecimiento educativo.
- **Agresión escolar:** Es toda acción realizada por uno o varios integrantes de la comunidad educativa que busca afectar negativamente a otros miembros de la comunidad educativa, de los cuales por lo menos uno es estudiante. La agresión escolar puede ser física, verbal, gestual, relacional y electrónica.
- **Agresión física.** Es toda acción que tenga como finalidad causar daño al cuerpo o a la salud de otra persona. Incluye puñetazos, patadas, empujones, cachetadas, mordiscos, rasguños, pellizcos, jalón de pelo, entre otras.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- Agresión gestual. Es toda acción que busque con los gestos degradar, humillar, atemorizar o descalificar a otros.
- Agresión relacional. Es toda acción que busque afectar negativamente las relaciones que otros tienen. Incluye excluir de grupos, aislar deliberadamente y difundir rumores o secretos buscando afectar negativamente el estatus o imagen que tiene la persona frente a otros.
- Agresión electrónica. Es toda acción que busque afectar negativamente a otros a través de medios electrónicos. Incluye la divulgación de fotos o videos íntimos o humillantes en Internet, realizar comentarios insultantes u ofensivos sobre otros a través de redes sociales y enviar correos electrónicos o mensajes de texto insultantes u ofensivos, tanto de manera anónima como cuando se revela la identidad de quien los envía.
- Agresión verbal. Es toda acción que busque con las palabras degradar, humillar, atemorizar, descalificar a otros. Incluye insultos, apodos ofensivos, burlas y amenazas.
- Cyberbullying o ciberacoso escolar: Forma de intimidación con uso deliberado de tecnologías de información (internet, redes sociales virtuales, telefonía móvil y videojuegos online) para ejercer maltrato psicológico y continuado.
- Clasificación de las situaciones. Las situaciones que afectan la convivencia escolar y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos, se clasifican en tres tipos:



- **Inclusión.** La educación inclusiva es el modelo que busca atender las necesidades de aprendizaje que todos los niños, jóvenes y adultos con especial énfasis en aquellos que son vulnerables a la marginalidad y la exclusión social.
- **Discapacidad.** Falta o limitación de alguna facultad física o mental que imposibilita o dificulta el desarrollo normal de la actividad de una persona.
- **Vulnerabilidad.** Hacen referencia aquellos individuos que experimentan una serie de dificultades marcadas a lo largo de su trayectoria escolar que les impide sacar provecho al currículo y a las enseñanzas dentro del aula de clase.
- **Marginalidad.** Hace referencia a todos los niños y jóvenes que son discriminados, excluidos de sus escuelas debido a sus rasgos físicos, clases sociales, razas, entre otros. Obteniendo como resultados un gran número de consecuencias.
- **Exclusión social.** Se entiende como un proceso multidimensional que tiende a menudo acumular combinar y separar tanto a individuos como a colectivos de una serie de derechos sociales tales como el trabajo, la educación, la cultura, la economía y la política, a los que otros colectivos si tienen acceso y posibilidad de disfrute y que terminan por anular el concepto de ciudadanía.
- **Accesibilidad.** Medidas pertinentes para asegurar el acceso de las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones con los demás, al entorno físico, el transporte, la información y las comunicaciones incluidos los sistemas y las tecnologías de la información y las comunicaciones, y a otros servicios e instalaciones.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- Educación inclusiva. Es un proceso permanente que reconoce valora y responde de manera pertinente a la diversidad de características intereses, posibilidades y expectativa de los niños adolescentes, jóvenes y adultos cuyo objetivo es promover su desarrollo, aprendizaje y participación, con pares de su misma edad, en un ambiente de aprendizaje común, sin discriminación o exclusión alguna, y que garantiza, en el marco de los derechos humanos los apoyos y los ajustes razonables.

Situaciones Tipo I. Corresponden a este tipo los conflictos manejados inadecuadamente y aquellas situaciones esporádicas que inciden negativamente en el clima escolar, y que en ningún caso generan daños al cuerpo o a la salud. o Situaciones

Tipo II. Corresponden a este tipo las situaciones de agresión escolar, acoso escolar (bullying) y ciberacoso (Ciberbullying), que no revistan las características de la comisión de un delito y que cumplan con cualquiera de las siguientes características:

- Que se presenten de manera repetida o sistemática.
- Que causen daños al cuerpo o a la salud sin generar incapacidad alguna para cualquiera de los involucrados. o Situaciones Tipo III. Corresponden a esta tipa las situaciones de agresión escolar que sean constitutivas de presuntos delitos contra la libertad, integridad y formación sexual, referidos en el Título IV del Libro 11 de la Ley 599 de 2000, o cuando constituyen cualquier otro delito establecido en la ley penal colombiana vigente.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- **Competencias ciudadanas:** Es una de las competencias básicas que se define como el conjunto de conocimientos y de habilidades cognitivas, emocionales y comunicativas que, articulados entre sí, hacen posible que el ciudadano actúe de manera constructiva en una sociedad democrática.
- **Conflictos:** Son situaciones que se caracterizan porque hay una incompatibilidad real o percibida entre una o varias personas frente a sus intereses.
- **Conflictos manejados inadecuadamente:** Son situaciones en las que los conflictos no son resueltos de manera constructiva y dan lugar a hechos que afectan la convivencia escolar, como altercados, enfrentamientos o riñas entre dos o más miembros de la comunidad educativa de los cuales por lo menos uno es estudiante y siempre y cuando no exista una afectación al cuerpo o a la salud de cualquiera de los involucrados.
- **Corresponsabilidad.** La familia, los establecimientos educativos, la sociedad y el Estado son corresponsables de la formación ciudadana, la promoción de la convivencia escolar, la educación para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos de los niños, niñas y adolescentes desde sus respectivos ámbitos de acción, en torno a los objetivos del Sistema y de conformidad con lo consagrado en el artículo 44 de la Constitución Política y el Código de la Infancia y la Adolescencia.
- **Diversidad:** El Sistema se fundamenta en el reconocimiento, respeto y valoración de la dignidad propia y ajena, sin discriminación por razones de género, orientación o identidad sexual, etnia o condición física, social o cultural. Los niños, niñas y adolescentes tienen



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



derecho a recibir una educación y formación que se fundamente en una concepción integral de la persona y la dignidad humana, en ambientes pacíficos, democráticos e incluyentes

Artículo 5 Referente legal del Manual de Convivencia.

La normatividad legal pertinente que se articula y/o que se encuentra relacionada con este manual de convivencia y han servido de marco de referencia para su construcción, actualización y aplicación se encuentran:

- La Constitución Política de Colombia. La cual en su Artículo 67, establece que “la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura.
- Ley 115 de 1994. Ley General de Educación. Por la cual se expide la ley general de educación.
- Decreto 1860 de 1994. Por el cual se reglamenta parcialmente la Ley 115 de 1994, en los aspectos pedagógicos y organizativos generales.
- Decreto 1108 de 1994: Consumo de sustancias psicotrópicas en menores de edad y niñas embarazadas
- Ley 715 de 2001. Sistema General de Participaciones. Por la cual se dictan normas orgánicas en materia de recursos y competencias de conformidad con los artículos 151, 288, 356 y 357



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- Decreto 1850 de 2002. Por el cual se reglamenta la organización de la jornada escolar y la jornada laboral
- Decreto 1286 de 2005: Por el cual se establecen normas sobre la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos.
- Resolución MEN 1515/2003. Lineamientos para el proceso de matrícula
- Ley 1098 de 2006. Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia
- Decreto 2715 de 2009: Por el cual se reglamenta la evaluación de competencias para docentes y directivos docentes regidos por el Decreto Ley 1278 de 2002 y se dictan otras disposiciones.

La Disciplina escolar.

“La aplicación de la disciplina en el establecimiento educativo no implica de suyo la violación de derechos fundamentales. Pero los Docentes y Directivos están obligados a respetar la dignidad del estudiante. La Corte Constitucional insiste en que toda comunidad requiere de un mínimo de orden y del imperio de la autoridad para que pueda subsistir en ella una civilizada convivencia, evitando el caos que podría generarse si cada individuo, sin atender reglas ni preceptos, hiciera su absoluta voluntad, aun en contravía de los intereses comunes, en un mal entendido concepto del derecho al libre desarrollo de la personalidad.”. (Sentencia T-366 de 1992) "La disciplina, que es indispensable en toda organización social para asegurar el logro de sus fines dentro de un orden mínimo, resulta



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



inherente a la educación, en cuanto hace parte insustituible de la formación del individuo. Pretender que, por una errónea concepción del derecho al libre desarrollo de la personalidad, que las instituciones educativas renuncien a exigir de sus estudiantes comportamientos acordes con un régimen disciplinario al que están obligados desde su ingreso, equivale a contrariar los objetivos propios de la función formativa que cumple la educación". (Sentencia 037 de 1995)

SISTEMA DE ADMISIÓN Y PERMANENCIA DE EDUCANDOS

De conformidad con lo dispuesto en los artículos 95 y 96 de la Ley 115 de 1994, se determinan en este Capítulo del Manual de Convivencia, los criterios y reglas para la formalización de la vinculación de educandos al Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta y de las condiciones de permanencia de los mismos en la Institución Educativa.

Artículo 21. Proceso de admisión: La admisión es el proceso a través del cual el Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta selecciona y determina la vinculación de educandos a cursar los grados de los niveles y ciclos educativos ofrecidos en el Proyecto Educativo Institucional. Este proceso se inicia con la inscripción voluntaria de aspirantes, que por primera vez quieran ingresar a la Institución Educativa, de acuerdo con el procedimiento e instrumento diseñado para tal efecto. El Seminario se reserva el derecho de seleccionar a sus estudiantes de acuerdo con el perfil Seminarista sin distinción de raza, de religión, nacionalidad, ideología, sexo o discapacidad.



Artículo 22. Requisitos de admisión de estudiantes nuevos: Se entiende por estudiante nuevo, aquel que proviene de otra institución educativa y que hace solicitud de cupo, libremente, y que habiendo pasado por el proceso de admisión recibe orden de matrícula para cursar un grado específico en el Seminario. Los requisitos son:

1. Cancelar los derechos de inscripción.
2. Diligenciar y radicar el formulario de inscripción junto con los documentos requeridos en los términos establecidos.
3. Presentar la prueba de admisión.
4. Presentar la entrevista: rector, coordinación y Psicología, junto con los padres y/o representante legal.
5. Obtener la orden de matrícula.
6. Cumplir con los requisitos exigidos en la orden de matrícula. El estudiante que ingrese extemporáneamente, en el transcurso del año académico, deberán cumplir los requisitos arriba nombrados, constancia de convivencia social, copia del observador del estudiante de la institución de la que procede y traer el proceso académico

2.5 Derechos y deberes estudiantes, docentes, padres de familia

El estudiante del seminario menor tiene los siguientes derechos y deberes: Además de los derechos fundamentales que se establecen en: Los Derechos Humanos, Los Derechos del Niño, la Constitución Política de Colombia, la Legislación educativa



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



nacional, los derechos definidos en el Código de Infancia y Adolescencia (Ley 1098 de 2006), en el Título I, Capítulo II y de los derivados de la aplicación de la Ley de la Juventud (Ley 375 de 1997), y los Principios y Valores Seminaristas, los estudiantes del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta, gozan de los siguientes derechos y adquieren los siguientes deberes.

1. Conocer y vivir la filosofía del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta. Los valores cristianos y la responsabilidad, consciente de su ser: “Vivir y practicar la moral cristiana en el respeto a la propia persona, a los demás, a la naturaleza y a Dios como ser supremo”.
2. Tener el sentido de amor y pertenencia por el Seminario Menor y divulgar con los demás los contenidos del PEI y del Manual (SICEDHES-PREMIVE).
3. Conocer y cumplir las orientaciones de este manual.
4. Seguir los canales de comunicación existentes de acuerdo al debido proceso, para solucionar las posibles dificultades: Docente, director de Grupo, Coordinador, Orientador Escolar y/o psicología, Consejo Académico, Consejo Directivo y Rector.
5. Prepararse y responder por su formación integral en los tiempos establecidos por la Institución.
6. Aprovechar el tiempo con responsabilidad
7. Fomentar la tolerancia y consideración hacia los compañeros, docentes y demás personas de la Comunidad Educativa.
8. Participar en la espiritualidad del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta, en



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



cuanto, a Eucaristías, convivencias, retiros, otras celebraciones litúrgicas y demás actividades pedagógicas, culturales y recreativas.

9. Presentar disculpas cuando su comportamiento agrede e irrespete al otro.
10. Reconocer cuando se ha equivocado, buscar y proponer soluciones.
11. Evitar el vocabulario soez, gritos, gestos y actitudes que ofendan o incomoden a los demás.
12. Aceptar la orientación escolar y psicológica para beneficio de su integralidad.
13. En caso de proceso profesionales externos, reportar copia de los informes terapéuticos para que tenga el debido apoyo por parte del Seminario Menor.
14. Participar democráticamente en las elecciones escolares.
15. Formar parte activa de los comités organizados internamente en el aula de clase, respondiendo a los compromisos.
16. Asumir actitudes de conciliación y consenso frente a los problemas grupales.
17. Colaborar en las actividades propuestas por el gobierno escolar.
18. Respetar y tolerar la dignidad humana en las diversas condiciones de género.
19. Preservar paredes, pupitres, tableros, baños, material didáctico y demás bienes inmuebles de la institución.
20. Mantener los espacios de trabajo y esparcimiento limpios y agradables.

Derechos y deberes de los directivos, docentes y educadores

Además de lo consagrado en la Constitución Política y las Leyes que regulan el ejercicio de

la Docencia se presentan los siguientes deberes y derechos:



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- Derechos:

1. A la vida, en cada una de sus diversas manifestaciones, desde el momento mismo de la concepción.
2. Tener autonomía y ser respetados los criterios de evaluación, siempre y cuando se ajusten a las normas vigentes y estén de acuerdo con el P.E.I.
3. Al debido proceso y agotar las instancias establecidas en el conducto regular.
4. Ser considerado y respetado en su dignidad recibiendo un trato amable y cordial por parte de todos los miembros de la comunidad educativa
5. Organizar y participar en actividades extraescolares con la autorización de las directivas.
6. Solicitar la presencia de los padres y/o acudiente (representante legal según libro de matrícula) en cualquier momento en que lo crea necesario.
7. Recibir formación integral según el perfil Seminarista.
8. Participar, elegir y ser elegido como miembro del gobierno escolar y otros comités reconocidos por el Seminario Menor.
9. Representar al Seminario Menor en los diferentes encuentros de acuerdo con el perfil requerido.
10. Ser respetado en su dignidad personal, sin ningún tipo de discriminación por razones de sexo, raza, religión, idioma, aspecto físico, posición social o económica.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



11. Utilizar los servicios y espacios físicos ofrecidos por el Seminario Menor para el desarrollo integral.

Deberes:

1. Proteger la vida en cada una de sus manifestaciones.
2. Evaluar en forma integral, oportuna y permanente con justicia, claridad, respeto y objetividad de acuerdo con la legislación emanada por el MEN.
3. Cumplir el conducto regular y respetar las condiciones con el debido proceso.
4. Dar un trato justo, oportuno y respetuoso a cada uno de los miembros de la comunidad educativa.
5. Dar información oportuna sobre las actividades a realizar, ya sea verbalmente, en cartelera o por escrito.
6. Atender a padres y/ o acudiente (representante legal según libro de matrícula) de los estudiantes en los horarios establecidos para tal fin.
7. Asumir y vivenciar la formación integral Seminarista ofrecida por y en el Seminario Menor.
8. Respetar las organizaciones democráticas del gobierno escolar, cumpliendo los compromisos y acuerdos de éstos



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



9. Actuar con lealtad y sentido de pertenencia llevando el buen nombre del Seminario Menor en todos los eventos que participe dentro y fuera de ella.

10. Respetar la dignidad personal sin ninguna discriminación y responder activamente a los planes, programas y proyectos que ofrezca el Seminario Menor, conforme al énfasis o profundización y la reglamentación interna.

Los siguientes son los Derechos y Deberes de los Padres, Madres de Familia y/o acudiente del Seminario Menor Diocesano San José de Cúcuta:

Derechos:

- a) A la vida, en cada una de sus diversas manifestaciones, desde el momento mismo de la concepción.
- b) Al debido proceso y agotar las instancias establecidas en el conducto regular.
- c) Conocer en cada período escolar, el rendimiento y evaluación de su hijo o acudido.
- d) Ser considerado y respetado en su dignidad recibiendo un trato amable y cordial por parte de todos los miembros de la comunidad educativa.
- e) Recibir educación humana y cristiana para sus hijos.
- f) Participar en todos los eventos propios del proceso formativo de su hijo y/o acudido.
- g) Participar, elegir y ser elegido como miembro del gobierno escolar y otros comités reconocidos por el Seminario Menor.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- h) Representar al hijo o acudido en las situaciones que lo requieran.
- i) A que su hijo o acudido sea tenido en cuenta para representar al Seminario Menor.

Deberes

- a) Proteger la vida en cada una de sus manifestaciones.
- b) Hacer uso del Derecho de Petición consagrado en el presente Sistema Institucional De Convivencia Para El Ejercicio De Los Derechos Humanos, La Educación Para La Sexualidad Y La Prevención Y Mitigación De La Violencia Escolar.
- c) Informarse continuamente del proceso académico y comportamental de su hijo o acudido en el Seminario Menor.
- d) Mantener relaciones de respeto, diálogo y colaboración con todos los miembros de la Comunidad Educativa.
- e) Demostrar amor y sentido de pertenencia al Seminario Menor con el apoyo a su filosofía, proyectos, decisiones y exigencias
- f) Apoyar y participar activamente y eficazmente en las actividades propias del proceso de formación de su hijo y/o acudido.
- g) Respetar las organizaciones democráticas del gobierno escolar, cumpliendo los compromisos y acuerdos de éstos.
- h) Asistir y representar al hijo o acudido en las situaciones que lo requieran.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



- i) Apoyar a su hijo o acudido para representar al Seminario Menor en eventos dentro y fuera de ella
- j) Estimular a su hijo o acudido para ser merecedor de estímulos concedidos por la Institución.
- k) Hacer uso adecuado de los servicios y espacios institucionales.

2.6 Ley del menor

En 2015 se presentaron dos leyes bajo el nombre de Ley Orgánica 8/2015: una orgánica y otra ordinaria, que nacieron para complementar la Ley Orgánica 171996 de 15 de enero, de Protección Jurídica del Menor. Dentro de las novedades más importantes de esta nueva ley del menor podemos destacar el nuevo sistema de acogimiento y de adopción de menores, y también la creación de un registro de delincuentes sexuales.

Esta nueva ley se basa en el interés superior del menor: es primordial que sus necesidades básicas se vean satisfechas, que su vida se desarrolle en un entorno familiar apto y libre de violencia y, también, que sus deseos, opiniones y sentimientos sean considerados para su bienestar psicológico y emocional.

La nueva ley del menor también determina cuáles son los deberes de los menores, exigibles tanto en el ámbito doméstico como a nivel general, es decir, en el ámbito social y escolar. Así, según esta legislación, deben respetar a sus progenitores y hermanos, así como a otros familiares. También deben respetar las normas de convivencia del, estudiar durante la duración del periodo de enseñanza obligatoria y tener una actitud positiva



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



durante el mismo. También remarca la obligación de la Administración de promover acciones para que los menores conozcan estos deberes.

Ley del menor de 2015 y los menores delictivos

A grandes rasgos, la nueva ley del menor determina que en cualquier decisión que deba tomarse sobre un menor es vital que participen profesionales cualificados que primen el interés del menor sobre cualquier otro, para garantizar su igualdad y no discriminación y buscar siempre medidas que le proporcionen una estabilidad apta para su desarrollo. Del mismo modo, es clave tener siempre en cuenta la edad y el grado de madurez del menor.

Esto, aplicado a los menores que presenten problemas de conducta, se traduce en que la ley especifica la necesidad de tener en cuenta las condiciones, necesidades y características de este colectivo antes de su ingreso en un centro. Este ingreso debe ser autorizado por un juez y se han establecido procedimientos judiciales más ágiles en la Ley de Enjuiciamiento Civil:

Previa autorización de un juez de Primera instancia, se aplica el procedimiento para obtener la autorización judicial para ingresar a un menor con problemas de conducta en un centro de protección específico.

El Juzgado de Primera instancia es ahora el encargado de autorizar la entrada en domicilio, en lugar del Juzgado de lo Contencioso-administrativo. Esta medida se aplicará siempre como ejecución forzosa de las medidas de protección de los menores.



2.8 Inventario infraestructura

- Cancha múltiple



- Patio alterno





2.9 Sal3n deportes



Inventario.

- 6 balones de voleibol. Dos en buenas condiciones.
- 9 balones de b3squetbol, pero 7 da3ados.
- 50 canos
- 2 escaleras de coordinaci3n.
- 2 mallas de microf3tbol.
- 10 platillos.
- 1 malla de voleibol.
- 10 aros.
- Escenarios, cancha de microf3tbol, una de voleibol, una de basquetbol.



2.10 Horarios

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
6 am a 12 pm	6 am a 12 pm	6 am a 12 pm	Lúdicas 3 pm a 5 pm	Lúdicas 3 pm a 5 pm



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



CAPITULO DOS

PROPUESTA PEDAGOGICA

3 Propuesta

3.1 Título

Mejora de la coordinación general mediante juegos y ejercicios en niños de primero, segundo y tercer grado, de la institución educativa seminario menor de Cúcuta.

3.2 Objetivo general

Mejorar la coordinación a través del juegos y ejercicios que permitan el desarrollo de la misma.

3.3 Objetivos específicos

- Fortalecer la capacidad coordinativa para realizar eficientemente los movimientos de manera precisa, rápida y ordenada.
- Desarrollar coordinaciones de carácter específico mediante ejercicios y juegos.
- Diagnosticar y analizar las actividades empleadas en la institución y enfocarlas hacia la eficiencia en la mejora de la coordinación.
- Realizar una propuesta de carácter pedagógico de actividades lúdicas que sirvan como instrumento de apoyo en el desarrollo de la coordinación.
- Desarrollar las posibilidades de ajuste a una nueva situación experimentada.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



3.4 Descripción del problema

En la edad de 6-10 años la coordinación motriz es fundamental ya que se desarrolla y organiza la percepción motora a través de las capacidades mencionadas anteriormente de forma concreta, pero a lo largo del tiempo los niños han desarrollado diversas dificultades ya que presentan algunas deficiencias en su aprendizaje motor encontrando diferencias dependiendo del sexo desde las edades más tempranas, según Zainchowsky, y Martinek (1980) realizaron un estudio donde concluían que “las niñas mostraban dominio en tareas como agilidad y equilibrio estático, pero por otro lado los niños mostraban predominio en habilidades de balón, saltos y en velocidad de carrera”.

Explicando, así como desde temprana edad se daba una inconsistencia en el aprendizaje motriz del niño, desde temprana edad se da el hecho de enseñar de diferentes formas la coordinación motora entre niños y niñas por sus diferentes capacidades y cómo influye en cada uno de los estudiantes en una clase de Educación Física.

Una de las primeras observaciones que pueden realizarse, son las falencias de logro en las clases de educación física. El logro motor es en el que, a partir de la coordinación, hace competente al estudiante en Educación Física y Deporte, suponiendo la capacidad de ajustar los patrones de movimiento.

La necesidad de atender el mejoramiento de la coordinación general desde una propuesta pedagógica basada en juegos y ejercicios, implica un amplio compromiso con el aprendizaje de las actividades, y por ende, es importante trabajar este contenido en los niños



a temprana edad, ya que ayuda a mejorar sus movimientos y habilidades motrices.

Por lo tanto, estas falencias se ven en etapas tempranas como lo es primaria, y allí es donde nosotros como docentes de educación física debemos poner empeño para que estas dificultades no sigan progresando en los alumnos.

Teniendo en cuenta la importancia de este tema para el desarrollo de los niños, la implementación de una estrategia para mejorar la coordinación motriz de los niños es vital para el desarrollo motriz de ellos, formándolos con capacidades físicas óptimas para la evolución de su niñez y comportamiento corporal práctico, también se involucrarían valores cooperativos donde por medio de distintas actividades también comprendan su formación motora para el futuro.

3.5 Justificación

La educación es de carácter obligatorio pero su cobertura es insuficiente para cubrir la demanda potencial de la población infantil y las necesidades de los niños.

Numerosos autores han destacado la importancia del trabajo de coordinación en edades tempranas de cara a potenciar su desarrollo y control motor, fundamental tanto para una vida saludable como para asentar las bases coordinativas necesarias en el perfeccionamiento de la técnica deportiva.

Este proyecto nace por la necesidad de mejorar la coordinación en los niños y niñas del colegio Seminario Menor de Cúcuta ya que es de suma importancia que el niño en esta



etapa de su vida aprenda a desenvolverse en diferentes ámbitos y escenarios para que pueda desempeñarse más adelante en ambientes donde tenga que aplicar destrezas físicas como la coordinación y el equilibrio.

Si bien no existe consenso a la hora de establecer un momento clave en el que se adquiere y desarrolla este aspecto, se considera que “particularmente en los periodos previos a la pubertad, el niño se encuentra en una fase en la cual el trabajo de coordinación es especialmente sensible para influenciar positivamente sobre el desarrollo posterior de las habilidades motrices básicas” (Hirtz y Starosta, 2002) y estas, que se subdividen en locomotoras (correr y saltar), manipulativas (lanzar o coger) y de estabilidad (equilibrarse o girar), son “la base precursora de habilidades más específicas y complejas en juegos, deportes, danza y actividades recreativas (Lloyd, Saunders, Bremer y Tremblay, 2014).

Mediante el juego podemos estimular la coordinación gracias a la rapidez, podrás estimular tus reflejos y complementar tu entrenamiento de psicomotricidad. Por ejemplo, podemos hacer juegos óculo-manual y óculo-pedico, asimismo, existen una gran cantidad de deportes que ayudan a mejorar la coordinación, la agilidad y la capacidad de reacción.

Se puede connotar la importancia de trabajar la coordinación motriz en los niños de hoy en día, ya que la Educación Física como principal mediador en las capacidades y habilidades que desarrollan las personas en su vida son bastantes importantes para el fortalecimiento motriz, así obteniendo un crecimiento sano y próspero.

De este modo es importante entrelazar la importancia de los juegos cooperativos para el



desarrollo motriz, es importante recalcar que en la niñez los aspectos que trabaja la coordinación motriz desempeñan factores para un buen comportamiento físico, Orlik (1990) menciona los juegos cooperativos como actividades que contribuyen a alcanzar varios objetivos de manera liberadora ya que elimina la competencia, puesto que produce un progresivo descubrimiento del propio cuerpo, dando las posibilidades de la acción y funciones corporales el cual mediante el juego serán fundamentales para el crecimiento coordinativo motriz.

3.6 Población

La población con la que se trabajará la propuesta pedagógica serán los estudiantes del colegio seminario menor de Cúcuta. El cual cuenta con los grados de preescolar hasta 11 bachillerato, con un total de 103 estudiantes.

3.7 Muestra

La muestra serán los estudiantes de primero, segundo y tercer grado del colegio seminario menor de Cúcuta, los cuales son un total de 13 estudiantes entre 8 y 10 años, que fueron la base de la realización y el estudio.

3.8 Marco teórico

Peña y Prieto (2012) que exponen en su tesis el ámbito del desarrollo psicomotor, la coordinación en la educación infantil debe ajustar su respuesta educativa a las posibilidades que va abriendo el proceso de los niños y niñas, lo que permitirá un progresivo conocimiento y control de todas las partes de su cuerpo, desde los pies hasta la visión



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



pasando por tronco y brazos o manos con movimientos dirigidos y focalizados que les permita un adecuado dominio del tono muscular, control de la postura, equilibrio y sensación de seguridad. En este sentido, ninguna actividad como el juego utilizado como herramienta pedagógica para favorecer dicho desarrollo, el cual es entendido como una actividad corporal importante de la vida de los niños y niñas, ya que desarrollan movimientos globalizados para trabajar el equilibrio.

La intención de los autores es generar un aprendizaje significativo a partir de la coordinación en la clase de Educación Física, si se comienza a trabajar desde temprana edad se fortalecerá el proceso de aprendizaje ya que posibilita al niño a trabajar mejor su parte motriz, en la propuesta didáctica que queremos implementar se busca fortalecer esta capacidad con el fin de comprender la importancia que tiene su cuerpo a la hora de realizar diferentes movimientos no solo en la en clase de Educación Física si no en el “quehacer” diario que le permita al niño a trabajar de una forma óptima por medio de los juegos cooperativos permitiendo un mejor desarrollo y un mejor desempeño.

Cuando se habla de desempeño se deben tomar factores que posibiliten las intervenciones del movimiento del cuerpo humano, en la ciudad de Medellín se abordó una tesis que describe los elementos constitutivos de la motricidad humana, Benjumea (2009) menciona los problemas que trascienden en la Educación Física relacionadas a las acciones motrices, en ese sentido plantea relacionar y desarrollar herramientas que posibiliten comprender el termino de motricidad a partir de la coordinación motriz, que se basa de forma considerable en los actos reflejos que constituyen respuestas precisas en el movimiento del cuerpo



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



humano, la estructuración del esquema corporal que lo define como la organización de todas las sensaciones relativas al propio del cuerpo representando categorías ligadas al espacio-tiempo.

Profundizando los juegos cooperativos en base a la mejora de la coordinación motriz se toma en cuenta lo elaborado por Cuesta, Prieto, Gómez y Barrera (2016) quienes en la Universidad Castilla La Mancha (España) desarrollaron su trabajo, el cual contribuye a los juegos cooperativos en la mejora psicomotriz en los niños en la educación infantil, así mismo describe una didáctica de los juegos cooperativos que mejora los diferentes ámbitos de la psicomotricidad el cual se basan por 3 instrumentos que evalúan la propuesta: Físicomotor, perceptivo-motor y afectivo-racional, mediante estos instrumentos se evidenciaron resultados que muestran la mejora en habilidades sociales y por lo tanto se mejoró en relación al dominio psicomotor que en las diversas ejecuciones tales como la coordinación motriz se fortalecieron de una forma impresionante, demostrando que los juegos cooperativos no solo desarrollan habilidades sociales de interacción y relación con otras personas sino que también fortalecen las capacidades perceptivo-motrices en todos sus aspectos.

Lorenzo (2008) establece que las percepciones sensoriales juegan un papel importante en el desarrollo de la coordinación motriz, menciona que existe una capacidad temprana para formar esquemas mentales, la cual se percibe mediante la experiencia que tiene el niño en actividades físicas, de esa manera se forman patrones de propioceptivos vestibular que son aquellos movimientos generados por los estímulos de reacción del individuo, a medida



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



de que se desarrolle correctamente los parámetros establecidos aparecen los movimientos precisos y más localizados, la coordinación más precisa generalmente se establece a los seis años de edad donde se encuentran movimientos agregados que son aislados y se llaman sincinesias.

El movimiento sincinésico en el desarrollo psicomotor deben ser lidiadas a través de la ejercitación psicomotriz, ya que estas son acompañadas de movimientos complejos y precisos cuando se presentan por primera vez, deben ser incorporadas cuando se obtenga dicha práctica o destreza.

Grosser (1991) Establece la coordinación motriz como la organización de procesos de actos motores, establecido como un objetivo motor, es decir, el cuerpo por sí mismo establece movimientos motores propios, pero en la mayoría de casos no se toman como un fin, dicha organización se encarga de dar ajustes a las fuerzas producidas de estos movimientos tantos internas como externas establecido los grados de libertad del aparato motor y los cambios que existen dependiendo a la situación.

Rivera (2009) también justifica que la coordinación es un acto complejo del sistema nervioso central, la cual debe mandar impulsos a varios músculos que intervienen en cualquier gesto motor, pues si cualquier movimiento requiere coordinación habría que pensar que para una persona con alto rendimiento motor tiene que ser un nivel infinitamente superior. Por todo ello la coordinación va ligada al equilibrio pues constituyen todas las acciones gestuales que se pueden realizar y definir cualitativamente a la acción pues se considera que es el soporte motor para las habilidades y destrezas. Un movimiento



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



coordinado implica una interacción eficaz entre el sistema nervioso central y el sistema muscular esquelético destacan diferentes criterios para considerar un movimiento como coordinado: Precisión en velocidad, dirección adecuada, eficacia en los resultados, economía en el gasto energético y armonía en la contracción y relajación muscular. En resumen, se puede considerar que una acción resulta coordinada y equilibrada cuando se utilizan los grupos musculares precisos en el tono adecuado y se debe tener como resultado gastar la mínima energía muscular y nerviosa es decir un feedback intrínseco. El autor también menciona que durante la etapa infantil la coordinación está muy ligada en el desarrollo general del individuo, la percepción que rodea al alumno ya desde muy pequeño ayuda a construir esquemas mentales en su entorno y de inmediato conllevará a la adquisición de capacidades pues darán lugar al desarrollo cognitivo.

A través de lo dicho se puede referir a que varios autores como los mencionados concluyen que hay un rendimiento más débil en niños con problemas de coordinación motriz partiendo del complejo visual, tales como, agarrar, atrapar y colocar, habilidades específicas que subyacen de un déficit en el movimiento sin embargo estas problemáticas se encuentran asociados a los problemas evolutivos de la coordinación motriz en la infancia, aspectos como, una memoria visual a corto plazo, un mayor tiempo de reacción ante estímulos visuales, atención viso-espacial menos efectiva, problemas de integración sensorial y visomotora, funcionamiento deficitario de los mecanismos de feedback visual son los principales causantes de la problemática evolutiva en cuando a la coordinación motriz, aspectos que se deben mejorar desde los primeros años, con parámetros establecidos para

el fortalecimiento de esta capacidad fundamental en el ser humano.

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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



SC-CER96940





Boulch (1986) Establece que es aquella que exige el ajuste recíproco de todas las partes del cuerpo para realizar diferentes actividades que en la mayoría de partes implican locomoción y desplazamientos del cuerpo, lo fundamental en los ejercicios de coordinación dinámica general, principalmente los que se usan ya hace 12 años, son las que posibilitan la adquisición de un conjunto de habilidades motrices que lleguen a un objetivo para poder alcanzar algún propósito. Además de las infinidad de actividades de coordinación dinámica general cabe destacar que las actividades como: ejercicio táctil, kinestésico, espacial, temporal, son esenciales para la mejora de los mandos nerviosos y el acoplamiento de las percepciones.

Según Bissonnette (2000) la coordinación dinámica general ayuda al niño a el equilibrio y el mantenimiento de la postura, de acuerdo con los esquemas locomotores para mover el cuerpo en el espacio, todo esto llevando a cabo las habilidades de contacto que permitan al niño a manipular objetos, donde haya desplazamiento y objetos en movimiento generando una dimensión corporal.

Es necesario pensar en el juego en la educación infantil y en el juego específicamente al juego trabajo como eje fundamental e irremplazable, hoy se hace particularmente necesario trabajar sobre diferentes posibilidades de organización de propuestas con mayor o menor propuesta de componentes lúdicos y replantear el modo de implantación de juego en las aulas de clase. El juego trabajo es una de las actividades fundamentales ya que es una fuente de riqueza y es una propuesta alternativa basada en el respeto y en una diversidad de



intereses, es una actividad creada para conjugar los intereses de placer, la enseñanza, el aprendizaje, el trabajo y las tareas.

El juego trabajo es una propuesta de actividad que se basa fundamentalmente en la participación en los diferentes sectores del juego en los cuales se desarrollan diferentes tipos de propuestas en las cuales se vinculan en las áreas del conocimiento y ejes a fin de presentar la posibilidad de que los niños elijan sus intereses, uno de los pilares del juego trabajo es la posibilidad entre opciones que se desarrollen de forma paralela en el mismo momento de la jornada. Pitluk (2016). Es el conjunto de acciones que sirven para divertirse, 35 el ser humano siempre ha jugado en toda circunstancia y en toda cultura no es exclusivo en la infancia pues se juega en todas las edades. Es una actividad fundamental para el desarrollo de las personas, ya que se desarrolla todos los aspectos motrices pues se fomentan la tica y los valores por medio de este.

El juego hoy en día se entiende desde 4 perspectivas: medio globalizador, interrelación de contenidos, objeto de estudio y como herramienta metodológica pues son herramientas que nos ayudan y nos facilitan el aprendizaje en las aulas de clase y son pertinentes a la hora de la consecución de los objetivos Carbonero (2016)

Piaget (1969) Destacaba que el juego orientaba al niño de lo conocido a lo desconocido, de lo incomprensible a lo comprensible para él, el juego era la expresión de un pensamiento nuevo aún débil que se fortalecería mediante acciones o vínculos del niño con 37 el entorno.

Aquí haremos un paréntesis para dar una breve explicación de cómo Piaget clasificaba la estructura del juego según la edad de los niños.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



Piaget propone una clasificación fundamentada en la estructura del juego, que sigue estrechamente la evolución genética de los procesos cognoscitivos. Según Piaget casi todos los comportamientos pueden convertirse en juego cuando se repiten por “asimilación pura”, es decir por puro placer funcional, obteniendo el placer a partir del dominio de las capacidades motoras y de experimentar en el mundo del tacto, la vista, el sonido, etc. Este movimiento lúdico lo describe en distintos estadios sensorio motores: Estadio de los reflejos (0-1 mes). Estadio de las reacciones circulares primarias (1 -4 meses). Estadio de las reacciones circulares secundarias (4 -8 meses). Juegos sensorio motores o de ejercicio (0 -2 años). Estadio de las reacciones circulares terciarias (12-16 meses). Estadio de invención de nuevos medios mediante combinación es mentales (18-24 meses). El juego simbólico (2-7 años) Se basa en la teoría del egocentrismo al analizar básicamente el juego simbólico. Juego de Reglas (7-12 años) Las reglas aparecen aproximadamente hacia los 4 o 5 años, pero es de los 7 a los 11 años cuando se constituyen como fijas en el juego. Arnolf Russell define el juego dentro de lo psicológico como una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad exterior a ella; sino por sí mismas. (Piaget, 1969).

Por parte de los juegos cooperativos Ruiz (2007) encuentra un buen uso en las capacidades perceptivo-motrices, una de ellas la capacidad dinámica general donde se permite trabajar de diferentes maneras sin olvidar que en la clase de educación física y las actividades de estructura no competitiva deben superar cuantitativamente cualquier tipo de actividad motriz, la alternativa cooperativa del juego como medio para la formación 42 integral de los alumnos también son importantes los planteamientos de los alumnos con el propósito de alcanzar metas objetivas Según lo que plantea el autor es importante que en los juegos

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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



SC-CER96940





cooperativos se dé una participación de acuerdo a un objetivo en este caso la coordinación dinámica general se puede trabajar de acuerdo a estos juegos donde se pueden implementar de diferentes maneras a la hora de hacer la práctica y de acuerdo con la propuesta que queremos llegar se puede decir que de una u otra manera los juegos cooperativos ayudan a fortalecer esta capacidad por medio de actividades psicomotrices que permitan a los niños y niñas experimentar los juegos cooperativos de acuerdo con la coordinación por eso cuando el niño o niña logra manejar sus capacidades coordinativas se puede entender que ya maneja cierta parte fundamental de su motricidad y puede ir desarrollando su proceso motor sin ninguna dificultad por eso por medio de estos juegos generar un espacio ameno donde los niños y niñas generen un aprendizaje significativo de acuerdo actividades didácticas podamos fortalecer la coordinación en los estudiantes.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



CAPITULO TRES

INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

4 Informes

4.1 Diseño

ACTIVIDAD	FEBRERO				MARZO				ABRIL				MAYO			
	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4
Diagnostico																
Juego la lleva																
Circuito de coordinación																
Ejercicios de coordinación																
Ejercicios de coordinación con vallas																
Ejercicios de coordinación y equilibrio																
Juego de orden																
Juego el mundo al revés, está loco loco																
Juego yo hago, tú haces																



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



4.2 Ejecución

PLAN DE AULA	SEMANA - 1
	Fecha: 14 al 18 de febrero

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 1-2-3	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL
<p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. Ej: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.</p> <p>Juego: La Lleva. Los alumnos se disponen a jugar a la "Lleva" en e. El niño o niña que "la lleva" deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la lleva.</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

Carreras de velocidad

A los alumnos se les pone en fila para explicarle las fases de salida del atletismo.

- a) **A sus puestos:** El corredor, que se encuentra situado tras los tacos, debe situarse de la siguiente manera:
 1. Manos separadas a la distancia de los hombros y apoyadas sobre la yema de los dedos
 2. Brazos perpendiculares y extendidos
 3. Rodilla de atrás apoyada en el suelo.
 4. Rodilla delantera en el aire.
 - b) **Listos:** Difiere poco de la anterior. Las caderas suben ligeramente sobrepasando a la línea de hombros, desplazándose hacia adelante para crear el desequilibrio y romper la inercia en la salida.
 1. El peso del cuerpo cae sobre las manos.
 2. Los pies hacen fuerte presión sobre los tacos.
 3. El atleta toma aire y lo retiene.
 4. Las manos soportan más del 60% del peso del cuerpo y el pie adelantado casi el resto.
 - c) **Disparo:** Comienza la presión de las piernas sobre los tacos (primero la pierna retrasada). La pierna adelantada se extiende totalmente cuando la rodilla de la retrasada se adelante. El brazo correspondiente al de la pierna adelantada se dirige adelante mientras el otro va atrás.
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, gana el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones.
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito abdominal (boca abajo) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito dorsal (boca arriba) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar. 2 repeticiones

- Individualmente, el estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido.
2 repeticiones

-Hidratación.

- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.
-

PARTE FINAL

-Hidratación.

- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 2
	Fecha: 21 al 25 de febrero

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 1-2-3 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL
<p>CARRERAS DE RELEVOS</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha) y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad. <p>Juego: La Lleva. Los alumnos se disponen a jugar a la "Lleva" El niño o niña que "la lleva" deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la lleva. Con la variante que los niños y niñas no se pueden salir de las líneas que están pintadas en la cancha.</p> <p>-Hidratación.</p>

PARTE CENTRAL
<p>Carreras de Relevos</p> <p>La carrera de relevos es una prueba de velocidad que se disputa por equipos y consiste en transportar el testigo a lo largo de una distancia determinada lo más veloz posible, hasta otro atleta que se encuentra dispuesto a recibirlo o hasta la meta, como lo hace el último del atleta. En total son cuatro corredores que cuentan con una zona que está dividida en dos partes, zona de impulso o de inicio de carrera y una zona de entrega. Este tipo de competencias se disputan en dos distancias: 4 x 100 y 4 x 400.</p> <ul style="list-style-type: none"> • El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará. 2 repeticiones. • Después de esas repeticiones cada estudiante lo hará desde la posición inicial para observar como esta agarrando el testigo y así corregirle la posición. 2 repeticiones • El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará. Se colocarán dos grupos a competir para mirar cual será el más rápido en esta prueba. 2 repeticiones



PARTE FINAL

- Hidratación.**
 - Se finaliza con la vuelta a la calma.
 - Se hace estiramiento de forma ascendente.
 - Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/

PLAN DE AULA	SEMANA - 3
	Fecha: 28 al 4 de marzo

Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACION FISICA	Grado: 1-2-3 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

CARRERAS CON VALLAS
Calentamiento:
 -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:
 -Mover la articulación del cuello.
 -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
 -Girar tronco.
 -Elevación talones.
 -Elevación rodillas.
 -Lateralidad.

Juego O circuito de coordinación
 Los alumnos se disponen hacer el circuito de coordinación.
 Los alumnos hacen una hilera y se le explica el circuito que van a realizar.
 * Se colocan unos aros en donde los alumnos saltaran en medio de cada aro, seria a uno o dos pies.
 * Hacer zigzag
 * Saltar unos conos a pie juntos.

-Hidratación.



PARTE CENTRAL

Carreras Con Vallas

Las carreras de vallas son carreras de velocidad en las que los competidores deben superar una serie de barreras de madera y metal (o plástico y vidrio) llamadas vallas. Las distancias de las carreras de vallas, así como las alturas de las propias vallas, varían según la distancia de la prueba, el sexo y la edad de los atletas.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estarán ubicados unos conos en determinadas distancias y los estudiantes deberán saltarlos de manera continua en línea recta.
4 repeticiones.
- Los estudiantes harán competencia entre ellos mismo para si mirar quien es el más rápido del grupo.
4 repeticiones
- Se les tomara el tiempo a cada uno de los alumnos.
4 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.

- se finaliza con la vuelta a la calma.

Se hace estiramiento de forma ascendente.

- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/

PLAN DE AULA	SEMANA - 4
	Fecha: 7 al 11 de marzo

Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACION FISICA	Grado: 1-2-3 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PARTE INICIAL

SALTOS SIN IMPULSOS

Calentamiento:

-Caminata(marcha) y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego: No dejar caer el aro.

Los alumnos se ubicarán en pareja, donde uno de ellos se ubicará frente al otro en una distancia de 15 mts.

Cada estudiante tendrá un aro en sus manos, a la señal del profesor en alumno le dará vuelta al aro y saldrá corriendo hacia el otro extremo del compañero para tratar de agarrar el aro y no dejarlo caer.

Variante: Agarrarlo con la mano derecha, después con la izquierda.

-Hidratación.

PARTE CENTRAL

Salto sin impulso.

- Por parejas, cada estudiante de pie y saldrá corriendo y caerá a cada aro puesto en la cancha, al sonido del silbato saldrán saltando. Gana el estudiante que pase los aros más rápido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante de pie y dentro del costal, al sonido del silbato saldrá saltando lo más rápido posible realizando zig-zag en medio de los conos realizando un trayecto aproximadamente de 20 mts ida y vuelta, gana el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante en posición de pie a la orden del docente saltará a pie juntos sin impulso de un punto A ha un punto B, gana el estudiante que obtenga la mayor distancia en mts. 2 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.

- se finaliza con la vuelta a la calma.

Se hace estiramiento de forma ascendente.

- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



CARTILLA PEDAGOGICA

ACTIVIDAD 1

Título: Mejora de la coordinación general mediante el juego y ejercicios de 1, 2 y 3er grado, de la Institución educativa Seminario Menor de Cúcuta.

Tiempo: 2 horas **Grado:** 1,2 y 3er **Edades:** 8-10 años. **N.º Participantes:** 13 niños.

Competencia: El estudiante será capaz de realizar ejercicios básicos mediante el juego.

Logro: Desarrollar las habilidades y destrezas para realizar la coordinación mediante el juego.

Indicador de logro: Desarrolla los patrones básicos para la coordinación.

PARTE INICIAL

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente.

Ej.: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.

Específico:

-Mover la articulación del cuello.

-Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.



SC-CER96940



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



- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

PARTE CENTRAL

La Lleva.

Los alumnos se disponen a jugar a la “Lleva”. El niño o niña que “la **lleva**” deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la **lleva**. Con una variante de que los niños deben correr por las líneas demarcadas en la cancha múltiple.



PARTE FINAL

- Hidratación.
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación



RECURSO: Recursos humano, cancha múltiple.

EVALUACION: Observación directa.

ACTIVIDAD 2

Título: Mejora de la coordinación general mediante el juego y ejercicios de 1, 2 y 3er grado, de la Institución educativa Seminario Menor de Cúcuta.

Tiempo: 2 horas **Grado:** 1,2 y 3er **Edades:** 8-10 años. **N.º Participantes:** 13 niños.

Competencia: El estudiante fortalece la coordinación mediante ejercicios de coordinación

Logro: Desarrollar las habilidades y destrezas para realizar la coordinación mediante un circuito de coordinación.

Indicador de logro: Desarrolla los patrones básicos para la coordinación.

PARTE INICIAL

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente.

Ej.: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.

Específico:

-Mover la articulación del cuello.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



-Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.

-Girar tronco.

-Elevación talones.

-Elevación rodillas.

-Lateralidad.

PARTE CENTRAL

Circuito de Coordinación.

Se pondrán unos aros en donde los niños saltarán de pende como este el aro, derecha, izquierda o pie juntos.

Seguido de unos conos en zigzag.

Luego unos conos acostados donde saltaran a pie juntos.





PARTE FINAL

- Hidratación.
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSO: Recursos humano, cancha múltiple, cono. Aros.

EVALUACION: Observación directa

ACTIVIDAD 3

Título: Mejora de la coordinación general mediante el juego y ejercicios de 1, 2 y 3er grado, de la Institución educativa Seminario Menor de Cúcuta.

Tiempo: 2 horas **Grado:** 1,2 y 3er **Edades:** 8-10 años. **N.º Participantes:** 13 niños.

Competencia: El estudiante fortalece la coordinación mediante ejercicios de coordinación

Logro: Fortalece sus habilidades de coordinación atreves de ejercicios de la misma.

Indicador de logro: Desarrolla los patrones básicos para la coordinación a través de ejercicio.

PARTE INICIAL

Calentamiento:



-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente.

Ej.: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.

Específico:

-Mover la articulación del cuello.

-Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.

-Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.

PARTE CENTRAL

Ejercicios de coordinación.

Se colocará un aro y a 10 mts un cono, los niños llevaran el aro transportándolo con la mano hasta llegar a los conos, sin dejar caer el aro deben agarrar el cono que está en el piso, se regresara de la misma forma hasta llegar al punto de partida y darle la salida al otro compañero.





PARTE FINAL

- Hidratación.
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSO: Recursos humano, cancha múltiple.

EVALUACION: Observación directa

ACTIVIDAD 4

Título: Mejora de la coordinación general mediante el juego y ejercicios de 1, 2 y 3er grado, de la Institución educativa Seminario Menor de Cúcuta.

Tiempo: 2 horas **Grado:** 1,2 y 3er **Edades:** 8-10 años. **N.º Participantes:** 13 niños.

Competencia: El alumno realiza la mejora las formas básicas para la precisión y el desplazamiento.

Logro: Mejora sus desplazamiento y habilidades de coordinación atreves de ejercicios de.

Indicador de logro: Desarrolla los patrones básicos para la coordinación a través de ejercicio.

PARTE INICIAL

Calentamiento:



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente.

Ej.: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.

Específico:

-Mover la articulación del cuello.

-Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.

-Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.

PARTE CENTRAL

Ejercicios de coordinación.

El estudiante saldrá en carrera hasta llegar a saltar unos conos, luego pasara por debajo de una valla hasta llegar a unos conos donde tendrá que pasar en zigzag, lanzara un aro que encestara en un cono a una distancia a 5mts. Saltara uno conos a pie juntos hasta finalizar los ejercicios.





PARTE FINAL

- Hidratación.
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSO: Recursos humano, cancha múltiple, conos, aros.

EVALUACION: Observación directa

4.3 Evaluación

La edad marca una diferencia notable en la evaluación del sujeto. Cuando evaluamos a un niño pequeño, se realiza de manera continua y de forma cualitativa puesto que se seguía trabajando con transversalidad con la institución, dicha evaluación permitir ver el progreso de los estudiantes desde que se inicia hasta que terminan las prácticas.

La coordinación como rasgo en la ejecución del movimiento: El niño ejecuta el movimiento en su totalidad, con dominio de este, manifestando organización, y precisión en la realización del mismo, ya sea en la coordinación dinámica o específica.

La precisión como rasgo en la ejecución del movimiento: El niño ejecuta el movimiento delimitando el fin y la meta a alcanzar, utilizando correctamente la preparación para la



acción, desarrollando acciones con seguridad, exactitud en pro de los objetivos propuestos, obteniendo óptimos resultados.

El equilibrio como rasgo en la ejecución del movimiento: El niño ejecuta el movimiento controlando las diferentes posturas, ya sea en equilibrio estático, dinámico o reequilibrio.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co





CAPITULO CUATRO

ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

5. Actividades

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIA
1 marzo 2022	Independencia de Cúcuta	
8 de marzo 2022	Día de la mujer	
22 marzo	Día del hombre	



23 de abril	Día del idioma	
29 de abril	Día del niño	



CONCLUSIONES

- Se determinó la incidencia de la propuesta didáctica para mejorar la coordinación motriz por medio de un diagnóstico inicial y una evaluación cualitativa.
- Se diseñó y ejecutó una propuesta didáctica, basada en juegos y ejercicios para el mejoramiento de la coordinación de los niños.
- Se verificaron los cambios generados por las aplicaciones de la propuesta didáctica, que dio como conclusión final que hubo una mejoría en la coordinación motriz por medio de juegos y ejercicios.
- Se evaluaron las actividades empleadas por la institución y se adaptaron para lograr el fortalecimiento en la coordinación de los niños de 8 a 10 años.
- Independientemente del desarrollo generado por la propuesta didáctica, los estudiantes deberán seguir reforzando el desarrollo motriz elemental.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



BIBLIOGRAFIA

Bissonnette (2000). Tareas de evaluación en educación física en enseñanza primaria. Editorial Paidotribo.

Boulch (1986). La educación por el movimiento en la edad escolar. Paidos educación física.

Carbonero (2016). Capacidades físicas básicas. Su desarrollo en la edad escolar. Editorial Wanceulen.

Cuesta, C., Prieto, A., Gómez, I., & Barrera, M. (2016). La contribución de los juegos cooperativos a la mejora psicomotriz en niños de educación infantil. Albacete: Universidad Castilla La Mancha.

Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física. (2017). En J. M. Benjumea, J. R. Alfonso, S. M. Pineda, & J. C. Truan, Test de coordinación motriz 3JS: Cómo valorar y analizar su ejecución (págs. 189-193). España.

Grosser. (1991). En D. R. Nebot, Diseño de pruebas motrices coordinativas. hacia la autoevaluación en educación física. (pág. 27).

Hirtz, P., & Starosta, W. (2002). Sensitive and critical periods of motor co-ordination development and its relation to motor learning. *Journal of Human Kinetics*, 7, 19-28.

Lloyd, M., Saunders, T. J., Bremer, E., & Tremblay, M. S. (2014). Long-term importance of fundamental motor skills: A 20-year follow-up study. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 31(1), 67-78. doi:10.1123/apaq.2013-0048.



Lorenzo, F. (2008). La coordinación y motricidad asociada a la madurez mental en niños de 4 a 8 años. En h. R. Mori, la coordinación y motricidad asociada a la madurez mental en niños de 4 a 8 años (págs. 140-142).

Orlik. (1990). La Contribución de los Juegos Cooperativos a la mejora psicomotriz en niños de educación infantil. En C. C. Cañadas, A. P. Ayuso, I. M. Barreto, & M. X. Barrera. Albacete; España.

Peña, F., & Prieto., D. (2012). Estrategia pedagógica fundamentada en el juego para mejorar la coordinación dinámica general en niños y niñas de 3 a 6 años de edad del gimnasio grandes maravillas en educación inicial. Bogotá, Colombia.

Piaget. (1969). Psicología y pedagogía.

Pitluk. (2016). Articulación entre la educación inicial y la educación primaria. Continuidades y encuentros. Homosapiens ediciones.

Rivera, D. M. (marzo de 2009). Efdeportes.com. Obtenido de Efdeportes.com. Rodríguez, A. G. (2012).

Ruiz, O. y. (2007). Juegos cooperativos en educación física. Paidotribo.

Zainchowsky, & Martinek. (1980). Análisis de la competencia motriz en la etapa de primaria a través de la escala de conservación ECOMI. En F. I. Gómez.

https://www.redalyc.org/journal/5516/551659261003/html/#redalyc_551659261003_ref15



<https://www.efdeportes.com/efd161/problemas-de-coordinacion-en-ninos-down.htm>

<https://www.oposinet.com/temario-primaria-educacion-fisica/temario-3-ed-primaria-educacion-fisica/tema-7-coordinacin-y-equilibrio-concepto-y-actividades-para-su-desarrollo-2/>

<https://www.oposinet.com/temario-primaria-educacion-fisica/temario-3-ed-primaria-educacion-fisica/tema-7-coordinacin-y-equilibrio-concepto-y-actividades-para-su-desarrollo-2/>



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



ANEXOS

PLAN DE AULA	SEMANA - 5
	Fecha: 14 al 18 de marzo

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 1-2-3	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

LANZAMIENTO DE BALA

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego: El LOBO

Todos los jugadores se toman de la mano y hacen un círculo, empiezan a cantar:

Juguemos en el bosque, mientras el lobo no está. Juguemos en el bosque, mientras el lobo no está.

- ¿El Lobo está?



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



El jugador que hace el personaje del lobo contesta:

- ¡Me estoy poniendo los calzoncillos!

Los otros jugadores siguen cantando: El juego continúa hasta llegar el momento en el que el lobo coge las llaves de su casa y sale a buscar a los niños que están jugando. El niño o niña que el lobo agarre, ese será el siguiente lobo.

-Hidratación.

PARTE CENTRAL

LANZAMIENTO

- En la fase de preparación el lanzador se mueve a la óptima posición para comenzar el giro y se construye la pretensión.
- En la fase de construcción del **momentum**, la bala se acelera mientras que el lanzador se mueve hasta una posición óptima para la descarga.
- En la fase de descarga se produce velocidad adicional que se transfiere a la bala antes de su descarga.
- En la fase de recuperación el lanzador evita cometer un lanzamiento nulo.
- Individualmente, cada estudiante de pie hará el lanzamiento con una pelota haciendo la técnica. 3 repeticiones.
- Individualmente lanzará cada estudiante y se medirá los cuantos metros lanzo para al final mirar quien fue el ganador del lanzamiento.

PARTE FINAL

-Hidratación.

- se finaliza con la vuelta a la calma.

Se hace estiramiento de forma ascendente.

- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional. • Balón o pelota 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/

PLAN DE AULA	SEMANA
	Fecha: SEGUNDO PERIODO

Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 1-2-3 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: SEGUNDO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica el área de expresión corporal mediante la danza.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la danza y así mismo poder desarrollar las técnicas de expresión corporal. Movimientos que ayuden a la coordinación general.	



PARTE INICIAL	
<p>COLOMBIA</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad</p> <p>-Hidratación.</p>	

PARTE CENTRAL	
<p>COLOMBIA</p> <p>. Se realizan los Intercalases con el fin de lograr que el tiempo libre sea en torno al sano esparcimiento, el deporte, la recreación, la lúdica y otras formas que fomenten el desarrollo motriz, emocional, cognitivo, espacial, el trabajo en equipo y la cooperación".</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los niños ejecutarán un baile representativo a el País Colombia, en donde expondrán su baile mas representativo de la región cafetera. • Expresaran sus movientes mediante el baile. • La coordinación. • Expresión corporal. • La disciplina 	
PARTE FINAL	
<p>-Hidratación. - se finaliza con la vuelta a la calma. Se hace estiramiento de forma ascendente. - Hidratación.</p>	

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Música • Recursos humanos. • Cancha institucion al. 	Observación directa	https://www.cityexpress.com/blog/conoce-colombia-ritmo-y-danza-la-riqueza-cultural-del-pais#:~:text=El%20vallenato&text=Este%20es%2C%20sin%20duda%2C%20el,%2C%20paseo%2C%20tambora%20y%20puya.



PLAN DE AULA	SEMANA - 1
	Fecha: 14 al 18 de febrero

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 4 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL
<p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. Ej: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.</p> <p>Específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad. <p>Juego: La Lleva. Los alumnos se disponen a jugar a la "Lleva" en e. El niño o niña que "la lleva" deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la lleva.</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

Carreras de velocidad

A los alumnos se les pone en fila para explicarle las fases de salida del atletismo.

- a) **A sus puestos:** El corredor, que se encuentra situado tras los tacos, debe situarse de la siguiente manera:
1. Manos separadas a la distancia de los hombros y apoyadas sobre la yema de los dedos
 2. Brazos perpendiculares y extendidos
 3. Rodilla de atrás apoyada en el suelo.
 4. Rodilla delantera en el aire.
- b) **Listos:** Difiere poco de la anterior. Las caderas suben ligeramente sobrepasando a la línea de hombros, desplazándose hacia adelante para crear el desequilibrio y romper la inercia en la salida.
1. El peso del cuerpo cae sobre las manos.
 2. Los pies hacen fuerte presión sobre los tacos.
 3. El atleta toma aire y lo retiene.
 4. Las manos soportan más del 60% del peso del cuerpo y el pie adelantado casi el resto.
- c) **Disparo:** Comienza la presión de las piernas sobre los tacos (primero la pierna retrasada). La pierna adelantada se extiende totalmente cuando la rodilla de la retrasada se adelante. El brazo correspondiente al de la pierna adelantada se dirige adelante mientras el otro va atrás.
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, gana el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones.
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito abdominal (boca abajo) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito dorsal (boca arriba) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar. 2 repeticiones

- Individualmente, el estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido.
2 repeticiones

-Hidratación.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

PARTE FINAL

-Hidratación.

- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 2
	Fecha: 21 al 25 de febrero

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 4 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

CARRERAS DE RELEVOS

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego:

Se partirá el grupo en dos, formando los grupos por iguales. Los alumnos llevaran un cono en la cabeza hasta un trayecto determinado aproximadamente uno 10 mts. Donde estará un aro y tendrán que pasar el aro por arriba de ellos. Así mismo se regresarán y le darán la mano al compañero para hacer el relevo. Ganara el equipo que pasen todos los participantes.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Carreras de Relevos

La carrera de relevos es una prueba de velocidad que se disputa por equipos y consiste en transportar el testigo a lo largo de una distancia determinada lo más veloz posible, hasta otro atleta que se encuentra dispuesto a recibirlo o hasta la meta, como lo hace el último del atleta. En total son cuatro corredores que cuentan con una zona que está dividida en dos partes, zona de impulso o de inicio de carrera y una zona de entrega. Este tipo de competencias se disputan en dos distancias: 4 x 100 y 4 x 400.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará. 2 repeticiones.
- Después de esas repeticiones cada estudiante lo hará desde la posición inicial para observar cómo está agarrando el testigo así corregirle la posición. 2 repeticiones
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará. Se colocarán dos grupos a competir para mirar cual será el más rápido en esta prueba. 2 repeticiones

PARTE FINAL

- Hidratación.**
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
 - Se hace estiramiento de forma ascendente.
 - Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional • Testigo 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 3
	Fecha: 28 al 4 de marzo

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 4 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL
<p>CARRERAS CON VALLAS</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.</p> <p>Juego O circuito de coordinación Los alumnos se disponen hacer el circuito de coordinación. Los alumnos hacen una hilera y se le explica el circuito que van a realizar.</p>

<p>* Se colocan unos aros en donde los alumnos saltaran en medio de cada aro, seria a uno dos pies. * Hacer zigzag * Saltar unos conos a pie juntos.</p> <p>-Hidratación.</p>
--



PARTE CENTRAL

Carreras Con Vallas

Las carreras de vallas son carreras de velocidad en las que los competidores deben superar una serie de barreras de madera y metal (o plástico y vidrio) llamadas vallas. Las distancias de las carreras de vallas, así como las alturas de las propias vallas, varían según la distancia de la prueba, el sexo y la edad de los atletas.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estarán ubicados unos conos en determinadas distancias y los estudiantes deberán saltarlos de manera continua en línea recta.
4 repeticiones.
- Los estudiantes harán competencia entre ellos mismo para si mirar quien es el más rápido del grupo.
4 repeticiones
- Se le tomara el tiempo a cada uno de los alumnos.
4 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/
<ul style="list-style-type: none"> • Recursos humanos. • Cancha institucional 		



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 4
	Fecha: 7 al 11 de marzo

Area: EDUCACIÓN FISICA	Asignatura: EDUCACIÓN FISICA	Grado: 4 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL

SALTOS SIN IMPULSOS

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego: No dejar caer el aro.

Los alumnos se ubicarán en pareja, donde uno de ellos se ubicará frente al otro en una distancia de 15 mts. Cada estudiante tendrá un aro en sus manos, a la señal del profesor en alumno le dará vuelta al aro y saldrá corriendo hacia el otro extremo del compañero para tratar de agarrar el aro y no dejarlo caer.
Variante: Agarrarlo con la mano derecha, después con la izquierda.

-Hidratación.



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Saltos sin impulso.

- Por parejas, cada estudiante de pie y saldrá corriendo y caerá a cada aro puesto en la cancha, al sonido del silbato saldrán saltando. Gana el estudiante que pase los aros más rápido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante de pie y dentro del costal, al sonido del silbato saldrá saltando lo más rápido posible realizando zig-zag en medio de los conos realizando un trayecto aproximadamente de 20 mts ida y vuelta, gana el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante en posición de pie a la orden del docente saltará a pie juntos sin impulso de un punto A ha un punto B, gana el estudiante que obtenga la mayor distancia en mts. 2 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.

- se finaliza con la vuelta a la calma.

Se hace estiramiento de forma ascendente.

- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 5
	Fecha: 14 al 18 de marzo

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 4 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL
<p>LANZAMIENTO DE BALA</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha) y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.</p> <p>Juego Los alumnos se ubican en pareja cada uno agarra un aro y 3 conos. Los conos estarán ubicados aproximadamente a 10 mts Los alumnos le darán vuelta al aro y saldrán corriendo agarrar un cono y traerlo al inicio, ganara el estudiante que traiga los 3 aros.</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

LANZAMIENTO

- En la fase de preparación el lanzador se mueve a la óptima posición para comenzar el giro y se construye la pretensión.
- En la fase de construcción del momentum, la bala se acelera mientras que el lanzador se mueve hasta una posición óptima para la descarga.
- En la fase de descarga se produce velocidad adicional que se transfiere a la bala antes de su descarga.
- En la fase de recuperación el lanzador evita cometer un lanzamiento nulo.
- Individualmente, cada estudiante de pie hará el un lanzamiento con una pelota haciendo la técnica. 3 repeticiones.
- Individualmente lanzará cada estudiante y se medirá los cuantos metros lanzo para al final mirar quien fue el ganador del lanzamiento. 4 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.
 - se finaliza con la vuelta a la calma.
 Se hace estiramiento de forma ascendente.
 - Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional. 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



PLAN DE AULA	SEMANA
	Fecha: SEGUNDO PERIODO

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 4 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: SEGUNDO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica el área de expresión corporal mediante la danza.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la danza y así mismo poder desarrollar las técnicas de expresión corporal. Movimientos que ayuden a la coordinación general.

PARTE INICIAL	
VENEZUELA	
<p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad</p> <p>-Hidratación.</p>	

PARTE CENTRAL	
VENEZUELA	
<p>. Se realizan los Intercalases con el fin de lograr que el tiempo libre sea en torno al sano esparcimiento, el deporte, la recreación, la lúdica y otras formas que fomenten el desarrollo motriz, emocional, cognitivo, espacial, el trabajo en equipo y la cooperación".</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los niños ejecutarán un baile representativo a el País Venezuela, en donde expondrán su baile más representativo de la región cafetera. • Expresaran sus movientes mediante el baile. • La coordinación. • Expresión corporal. • La disciplina 	
PARTE FINAL	
<p>-Hidratación. - se finaliza con la vuelta a la calma. Se hace estiramiento de forma ascendente. -Hidratación.</p>	

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Música • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	https://www.venezuelatuya.com/tradiciones/danzas_tradicionales.htm#:~:text=En%20esta%20rese%C3%B1a%20se%20mencionan.Las%20turas%20y%20el%20Maremare.&text=Se%20llama%20a%20lo%20que%20nosotros%20llamamos%20Sebuc%C3%A1n%20%C3%B3%20palo%20de%20cintas.



PLAN DE AULA	SEMANA - 1
	Fecha: 14 al 18 de febrero

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 5 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL
<p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. Ej. Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.</p> <p>Específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad. <p>Juego: La Lleva. Los alumnos se disponen a jugar a la "Lleva" en g. El niño o niña que "la lleva" deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la lleva.</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

Carreras de velocidad

A los alumnos se les pone en fila para explicarle las fases de salida del atletismo.

- a) **A sus puestos:** El corredor, que se encuentra situado tras los tacos, debe situarse de la siguiente manera:
 1. Manos separadas a la distancia de los hombros y apoyadas sobre la yema de los dedos
 2. Brazos perpendiculares y extendidos
 3. Rodilla de atrás apoyada en el suelo.
 4. Rodilla delantera en el aire.
- b) **Listos:** Difiere poco de la anterior. Las caderas suben ligeramente sobrepasando a la línea de hombros, desplazándose hacia adelante para crear el desequilibrio y romper la inercia en la salida.
 1. El peso del cuerpo cae sobre las manos.
 2. Los pies hacen fuerte presión sobre los tacos.
 3. El atleta toma aire y lo retiene.
 4. Las manos soportan más del 60% del peso del cuerpo y el pie adelantado casi el resto.
- c) **Disparo:** Comienza la presión de las piernas sobre los tacos (primero la pierna retrasada). La pierna adelantada se extiende totalmente cuando la rodilla de la retrasada se adelante. El brazo correspondiente al de la pierna adelantada se dirige adelante mientras el otro va atrás.
 - El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts. donde se ubicará la línea de meta, gana el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones.
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito abdominal (boca abajo) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts. donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito dorsal (boca arriba) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts. donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar. 2 repeticiones

- Individualmente, el estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts. donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido.
2 repeticiones

-Hidratación.

- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.
-

PARTE FINAL

-Hidratación.

- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 2
	Fecha: 21 al 25 de febrero

Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACIÓN FISICA	Grado: 5 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

CARRERAS DE RELEVOS

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego:

Se partirá el grupo en dos, formando los grupos por iguales. Los alumnos llevaran un cono en la cabeza hasta un trayecto determinado aproximadamente uno **10 mts.** Donde estará un aro y tendrán que pasar el aro por arriba de ellos. Así mismo se regresarán y le darán la mano al compañero para hacer el relevo. Ganará el equipo que pasen todos los participantes.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Carreras de Relevos

La carrera de relevos es una prueba de velocidad que se disputa por equipos y consiste en transportar el testigo a lo largo de una distancia determinada lo más veloz posible, hasta otro atleta que se encuentra dispuesto a recibirlo o hasta la meta, como lo hace el último del atleta. En total son cuatro corredores que cuentan con una zona que está dividida en dos partes, zona de impulso o de inicio de carrera y una zona de entrega. Este tipo de competencias se disputan en dos distancias: 4 x 100 y 4 x 400.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará.
2 repeticiones.
- Después de esas repeticiones cada estudiante lo hará desde la posición inicial para observar cómo está agarrando el testigo así corregirle la posición.
2 repeticiones
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará. Se colocarán dos grupos a competir para mirar cual será el más rápido en esta prueba.
2 repeticiones

PARTE FINAL

- Hidratación.**
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
 - Se hace estiramiento de forma ascendente.
 - Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional • Testigo 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 3
	Fecha: 28 al 4 de marzo

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 5 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL

CARRERAS CON VALLAS

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego O circuito de coordinación

Los alumnos se disponen hacer el circuito de coordinación.

Los alumnos hacen una hilera y se le explica el circuito que van a realizar.

* Se colocan unos aros en donde los alumnos saltaran en medio de cada aro, seria a uno dos pies.

* Hacer zigzag

* Saltar unos conos a pie juntos.

-Hidratación.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Carreras Con Vallas

Las carreras de vallas son carreras de velocidad en las que los competidores deben superar una serie de barreras de madera y metal (o plástico y vidrio) llamadas vallas. Las distancias de las carreras de vallas, así como las alturas de las propias vallas, varían según la distancia de la prueba, el sexo y la edad de los atletas.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estarán ubicados unos conos en determinadas distancias y los estudiantes deberán saltarlos de manera continua en línea recta.
4 repeticiones.
- Los estudiantes harán competencia entre ellos mismo para si mirar quien es el más rápido del grupo.
4 repeticiones
- Se le tomara el tiempo a cada uno de los alumnos.
4 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.

- se finaliza con la vuelta a la calma.

Se hace estiramiento de forma ascendente.

- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 4
	Fecha: 7 al 11 de marzo

Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACIÓN FISICA	Grado: 5 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

SALTOS SIN IMPULSOS

Calentamiento:

-Caminata(marcha) y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego: No dejar caer el aro.

Los alumnos se ubicarán en pareja, donde uno de ellos se ubicará frente al otro en una distancia de 15 mts. Cada estudiante tendrá un aro en sus manos, a la señal del profesor en alumno le dará vuelta al aro y saldrá corriendo hacia el otro extremo del compañero para tratar de agarrar el aro y no dejarlo caer.

Variante: Agarrarlo con la mano derecha, después con la izquierda.

-Hidratación.



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Saltos sin impulso.

- Por parejas, cada estudiante de pie y saldrá corriendo y caerá a cada aro puesto en la cancha, al sonido del silbato saldrán saltando. Gana el estudiante que pase los aros más rápido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante de pie y dentro del costal, al sonido del silbato saldrá saltando lo más rápido posible realizando zig-zag en medio de los conos realizando un trayecto aproximadamente de 20 mts. ida y vuelta, gana el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante en posición de pie a la orden del docente saltará a pie juntos sin impulso de un punto A ha un punto B, gana el estudiante que obtenga la mayor distancia en mts. 2 repeticiones

PARTE FINAL

- Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 5
	Fecha: 14 al 18 de marzo

Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 5 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL
<p>LANZAMIENTO DE BALA</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.</p> <p>Juego Los alumnos se ubican en pareja cada uno agarra un aro y 3 conos. Los conos estarán ubicados aproximadamente a 10 mts. Los alumnos le darán vuelta al aro y saldrán corriendo agarrar un cono y traerlo al inicio, ganara el estudiante que traiga los 3 aros.</p> <p>-Hidratación.</p>

PARTE CENTRAL
<p>LANZAMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • En la fase de preparación el lanzador se mueve a la óptima posición para comenzar el giro y se construye la pretensión. • En la fase de construcción del momentum, la bala se acelera mientras que el lanzador se mueve hasta una posición óptima para la descarga. • En la fase de descarga se produce velocidad adicional que se transfiere a la bala antes de su descarga. • En la fase de recuperación el lanzador evita cometer un lanzamiento nulo. • Individualmente, cada estudiante de pie hará el lanzamiento con una pelota haciendo la técnica. 3 repeticiones. • Individualmente lanzará cada estudiante y se medirá los cuantos metros lanzo para al final mirar quien fue el ganador del lanzamiento. 4 repeticiones

PARTE FINAL
<p>-Hidratación. - se finaliza con la vuelta a la calma. Se hace estiramiento de forma ascendente. - Hidratación.</p>

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional. • Balón o pelota 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/





PLAN DE AULA	SEMANA
	Fecha: SEGUNDO PERIODO

Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 5 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: SEGUNDO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica el área de expresión corporal mediante la danza.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la danza y así mismo poder desarrollar las técnicas de expresión corporal. Movimientos que ayuden a la coordinación general.

PARTE INICIAL
<p>VENEZUELA</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad</p> <p>-Hidratación.</p>

PARTE CENTRAL
<p>VENEZUELA</p> <p>Se realizan los Intercalases con el fin de lograr que el tiempo libre sea en torno al sano esparcimiento, el deporte, la recreación, la lúdica y otras formas que fomenten el desarrollo motriz, emocional, cognitivo, espacial, el trabajo en equipo y la cooperación”.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los niños ejecutarán un baile representativo a el País Venezuela, en donde expondrán su baile más representativo de la región cafetera. • Expresaran sus movientes mediante el baile. • La coordinación. • Expresión corporal. • La disciplina
PARTE FINAL
<p>-Hidratación. - se finaliza con la vuelta a la calma. Se hace estiramiento de forma ascendente. - Hidratación.</p>

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Música • Recursos humanos. • Cancha institucional. 	Observación directa	https://www.venezuelatuya.com/tradiciones/danzas_tradicionales.htm#:~:text=En%20esta%20rese%C3%B1a%20se%20mencionan.Las%20turas%20y%20el%20Maremare.&text=Se%20llama%20a%20lo%20que%20nosotros%20llamamos%20Sebuc%C3%A1n%20C3%B3%20palo%20de%20cintas.



PLAN DE AULA	SEMANA - 1
	Fecha: 14 al 18 de febrero

Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 6 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL
<p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. Ej: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.</p> <p>Específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad. <p>Juego: La Lleva. Los alumnos se disponen a jugar a la "Lleva" en e El niño o niña que "la lleva" deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la lleva.</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

Carreras de velocidad

A los alumnos se les pone en fila para explicarle las fases de salida del atletismo.

- a) **A sus puestos:** El corredor, que se encuentra situado tras los tacos, debe situarse de la siguiente manera:
1. Manos separadas a la distancia de los hombros y apoyadas sobre la yema de los dedos
 2. Brazos perpendiculares y extendidos
 3. Rodilla de atrás apoyada en el suelo.
 4. Rodilla delantera en el aire.
- b) **Listos:** Difiere poco de la anterior. Las caderas suben ligeramente sobrepasando a la línea de hombros, desplazándose hacia adelante para crear el desequilibrio y romper la inercia en la salida.
1. El peso del cuerpo cae sobre las manos.
 2. Los pies hacen fuerte presión sobre los tacos.
 3. El atleta toma aire y lo retiene.
 4. Las manos soportan más del 60% del peso del cuerpo y el pie adelantado casi el resto.
- c) **Disparo:** Comienza la presión de las piernas sobre los tacos (primero la pierna retrasada). La pierna adelantada se extiende totalmente cuando la rodilla de la retrasada se adelante. El brazo correspondiente al de la pierna adelantada se dirige adelante mientras el otro va atrás.
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts, donde se ubicará la línea de meta, gana el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones.
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito abdominal (boca abajo) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts, donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito dorsal (boca arriba) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts, donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar. 2 repeticiones

- Individualmente, el estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts, donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido.
2 repeticiones

-Hidratación.

- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PARTE FINAL

-Hidratación.

- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm

PLAN DE AULA	SEMANA - 2
	Fecha: 21 al 25 de febrero

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 6 ^o /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

CARRERAS DE RELEVOS

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego:

Se partirá el grupo en dos, formando los grupos por iguales. Los alumnos llevaran un cono en la cabeza hasta un trayecto determinado aproximadamente uno 10 mts. Donde estará un aro y tendrán que pasar el aro por arriba de ellos. Así mismo se regresarán y le darán la mano al compañero para hacer el relevo. Ganará el equipo que pasen todos los participantes.



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Carreras de Relevos

La carrera de relevos es una prueba de velocidad que se disputa por equipos y consiste en transportar el testigo a lo largo de una distancia determinada lo más veloz posible, hasta otro atleta que se encuentra dispuesto a recibirlo o hasta la meta, como lo hace el último del atleta. En total son cuatro corredores que cuentan con una zona que está dividida en dos partes, zona de impulso o de inicio de carrera y una zona de entrega. Este tipo de competencias se disputan en dos distancias: 4 x 100 y 4 x 400.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará.
2 repeticiones.
- Después de esas repeticiones cada estudiante lo hará desde la posición inicial para observar cómo está agarrando el testigo así corregirle la posición.
2 repeticiones
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará. Se colocarán dos grupos a competir para mirar cual será el más rápido en esta prueba.
2 repeticiones

PARTE FINAL

- Hidratación.
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional • Testigo 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 3
	Fecha: 28 al 4 de marzo

Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACIÓN FISICA	Grado: 6 ^o /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL
<p>CARRERAS CON VALLAS</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.</p> <p>Juego O circuito de coordinación Los alumnos se disponen hacer el circuito de coordinación. Los alumnos hacen una hilera y se le explica el circuito que van a realizar. * Se colocan unos aros en donde los alumnos saltaran en medio de cada aro, seria a uno dos pies. * Hacer zigzag * Saltar unos conos a pie juntos.</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

Carreras Con Vallas

Las carreras de vallas son carreras de velocidad en las que los competidores deben superar una serie de barreras de madera y metal (o plástico y vidrio) llamadas vallas. Las distancias de las carreras de vallas, así como las alturas de las propias vallas, varían según la distancia de la prueba, el sexo y la edad de los atletas.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estarán ubicados unos conos en determinadas distancias y los estudiantes deberán saltarlos de manera continua en línea recta.
4 repeticiones.
- Los estudiantes harán competencia entre ellos mismo para si mirar quien es el más rápido del grupo.
4 repeticiones
- Se le tomara el tiempo a cada uno de los alumnos.
4 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 4
	Fecha: 7 al 11 de marzo

Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACIÓN FISICA	Grado: 6 ^o /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

SALTOS SIN IMPULSOS

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego: No dejar caer el aro.

Los alumnos se ubicarán en pareja, donde uno de ellos se ubicará frente al otro en una distancia de 15 mts. Cada estudiante tendrá un aro en sus manos, a la señal del profesor en alumno le dará vuelta al aro y saldrá corriendo hacia el otro extremo del compañero para tratar de agarrar el aro y no dejarlo caer.
Variante: Agarrarlo con la mano derecha, después con la izquierda.

-Hidratación.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Saltos sin impulso.

- Por parejas, cada estudiante de pie y saldrá corriendo y caerá a cada aro puesto en la cancha, al sonido del silbato saldrán saltando. Gana el estudiante que pase los aros más rápido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante de pie y dentro del costal, al sonido del silbato saldrá saltando lo más rápido posible realizando zig-zag en medio de los conos realizando un trayecto aproximadamente de 20 mts. ida y vuelta, gana el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante en posición de pie a la orden del docente saltará a pie juntos sin impulso de un punto A ha un punto B, gana el estudiante que obtenga la mayor distancia en mts. 2 repeticiones

PARTE FINAL

- Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 5
	Fecha: 14 al 18 de marzo

Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 6 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

LANZAMIENTO DE BALA

Calentamiento:

-Caminata(marcha) y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego

Los alumnos se ubican en pareja cada uno agarra un aro y 3 conos.

Los conos estarán ubicados aproximadamente a 10 mts

Los alumnos le darán vuelta al aro y saldrán corriendo agarrar un cono y traerlo al inicio, ganara el estudiante que traiga los 3 aros.

-Hidratación.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

LANZAMIENTO

- En la fase de preparación el lanzador se mueve a la óptima posición para comenzar el giro y se construye la pretensión.
- En la fase de construcción del momentum, la bala se acelera mientras que el lanzador se mueve hasta una posición óptima para la descarga.
- En la fase de descarga se produce velocidad adicional que se transfiere a la bala antes de su descarga.
- En la fase de recuperación el lanzador evita cometer un lanzamiento nulo.
- Individualmente, cada estudiante de pie hará el un lanzamiento con una pelota haciendo la técnica.
3 repeticiones.
- Individualmente lanzará cada estudiante y se medirá los cuantos metros lanzo para al final mirar quien fue el ganador del lanzamiento.
4 repeticiones

PARTE FINAL

- Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional. • Balón o pelota 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA
	Fecha: SEGUNDO PERIODO

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 6 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: SEGUNDO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica el área de expresión corporal mediante la danza.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la danza y así mismo poder desarrollar las técnicas de expresión corporal. Movimientos que ayuden a la coordinación general.

PARTE INICIAL
<p>MEXICO</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

MEXICO

Se realizan los Intercalases con el fin de lograr que el tiempo libre sea en torno al sano esparcimiento, el deporte, la recreación, la lúdica y otras formas que fomenten el desarrollo motriz, emocional, cognitivo, espacial, el trabajo en equipo y la cooperación”.

- Los niños ejecutarán un baile representativo a el País México, en donde expondrán su baile más representativo de la región cafetera.
- Expresaran sus movientes mediante el baile.
- La coordinación.
- Expresión corporal.
- La disciplina

PARTE FINAL

- Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Música • Recursos humanos. • Cancha institucional. 	Observación directa	https://webcamsdemexico.com/ciudades/5-bailes-tipicos-de-mexico-y-sus-destinos/#:~:text=El%20jarabe%20tapat%C3%ADo%20se%20considera,el%20hombre%2C%20el%20traje%20charro.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA		SEMANA - 1	
		Fecha: 14 al 18 de febrero	
Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACIÓN FISICA	Grado: 7 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL
<p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. Ej: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.</p> <p>Específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad. <p>Juego: La Lleva. Los alumnos se disponen a jugar a la "Lleva" en g. El niño o niña que "la lleva" deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la lleva.</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

Carreras de velocidad

A los alumnos se les pone en fila para explicarle las fases de salida del atletismo.

- a) **A sus puestos:** El corredor, que se encuentra situado tras los tacos, debe situarse de la siguiente manera:
 1. Manos separadas a la distancia de los hombros y apoyadas sobre la yema de los dedos
 2. Brazos perpendiculares y extendidos
 3. Rodilla de atrás apoyada en el suelo.
 4. Rodilla delantera en el aire.
 - b) **Listos:** Difiere poco de la anterior. Las caderas suben ligeramente sobrepasando a la línea de hombros, desplazándose hacia adelante para crear el desequilibrio y romper la inercia en la salida.
 1. El peso del cuerpo cae sobre las manos.
 2. Los pies hacen fuerte presión sobre los tacos.
 3. El atleta toma aire y lo retiene.
 4. Las manos soportan más del 60% del peso del cuerpo y el pie adelantado casi el resto.
 - c) **Disparo:** Comienza la presión de las piernas sobre los tacos (primero la pierna retrasada). La pierna adelantada se extiende totalmente cuando la rodilla de la retrasada se adelante. El brazo correspondiente al de la pierna adelantada se dirige adelante mientras el otro va atrás.
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts. donde se ubicará la línea de meta, gana el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones.
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito abdominal (boca abajo) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts. donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito dorsal (boca arriba) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts. donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar. 2 repeticiones

- Individualmente, el estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts. donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido.
2 repeticiones

-Hidratación.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

PARTE FINAL

- Hidratación.**
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
 - Se hace estiramiento de forma ascendente.
 - Hidratación

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACIÓN FISICA	Grado: 7 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	
PARTE INICIAL			
CARRERAS DE RELEVOS Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.			
Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.			
Juego: CONOZCAMOS EL MUNDO. Se divide el grupo en dos partes iguales. Saldrán corriendo en zig-zag, le darán una vuelta al cono en una distancia de 10 metros, se regresan corriendo en velocidad, cuando lleguen los estudiantes, el profesor les hará una pregunta de cultura general. El alumno que responda primero la pregunta se llevará el punto para el equipo.			
-Hidratación.			



PARTE CENTRAL

Carreras de Relevos

La carrera de relevos es una prueba de velocidad que se disputa por equipos y consiste en transportar el testigo a lo largo de una distancia determinada lo más veloz posible, hasta otro atleta que se encuentra dispuesto a recibirlo o hasta la meta, como lo hace el último del atleta. En total son cuatro corredores que cuentan con una zona que está dividida en dos partes, zona de impulso o de inicio de carrera y una zona de entrega. Este tipo de competencias se disputan en dos distancias: 4 x 100 y 4 x 400.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará.
2 repeticiones.
- Después de esas repeticiones cada estudiante lo hará desde la posición inicial para observar cómo está agarrando el testigo así corregirle la posición.
2 repeticiones
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará. Se colocarán dos grupos a competir para mirar cual será el más rápido en esta prueba.
2 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.

- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 3
	Fecha: 28 al 4 de marzo

Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 7 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.]		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL

CARRERAS CON VALLAS

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego O circuito de coordinación

Los alumnos se disponen hacer el circuito de coordinación.

Los alumnos hacen una hilera y se le explica el circuito que van a realizar.

- * Se colocan unos aros en donde los alumnos saltaran en medio de cada aro, seria a uno dos pies.
- * Hacer zigzag
- * Saltar unos conos a pie juntos.

-Hidratación.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Carreras Con Vallas

Las carreras de vallas son carreras de velocidad en las que los competidores deben superar una serie de barreras de madera y metal (o plástico y vidrio) llamadas vallas. Las distancias de las carreras de vallas, así como las alturas de las propias vallas, varían según la distancia de la prueba, el sexo y la edad de los atletas.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estarán ubicados unos conos en determinadas distancias y los estudiantes deberán saltarlos de manera continua en línea recta.
4 repeticiones.
- Los estudiantes harán competencia entre ellos mismo para si mirar quien es el más rápido del grupo.
4 repeticiones
- Se le tomara el tiempo a cada uno de los alumnos.
4 repeticiones

PARTE FINAL

- Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



Area: EDUCACION FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 7 /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL

SALTOS SIN IMPULSOS

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego: No dejar caer el aro.

Los alumnos se ubicarán en pareja, donde uno de ellos se ubicará frente al otro en una distancia de 15 mts. Cada estudiante tendrá un aro en sus manos, a la señal del profesor en alumno le dará vuelta al aro y saldrá corriendo hacia el otro extremo del compañero para tratar de agarrar el aro y no dejarlo caer.
Variante: Agarrarlo con la mano derecha, después con la izquierda.

-Hidratación.

PARTE CENTRAL

Salto sin impulso.

- Por parejas, cada estudiante de pie y saldrá corriendo y caerá a cada aro puesto en la cancha, al sonido del silbato saldrán saltando. Gana el estudiante que pase los aros más rápido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante de pie y dentro del costal, al sonido del silbato saldrá saltando lo más rápido posible realizando zig-zag en medio de los conos realizando un trayecto aproximadamente de 20 mts ida y vuelta, gana el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido. 2 repeticiones
- Individualmente, cada estudiante en posición de pie a la orden del docente saltará a pie juntos sin impulso de un punto A ha un punto B, gana el estudiante que obtenga la mayor distancia en mts. 2 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.

- se finaliza con la vuelta a la calma.

Se hace estiramiento de forma ascendente.

- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA - 5
	Fecha: 14 al 18 de marzo

Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACIÓN FISICA	Grado: 7 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL

LANZAMIENTO DE BALA

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego

Los alumnos se ubican en pareja cada uno agarra un aro y 3 conos.
Los conos estarán ubicados aproximadamente a 10 mts.
Los alumnos le darán vuelta al aro y saldrán corriendo agarrar un cono y traerlo al inicio, ganara el estudiante que traiga los 3 aros.

-Hidratación.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

LANZAMIENTO

- En la fase de preparación el lanzador se mueve a la óptima posición para comenzar el giro y se construye la pretensión.
- En la fase de construcción del momentum, la bala se acelera mientras que el lanzador se mueve hasta una posición óptima para la descarga.
- En la fase de descarga se produce velocidad adicional que se transfiere a la bala antes de su descarga.
- En la fase de recuperación el lanzador evita cometer un lanzamiento nulo.
- Individualmente, cada estudiante de pie hará el un lanzamiento con una pelota haciendo la técnica. 3 repeticiones.
- Individualmente lanzará cada estudiante y se medirá los cuantos metros lanzo para al final mirar quien fue el ganador del lanzamiento. 4 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.
 - se finaliza con la vuelta a la calma.
 Se hace estiramiento de forma ascendente.
 - Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional. • Balón o pelota 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA	SEMANA
	Fecha: SEGUNDO PERIODO

Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 7 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: SEGUNDO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica el área de expresión corporal mediante la danza.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la danza y así mismo poder desarrollar las técnicas de expresión corporal. Movimientos que ayuden a la coordinación general.

PARTE INICIAL
<p>MEXICO</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad</p> <p>Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

MEXICO

Se realizan los Intercalases con el fin de lograr que el tiempo libre sea en torno al sano esparcimiento, el deporte, la recreación, la lúdica y otras formas que fomenten el desarrollo motriz, emocional, cognitivo, espacial, el trabajo en equipo y la cooperación”.

- Los niños ejecutarán un baile representativo a el País México, en donde expondrán su baile más representativo de la región cafetera.
- Expresaran sus movientes mediante el baile.
- La coordinación.
- Expresión corporal.
- La disciplina

PARTE FINAL

- Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Música • Recursos humanos. • Cancha institucion al. 	Observación directa	https://webcamsdemexico.com/ciudades/5-bailes-tipicos-de-mexico-y-sus-destinos/#:~:text=El%20jarabe%20tapat%C3%ADo%20se%20considera,el%20hombre%2C%20el%20traje%20charro.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA		SEMANA - 1	
		Fecha: 14 al 18 de febrero	
Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 8 ^o /	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL
<p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. Ej: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.</p> <p>Específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad. <p>Juego: La Lleva. Los alumnos se disponen a jugar a la "Lleva" en e. El niño o niña que "la lleva" deberá correr y perseguir a los otros niños con el objetivo de tocar a alguien para liberarse y pasar a otro compañero la lleva.</p> <p>-Hidratación.</p>



PARTE CENTRAL

Carreras de velocidad

A los alumnos se les pone en fila para explicarle las fases de salida del atletismo.

- a) **A sus puestos:** El corredor, que se encuentra situado tras los tacos, debe situarse de la siguiente manera:
 1. Manos separadas a la distancia de los hombros y apoyadas sobre la yema de los dedos
 2. Brazos perpendiculares y extendidos
 3. Rodilla de atrás apoyada en el suelo.
 4. Rodilla delantera en el aire.
 - b) **Listos:** Difiere poco de la anterior. Las caderas suben ligeramente sobrepasando a la línea de hombros, desplazándose hacia adelante para crear el desequilibrio y romper la inercia en la salida.
 1. El peso del cuerpo cae sobre las manos.
 2. Los pies hacen fuerte presión sobre los tacos.
 3. El atleta toma aire y lo retiene.
 4. Las manos soportan más del 60% del peso del cuerpo y el pie adelantado casi el resto.
 - c) **Disparo:** Comienza la presión de las piernas sobre los tacos (primero la pierna retrasada). La pierna adelantada se extiende totalmente cuando la rodilla de la retrasada se adelante. El brazo correspondiente al de la pierna adelantada se dirige adelante mientras el otro va atrás.
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, gana el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones.
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito abdominal (boca abajo) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar.
2 repeticiones
 - El grupo en general, cada estudiante desde la posición acostado decúbito dorsal (boca arriba) al sonido del silbato deberán colocarse de pie y correr en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que llegue en primer lugar. 2 repeticiones

- Individualmente, el estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible un trayecto de aproximadamente de 30 a 40 mts donde se ubicará la línea de meta, ganará el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido.
2 repeticiones

-Hidratación.
 - Se hace estiramiento de forma ascendente.
 - Hidratación.

PARTE FINAL

-Hidratación.
 - Se finaliza con la vuelta a la calma.
 - Se hace estiramiento de forma ascendente.
 - Hidratación

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm



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



Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACION FÍSICA	Grado: 8 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.
PARTE INICIAL		
<p>CARRERAS DE RELEVOS</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad. <p>Juego: CONOZCAMOS EL MUNDO. Se divide el grupo en dos partes iguales. Saldrán corriendo en zig – zag, le darán una vuelta al cono en una distancia de 10 metros, se regresan corriendo en velocidad, cuando lleguen los estudiantes, el profesor les hará una pregunta de cultura general. El alumno que responda primero la pregunta se llevará el punto para el equipo.</p> <p>-Hidratación.</p>		



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL

Carreras de Relevos

La carrera de relevos es una prueba de velocidad que se disputa por equipos y consiste en transportar el testigo a lo largo de una distancia determinada lo más veloz posible, hasta otro atleta que se encuentra dispuesto a recibirlo o hasta la meta, como lo hace el último del atleta. En total son cuatro corredores que cuentan con una zona que está dividida en dos partes, zona de impulso o de inicio de carrera y una zona de entrega. Este tipo de competencias se disputan en dos distancias: 4 x 100 y 4 x 400.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará.
2 repeticiones.
- Después de esas repeticiones cada estudiante lo hará desde la posición inicial para observar cómo está agarrando el testigo así corregirle la posición.
2 repeticiones
- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estará ubicado el otro compañero en la posición donde recibirá el testigo, de inmediato saldrá el otro compañero donde llevará el testigo y lo entregará. Se colocarán dos grupos a competir para mirar cual será el más rápido en esta prueba.
2 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.

- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



PLAN DE AULA		SEMANA - 3	
		Fecha: 28 al 4 de marzo	
Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 7	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	

PARTE INICIAL
<p>CARRERAS CON VALLAS</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.</p> <p>Juego O circuito de coordinación Los alumnos se disponen hacer el circuito de coordinación. Los alumnos hacen una hilera y se le explica el circuito que van a realizar.</p>



- * Se colocan unos aros en donde los alumnos saltaran en medio de cada aro, seria a uno dos pies.
- * Hacer zigzag
- * Saltar unos conos a pie juntos.]
- Hidratación.

PARTE CENTRAL

Carreras Con Vallas

Las carreras de vallas son carreras de velocidad en las que los competidores deben superar una serie de barreras de madera y metal (o plástico y vidrio) llamadas vallas. Las distancias de las carreras de vallas, así como las alturas de las propias vallas, varían según la distancia de la prueba, el sexo y la edad de los atletas.

- El grupo en general, cada estudiante de pie a la orden del docente se ubicará en posición de carrera, al sonido del silbato saldrán corriendo en línea recta lo más rápido posible en donde estarán ubicados unos conos en determinadas distancias y los estudiantes deberán saltarlos de manera continua en línea recta.
4 repeticiones.
- Los estudiantes harán competencia entre ellos mismo para si mirar quien es el más rápido del grupo.
4 repeticiones
- Se le tomara el tiempo a cada uno de los alumnos.
4 repeticiones

PARTE FINAL

- Hidratación.
- se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



		Fecha: 7 al 11 de marzo	
Area: EDUCACIÓN FÍSICA	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: 8	Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO	
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.	
PARTE INICIAL			
<p>SALTOS SIN IMPULSOS</p> <p>Calentamiento: -Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.</p> <p>Específico: -Mover la articulación del cuello. -Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo. -Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.</p> <p>Juego: No dejar caer el aro. Los alumnos se ubicarán en pareja, donde uno de ellos se ubicará frente al otro en una distancia de 15 mts. Cada estudiante tendrá un aro en sus manos, a la señal del profesor en alumno le dará vuelta al aro y saldrá corriendo hacia el otro extremo del compañero para tratar de agarrar el aro y no dejarlo caer. Variante: Agarrarlo con la mano derecha, después con la izquierda.</p> <p>-Hidratación.</p>			

PARTE CENTRAL	
<p>Salto sin impulso.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Por parejas, cada estudiante de pie y saldrá corriendo y caerá a cada aro puesto en la cancha, al sonido del silbato saldrán saltando. Gana el estudiante que pase los aros más rápido. 2 repeticiones • Individualmente, cada estudiante de pie y dentro del costal, al sonido del silbato saldrá saltando lo más rápido posible realizando zig-zag en medio de los conos realizando un trayecto aproximadamente de 20 mts. ida y vuelta, gana el estudiante que realice en menor tiempo el recorrido. 2 repeticiones • Individualmente, cada estudiante en posición de pie a la orden del docente saltará a pie juntos sin impulso de un punto A ha un punto B, gana el estudiante que obtenga la mayor distancia en mts. 2 repeticiones 	
PARTE FINAL	
<p>-Hidratación. - se finaliza con la vuelta a la calma. Se hace estiramiento de forma ascendente. - Hidratación.</p>	

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/





PLAN DE AULA	SEMANA - 5
	Fecha: 14 al 18 de marzo

Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACION FISICA	Grado: 8 / Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: PRIMERO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica las disciplinas del atletismo.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la técnica del atletismo en cada una de las disciplinas deportivas en referencia a las carreras, los saltos y los lanzamientos.

PARTE INICIAL

LANZAMIENTO DE BALA

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

Juego

Los alumnos se ubican en pareja cada uno agarra un aro y 3 conos. Los conos estarán ubicados aproximadamente a 10 mts. Los alumnos le darán vuelta al aro y saldrán corriendo agarrar un cono y traerlo al inicio, ganara el estudiante que traiga los 3 aros.

-Hidratación.



PARTE CENTRAL

LANZAMIENTO

- En la fase de preparación el lanzador se mueve a la óptima posición para comenzar el giro y se construye la pretensión.
- En la fase de construcción del momentum, la bala se acelera mientras que el lanzador se mueve hasta una posición óptima para la descarga.
- En la fase de descarga se produce velocidad adicional que se transfiere a la bala antes de su descarga.
- En la fase de recuperación el lanzador evita cometer un lanzamiento nulo.
- Individualmente, cada estudiante de pie hará el un lanzamiento con una pelota haciendo la técnica.
3 repeticiones.
- Individualmente lanzará cada estudiante y se medirá los cuantos metros lanzo para al final mirar quien fue el ganador del lanzamiento.
4 repeticiones

PARTE FINAL

-Hidratación.

- se finaliza con la vuelta a la calma.

Se hace estiramiento de forma ascendente.

-Hidratación.

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Conos. • Aros • Recursos humanos. • Cancha institucional. • Balón o pelota 	Observación directa	http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/tecnica_100.htm https://conexa.eafit.edu.co/catalogo/carrera-de-relevos/



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co



Area: EDUCACION FISICA	Asignatura: EDUCACION FISICA	Grado: 8/ Tiempo: 2 horas
Nombre del educador: Luis Felipe Nieto Carreño		Periodo: SEGUNDO
Plan Individual de Ajustes Razonables: Participa e identifica el área de expresión corporal mediante la danza.		Logro: Realiza los ejercicios propuestos para desarrollar la danza y así mismo poder desarrollar las técnicas de expresión corporal. Movimientos que ayuden a la coordinación general.

PARTE INICIAL

ESPAÑA

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente. seguido de esto se armará en grupos de dos los alumnos se colocarán al frente a frente, se ubicará un cono en medio de ellos, y a la voz del docente se le dirá esto: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto, y el primero que agarre el cono se llevará un punto.

Específico:

- Mover la articulación del cuello.
- Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.
- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad

-Hidratación.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
 www.unipamplona.edu.co



PARTE CENTRAL	
<p>ESPAÑA</p> <p>Se realizan los Intercalases con el fin de lograr que el tiempo libre sea en torno al sano esparcimiento, el deporte, la recreación, la lúdica y otras formas que fomenten el desarrollo motriz, emocional, cognitivo, espacial, el trabajo en equipo y la cooperación”.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los niños ejecutarán un baile representativo a el País España en donde expondrán su baile más representativo de la región cafetera. • Expresaran sus movientes mediante el baile. • La coordinación. • Expresión corporal. • La disciplina 	
PARTE FINAL	
<p>-Hidratación. - se finaliza con la vuelta a la calma. Se hace estiramiento de forma ascendente. -Hidratación.</p>	

RECURSOR	EVALUACION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> • Música • Recursos humanos. • Cancha institucion al. 	Observación directa	https://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/sobre-los-bailes-y-danzas-del-folklore-musical-en-espana/html/#:~:text=Entre%20las%20formas%20de%20bailes,y%20de%20fisonom%C3%ADa%20coreogr%C3%A1fica%20cantable.

CARTILLA PEDAGOGICA

ACTIVIDAD 5

Título: Mejora de la coordinación general mediante el juego y ejercicios de 1, 2 y 3er grado, de la Institución educativa Seminario Menor de Cúcuta.

Tiempo: 2 horas **Grado:** 1,2 y 3er **Edades:** 8-10 años. **N.º Participantes:** 13 niños.

Competencia: El estudiante fortalece la coordinación mediante ejercicios de coordinación

Logro: Fortalece sus habilidades de coordinación atreves de ejercicios en diferentes desplazamientos de la misma.



Indicador de logro: Desarrolla los patrones básicos para la coordinación a través de ejercicio.

PARTE INICIAL

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente.

Ej.: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.

Específico:

-Mover la articulación del cuello.

-Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.

-Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.

PARTE CENTRAL

Ejercicios de coordinación.

Los alumnos se colocarán un aro en la cabeza para poder desplazarse en línea recta hasta llegar a unos aros y pasar por ellos pisando solamente los de color rojo, luego llegar a una hilera de conos y pasarlos en zigzag todo esto con los conos en la cabeza.



PARTE FINAL

- Hidratación.
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSO: Recursos humano, cancha múltiple, conos aros.

EVALUACION: Observación directa

ACTIVIDAD 6

Título: Mejora de la coordinación general mediante el juego y ejercicios de 1, 2 y 3er grado, de la Institución educativa Seminario Menor de Cúcuta.



Tiempo: 2 horas **Grado:** 1,2 y 3er **Edades:** 8-10 años. **N.º Participantes:** 13 niños.

Competencia: El alumno desarrolla la coordinación mediante ejercicios de espacios en el terreno.

Logro: sus habilidades de coordinación a través de ejercicios en diferentes desplazamientos de la misma.

Indicador de logro: Desarrolla los patrones básicos y participa activamente en los ejercicios.

PARTE INICIAL

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente.

Ej.: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.

Específico:

-Mover la articulación del cuello.

-Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.

-Girar tronco. -Elevación talones. -Elevación rodillas. -Lateralidad.

PARTE CENTRAL

Ejercicios de coordinación.



Los niños estarán dispersos en la cancha, el profesor dará una orden, hacia adelante, atrás, lado izquierdo, lado derecho, los alumnos deberán hacer lo contrario de la voz de mando del profesor.

EJ: El profesor dice derecha, los alumnos deberán moverse hacia la izquierda.



PARTE FINAL

- Hidratación.
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.
- Hidratación

RECURSO: Recursos humano, cancha múltiple.

EVALUACION: Observación directa



ACTIVIDAD 7

Título: Mejora de la coordinación general mediante el juego y ejercicios de 1, 2 y 3er grado, de la Institución educativa Seminario Menor de Cúcuta.

Tiempo: 2 horas **Grado:** 1,2 y 3er **Edades:** 8-10 años. **N.º Participantes:** 13 niños.

Competencia: Coordina los patrones básicos.

Logro: Ejecuta desplazamiento en diferentes velocidades.

Indicador de logro: Realiza la coordinación y ritmos en diferentes tipos de ejercicios

PARTE INICIAL

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente.

Ej.: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.

Específico:

-Mover la articulación del cuello.

-Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.



RECURSO: Recursos humano, cancha múltiple.

EVALUACION: Observación directa

ACTIVIDAD 8

Título: Mejora de la coordinación general mediante el juego y ejercicios de 1, 2 y 3er grado, de la Institución educativa Seminario Menor de Cúcuta.

Tiempo: 2 horas **Grado:** 1,2 y 3er **Edades:** 8-10 años. **N.º Participantes:** 13 niños.

Competencia: Identificar los movimientos coordinativos a través de juegos.

Logro: Ejecuta con exactitud movimientos como medio de expresión.

Indicador de logro: El estudiante realiza la ejecución de forma correcta.

PARTE INICIAL

Calentamiento:

-Caminata(marcha)y trote en el puesto, se les hace la dinámica, los alumnos van haciendo el ejercicio al mando del docente.

Ej.: Salto, abajo, brazos a los lados, arriba, abajo, trote en el puesto., etc.

Específico:

-Mover la articulación del cuello.

-Girar brazos hacia atrás y adelante, abrir y cerrar, arriba y abajo.



SC-CER96940



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



- Girar tronco.
- Elevación talones.
- Elevación rodillas.
- Lateralidad.

PARTE CENTRAL

Yo hago, Tú haces.

Se divide a los niños en parejas y se les pide que se coloquen enfrentados uno a otro. Luego, la docente o coordinadora dará diferentes órdenes rápidas: Moverse a la derecha izquierda, arriba, abajo, saltar, sentadilla. Los niños deberán responder con rapidez, considerando que, si uno de ellos se mueve hacia la derecha, el otro lo hará hacia su izquierda (derecha del primer niño, puesto que están enfrentados), lo que puede confundirles a menudo. Sin embargo, de eso se trata el juego: de agilizar la mente y el cuerpo para la coordinación motora.



PARTE FINAL

- Hidratación.
- Se finaliza con la vuelta a la calma.
- Se hace estiramiento de forma ascendente.