



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE COLEGIO SAN BERNARDO

EINER YADIR CAMARGO CACERES

1094370146

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN

FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PAMPLONA, NORTE DE SANTANDER

2021-1



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

Universidad de Pamplona

Pamplona - Norte de Santander - Colombia

Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE COLEGIO SAN BERNARDO

PRESENTADO POR:

EINER YADIR CAMARGO CACERES

1094370146

JUAN CARLOS ACERO JAUREGUI

ASESOR

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN

FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PAMPLONA, NORTE DE SANTANDER

2021-1



"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



Tabla de Contenido

INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE COLEGIO SAN BERNARDO.....	1
INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE COLEGIO SAN BERNARDO.....	2
Introducción	5
CAPÍTULO I.....	6
OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO	6
1. RESEÑA HISTÓRICA.....	6
1.1 INTRODUCCIÓN	8
1.2 JUSTIFICACIÓN.....	9
1.3 HORIZONTE INSTITUCIONAL.....	10
1.4 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES.....	11
1.5 MISIÓN	12
1.6 VISIÓN	12
1.7 PERFILES.....	12
1.8 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.....	16
1.9 SÍMBOLO INSTITUCIONAL.....	21
1.10 MANUAL DE CONVIVENCIA	21
1.11 LEY DEL MENOR.....	34
1.12 PADRES DE FAMILIA.....	34
1.13 UNIFORMES.....	35
1.14 INFRAESTRUCTURA ESCOLAR.....	36
1.15 HORARIOS.....	39
1.16 MATRIZ DOFA.....	42
CAPÍTULO II.....	46
PROPUESTA PEDAGÓGICA.....	46
2. FORTALECER LOS CONOCIMIENTOS BÁSICOS EN LOS DEPORTES DE	





CONJUNTO DE BALONCESTO Y VOLEIBOL, EN LOS GRADOS SEXTOS DEL COLEGIO SAN BERNARDO, MEDIANTE GUÍAS DIDÁCTICAS.....	46
2.1 OBJETIVOS.....	46
2.2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	47
2.3 JUSTIFICACIÓN.....	48
2.4 POBLACIÓN.....	49
2.5 MARCO CONCEPTUAL.....	50
2.6 MARCO TEORICO.....	52
CAPÍTULO III.....	54
3. INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES.....	54
3.1 DISEÑO.....	54
3.2 EJECUCION.....	55
3.3 EVALUACIÓN.....	70
3.3.1 ANEXOS DEL CAPITULO III.....	72
CAPÍTULO IV.....	78
4. ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES.....	78
CAPÍTULO V.....	80
5. FORMATO DE EVALUACIÓN.....	80
5.1 FORMATO DE COEVALUACIÓN.....	80
5.2 FORMATO PLAN TEÓRICO.....	82
5.3 FORMATO NOTA DE PRACTICA INTEGRAL.....	84
5.4 FORMATO DEL ALUMNO.....	85
CONCLUSIONES.....	87
BIBLIOGRAFÍA.....	89
ANEXOS DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL.....	91
ANEXOS EVIDENCIAS.....	93





INTRODUCCIÓN

La educación física es un componente de vital importancia para los seres humanos, también nos ayuda a ser personas más integrales en el desarrollo del vivir de cada día, académicamente es esencial, puesto que se enseña a los estudiantes a manejar y conocer sus habilidades y destrezas, como también sus debilidades, todo esto se va manejando en niños y niñas desde temprana edad para que cada día se mejore sus habilidades en todos los ámbitos deportivos. Existen varias características que son elementales en cada uno de los estudiantes, como lo puede ser la motricidad gruesa, que es un factor de importancia en el desarrollo de cada uno de los deportes. La educación física desprende varias ramas como los son el fútbol, atletismo, vóleybol, baloncesto, fútbol sala, tenis, entre otros, donde los estudiantes deben tener algunas bases de cada uno de ellos, teniendo en cuenta el espacio otorgado por las instituciones.

Primeramente, se debe tener algunos conocimientos del deporte que se va a conocer, realizando guías de estudio, donde se dejen talleres, para que cada uno de ellos se familiaricen de lo que se va a trabajar. Teniendo en cuenta las circunstancias de la pandemia que está padeciendo todo el mundo "COVID 19", se es difícil llevar los temas a la práctica, y como son varios deportes, se implementará la parte teórica de los deportes menos conocidos por la comunidad estudiantil. Teniendo claro lo que se va llevar a cabo, se dará a la población estudiantil del colegio de san Bernardo las bases más importantes en deportes de conjuntos.



Como dice Blázquez (1999), este modelo mantiene como criterio de enseñanza partir de lo simple para alcanzar lo complejo, siendo lo simple la técnica aislada, y lo complejo la práctica global, sin preocuparse por lo que influye para que una habilidad sea simple o compleja. Desde un punto de vista de la especificidad de la tarea

CAPÍTULO I

OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO



1. RESEÑA HISTÓRICA

El Colegio Departamental integrado “San Bernardo” fue creado mediante ordenanza 015 de marzo de 1977. Ese mismo año la Secretaria de Educación Departamental nombra la primera planta de personal del establecimiento, Director: María Josefa Zuñiga Castañeda, Secretaria pagadora: Blanca Cecilia Salamanca Osorio,



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Profesores: Rosalbina Zuñiga de Suarez, Leonilde Mendoza Mora, Constantino Raquel, Rafael Basto y Luis Francisco Mogollón.

En el año 1979 se representan algunas novedades, se traslada a la Directora y en su reemplazo se nombra al Licenciado Argemiro Mora Carrillo Rector, se traslada a la Profesora Leonilde Mendoza y la reemplaza Brígida Flores, se nombran nuevos profesores a German Jurado Orozco y Enrique Armando Rodríguez y el señor Ángel Linarco Rivero como Celador; a finales de este mismo año el MEN a través de la resolución #22513 de diciembre 4, aprueba los estudios del ciclo de Básica secundaria. Mediante resolución #008 de enero de 1990 se autoriza al señor rector Lic.

El 23 de septiembre de 2003 la Institución San Bernardo suscribe una articulación con el ISER (Institución Superior de Educación Rural) de Pamplona, siguiendo instrucciones de la Secretaria de Educación La Institución inicia el proceso el proceso de articulación SENA-MEN a partir de marzo de 2005, se remodela la infraestructura para acomodarla a la nueva modalidad de bachillerato técnico en procesamiento de Lácteos. En el 2006 se gradúan los primeros Bachilleres técnicos certificados por el SENA especialidad trabajador calificado para la agroindustria de Lácteos.

A partir de 2018 se da inicio la implementación de una nueva modalidad: bachiller técnico en agroindustria Alimentaria que graduara en 2019 los primeros Bachilleres.



"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



1.1 INTRODUCCIÓN

La Ley general de Educación, con el fin de democratizar la educación en Colombia, da mayor participación en el diseño y ejecución del Proyecto Educativo Institucional (PEI), llamando a toda la comunidad educativa a participar en la elaboración del mismo. El PEI debe resultar de un trabajo coordinado y aprobado por directivos, docentes, padres de familia, comunidad estudiantil, ex alumnos, personal administrativo y otros sectores que hagan parte del sector productivo y el desarrollo de la región, los cuales a través de sus voceros conformarán un equipo representativo de toda la Institución.

En el PEI se considera inmerso el factor humano que consolide la misión, la visión y la filosofía de la Institución para determinar así el perfil del estudiante y, por tanto, todos

los integrantes de la comunidad educativa son responsables del cumplimiento y revisión permanente de este proyecto, de tal manera que se ajuste no solo a los cambios sociales y tecnológicos sino también a las necesidades del estudiante de cada época.

Es preciso tener en cuenta que ha de ser este un proyecto integral adaptado a la legislación que protege los derechos de los niños, niñas y adolescentes que conformen la comunidad estudiantil y también a la legislación que determina los deberes y obligaciones de los adultos responsables que orientan su proceso educativo.



"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



1.2 JUSTIFICACIÓN

El PEI de la Institución Educativa San Bernardo, pretende ante todo la formación integral de los educandos. Se reestructura para que responda a las necesidades de los educandos, de la comunidad local y regional; para ello se elabora en forma concreta, factible y evaluable; brindando educación inicial de calidad en el marco de una atención integral, desde un enfoque diferencial de inclusión social y con perspectiva de derechos a los estudiantes.

Este cambio o reorganización de los Centros Educativos, busca ante todo el beneficio de la comunidad educativa, colocando al frente un Director que lidere en todas las áreas de gestión la prestación del servicio educativo en cada una de las sedes educativas bajo su responsabilidad, buscando estrategias de mejoramiento especialmente en lo que tiene que ver con la calidad educativa iniciada con el acompañamiento formativo del programa de la Excelencia académica y docente Todos a Aprender; programa Lectores Saludables y el programa en el marco del desarrollo del Proyecto de Fortalecimiento de la cultura ciudadana, virtual, digital y democrática en ciencia, tecnología e innovación, a través de la investigación como estrategia pedagógica apoyada en las TIC Proyecto “Enjambre” que tienen como finalidad transformar prácticas de aula, disminuyendo brechas de inequidad rural entre poblaciones diversas y vulnerables, donde se evidencie condiciones de acceso y permanencia en una educación de calidad y prosperidad para todos. Las sedes que conforman el establecimiento educativo, a través de las orientaciones del Supervisor de la zona y el rector, promueven el desarrollo del modelo pedagógico



“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



flexible de Escuela Nueva y escuela graduada con enfoque holístico, y el PEI es el producto de la concertación adecuada en un ambiente de convivencia donde se aprenda con el esfuerzo de todos y con oportunidades para todos los miembros de la comunidad educativa; educando con pertinencia e incorporando innovación para una sociedad más competitiva. Con la re significación del PEI, la comunidad educativa es la que orienta la organización de cada sede con el compromiso de garantizar a los educandos una educación integral de calidad; estas razones han llevado a la comunidad educativa a la elaboración de esta propuesta como respuesta a un modelo de eficiencia y transparencia para el reto del futuro.

1.3 HORIZONTE INSTITUCIONAL

La institución educativa San Bernardo favorece el pleno desarrollo de la personalidad del educando donde la mayoría de estos, profesan la religión católica, permitiendo hacer un afianzamiento de la fe de manera general en el establecimiento.

El aprendizaje se hace de manera individual y grupal atendiendo a las disposiciones de la metodología Escuela Nueva y holístico trasformador y a las necesidades de los estudiantes, conllevando esto a un mejor desarrollo en el proceso de aprendizaje basado en el idioma español, permitiéndoles desarrollar competencias comunicativas, laborales, ciudadanas e investigativas, facilitando al educando el acceso al conocimiento y su integración social.





1.4 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

La acción Educativa está encaminada hacia la orientación y fortalecimiento de principios básicos del:

AFECTO: El establecimiento Educativo guiará su actuar bajo las premisas de un currículo humanizaste constructivista que fomente las relaciones interpersonales en la comprensión, la solidaridad y la empatía entre los integrantes del plantel.

DEMOCRACIA: El plantel Educativo fomentara el diálogo y la concertación respetando las diferencias en busca del bien común producto de la participación consciente en la toma de decisiones.

EFICIENCIA Y EFICACIA: La Institución Educativa hará uso racional de los recursos, medios y procesos que mejoren la calidad en busca de la excelencia educativa.

RESPONSABILIDAD: El cumplimiento de los deberes y la exigencia de los derechos serán directrices que guiarán el actuar en la vida escolar.

Lo anterior está sustentado con los principios fundamentales de nuestra metodología Holística, es un modelo que busca en una persona el desarrollo integral, en los aspectos cognitivos, sociales y afectivos del comportamiento, no es solo un producto del ambiente ni un simple resultado de sus disposiciones internas, sino una construcción propia que se va produciendo día a día como resultado de la interacción de estos dos factores.





1.5 MISIÓN

La Institución Educativa Colegio San Bernardo forma integral, científica y técnicamente personas con sentido reflexivo, crítico, creativo, emprendedor, competente, productivo y con valores humanos; que contribuyan al pleno desarrollo personal, familiar y social que les permita ser factor de cambio para su entorno en pro de una mejor calidad de vida. Promoviendo el desarrollo comunitario a través del apoyo de modelos educativos como el Proyecto Ser Humano

1.6 VISIÓN

La institución Educativa San Bernardo será reconocida al 2025 como establecimiento líder a nivel municipal y calificado en su oferta, con un currículo pertinente, dinámico y competente; generador de procesos educativos, investigativos, productivos y articulados con nuevas políticas globales y de nuevas tecnologías; enfocada en la agroindustria como rama de proyección, sostenibilidad y de impacto rural, que posibilite al estudiante su ingreso a la educación superior y/o la vinculación al sector laboral.

1.7 PERFILES.

1.7.1 PERFIL DEL ESTUDIANTE

La Institución Educativa forma un estudiante en principios humanos, que desarrolle todas sus capacidades para el logro de una personalidad integral y que ejerza responsable y rectamente su libertad. Por este motivo, la Institución Educativa favorece una formación integral donde cada estudiante sea capaz de:





1. Vivenciar los valores éticos, religiosos y morales.
2. Ser autónomo, creativo, justo, solidario, recursivo y dinámico.
3. Tener un espíritu crítico y reflexivo.
4. Encarnar la identidad, el sentido de pertenencia y liderazgo.
5. Decir siempre la verdad.
6. Actuar con honestidad.
7. Ser coherente entre lo que piensa, dice y hace.
8. Tener convicciones profundas a nivel de fe.
9. Buscar la excelencia académica.
10. Ser respetuoso en las relaciones con sus padres, docentes, compañeros y demás personas.
11. Demostrar con sus actos el espíritu cívico, democrático y respeto por la Patria.
12. Manejar su libertad y defender la vida en todas sus manifestaciones.
13. Ser disciplinado intelectual y actitudinalmente.
14. Responder a los retos científico-tecnológicos del mundo de hoy.
15. Capaz de contribuir con sus actos a la conservación del medio ambiente.
16. Sea capaz de desarrollar una sexualidad libre, equilibrada y segura.



17. maneje estilos de vida saludable y un aprovechamiento productivo del tiempo libre.

1.7.2 PERFIL DEL DOCENTE

La Institución Educativa busca que el docente:

1.7.2.1 EN EL ÁMBITO COGNITIVO:

- a) Posea conocimiento profundo de su ser personal para llegar a comprender a los otros y orientarlos en su proceso de autoconocimiento, en función de su desarrollo humano integral. Estructure dimensiones ideológicas, axiológicas, humanistas y académicas
- b) Consolide su identidad de docente como sujeto espiritual, ético, social, político y promotor de desarrollo humano.
- c) Conozca el mundo de donde vienen los y las estudiantes, para evidenciar el valor de lo multicultural e intercultural, como plataforma y horizonte actual de lo educativo. Hoy los jóvenes y sus culturas son lugares por recorrer, valorar y descubrir.

1.7.2.2 EN EL ÁMBITO SOCIO-ÉTICO:

- a) Se identifique con los valores y se refleje en la coherencia entre su vida y su quehacer educativo.





- b) Logre una síntesis entre valores y cualidades morales que caracterizan la esencia humanista de la labor del maestro con una concepción y sentido ético de la profesionalidad.
- c) Practique una pedagogía que asuma los desafíos de la diversidad cultural, orientada a garantizar el éxito de los estudiantes más débiles y vulnerables.

1.7.2.3 EN EL ÁMBITO RELACIONAL:

- a) Practique una pedagogía que fomente la comunicación y la participación, vigorice la vida de grupo, testimonie un servicio alegre, sencillo y capacite para establecer relaciones que tengan como base la escucha, el respeto por el otro, el encuentro, el diálogo con lo diverso, lo distante, lo ajeno a los propios contextos, el sentido democrático y el amor a la Patria.
- b) Proyecte una cultura de la solidaridad como respuesta a la realidad antropológica del ser humano, que se construye a través de la empatía y se legitima en el compartir: síntesis entre amor y justicia, el sentido democrático y el amor a la patria.
- c) Ser un docente íntegro, capaz de transversalizar conceptos y competencias básicas en las diferentes áreas del conocimiento.

1.7.2.4 EN EL ÁMBITO TÉCNICO

- a) Posea el conocimiento, aplique y desarrolle las nuevas tendencias tecnológicas, aproveche la tecnicidad mediática como conciliación estratégica de la cultura y de





los sistemas telemáticos, redes de comunicación para introducir pedagogías alternativas y potencie cambios en las estructuras educativas.

- b) Desarrolle las competencias comunicativas como posibilidad para el encuentro con el otro, los otros y lo otro, y de una cultura tecnológica crítica que trascienda más allá de formar para el trabajo.

1.8 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.

El calendario académico se ajusta en concordancia con la RESOLUCION N°. 003575 del 19 de noviembre del 2020, Modificatoria de la resolución 002938 del 28 octubre del 2020 y la resolución 000075 del 18 de enero de 2021, modificatoria de la resolución 003575.

1.8.1 PRIMER SEMESTRE:

Semanas Lectivas		
Desde	Hasta	Duración en Semanas
1 de febrero de 2021	26 de marzo de 2021	Ocho (8) semanas
5 de abril de 2021	18 de julio de 2021	Doce (11) semanas
Total		Diecinueve (19) semanas





1.8.2 SEGUNDO SEMESTRE:

Semanas Lectivas		
Desde	Hasta	Duración en Semanas
5 de julio de 2021	26 de noviembre de 2021	Dieciocho (20) semanas
Total		Semanas (20) semanas

Receso Estudiantil: Los estudiantes disfrutarán de catorce -12- semanas de receso estudiantil distribuidas de la siguiente manera:

1.8.3 PRIMER SEMESTRE:

Receso Estudiantil

Desde	Hasta	Duración en Semanas
28 de diciembre de 2020	31 de enero de 2021	Cinco (5) semanas
29 de marzo 2021	4 de abril de 2021	Una (1) semanas
21 de Junio	4 de Julio	Dos (2) semanas
Total		Siete (8) semanas





1.8.4 SEGUNDO SEMESTRE:

Receso Estudiantil

Desde	Hasta	Duración en Semanas
11 de octubre de 2021	17 de octubre de 2021	Una (1) semana
29 de noviembre de 2021	26 de diciembre de 2021	Tres (4) semanas
Total		Seis (5) semanas

Desarrollo Institucional.

Se realizarán durante siete (7) semanas del calendario académico del año lectivo 2021 y, serán distintas a las treinta y nueve (39) semanas lectivas o de trabajo académico con los estudiantes.

Se tendrán en cuenta las siguientes semanas:



"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

1.8.5 PRIMER SEMESTRE:

Semanas de Desarrollo Institucional

Desde	Hasta	Duración en Semanas
11 de enero de 2021	31 de enero de 2021	Dos (3) semanas
29 de marzo de 2021	4 abril de 2021	Una (1) semanas
Total		Cuatro (4) semanas

1.8.6 SEGUNDO SEMESTRE:

Semanas de Desarrollo Institucional

Desde	Hasta	Duración en Semanas
11 de octubre de 2021	17 de octubre de 2021	Una (1) semana



29 de noviembre de 2021	5 de diciembre de 2021	Una (1) semana
Total		Dos (2) semanas

1.8.7 LAS VACACIONES PARA DIRECTIVOS DOCENTES Y DOCENTES

SERÁN:

Desde	Hasta	Duración en Semanas
28 de diciembre de 2020	10 de enero del 2021	dos (2) semanas
21 de junio de 2021	4 de Julio 2021	dos (2) semanas
6 de diciembre 2021	26 diciembre 2021	Tres (3) semanas
Total		siete (7) semanas

Los periodos académicos para la institución educativa quedan de la siguiente forma:

Primer período: inicia el 1 de febrero y finaliza el 7 de mayo de 2021 (13 semanas)

Segundo período: inicia el 10 de mayo y culmina el 20 de agosto de 2021 (13 semanas)

Tercer periodo: inicia el 23 de agosto y finaliza el 26 de noviembre (13 semanas).



"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



1.9 SÍMBOLO INSTITUCIONAL



1.10 MANUAL DE CONVIVENCIA

Con base en el artículo 87 de la Ley General de Educación 115 de febrero 8 de 1994, se establece que los establecimientos educativos deben tener un Manual de Convivencia en el cual se definan los derechos y obligaciones de los estudiantes , y la sentencia T-569 de 1994 que expresa: “La educación, como derecho fundamental conlleva deberes del estudiante, uno de los cuales es someterse y cumplir el reglamento o las normas de comportamiento establecidas por el plantel educativo al que está vinculado. Su inobservancia permite a las autoridades escolares tomar las decisiones que correspondan, siempre que se observe y respete el debido proceso del estudiante, para corregir situaciones que estén por fuera de la Constitución, de la ley y del ordenamiento interno del ente educativo...

El deber de los estudiantes radica, desde el punto de vista disciplinario, en respetar



el reglamento y las buenas costumbres, y en el caso particular se destaca la obligación de mantener las normas de presentación establecidas por el Colegio, así como los horarios de entrada, de clases, de recreo y de salida, y el debido comportamiento y respeto por sus profesores y compañeros” se ha construido el presente Manual de Convivencia Escolar con el cual se quiere dinamizar y vivenciar los siguientes principios básicos para la educación en la convivencia social de los estudiantes en todas nuestras sedes.

1.10.1 DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES

1.10.1.1 Derechos de los estudiantes

Son derechos del estudiante de la Institución Educativa Colegio San Bernardo, los cuales pueden ejercer directa o a través de sus padres, representantes legales, los siguientes:

1. Ser tratado con el respeto, la comprensión y la justicia que se le debe prodigar a toda persona, especialmente menor de edad, según lo contempla la Constitución Nacional, La ley 1098 “ley de la infancia y la adolescencia
2. Participar del proceso de aprendizaje dentro de un ambiente estructurado, moral, social y psicológico que garantice su formación integral.
3. Expresar, discutir, examinar con toda libertad: doctrina, opiniones o conocimientos dentro del debido respeto a la opinión ajena y a la cátedra y mediante el procedimiento de reglas de debate y petición.





4. Recibir una educación en valores que atienda a los fines del sistema educativo colombiano; una formación integral acorde al desarrollo básico-social del estudiante que lo oriente y lo prepare para el futuro.
5. Ser escuchado, orientado o asistido por quienes tienen la responsabilidad directiva y docente.
6. Presentar solicitudes respetuosas verbales o escritas, observando el conducto regular, ante las personas e instancias correspondientes del Colegio y obtener respuestas oportunas.
7. Tener acceso a los diferentes servicios que el Colegio ofrece, previo cumplimiento de requisitos para cada uno de ellos.
8. Que los profesores atiendan las preguntas, consultas y dudas de los estudiantes y les den a conocer los logros y estándares que deben alcanzar cada período académico.
9. Se le permita presentar los trabajos, investigaciones o evaluaciones que se hicieren en su ausencia, siempre y cuando la justifique debidamente, a juicio de las directivas del plantel.
10. Conocer el resultado y correcciones u observaciones a sus trabajos orales o escritos en un término máximo de ocho días calendario, contados desde la fecha de su presentación; de tal manera que no se le deberá hacer una nueva evaluación de la misma temática, sin antes haber dado a conocer los resultados de la anterior.





11. Conocer los informes de su situación académica y disciplinaria, antes de la fecha en que deban ser consignados en los boletines periódicos y solicitar sean modificados los que no correspondan a la realidad por error, omisión o cualquier otra razón válida.

12. Solicitar revisión de evaluaciones dentro de los tres días hábiles siguientes a su conocimiento cuando considere que no ha sido objetivamente evaluado, recibir actividades complementarias para superar las dificultades y/ o debilidades en cada área o asignatura y ser promovido de acuerdo a la legislación vigente.

13. Representar la institución en todo tipo de eventos para los cuales sea elegido o seleccionado de acuerdo con las bases reglamentarias de cada uno de ellos.

14. Ser instruido permanentemente por la instancia correspondiente del plantel acerca de los contenidos de este manual y precisamente informado y consultado para los cambios que se le introduzcan, así como las modificaciones en horarios, asistencia a clases y toda otra que sea necesario conocer para su buen desempeño académico y disciplinario.

15. Ser permanentemente estimulado a desarrollar su espíritu de investigación, sus capacidades y habilidades individuales y a que las emplee al servicio del beneficio común de sus compañeros, su familia, la institución y la sociedad en general.

16. Recibir una formación integral que le permita vivir en armonía consigo mismo y con su entorno y le garantice un pleno desarrollo físico, mental, moral, espiritual y social.





17. Participar activamente en su proceso de formación que propicie el desarrollo de un pensamiento crítico y de análisis para su autoformación.
18. Derecho al descanso, esparcimiento, juego y a la participación en la vida artística cultural y científica de la Institución y su entorno.
19. A elegir y ser elegido como representante de los estudiantes al Consejo Directivo, Personero, Consejo Estudiantil y otros comités reconocidos por el Colegio, de acuerdo a la reglamentación vigente.
20. Gozar de estímulos e incentivos otorgados por la Institución Educativa.
21. Proponer estrategias metodológicas o actividades que transformen la dinámica estudiantil en búsqueda del mejoramiento de la calidad del proceso educativo.
22. Solicitar y recibir permisos en casos justificados previa solicitud personal o escrita del padre de familia o acudiente.
23. Utilizar adecuada y responsablemente la biblioteca, aula múltiple, aula de Nuevas Tecnologías, Aula de Informática, aulas taller de agroindustria laboratorios, material didáctico y espacios deportivos.
24. Permanecer en un ambiente limpio y organizado, y a usar correctamente los servicios sanitarios y de agua.
25. Conocer la clasificación de las situaciones que afectan la convivencia escolar y las acciones pedagógicas para su seguimiento.





26. Ser representado por los respectivos padres y acudientes cuando así lo requiera el proceso de formación integral.
27. Utilizar responsablemente los medios de comunicación de que dispone el Colegio para la libre expresión.
28. Liderar y organizar eventos escolares previo conocimiento y autorización de las directivas y de acuerdo a lo establecido en esta institución.
29. Solicitar certificados, calificaciones y demás documentos que se expiden en la institución y ser atendido adecuada y oportunamente, previa presentación del Paz y Salvo.
30. Derecho a recibir de los docentes, directivos docentes, administrativos, compañeros y compañeras un trato respetuoso tanto dentro como fuera de la Institución.

Derechos de los docentes y directivos docentes.

Como persona comprometida con la institución y leal a los principios y valores, el educador es el orientador del proceso de formación, en la enseñanza y aprendizaje de los estudiantes acorde con la filosofía, con las expectativas sociales, culturales, éticas y morales de la familia y de la sociedad.

1. Recibir un trato respetuoso por parte de todos los miembros de la comunidad educativa.





2. Participar en el Proyecto Educativo Institucional y los diferentes comités conformados en el Colegio tales como el Consejo Directivo, el Consejo Académico, Comités de Evaluación y Promoción.... y a todos los que tenga derecho en calidad de educador.
3. Formar asociaciones sindicales con capacidad legal para representar a sus afiliados en la formulación de reclamos y solicitudes ante las autoridades del orden nacional y seccional.
4. Recibir oportunamente la remuneración asignada para el respectivo cargo conforme al grado en el escalafón.
5. Ascender dentro de la carrera docente.
6. Participar de programas de capacitación y bienestar social y gozar de los estímulos de carácter profesional y económico que se establezcan.
7. Disfrutar de vacaciones remuneradas.
8. Obtener el reconocimiento y pago de las prestaciones sociales de ley.
9. Solicitar y obtener permisos, licencias, comisiones de acuerdo con las disposiciones legales y pertinentes.
10. Permanecer en el servicio y no ser desvinculado o sancionado, sino de acuerdo con las normas y procedimientos establecidos en la legislación vigente.
11. No ser discriminado por razón de creencias políticas, religiosas, ni por distinciones fundadas en condiciones sociales o radicales.





12. Elegir y ser elegido a los cargos representativos de la institución educativa.
13. Derecho a la información oportuna por parte de directivos, alumnos y padres de familia.
14. A ser oído ante la comunidad educativa.
15. Los demás derechos serán los que autorice el Código Sustantivo del Trabajo (Art. 196 y Ley General de la Educación).

1.10.1.2 Deberes de los estudiantes

1. Uno de sus primeros deberes es respetar sus derechos y no abusar de ellos.
2. Acatar la Constitución Política y las Leyes de Colombia, las disposiciones previstas en este manual, las circulares y orientaciones dadas por las distintas instancias del plantel.
3. Manifestar su sentido de pertenencia al Colegio respetando su nombre, filosofía, políticas, normas, símbolos de la Institución, valorando y reconociendo su importancia en el contexto social, respetando a sus docentes y al personal que labora en el Colegio.
4. Asistir diariamente a la Institución y cumplir puntualmente los horarios establecidos para todas las clases incluyendo el deporte y actividades complementarias así:

Preescolar: De 7:00 a.m. A 11:00 a.m. Básica Primaria: De 7:00 a.m. A 12:30 m.

Básica Secundaria: De 6:45 a.m. A 1:00 p.m.





Media Técnica: De 6:45 a.m. A 1:00 p.m. y De 2:00 p.m. A 3:50

5. Traer la excusa correspondiente cuando se presenten fallas de asistencia. Esta excusa se presentará al día siguiente en el cual el alumno se reintegra a clases, será escrita y firmada por los padres de familia. En caso de enfermedad será acompañada por la incapacidad médica. El Colegio no aceptará ausencias repetidas sin justificaciones valederas

6. En caso de retirarse del plantel antes de la hora habitual, se requiere presentar con anterioridad una autorización del padre de familia y solicitar la respectiva boleta firmada por el Docente responsable de Disciplina. El Colegio no se hace responsable del alumno que se ausente sin autorización.

7. Observar en todo momento, lugar y circunstancia, dentro y fuera del Colegio, un comportamiento respetuoso de sí mismo y de los demás, de acuerdo con el decoro y la dignidad de un estudiante.

8. Evitar consumir cualquier clase de alimentos en las aulas de clases, formación o actos de comunidad.

9. Reparar los daños que ocasione dentro del Colegio, durante los tres días siguientes al hecho.

10. Presentar las evaluaciones y trabajos cuando el profesor las programe.

11. Representar dignamente la institución en cualquier evento para el que sea elegido o al cual se ha hecho merecedor y comunicar oportunamente a quien





corresponda toda conducta que conozca, contraria a los parámetros de este manual, a las buenas costumbres, a la moral social o al orden jurídico establecido.

12. Dar un trato cortés a todas las personas que integren la comunidad educativa, atendiendo respetuosamente las observaciones de cualquier docente y empleado adulto del Colegio. En caso de dificultades actuar con autocontrol, evitando la altanería, la burla y el irrespeto.

13. Respetar a los Docentes, aceptando sus sugerencias e indicaciones, las cuales sean coherentes con lo establecido en el presente manual.

14. Valorar la amistad, evitando la crítica, el chisme, los comentarios inapropiados, los apodos, la agresión física y el irrespeto.

15. Actuar con rectitud, veracidad, honradez, evitando el fraude, la mentira, el engaño, la calumnia, la rebeldía, la agresividad tanto de palabra como de actitud.

16. Fomentar un ambiente de escucha, respeto, interés, orden, participación, creatividad que favorezca el aprendizaje y permitan una acción grupal, la ayuda mutua, la valoración y conocimiento de sus compañeros durante el desarrollo de las clases y las actividades complementarias como de conferencias, actos culturales, deportivos, otros.

17. Respetar la propiedad ajena y en caso de encontrar algún libro, objeto o elemento, llevarlo a la Coordinación respectiva para ser devuelto al respectivo dueño.





18. Responsabilizarse del cuidado de las pertenencias personales y evitar traer objetos de valor, joyas, radios, juegos, muñecos, cadenas, celulares, mp3, ipod, cámaras etc.

19. Respetar la sala de Profesores, las oficinas de administración y demás dependencias y no entrar sin previa autorización.

20. Respetar los símbolos patrios, guardando la mejor compostura en la izada de bandera y demás actos que sean programados dentro y fuera del establecimiento.

21. Presentarse puntualmente, aseado, con el uniforme que corresponda, completo y en buen estado, tanto a las actividades académicas como a las extra-académicas, previstas por el Colegio.

1.10.1. 3 Deberes de los docentes

1. Cumplir con la Constitución Nacional y las leyes de Colombia.
2. Inculcar en los educandos el amor a los valores históricos y culturales de la nación y el respeto a los símbolos patrios.
3. Desempeñar con solicitud y eficiencia las funciones de su cargo
4. Cumplir funciones inherentes a su cargo que le imparten sus superiores jerárquicos
3. Dar un trato cortés a sus compañeros y a sus subordinados y compartir sus tareas con espíritu de solidaridad y unidad de propósito.





5. Cumplir la jornada laboral y dedicar la totalidad del tiempo reglamentario a las funciones propias del cargo. Decreto 1850 de 2002 Art. 9º y la directiva Ministerial de junio de 2009.
6. Iniciar y terminar las clases a la hora indicada y exigir a los estudiantes puntual asistencia, buena presentación, responsabilidad y comportamiento correcto con ellos. Recibir y entregar el salón de clase en completo orden y aseo.
7. Proporcionar los mecanismos necesarios para que los estudiantes desarrollen todo su potencial de creatividad, disfruten de ella y ejerciten su pensamiento lógico y crítico.
8. Velar por la conservación de documentos, útiles, equipos, muebles y demás bienes que le sean confiados.
9. Observar una conducta acorde con el decoro y la dignidad del cargo.
10. Asistir y participar activamente en las reuniones ordinarias y extraordinarias programadas por el plantel.
11. Participar activamente en los turnos de disciplina y cartelera que sean asignados.
12. Solicitar por escrito el respectivo permiso cuando mediante justa causa deba retirarse del plantel.
13. Velar por una presentación personal acorde a su cargo.
14. Velar por la disciplina y comportamiento de los educandos.





16. Poner en conocimiento del Rector y el Consejo Directivo las iniciativas que estimen útiles para el mejoramiento del servicio educativo.
17. Actualizarse permanentemente
18. Brindar asesoría y apoyo permanente al grupo al cual es asignado como titular
19. Dar testimonios de los valores que se promueven en la institución con su vida personal y profesional.
20. Informar personalmente los resultados disciplinarios y académicos de sus asignaturas a los alumnos antes de entregarlas a la secretaría del plantel
21. Evaluar permanentemente el estado de desarrollo del alumno y confrontarlo con los logros esperados en cada área y grado.
22. Participar en la planeación, ejecución y evaluación de toda actividad curricular y extracurricular que programe el plantel.
23. Responsabilizarse de la eficaz y oportuna realización de las actividades tanto de refuerzo como de profundización y nivelación.
24. De acuerdo a las normas de la institución tomar nota diaria de las asistencias de los estudiantes a sus clases y actividades programadas.
25. Actuar con imparcialidad y justicia en el ejercicio de su cargo en relación a sus alumnos.





26. Abstenerse de solicitar beneficios económicos a la presentación de servicios personales a sus educandos.

27. Diligenciar oportunamente y entregar a secretaría documentos y planillas que sean requeridos.

28. Entregar oportunamente la planeación y proyectos del área a quien lo solicita

1. 11 LEY DEL MENOR.

Ley 1098 de 2006 (noviembre 8) por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia, el cual tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de Derechos Humanos, en la Constitución Política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección será obligación de la familia, la sociedad y el Estado.

1.12 PADRES DE FAMILIA.

La institución no cuenta con asociación de padres de familia y nada relacionado con escuela de padres, el rol que si cumplen los padres de familia en el colegio es de agentes activos, estando pendientes del todo el proceso de sus hijos dando algunas observaciones, sugerencia y participan de cierta manera en el proceso educativo de sus hijos.



1.13 UNIFORMES.

Uniforme de gala

Para los niños y las niñas son camibuses con corbata azul y zapatos negros. Los niños utilizan pantalón azul y las niñas falda azul hasta las rodillas con medias blancas.



Uniforme de educación física

Tanto para los niños como para las niñas, utilizan camiseta roja con franjas blancas, sudadera negra con franjas blancas, y rojas, además de zapatos blancos con medias blancas.



Uniforme de diario:

Para los niños y las niñas, camisas blancas con cuello en líneas rojas y azules oscuro, zapatos negros y medias azules. Los niños visten un pantalón azul y las niñas faldas azules, con correa negra.





1.14 INFRAESTRUCTURA ESCOLAR

La institución educativa cuenta en el centro poblado con una planta física donde funciona la sección primaria. Se cuenta con 6 aulas donde funcionan los grados pre-escolar, primero, segundo, cuarto y quinto con espacio suficiente para atender la demanda de estudiantes; el grado tercero actualmente funciona en un espacio que no cumple con las condiciones de un aula de clase. En esta planta funciona además la oficina de la Rectoría y Secretaría. Se cuenta con un aula de informática y un espacio donde funciona el restaurante escolar. La unidad sanitaria se encuentra en un estado muy regular. Además, se cuenta con un pequeño campo deportivo el cual requiere de una cubierta para mejorar el ambiente escolar de los estudiantes de la primaria.

En la planta física principal funciona la sección secundaria, grados sextos a Noveno y la media técnica, grados decimo y undécimo. Se cuenta con 9 aulas con espacios suficientes para atender la demanda estudiantil se hace la salvedad que 2 de ellas donde funcionan actualmente los grados 8B y 9 necesitan de un mantenimiento preventivo y correctivo ya que presentan algunas fallas estructurales que de alguna manera generan un riesgo.

Se cuenta con dos espacios para desarrollar las clases de tecnología e informática, dos aulas taller de agroindustria las cuales requieren de una adecuación de importancia de tal manera que se garantice la inocuidad de los alimentos que allí se





procesan. Los laboratorios de física y química existentes requieren de la adecuación de las acometidas de gas y agua y revisión de la parte eléctrica. Se cuenta con un campo deportivo amplio para albergar a los estudiantes y su cubierta permite realizar todo tipo de actividades tanto deportivas como culturales; se hace necesario hacer una adecuación de las canales para recolectar las aguas lluvias al igual que los bajantes, ya que los que tiene actualmente se ha comprobado que no tienen la capacidad suficiente y presentan rebosamientos lo cual hace que el campo deportivo reciba esas aguas impidiendo en muchos casos la realización de algunas actividades. Igualmente se debe revisar la cubierta ya que presentan goteras.

Se cuenta con una unidad sanitaria frente al campo deportivo que está en muy buen estado, se debe revisar y garantizar el flujo de agua para una mejor higiene de la misma. Con recursos de ley 21 se construyó una nueva unidad sanitaria.

Se cuenta además con un aula máxima, en la cual se pueden realizar algunas clases o reuniones, pero también requiere de una evaluación y reparación urgente por las fallas que presenta.

Se requiere con urgencia de la adecuación de un espacio físico para el funcionamiento de la biblioteca estudiantil, área administrativa y convivencia escolar. Las plantas físicas de la mayoría de las sedes educativas de la zona rural se encuentran en buen estado y garantizan la prestación del servicio, alguna sede no cuenta con campos deportivos ni restaurante escolar y requieren de una evaluación de su infraestructura para corregir las fallas que presenten.





SALÓN DE DEPORTES

No consta con ningún salón de deporte esta institución educativa, pero contiene algunos implementos deportivos muy básicos como lo son: lazos, aros, conos, balones entre otros.

Se cuenta con una cancha de micro futbol multifuncional, donde se practican algunos deportes como: baloncesto, voleibol, micro futbol, fútbol de salón y juegos recreativos.





1.15 HORARIOS.

No se cuenta con un horario como tal, ya que se trabaja por medio de guías cada 15 días.

Se prevé que pueda ver alternancia después de mayo si la situación de la pandemia se controla, de lo contrario seguirá virtual.

DIAS	LUNES	
HORA	6 ^a	6B
1	RELIGION	CIENCIAS
2	RELIGION	CIENCIAS
3	SOCIALES	MATEMATICAS
4	SOCIALES	MATEMATICAS
5	CIENCIAS	ESPAÑOL



6	CIENCIAS	INGLES
DIAS	MARTES	
HORA	6^a	6B
1	MATEMATICAS	ESPAÑOL
2	MATEMATICAS	ESPAÑOL
3	ED. FISICA	SOCIALES
4	ED. FISICA	SOCIALES
5	ESPAÑOL	INFORMATICA
6	ESPAÑOL	INFORMATICA
DIAS	MIERCOLES	
HORA	6^a	6B
1	ETICA	CIENCIAS
2	INFORMATICA	CIENCIAS
3	INFORMATICA	RELIGION
4	INGLES	ETICA
5	CIENCIAS	SOCIALES
6	CIENCIAS	SOCIALES
DIAS	JUEVES	
HORA	6^a	6B
1	INGLES	ESTADISTICA
2	INGLES	RELIGION





3	ESTADISTICA	INGLES
4	ESPAÑOL	INGLES
5	MATEMATICAS	ED. FISICA
6	MATEMATICAS	ED. FISICA
DIAS	VIERNES	
HORA	6^a	6B
1	ESPAÑOL	MATEMATICAS
2	ESPAÑOL	MATEMATICAS
3	ARTISTICA	ESPAÑOL
4	ARTISTICA	ESPAÑOL
5	SOCIALES	ARTISTICA
6	SOCIALES	ARTISTICA





1.16 MATRIZ DOFA.

COLEGIO SAN BERNARDO “COLSABER”

MATRIZ DOFA	DESCRIPCION
Debilidades	<ul style="list-style-type: none">• No cuenta con espacios suficientes para la realización de actividad física.• Presentan una cancha multifuncional la cual no es un terreno de muy acto para practicar algunos deportes específicos.• No se cuenta con un salón de deportes, tampoco con los instrumentos necesarios para llevar una clase de educación física.• No hay ayuda por parte de la alcaldía municipal, pues el pueblo aparece en riesgo de deslizamiento.• Respecto a los estudiantes, presentan diferentes dificultades en las los conocimientos básicos en deportes de conjuntos, ya que la mayoría son de las zonas rurales.



Oportunidades	<ul style="list-style-type: none">• La institución cuenta con los espacios libres suficientes para la construcción de las zonas recreativas para la realización de la actividad física.• Con ayuda de las diferentes entidades que intervienen y prestan su colaboración en nuestra institución, se está buscando la manera de realizar domos y cubiertas para cubrir valga la redundancia los diferentes espacios abiertos que tiene nuestra institución.• El colegio mediante la ayuda de los diferentes practicantes y docentes en educación física, tiene la oportunidad de fortalecer los conocimientos básicos en deportes de conjuntos.
Fortalezas	<ul style="list-style-type: none">• La institución cuenta con una cancha y espacios amplios para las diferentes actividades recreativas y físicas.• El colegio a pesar de no tener un salón deportivo, cuenta con algunos materiales



	<p>para la realización de actividades que competen a la educación física.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuenta con un personal docente muy calificado para el manejo y mejoramiento de algunas falencias de los estudiantes en las diferentes áreas que se enseñan.
<p>Amenazas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La falta de conectividad de los estudiantes por problemas de internet en sus hogares. • El compromiso por parte de los padres de familia para conectar a sus hijos a las diferentes clases de educación física. • Los diferentes climas ya sea muy soleado o muy lluvioso, el cual impida realizar el encuentro académico ya sea en la institución educativa y por medio de las TIC. • No poder contribuir en la búsqueda del mejoramiento de los espacios deportivos, ya que estos por sus condiciones en tierra



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



	<p>puede afectar la salud en los estudiantes de nuestra institución.</p>
--	--



"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



CAPÍTULO II

PROPUESTA PEDAGÓGICA.

2. FORTALECER LOS CONOCIMIENTOS BÁSICOS EN LOS DEPORTES DE CONJUNTO DE BALONCESTO Y VOLEIBOL, EN LOS GRADOS SEXTOS DEL COLEGIO SAN BERNARDO, MEDIANTE GUÍAS DIDÁCTICAS.

2.1 OBJETIVOS.

2.2.1 OBJETIVO GENERAL.

Fortalecer los conocimientos básicos en los deportes de conjunto, en los grados sexto a y sexto b del colegio San Bernardo/ Norte de Santander, reforzándolos a través de actividades deportivas, mediante guías didácticas.

2.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Desarrollar actividades didácticas tales como; sopa de letras, crucigramas, cuadros de apareamiento, a través de guías didácticas, ayudando a los estudiantes de los grados sextos a lograr un mejor manejo teórico de los contenidos a presentar.
- Aplicar actividades deportivas para poner en practica la teoría presentada.
- Descubrir el efecto que tiene esta estrategia en los estudiantes de los grados sextos.
- Lograr una interacción cercana con los estudiantes, teniendo así mejor seguimiento del desarrollo de las actividades propuestas.





2.2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.

Durante la observación realizada se pudo evidenciar la carencia de conocimiento en los estudiantes de los grados sextos, sobre la teoría básica de la mayoría de deportes desarrollados en los colegios públicos. Esto sucede sobre todo con la población rural, en donde carecen de un profesor capacitado en el área de educación física, por lo tanto; los estudiantes llegan a la secundaria con poco conocimiento sobre la mayoría de deportes en conjunto. Esto se debe a que en las escuelas públicas rurales se cuenta solo con un docente que cubre todas las áreas de estudio.

Por otra parte, en las escuelas tampoco cuentan con los recursos necesarios en el área de deportes, por consiguiente, tampoco se cuenta con una buena práctica de los pocos conocimientos adquiridos.

En consecuencia, y debido a la emergencia sanitaria causada por el virus COVID-19, la mayoría de las escuelas públicas optaron por el modelo Aprendizaje en Casa para impartir las clases. En este caso, la institución Educativa San Bernardo utiliza guías didácticas con el fin de darles a conocer los contenidos de las diferentes áreas. Este método se emplea debido a que la mayoría de los estudiantes no cuentan con servicio de internet, pues gran parte de los estudiantes que conforman la institución son de la zona rural, por lo tanto, no se pueden hacer encuentros sincrónicos virtuales. Por medio de estas guías didácticas, se realizará el objetivo principal de este proyecto, el cual es dar a conocer los diferentes aspectos teóricos que conciernen a los deportes en conjunto, los cuales se darán de forma didáctica





y llamativa. A demás, de la realización de juegos y actividades lúdicas que se presentaran en las diferentes guías.

2.3 JUSTIFICACIÓN

Como es sabido, para la realización de una buena ejecución y practica de los deportes en conjunto, los cuales, según Piña (2011), se ejecutan con el fin de interactuar directamente y de manera simultánea para lograr un objetivo; es necesario primero contar con un conocimiento básico sobre las reglas y diferentes metodologías y fundamentos de estos mismos. Por consiguiente, el propósito o meta de este proyecto es ofrecer los conocimientos básicos de estos deportes, a los estudiantes de los grados sextos de la institución educativa San Bernardo, con el fin de garantizar buenas bases teóricas para el desarrollo practico de estas habilidades, además de introducir más a fondo sobre estos deportes de los que casi no se brinda mucha información ni se practica. De esta manera, se brindarán actividades lúdicas y recreativas con el fin de poner en practica la teoría aprendida, y verificar si los estudiantes se apropiaron de estos temas.

Debemos ser conscientes de que se implementara esta estrategia de forma dinámica y organizada mediante guías didácticas, las cuales serán de mayor atracción para los estudiantes, y así haya más subsistencia en la información dada a los alumnos. Pues, los niños tienden a sentirse aburridos y poco atraídos por la cantidad y estilo de información presentada en las guías.

Por consiguiente, y para verificar la apropiación de la teoría presentada, se desarrollarán actividades dinámicas tales como; crucigramas, sopa de letras,



"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



cuadros de apareamientos y dibujos; los cuales serán el único respaldo de que los estudiantes realizaron sus respectivas actividades.

2.4 POBLACIÓN.

La población con la que se cuenta en el desarrollo de la propuesta es de un 70% de la zona rural; los cuales provienen de las veredas aledañas como lo son Valegra, Alto del Oro, Limoncito, Tamara, Venaga, La Reserva, Monoga, Chorro Colorado, La Playa, Zambrano, Urapal, Tres Esquinas y Santa Ines y el 30% restante proveniente del casco urbano. Así mismo, los estudiantes del grado sexto están divididos cursos a y b, los cuales cuentan con 24 y 25 alumnos respectivamente, teniendo como total 49 estudiantes, los cuales son 25 niños y 24 niñas.

Grado	Edad	Masculino	Femenino	Total
Sexto A	11 y 12 años	9 Niños	15 Niñas	24 Estudiantes
Sexto B	11 y 12 años	16 Niños	9 Niñas	25 Estudiantes
TOTAL		25 Niños	24 Niñas	49 Estudiantes



2.5 MARCO CONCEPTUAL.

2.5.1 GUÍAS DIDÁCTICAS.

La guía didáctica es el instrumento básico que orienta al estudiante cómo realizar el estudio independiente a lo largo del desarrollo de la asignatura. Debe indicar, de manera precisa, qué tiene que aprender, cómo puede aprenderlo y cuándo lo habrá aprendido. Ha de ser un material único, organizado por temas teniendo en cuenta, además, todos los medios disponibles, tales como; materiales impresos, TV, vídeos, software y otros recursos.

2.5.2 VOLEIBOL.

De acuerdo con Bajaña, el voleibol es un deporte de situación que implica una gran capacidad de adaptación a situaciones de juegos cambiantes en periodos muy cortos. Es un deporte de rebote por lo que se torna un poco complejo en la etapa de iniciación, pues debe pasar el balón de un jugador a otro sin agarrarlo, a los niños les cuesta un poco, de ahí que nosotros como profesores o entrenadores debemos motivarlos para que se incentive y logre controlar el balón, pero este control se debe enseñar de una forma adecuada; y explicarle que mientras más repita correctamente la técnica y movimiento en el espacio, logrará jugar "bien al voley".

2.5.3 BASQUETBOL.

Torres (2016) llega al concepto de baloncesto haciendo referencia a que es parte de los deportes que se juegan en equipo, formando parte del conjunto llamado juegos de invasión. Como casi todos estos famosos deportes tiene un objetivo





principal (canasta) y el objetivo aparece claro, conseguir encestar más que el adversario en un tiempo determinado.

2.5.4 ESTRATEGIA.

la estrategia es el patrón de los movimientos de la organización y de los enfoques de la dirección que se usa para lograr los objetivos organizacionales y para luchar por la misión de la organización.

2.5.5 ENCUENTROS SINCRÓNICOS.

Debido a la pandemia por COVID-19, muchas instituciones se vieron obligadas a pasar sus clases de un aula presencial a una en línea. Esto los ha hecho experimentar con el aprendizaje asincrónico y sincrónico para ver cuál funciona mejor o se adapta más a sus necesidades y sus alumnos, pero, ¿qué significan estos conceptos?

El aprendizaje en línea se divide en dos categorías: aprendizaje sincrónico y asincrónico. El primero se refiere a aquella educación donde los alumnos tienen la oportunidad de aprender e interactuar en el momento (o “en vivo”) con su profesor y sus compañeros. Más a detalle, el sincrónico es un tipo de aprendizaje grupal ya que todos están aprendiendo al mismo tiempo. El aprendizaje asincrónico es aquél que puede suceder en vivo o estando desconectados a través de videos, material o recursos educativos previamente proporcionados por la profesora o profesor, es decir, la clase aprende lo mismo pero cada alumno a su ritmo.





Técnicamente, el aprendizaje sincrónico también incluye conferencias, debates, clases en aulas físicas o actividades grupales. A diferencia del asincrónico, que es más auto dirigido ya que el alumno decide a qué hora aprender.

2.5.6 ACTIVIDAD FISICA

La actividad física es definida por Correa como cualquier movimiento intencionado realizado por los músculos esqueléticos, resultado de un gasto de energía lo que se constituye en el medio que permite a la población interactuar creando hábitos saludables y relaciones con la comunidad y el entorno que los rodea.

2.6 MARCO TEORICO.

Según Valera Tomás, Ortín, et al (2010), el interés por una adecuada enseñanza del deporte colectivo ha propiciado diferentes enfoques teóricos, evolucionando desde modelos tradicionales a modelos comprensivos. El objetivo del presente estudio fue conocer cómo se enseñan los deportes colectivos en Educación Secundaria Obligatoria. Participaron tres profesores de Educación Física de Murcia. Se utilizó una metodología observacional mediante un sistema de categorías. Los resultados indicaron que un 51,2% de las sesiones presentaron una progresión analítica-global, el 75,6% de las tareas enfatizaron el mecanismo de ejecución, el 86,2% eran definidas y, el 97,9% del conocimiento de los resultados estuvo dirigido a la ejecución, siendo un 40,3% prescriptivo. Las conclusiones son que la progresión en las sesiones, las tareas, la información inicial y el conocimiento de los resultados se aproximan más a un modelo tradicional.





Como lo señala Matveiev (2001, p. 49), “el concepto de táctica deportiva abarca tanto las operaciones mentales y construcciones (modelos) que determinan las líneas cardinales del comportamiento del atleta” o del equipo deportivo durante la competición, como así también “las formas prácticas de su comportamiento competitivo” que llevan a cabo esas operaciones mentales y modelos. En ocasiones, una idea o concepción táctica puede ponerse en práctica de manera equivocada o simplemente no llegarse a implementar, mientras que, en otras, una acción táctica racionalmente correcta puede no llegar a usarse a causa de un plan táctico equivocado. El concepto de táctica está intrínsecamente vinculado a dos aspectos esenciales de la gestión, la eficacia y la eficiencia. La eficacia es la elección correcta de lo que corresponde hacer, es decir aquello que mejor se adecua a las características de nuestro equipo en función de las de nuestros rivales y de la competición. La eficiencia es llevar a cabo esa elección de la mejor manera posible. La eficacia y la eficiencia de la idea táctica y de los procedimientos para su materialización facilitarán la consecución de los objetivos que nos planteamos. Somos eficaces cuando hacemos lo correcto y eficientes cuando lo hacemos de la manera más económica y más precisa. Está claro, y en los deportes colectivos podríamos encontrar infinidad de ejemplos, que la máxima eficiencia con el mínimo de eficacia no nos sirve para nada. En Básquetbol, por ejemplo, plantear una defensa de zona realizada en forma perfecta para proteger el área cercana a nuestro cesto, cuando el rival tiene excelentes tiradores de 3 puntos, o en Fútbol, ubicar a determinado jugador en una posición o un rol equivocado de acuerdo.



CAPÍTULO III

3. INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 DISEÑO

Partiendo de lo planteado anteriormente por lo descrito en la propuesta pedagógica en el capítulo anterior, para conseguir fortalecer los conocimientos básicos en deportes de conjuntos de los estudiantes de los grados sexto A y sexto B, del colegio San Bernardo de Bata, se plantearon diferentes estrategias, durante el transcurso de siete semanas en las que se llevó a cabo el proceso de la práctica profesional, donde se trabajó de la siguiente manera:

Cronograma							
Temas	Semanas						
	1	2	3	4	5	6	7
Historia del baloncesto	X						
Principales reglas del baloncesto		X					
Movimientos con y sin balón			X				
Fundamentos del Baloncesto				X			
Historia del voleibol					X		
Principales reglas del voleibol.						X	



Fundamentos del voleibol								X
---------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	----------

3.2 EJECUCION.

Con este proyecto se busca fortalecer los conocimientos básicos de los deportes en conjuntos en los grados sexto a y sexto b de la Institución Educativa San Bernardo. Para la elaboración de la propuesta, se desarrollaron guías didácticas con diferentes actividades tales como: sopas de letras, cuadros de apareamiento, crucigramas y dibujos. A demás, para complementar estas actividades se aplicarán actividades lúdicas y juegos para la práctica de estos deportes. Estas actividades se realizaron con el fin de afianzar los conocimientos de los estudiantes, ya que no se cuenta con conexión a internet pues la mayoría de los estudiantes son de la zona rural. Por esta razón el colegio ha implementado esta metodología de guías didácticas durante el periodo de confinamiento debido a la pandemia.

3.2.1 SEMANA 1

Fecha: 23 de febrero al 09 de marzo del 2021

Tema: Historia del Baloncesto

Actividad 1	
Descripción metodológica.	Descripción grafica

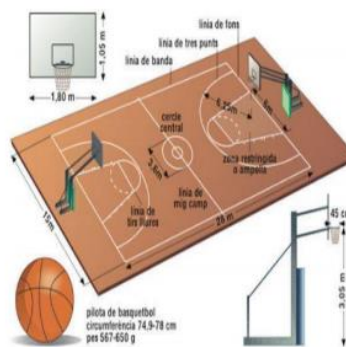


ACTIVIDAD #1

En esta actividad se realiza un repaso de la historia del baloncesto, haciendo referencia al lugar donde fue creado, la persona quien lo creó y los aspectos más relevantes que surgieron. Además se le brinda al estudiante las pautas necesarias para conocer un poco este deporte.

Así mismo, se evidencia la estructura de la cancha reglamentaria de baloncesto con sus respectivas medidas, sus instrumentos como el balón, el tablero, el aro y los postes; como también.

EL BALONCESTO O BASKETBOL es un deporte en el cual compiten dos equipos de cinco jugadores cada uno. El objetivo es introducir la pelota (balón) en el aro (cesta o canasta) del equipo contrario, que se encuentra ubicado a 3,05 metros de altura. Por eso, el baloncesto suele ser jugado por personas de gran estatura. Este juego fue inventado por el profesor canadiense de educación física **James Naismith**, en diciembre de 1891. Naismith buscaba crear una actividad para que los jóvenes pudieran realizar en un gimnasio cerrado durante el invierno. Es un deporte de equipo, jugado entre dos conjuntos de cinco jugadores cada uno durante cuatro períodos o cuartos de diez o doce minutos cada uno. La puntuación por cada canasta o cesta es de dos o tres puntos, dependiendo de la posición desde la que se efectúa el tiro a canasta, o de uno, si se trata de un tiro libre por una falta de un jugador contrario. El equipo ganador es el que obtiene el mayor número de puntos.



Actividad 2

Descripción metodológica.

ACTIVIDAD #2


Para verificar que los estudiantes realizaron la lectura del contenido, se implementa un sencillo ejercicio donde realizarán una sopa de letras con 10 palabras claves de la lectura y del deporte. Además, se pide a los estudiantes que utilizaran diferentes colores para subrayar cada palabra encontrada.

Descripción grafica

TALLER

1. REALIZA LA SOPA DE LETRAS, UTILIZANDO VARIOS COLORES

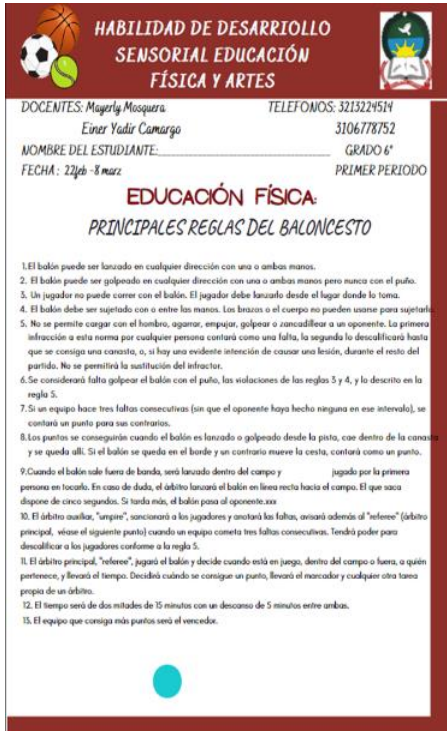


Actividad 3	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #3</p> <p>En la siguiente actividad, se pide a los estudiantes que colorean el dibujo presentado en la guía, dejando libre su creatividad.</p> <p>El dibujo consta de un jugador de baloncesto tratando de encestar el balón en el aro.</p>	

3.2.2 SEMANA 2

Fecha: 09 de marzo al 23 de marzo del 2021.

Tema: Principales reglas del baloncesto.

Actividad 1	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #1</p> <p>En esta ocasión se introduce a los estudiantes las principales reglas del baloncesto. Las cuales los alumnos deben leer y apropiarse, ya que es de vital importancia para el desarrollo de las demás actividades.</p> <p>En la guía se presentan 13 reglas básicas, con el fin de que los estudiantes asuman estas normas de juego.</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #2</p> <p>En la siguiente actividad, se pide a los estudiantes realizar el cuadro de apareamiento, donde tendrán que relacionar dos columnas con los términos correctos.</p> <p>En la columna naranja se presenta el inicio de cualquier regla ya vista en el contenido, y en la columna gris la continuación o final de esta.</p> <p>Este contenido esta de forma literal, los estudiantes solo deben leer y conectar los recuadros.</p>	

Actividad 3	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #3</p> <p>En esta actividad los estudiantes con la ayuda de algunos miembros de la familia, realizaran el cuadro comparativo, pero de una manera diferente.</p> <p>DESARROLLO</p>	

<p>Los estudiantes realizarán el cuadro anterior en papelitos en los respectivos colores, naranja y azul. Por consiguiente, ellos separarán los papelitos en una bolsa dependiendo de cada color, los naranjas en una bolsa y los azules en otra diferente. Luego, jugarán a armar las opciones correctas sacando los papelitos de cada bolsa, uno por uno.</p>	
---	--

3.2.3. SEMANA 3

Fecha: 16 de marzo al 30 de marzo del 2021

Tema: Movimientos con y sin balón

Actividad 1	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #1</p> <p>En esta actividad se da a conocer algunas técnicas de movimientos con balón y sin balón. Los cuales primeramente se deben leer y apropiar por parte de los estudiantes.</p> <p>Estos movimientos son: movimiento de cintura y cadera, movimiento de brazos, movimiento de piernas, movimiento de cuello y movimiento de hombros.</p>	<p>HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES</p> <p>DOCENTES: Magerly Mosquera TELÉFONOS: 3213224514 Einer Yadir Comargo 3106778752</p> <p>NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6° FECHA: 10 de marzo - 24 de marzo PRIMER PERIODO</p> <p>EDUCACIÓN FÍSICA MOVIMIENTOS CON Y SIN BALÓN</p> <p>Cualquier deporte de alto impacto requiere una preparación adecuada. Siempre se requiere de dicha actividad para realizar algo tan simple como un trote, entonces es para un deporte de tal alto impacto como en el baloncesto obviamente se requerirá de un buen calentamiento.</p> <p>Cada deporte posee una serie de ejercicios de calentamiento, pero cada uno va dirigido a zonas específicas, pues en cada deporte se utiliza mucho más una parte del cuerpo que otra, y a su vez, según la posición asignada para cada jugador, una habilidad diferente también.</p> <p>Duración: Un calentamiento básico debe durar al menos de 10 a 20 minutos, calentar durante menos tiempo no asegura proteger la musculatura de lesiones futuras, realizando ejercicios variados en los que se active toda la musculatura: Carrera suave, saltar a la cuerda, movimientos de brazos... son buenos ejercicios para empezar a activar el cuerpo.</p> <p>Estiramiento: Cada ejercicio de estiramiento en promedio debe durar 20 segundos, así el músculo se adapta al ejercicio, además de esto debe ir acompañado de una forma de respiración correcta, esta debe ser calmada y regular, de este modo se evita la aceleración antes del partido.</p> <p>Esfuerzo: Cada uno de los ejercicios debe ser realizado con un esfuerzo medido, ya que es importante calentar bien el cuerpo sin necesidad de forzarlo, es decir, cuando el músculo está trabajando sin tener que soportar un esfuerzo extra se sabe que es una buena medida para el ejercicio.</p>

--	--

Actividad 2	Actividad 2
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #2</p> <p>De acuerdo con la lectura anterior, los estudiantes deben desarrollar un crucigrama en donde están algunos conceptos básicos del texto visto.</p> <p>El crucigrama consta de 5 columnas verticales y 3 horizontales.</p>	

Actividad 3	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #3</p> <p>El desarrollo de esta actividad consta de una explicación sobre movimientos con balón, como la actividad anterior, se pide a los estudiantes que primero realicen la lectura del contenido presentado en la guía.</p> <p>Este contenido está dividido en cuatro partes: trote con balón el cual consiste en realizar un suave trote y pivotar el balón con ambas manos; lanzamientos donde se posicionan uno al frente del otro o al frente de una pared y realizan pases; tiros los cuales pueden ser libres o tiros en carreras y finalmente jugadas ensayadas, donde realizan algunas actividades ensayadas con la persona a cargo.</p>	

Actividad 4	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #4</p> <p>De acuerdo con la lectura anterior, de movimiento con balón, se pide a los estudiantes que realicen alguno de estos movimientos, integrando miembros de la familia o amigos y que describan sus experiencias.</p> <p>Si no cuentan con un balón de baloncesto, hacer uno con papel reciclable y ejecutar movimientos que no necesiten de rebotar como por ejemplo el movimiento de lanzamiento o pase.</p>	

3.2.4 SEMANA 4

Fecha: 13 de abril al 26 de abril del 2021.

Tema: Fundamentos del baloncesto.

Actividad 1	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #1</p> <p>En esta actividad, se pide a los niños la realización de la lectura, para que con base a esto puedan tener más claridad en el desarrollo de las siguientes actividades propuestas por el docente.</p> <p>La guía corresponde a tres fundamentos esenciales para el aprendizaje del baloncesto, tales como: dribling que consiste en tomar posesión del balón, le da impulso tirándolo o palmoteándolo con una mano contra el suelo y lo vuelve a tocar antes de que lo haga otro jugador; pases, que es la acción donde un jugador lanza el balón a un compañero para tener un mejor juego; y por último, recepción que es el control del balón, donde el jugador del mismo, manteniéndolo bajo su control y dominio para posteriormente jugarlo en beneficio de su equipo.</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #2</p> <p>La actividad consiste en realizar un cuadro conceptual donde se simplifique la información presentada anteriormente. En este mapa los estudiantes deben usar colores para diferenciar los conceptos que crean más importantes.</p>	

Actividad 3	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #3</p> <p>En esta oportunidad, los estudiantes realizaran un balón de papel reciclable o pueden utilizar el balón que realizaron en la guía anterior, con la ayuda de un miembro de la familia practicar por lo menos dos fundamentos de los ya vistos anteriormente.</p>	

3.2.5 SEMANA 5

Fecha: 13 de abril al 26 de abril del 2021.

Tema: Historia del voleibol.

Actividad 1	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD #1</p> <p>En esta ocasión, se presenta un texto informativo en donde está la información relevante de la historia del voleibol y sus antecedentes en la creación. Entre sus principales particularidades, podemos encontrar los diferentes nombres que se le ha dado a este deporte, el lugar y persona quien lo creó, y características de la vida de este personaje.</p> <p>Se pide a los estudiantes que realicen la lectura correspondiente a la historia del voleibol, para que tengan noción del contenido presentado.</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD # 2</p> <p>Los estudiantes buscaran palabras desconocidas sobre la lectura anterior, esta lista de palabras la utilizaran para crear una sopa de letras en donde serán visualizadas todas estas con su respectivo significado.</p>	

3.2.6 SEMANA 6

Fecha: 12 de mayo al 28 de mayo del 2021.

Tema: Reglas del voleibol.

Actividad 1	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD # 1</p> <p>Los estudiantes realizaran la lectura de las reglas del voleibol. Estas son las reglas fundamentales para la normativa de este deporte, en este caso se implementaron 15.</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD # 2</p> <p>De acuerdo con la lectura de las reglas del voleibol, los estudiantes realizaran un cuadro de apareamiento donde sintetizaran la información presentada en la guía.</p> <p>Los estudiantes deberán desarrollar este cuadro de la manera más creativa, utilizando colores y diferentes estilos de línea.</p>	<p>HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si el saque no se ejecuta bien, se considera falta y pasa al equipo contrario. • Si un equipo marca puntos, pasa una vez. • Después del saque, los jugadores pueden ocupar la posición que quieran dentro de sus campos. • Los jugadores no pueden traspasar la línea entrando en el campo del equipo contrario. • Se puede tocar a cualquier altura. También con permisos el contacto del balón con cualquier parte del cuerpo, incluyendo los pies. • El partido está formado por tres, cuatro o cinco sets. Un equipo gana un set cuando alcanza o supera los 25 puntos con una ventaja de dos. • Los equipos vencerán cuando ganen 3 sets y en cada set gana el otro equipo de 2 puntos. <p>ACTIVIDAD</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Leer las reglas presentes en la guía, y realizar un cuadro de apareamiento donde sintetice la información. 2. De acuerdo a la regla 12, donde dice que los jugadores pueden saltar sin tocar la red, desarrollar al menos 10 repeticiones saltando en el mismo y al menos 10 repeticiones saltando, pero con los brazos levantados verticalmente como se ve en el ejemplo.

Actividad 3	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD # 3</p> <p>En esta actividad, los estudiantes realizaran una actividad relacionada con las reglas presentadas.</p> <p>DESARROLLO</p> <p>De acuerdo con la regla #12 de la guía, donde dice que los jugadores pueden saltar, pero no pueden tocar la red ni traspasar la línea entrando al campo del equipo contrario. Se pide a los estudiantes que desarrollen al menos 10 repeticiones saltando en el mismo lugar verticalmente, y al menos, 10 repeticiones saltando con los brazos levantados verticalmente, como se observa en las imágenes.</p>	<p>ACTIVIDAD</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Leer las reglas presentes en la guía, y realizar un cuadro de apareamiento donde sintetice la información. 2. De acuerdo a la regla 12, donde dice que los jugadores pueden saltar sin tocar la red, desarrollar al menos 10 repeticiones saltando en el mismo y al menos 10 repeticiones saltando, pero con los brazos levantados verticalmente como se ve en el ejemplo.

3.2.7 SEMANA 7

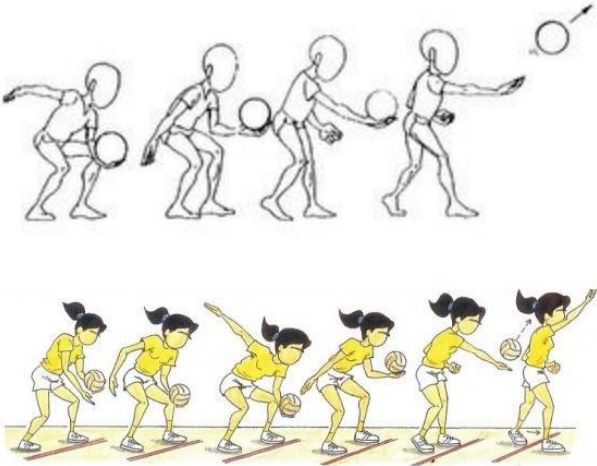
Fecha: 31 de mayo al 11 de junio del 2021.

Tema: Fundamentos del Voleibol

Actividad 1	Descripción grafica
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD # 1</p> <p>En esta ocasión, se presenta contenido básico sobre algunos fundamentos del voleibol, tales como: golpe de dedos el cual consiste en realizar una flexión de brazos y las palmas apuntando al balón, las manos se sitúan a la altura de la frente con los dedos extendidos y los pulgares índices formando un triángulo ligeramente abierto; recepción que se realiza cuando se hacen los saques más potentes, es necesario impulsar el balón con el cuerpo, la bola golpea el antebrazo y rebota en la dirección que marque la posición de los hombros; golpe de antebrazo y finalmente saques, que consisten en dos tipos: saque bajo que es donde se coloca la pelota sobre la mano a la altura del ombligo con la separación suficiente para que al golpear con la mano contraria, el balón realice una parábola que lo haga llegar al campo contrario; y golpe alto el cual consiste en que con el brazo bien estirado, la mano sujeta el balón a la altura de la frente y con un movimiento rápido el jugador suelta el balón y la mano contraria lo golpea.</p> <p>En esta ocasión, los estudiantes deberán leer y apropiarse del tema.</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD # 2</p> <p>En esta actividad, los estudiantes deberán elaborar un balón con papel reciclable o si tienen un balón de plástico, y con ayuda de esta herramienta, practicar en casa golpe de dedos de la siguiente manera:</p> <p>DESARROLLO:</p> <p>De pie, con las piernas a la anchura de los hombros, los brazos semi flexionados y las manos con la pelota, los estudiantes la lanzaran hacia arriba con el impulso de los brazos, de manera que cuando regrese, la vuelvan a impulsar como se puede observar en las imágenes de la guía. También se podrá practicar este fundamento sentados, arrodillados o acostados.</p>	<p>HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES</p> <p>ACTIVIDAD</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar la lectura correspondiente de la guía fundamentos del voleibol. 2. Elaborar un balón con papel reciclable o con un balón plástico, practicar en casa golpe de dedos de la siguiente manera: De pie, con las piernas a la anchura de los hombros, los brazos semi flexionados y las manos con la pelota, la lanzaran hacia arriba con el impulso de los brazos, de manera que cuando regrese la vuelva a impulsar como se puede observar en la guía, practicar este fundamento, hasta tener un dominio básico. Se pueden realizar sentados, arrodillados, realizando una palmada al salir el balón y cuando ya tengan mas dominio con los ojos cerrados. 3. Con el balón que elaboraron anteriormente, realizaran golpes con el antebrazo sin dejar caer la pelota, para aprender a controlarlo en una zona específica. También pueden realizar la actividad golpeando el balón con el antebrazo hacia la pared sin dejarlo caer. 4. Con una pelota, realizaran saque bajo, de la siguiente manera: sujetaran la pelota con una mano, y con la otra harán balanceo por 5 segundos, después de ello golpearan la pelota con el puño o con la palma de la mano, después ya realizado este ejercicio lo mantendrán con la pelota de papel, hasta realizar un saque bueno. <p>Ejemplo del punto 2</p> <p>Ejemplo del punto 3</p>

Actividad 3	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD # 3</p> <p>DESARROLLO</p> <p>Con el balón que elaboraron anteriormente, los estudiantes realizaran golpes de antebrazo sin dejar caer la pelota, para aprender a controlarla en una zona específica. También podrán realizar la actividad golpeando el balón con el antebrazo hacia la pared sin dejarlo caer, como lo muestra la gráfica.</p>	<p>Ejemplo del punto 3:</p> 

Actividad 4	
Descripción metodológica.	Descripción grafica
<p>ACTIVIDAD # 4</p> <p>Con un globo, los estudiantes realizaran saque bajo de la siguiente manera:</p> <p>DESARROLLO</p> <p>Los estudiantes sujetarán el globo con una mano, y con la otra harán balanceo por cinco segundos. Después de esto, golpearán la bomba con el puño o con la palma de la mano. Después de haber realizado varias veces este ejercicio, lo practicarán con la pelota de papel hasta realizar un buen saque.</p>	



3.3 EVALUACIÓN

Este proyecto parte con la necesidad de mejorar los conocimientos básicos de deportes en conjunto en los grados sextos de la Institución Educativa San Bernardo. Para esto, se llevó a cabo una serie de guías didácticas, con contenido informativo sobre lo más esencial de los deportes en conjunto, en este caso basquetbol y voleibol; además de una serie de actividades lúdicas y deportivas. De esta manera, se pudo brindar a los estudiantes una serie de teoría para suplir la carencia de información de estos deportes, lo cual se venía presentando desde la primaria, debido a que estos estudiantes que son de la zona rural no cuentan con un docente especializado en el área de estudio. Por lo tanto, los estudiantes tenían pocas o escasas bases teóricas sobre algunos deportes.

Como resultados durante el proceso de la práctica, se pudo evidenciar que la población del grado 6a en un 60% de los estudiantes entregaron sus trabajos a tiempo, y el otro 40% no entregaron. Por el contrario, el grado 6b, un 90% de los estudiantes entregaron sus actividades en las fechas estipuladas. De igual manera, se pudo observar que el proceso de aprendizaje del área de educación física, para algunos estudiantes, fue bueno porque podían contar con un profesor especializado en el área donde podían expresar sus dudas e inquietudes.

La propuesta presentada, ayudó mucho a los estudiantes a enriquecer los conocimientos teóricos en el área de aprendizaje, pues ellos tenían muchos vacíos sobre las temáticas. Por lo tanto, los niños se vieron muy involucrados y animados por aprender los contenidos y realizar las actividades propuestas.



"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



Asimismo, se pudo evidenciar el entusiasmo de algunos estudiantes con referencia las temáticas desarrolladas. Por otra parte, hubo muchos alumnos que realizaban los trabajos incompletos pues hacían sus entregas de una manera muy desordenada y por salir del paso.

Sin embargo, no se pudo lograr el objetivo de tener una mayor interacción con los estudiantes para así tener un mejor seguimiento del trabajo realizado por ellos, pues a causa de la falta de conectividad y la ausencia de clases sincrónicas, el trabajo de interacción con los alumnos fue vago puesto que no hubo el tiempo ni las herramientas, e incluso ni el lugar para poder lograr este objetivo.

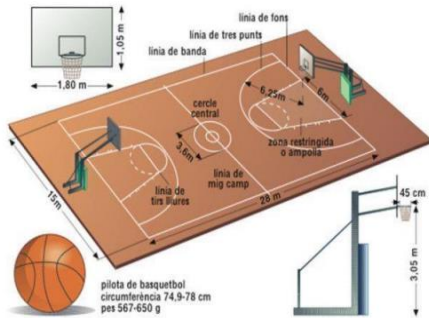
Por último, como una recomendación para un mejor proceso de aprendizaje de los alumnos, se podría mejorar la responsabilidad y el compromiso de todos ellos, si los padres de familia estuvieran apoyando constantemente en este proceso de aprendizaje.



3.3.1 ANEXOS DEL CAPITULO III

GUIA 1

EL BALONCESTO O BASKETBOL es un deporte en el cual compiten dos equipos de cinco jugadores cada uno. El objetivo es introducir la pelota (balón) en el aro (cesta o canasta) del equipo contrario, que se encuentra ubicado a 3,05 metros de altura. Por eso, el baloncesto suele ser jugado por personas de gran estatura. Este juego fue inventado por el profesor canadiense de educación física James Naismith, en diciembre de 1891. Naismith buscaba crear una actividad para que los jóvenes pudieran realizar en un gimnasio cerrado durante el invierno. Es un deporte de equipo, jugado entre dos conjuntos de cinco jugadores cada uno durante cuatro períodos o cuartos de diez o doce minutos cada uno. La puntuación por cada canasta o cesta es de dos o tres puntos, dependiendo de la posición desde la que se efectuó el tiro a canasta, o de uno, si se trata de un tiro libre por una falta de un jugador contrario. El equipo ganador es el que obtiene el mayor número de puntos.



TALLER

1. REALIZA LA SOPA DE LETRAS, UTILIZANDO VARIOS COLORES

C	F	E	P	R	O	T	E	C	C	I	O	N	D	O
A	H	O	E	I	A	F	Y	R	X	Y	A	R	L	
N	V	E	L	O	C	I	D	A	D	O	J	E	E	N
A	Q	U	R	G	A	T	R	I	P	L	E	C	R	
S	L	P	B	U	P	E	D	G	K	B	N	Y	F	G
T	I	R	O	D	J	Z	C	O	A	E	H	H	X	U
A	B	P	T	O	A	N	T	T	O	L	P	M	P	S
P	R	P	E	N	T	R	A	D	A	U	E	Y	I	U
C	E	W	H	A	U	L	Y	H	R	Z	E	G	K	G

- CANASTA
- TIRO
- BOTE
- PICADO
- VELOCIDAD
- PROTECCIÓN
- TRIPLE
- LIBRE
- ENTRADA
- TABLERO

Fotos



GUIA 2

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELEFONOS: 3215224514
Einer Yadir Camargo 3106778752

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6°
FECHA: 22feb - 8marz PRIMER PERIODO

EDUCACIÓN FÍSICA:
PRINCIPALES REGLAS DEL BALONCESTO

1. El balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos.
2. El balón puede ser golpeado en cualquier dirección con una o ambas manos pero nunca con el puño.
3. Un jugador no puede correr con el balón. El jugador debe lanzarlo desde el lugar donde lo toma.
4. El balón debe ser sujetado con o entre las manos. Los brazos o el cuerpo no pueden usarse para sujetarlo.
5. No se permite cargar con el hombro, agarrar, empujar, golpear o zancadillar a un oponente. La primera infracción a esta norma por cualquier persona contará como una falta, la segunda lo descalificará hasta que se consiga una canasta, o, si hay una evidente intención de causar una lesión, durante el resto del partido. No se permitirá la sustitución del infractor.
6. Se considerará falta golpear el balón con el puño, las violaciones de las reglas 3 y 4, y lo descrito en la regla 5.
7. Si un equipo hace tres faltas consecutivas (sin que el oponente haya hecho ninguna en ese intervalo), se contará un punto para sus contrarios.
8. Los puntos se conseguirán cuando el balón es lanzado o golpeado desde la pista, cae dentro de la canasta y se queda allí; si el balón se queda en el borde y un contrario mueve la cesta, contará como un punto.
9. Cuando el balón sale fuera de banda, será lanzado dentro del campo y jugado por la primera persona en tocarlo. En caso de duda, el árbitro lanzará el balón en línea recta hacia el campo. El que saca dispone de cinco segundos. Si tarda más, el balón pasa al oponente.
10. El árbitro auxiliar, "empino", sancionará a los jugadores y anotará las faltas, avisará además al "referee" (árbitro principal, véase el siguiente punto) cuando un equipo cometa tres faltas consecutivas. Tendrá poder para descalificar a los jugadores conforme a la regla 5.
11. El árbitro principal, "referee", jugará el balón y decide cuando está en juego, dentro del campo o fuera, a quién pertenece, y llevará el tiempo. Decidirá cuándo se consigue un punto, llevará el marcador y cualquier otra tarea propia de un árbitro.
12. El tiempo será de dos mitades de 15 minutos con un descanso de 5 minutos entre ambas.
13. El equipo que consiga más puntos será el vencedor.

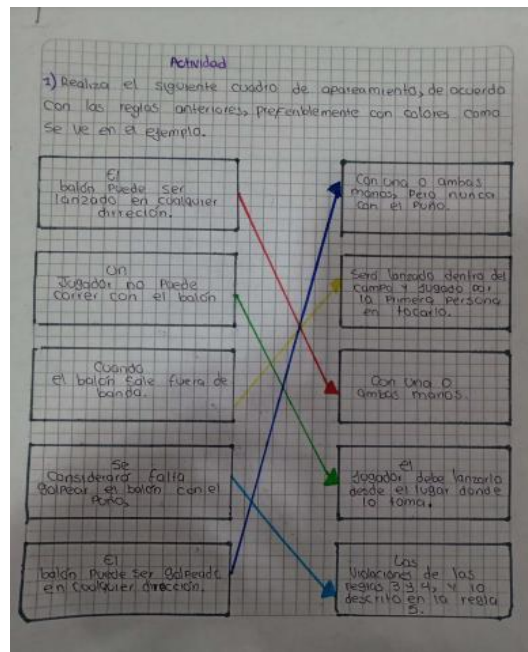
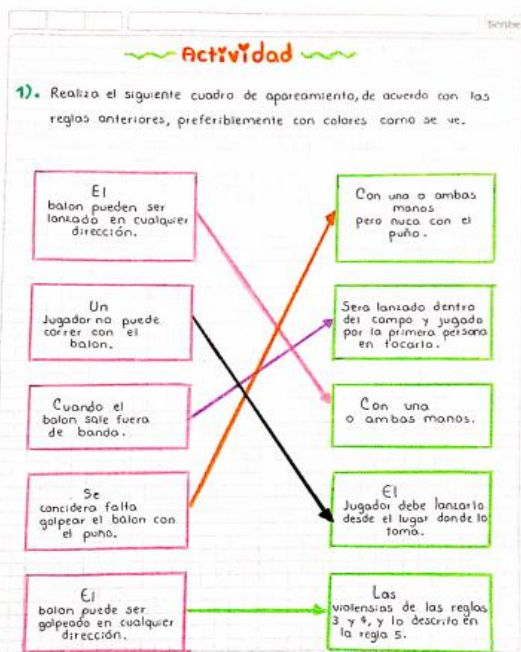
HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

ACTIVIDAD:

1) REALIZA EL SIGUIENTE CUADRO DE AFINEAMIENTO, DE ACUERDO CON LAS REGLAS ANTERIORES, PREFERIBLEMENTE CON COLORES COMO SE VE EN EL EJEMPLO.

El balón puede ser lanzado en cualquier dirección	con una o ambas manos, pero nunca con el puño.
Un jugador no puede correr con el balón.	será lanzado dentro del campo y jugado por la primera persona en tocarlo.
Cuando el balón sale fuera de banda	con una o ambas manos.
Se considerará falta golpear el balón con el puño,	el jugador debe lanzarlo desde el lugar donde lo toma.
El balón puede ser golpeado en cualquier dirección	las violaciones de las reglas 3 y 4, y lo descrito en la regla 5.

Fotos



GUIA 3

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELEFONOS: 3213224514
Einer Yadir Comargo 3106778752

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6°
FECHA: 10 de marzo - 24 de marzo PRIMER PERIODO

EDUCACIÓN FÍSICA
MOVIMIENTOS CON Y SIN BALÓN

Cualquier deporte de alto impacto requiere una preparación adecuada. Siempre se requiere de dicha actividad para realizar algo tan simple como un trote, entonces es para un deporte de tal alto impacto como es el baloncesto obviamente se requerirá de un buen calentamiento. Cada deporte posee una serie de ejercicios de calentamiento, pero cada uno va dirigido a zonas específicas, pues en cada deporte se utiliza mucho más una parte del cuerpo que otra, y a su vez, según la posición asignada para cada jugador, una habilidad diferente también.

Duración: Un calentamiento básico debe durar al menos de 10 a 20 minutos, calentar durante menos tiempo no asegura proteger la musculatura de lesiones futuras, realizando ejercicios variados en los que se active toda la musculatura: Carrera suave, saltar a la cuerda, movimientos de brazos... son buenos ejercicios para empezar a activar el cuerpo.

Estiramiento: Cada ejercicio de estiramiento en promedio debe durar 20 segundos, así el músculo de adapta al ejercicio, además de esto debe ir acompañado de una forma de respiración correcta, esta debe ser calmada y regular, de este modo se evita la aceleración antes del partido.

Esfuerzo: Cada uno de los ejercicios debe ser realizado con un esfuerzo medido, ya que es importante calentar bien el cuerpo sin necesidad de forzarlo, es decir, cuando el músculo esté trabajando sin tener que soportar un esfuerzo extra se sabe que es una buena medida para el ejercicio.

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELEFONOS: 3213224514
Einer Yadir Comargo 3106778752

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6°
FECHA: _____ PRIMER PERIODO

EDUCACIÓN FÍSICA
MOVIMIENTOS CON Y SIN BALÓN

Verticales

- Un calentamiento básico debe durar al menos de 10 a 20 minutos, calentar durante menos tiempo no asegura pro
- Se juntan las rodillas y se colocan las manos sobre ellas, luego de esto se realizan movimientos circulares; d
- Se gira de forma circular hacia adelante y hacia atrás cada brazo, luego se toma cada uno y se coloca sobre el
- Es fundamental realizarlo antes de practicar cualquier deporte.
- Cada ejercicio de estiramiento en promedio debe durar 20 segundos, así el músculo de adapta al ejercicio.

Horizontales

- Se realiza una combinación de movimientos del cuello, de adelante hacia atrás y de un lado hacia el otro.
- Se realizan movimientos circulares con cada una de las partes en ambos sentidos.
- Cada uno de los ejercicios debe ser realizado con un esfuerzo medido, ya que es importante calentar bien el cu

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELEFONOS: 3213224514
Einer Yadir Comargo 3106778752

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6°
FECHA: _____ PRIMER PERIODO

EDUCACIÓN FÍSICA
MOVIMIENTOS CON Y SIN BALÓN

CALENTAMIENTOS ESTATICOS

Luego de la primera fase, se realiza el calentamiento estático, para trabajar con las articulaciones:

Cuello: Se realiza una combinación de movimientos del cuello, de adelante hacia atrás y de un lado hacia el otro.

Brazo: Se gira de forma circular hacia adelante y hacia atrás cada brazo, luego se toma cada uno y se coloca sobre el brazo contrario y de estira por completo, después siguen las muñecas las cuales se giran de forma circular en ambos sentidos, y finalmente los dedos realizando movimientos varios abriendo y cerrando las manos una y otra vez.

Cintura y cañeras: Se realizan movimientos circulares con cada una de las partes en ambos sentidos.

Piernas: Se juntan las rodillas y se colocan las manos sobre ellas, luego de esto se realizan movimientos circulares; después se colocan las piernas separadas y con una de ellas se planta la punta del pie en el piso, luego vienen los movimientos circulares, de la misma forma se ejercita la otra.

ACTIVIDAD:
1). DE ACUERDO CON LA LECTURA ANTERIOR "CALENTAMIENTO" REALIZA EL SIGUIENTE CRUCIGRAMA.

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELEFONOS: 3213224514
Einer Yadir Comargo 3106778752

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6°
FECHA: _____ PRIMER PERIODO

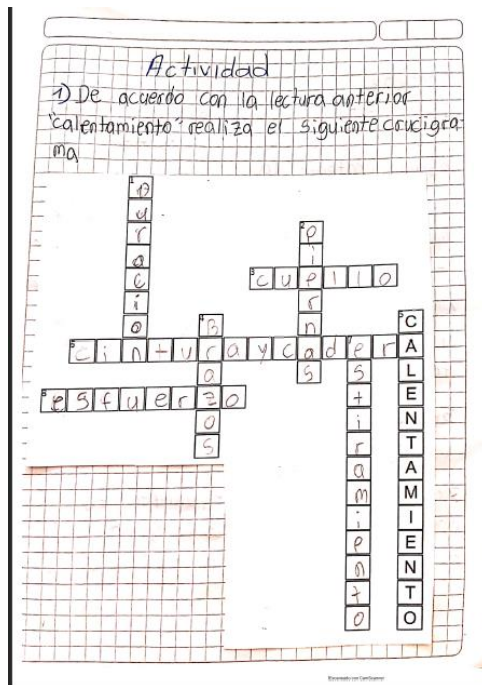
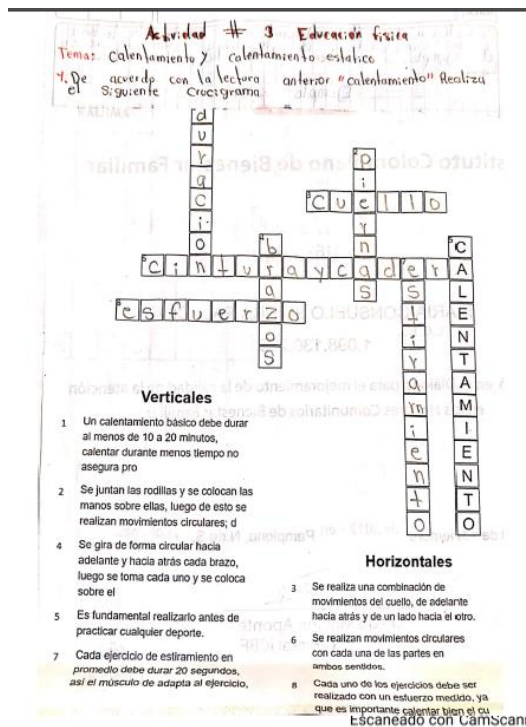
EDUCACIÓN FÍSICA
MOVIMIENTOS CON Y SIN BALÓN

Hay diversas maneras de mejorar los fundamentos técnicos y tácticos, haciendo un enfoque más global: de conjunto y en equipo .

1 Carreras con el balón: Por ejemplo, mientras realizan un trote suave los jugadores van rebotando un balón a lo largo de la cancha. Haciendo cambios de ritmo, de dirección, o bien entradas a canasta.

2 Pases: Este ejercicio se realizaría en grupos, un jugador frente a otro que puede realizar pases de forma lineal o picando en balón una vez contra el suelo. También existen variaciones donde se forman algunos grupos y se colocan de forma intercalada uno de un grupo y el siguiente del otro, donde intervienen un par de balones y deben concentrarse en recibir uno de ellos de parte del equipo al cual pertenecen. Este ejercicio estimula la concentración.

Fotos



GUIA 4

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELEFONOS: 312324514
Einer Yelis Comargo 3106778752
NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 4^o
FECHA: 13 de abril - 26 de abril. PRIMER PERIODO

EDUCACIÓN FÍSICA
FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO

Cada deporte tiene una técnica básica, en el caso del básquetbol se divide en el bote y dribling, el pase y el tiro a la canasta.

A continuación te describiremos los fundamentos del básquetbol, para que conozcas más acerca de este maravilloso deporte.

Dribling: Se define el dribling como la acción que realiza un jugador cuando, después de tomar posesión del balón, le da impulso tirándolo o palmándolo con una mano contra el suelo y lo vuelve a tocar antes de que lo haga otro jugador. La actividad del "dribling" se da por terminada en el momento en que controla el balón con ambas manos, o lo deja descansar en una de ellas.

Ejercicio de dribling:

- Simplemente aprender a lanzar tres pelotas de tenis o de papel al aire con las dos manos, como los malabaristas del circo.
- En desplazamiento de cámara suave, se bota un balón cada tres pasos. Continuar el desplazamiento habiendo cambiado el balón de mano previamente.
- En dribling con dos balones a la vez, se cambian los balones de mano simultáneamente.
- Dribling cambiando los balones como se hizo en el anterior ejercicio, pero ahora se pasa un balón entre las piernas y el otro delante del cuerpo.
- Con dos balones, se ejecuta cualquier otro movimiento en dribling: vacilación, reverso, cambio de dirección, adelante o atrás.

ases: En el baloncesto, existen diferentes tipos de asistencias o pases. La lista de estos es la siguiente:

- **Pase picado:** Junto con el de pecho y el elevado, es uno de los tres pases básicos. Consiste en enviar la pelota al compañero boteándola en el piso con energía. Bien ejecutado, es difícil que el defensor pueda interceptar el balón.

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

Pase de pecho: Se ejecuta mejor dando un paso hacia el objetivo, mientras se lanza el balón hacia el pecho, utilizando las dos manos, y haciendo que estas terminen girando y con los pulgares hacia abajo. Es mejor usarlo en cancha abierta, y en el perímetro.

Pase elevado (por encima de la cabeza): En él, se envía el balón por encima de la cabeza, en un movimiento muy similar al saque de banda del fútbol.

Recepción: control del balón es aquella acción técnica mediante la cual el jugador apodera del mismo, lo manifiesta bajo su control y dominio, para, posteriormente, jugarlo en beneficio de su equipo.

Ejercicios de recepción y pase:

- trabajo de dedos y muñeca con una mano como si botáramos contra la pared. La distancia debe ser muy corta al respecto de la pared.
- de frente con la pared, pases de hombro, pecho y picado y recepción con una mano y un balón. Aumentar la distancia a 1 metro o 2.
- de frente a la pared, pases de espalda con una mano y a balón, de pecho y picado
- de frente a la pared, pases sobre el bote, con una mano y con un balón.
- realizar el juego del bote, haciendo un circuito con varios niños y pasando el balón entre ellos.

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

ACTIVIDAD

1. Leer el texto anterior, donde se habla de los fundamentos del baloncesto, posteriormente realizaran un cuadro conceptual, donde simplifiquen la información
2. Realizar un balón de papel, de la forma del balón de baloncesto, y con la ayuda de un miembro de tu familia, practica al menos 2 fundamentos del baloncesto.

GUIA 5

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELEFONOS: 3213224514
Einer Yadir Camargo 3106778752

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6^o
FECHA: 13 de abril- 26 de abril. PRIMER PERIODO

EDUCACIÓN FÍSICA
HISTORIA DEL VOLEIBOL

El voleibol es uno de los deportes más practicados en la actualidad, se caracteriza por presentar mayor igualdad competitiva entre las categorías femenina y masculina, y cuenta con una gran popularidad y espectadores. El voleibol también se conoce como voleibol, volibol o vóley. Su nombre deriva del inglés volleyball.

Consiste en que dos equipos, conformados por seis integrantes, se enfrentan en una cancha dividida por una red y el elemento del juego es una pelota. Su objetivo principal es pasar la pelota por encima de la red central, de manera que llegue al suelo del lado del equipo contrario y así anotar puntos y así sucesivamente. Durante el juego ambos equipos exponen sus mejores tácticas de defensa y ataque para obtener la victoria.

En principio el voleibol era jugado solo por hombres, pero desde hace muchos años es jugado por ambos sexos de diversas edades. El voleibol es un juego deportivo creado por William George Morgan (1870-1942) en el año 1895, al que inicialmente llamó mintonette. Para ese entonces, Morgan se desempeñaba como instructor deportivo en la YMCA (Asociación Cristiana de Jóvenes) de Holyoke en Massachusetts, del cual sería, tiempo más tarde, Director de Educación Física.

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

Cabe mencionar que Morgan había cursado anteriormente el grado en la YMCA de Springfield, lugar donde conoció a James Naismith, inventor del baloncesto (1891), deporte del cual tomó en consideración varias alternativas para adaptarlas al voleibol. Las clases impartidas por Morgan tuvieron gran aceptación entre los estudiantes, lo que generó que aumentara el número de personas que asistían a sus cursos. Tomando esto en cuenta, Morgan notó que necesitaba implementar un deporte alternativo, en especial para aquellos alumnos que tenían poca preparación física y las personas adultas (hombres), que fuese de menor intensidad física que el baloncesto y en el cual pudiese poner en práctica sus diversos programas de ejercicios.

Actividad.
De acuerdo con la lectura, sacar las palabras desconocidas, buscar su significado correspondiente y con el vocabulario realizaran una sopa de letras.

GUIA 6

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELEFONOS: 3213224514
Einer Yadir Camargo 3106778752

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6^o
FECHA: 13 de abril- 26 de abril. PRIMER PERIODO

EDUCACIÓN FÍSICA
REGLAS DEL VOLEIBOL

- Los equipos de voleibol pueden estar constituidos de 12 jugadores como máximo. Seis jugadores en el terreno de juego y hasta seis suplentes.
- Se consigue un punto cuando el equipo enemigo no controla bien el balón o comete una falta. El balón tiene que pasar por encima de la red para que cuente como punto.
- Durante el juego el balón tiene que ser golpeado continuamente, no puede ser retenido ni sostenido por ningún jugador.
- Los jugadores de un equipo deben evitar que el balón llegue al suelo dentro de su campo. Al tocar el suelo, se le otorga un punto al equipo contrario.

Se el balón acada fuera del campo de juego, se considerará falta al equipo que lo tocó de último el balón y se le anotará un punto al equipo contrario. Se considera fuera del campo cuando el balón toca el techo, la red, los postes, el público o a los árbitros.

Es punto para el equipo contrario si un jugador toca el balón dos veces consecutivas.

Hay que ir rotando cada punto, en el sentido de las agujeras del reloj. Cuando un equipo va a sacar, y los jugadores de ese equipo están mal situados se considera falta de rotación y se pierde la jugada.

Cuando se va a sacar, ningún jugador puede tocar la red.

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

- Si el saque no se ejecuta bien, se considera falta y saca el equipo contrario.
- Si un equipo marca punto, saca otra vez.
- Después del saque, los jugadores pueden ocupar la posición que quieran dentro de sus campos.
- Los jugadores no pueden traspasar la línea entrando en el campo del equipo contrario.
- Se puede rematar a cualquier altura. También está permitido el contacto del balón con cualquier parte del cuerpo, incluidos los pies.
- El partido está formado por tres, cuatro o cinco sets. Un equipo gana un set cuando alcanza o supera los 25 puntos con una ventaja de dos.
- Los equipos vencerán cuando ganen 3 sets y en cada set ganen al otro equipo de 2 puntos.

ACTIVIDAD

- Leer las reglas presentes en la guía, y realizar un cuadro de aprendizaje donde sintetice la información.
- De acuerdo a la regla 12, donde dice que los jugadores pueden saltar sin tocar la red, desarrollar al menos 10 repeticiones saltando en el punto y al menos 10 repeticiones saltando pero con los brazos levantados, verticalmente como se ve en el ejemplo.

GUIA 7

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

DOCENTES: *Mayerly Mosquera* TELÉFONOS: 3215224514
Einer Yadir Camargo 3106778752

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____ GRADO 6°
FECHA: 10 de marzo - 24 de marzo PRIMER PERIODO

EDUCACIÓN FÍSICA
FUNDAMENTOS DEL VOLEIBOL

En este apartado vas a aprender los fundamentos técnicos del voleibol refiriéndote a las diferentes jugadas válidas. Para realizar correctamente la técnica en voleibol, hay que seguir unos entrenamientos específicos. Cuando hablamos de los fundamentos del voleibol empleamos cinco movimientos: el saque, la recepción, el golpe de dedos, el remate y el bloqueo. Esto responderá a la pregunta que nos hacéis sobre cuáles son los fundamentos técnicos del voleibol. Y de todos ellos te vamos a hablar aquí.

Golpe de dedos: Los brazos deben estar flexionados y las palmas apuntando al balón. Las manos se sitúan a la altura de la frente con los dedos extendidos y los pulgares e índices formando un triángulo ligeramente abierto. Cuando la bola llegue a los dedos, ejecuta un movimiento rápido para enviar el balón a la dirección escogida. Si retienes la bola más de lo permitido, el árbitro podría pitar falta, por lo que debe ser un gesto fugaz, parecido a un golpeo con los dedos. ¿Sabes hacer? Te invitamos a practicarlo a menudo para que lo descubras tú misma.

En voleibol playa, la norma de retención es un poco distinta. Aunque la posición de manos y brazos es idéntica, se permite acompañar el balón con todo el cuerpo para lograr una colocación más elevada y precisa. Pero cuidado: no te confíes. Hay una línea muy fina entre la retención permitida y la falta.

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

Recepción:
Recibir el balón consiste en golpearlo cuando viene del campo contrario con el objetivo de evitar que el rival consiga un punto. El jugador que recibe la pelota normalmente trata de seguir la jugada de tres toques con sus compañeros de equipo. El golpe de amebrazo en voleibol es la recepción más habitual y uno de los fundamentos técnicos del voleibol más frecuente. Para ejecutar la recepción, sitúate en la trayectoria del balón. Después, flexiona las piernas para tener un mayor rango de manobra e impulsar el golpe con ellas. Los brazos se colocan juntos y extendidos a la espera de que la pelota rebote en ellos sin acompañar el golpeo con los brazos. Para eso ya están las piernas, que se extenderán al recibir la bola. En los saques más potentes ni siquiera es necesario impulsar el balón con tu cuerpo. La bola golpea tus antebrazos y rebota en la dirección que marques con la posición de tus hombros.

Saque:
En cuanto al saque de voleibol, es uno de los fundamentos técnicos más importantes. Existen esencialmente dos tipos: el saque bajo y el saque alto. El saque bajo en voleibol consiste en colocar la pelota sobre la mano a la altura del ombligo con una separación suficiente para que, al golpear con la mano contraria (con la muñeca o con la palma), el balón realice una parábola que lo haga llegar al campo contrario. Este sería el saque de principiantes, ya que requiere de una técnica más sencilla y menos fuerza para que la pelota pase por encima de la red. El segundo tipo es el saque alto: con el brazo bien extendido, la mano sujeta el balón a la altura de la frente y, con un movimiento rápido y acompañado, el jugador suelta el balón y la mano contraria lo golpea. Este es el más habitual y el que siempre verás en los partidos de voleibol. Incluso podrás ver a los jugadores coger carenilla, lanzar el balón hacia arriba y saltar para aumentar la altura de éste. Debes tener en cuenta que, para la correcta ejecución del saque, el lanzamiento y golpeo del balón tienen que ser precisos.

HABILIDAD DE DESARROLLO SENSORIAL EDUCACIÓN FÍSICA Y ARTES

ACTIVIDAD

1. Realizar la lectura correspondiente de la guía fundamentos del voleibol.
2. Elaborar un balón con papel reciclable o con un balón plástico, practicar en casa golpe de dedos de la siguiente manera:
De pie, con los pies a la anchura de los hombros, los brazos semi flexionados y las manos con la pelota, la lanzan hacia arriba con el impulso de los brazos, de manera que cuando regrese la vuelva a impulsar como se puede observar en la guía, practicar este fundamento, hasta tener un dominio básico.
Se pueden realizar sentados, acostados, realizando una palmada al subir el balón y cuando ya tengan más dominio con los ojos cerrados.
3. Con el balón que elaboraron anteriormente, realizaran golpes con el antebrazo sin dejar caer la pelota, para aprender a controlarlo en una zona específica. También pueden realizar la actividad golpeando el balón con el antebrazo hacia la pared sin dejarlo caer.
4. Con una pelota, realizaran saque bajo, de la siguiente manera: sujetaran la pelota con una mano, y con la otra harán balanceo por 5 segundos, después de ello golpearan la pelota con el puño o con la palma de la mano, después ya realizado este ejercicio lo mezclaran con la pelota de papel, hasta realizar un saque bueno.

Ejemplo del punto 2


Ejemplo del punto 3

CAPÍTULO IV

4. ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

FECHA	ACTIVIDAD	EVIDENCIAS
Martes y miércoles, cada 15 días	Entrega de guías del grado 8 A	
Viernes cada 15 días	Llamadas telefónicas a padres de familia del grado sexto para asesorías	



4 de Junio 2021	Cartilla metodológica Entrega de CD marcado	
--------------------	--	--



CONCLUSIONES

- Como conclusión puedo decir que fue un proceso arduo y difícil, ya que trabajar en aprendizaje desde casa tiene sus obstáculos, como la poca interacción de maestro-estudiante, la poca responsabilidad a la hora de entregar las actividades y la falta de practica física de la teoría aprendida, puesto que solo se realizó por guías.
- Por otra parte, me sentí muy limitado pues a causa de los pocos recursos, fue difícil tener una interacción cercana o física con los estudiantes, ya que la gran mayoría no cuenta con herramientas tecnológicas que ayudara con este proceso.
- El aprendizaje que se obtuvo durante el desarrollo de la práctica fue positivo, pues se pudo evidenciar el buen desempeño académico que tuvieron los estudiantes de los grados sextos, pues se pudo notar la creatividad y buena organización de los trabajos de la mayoría de ellos.
- Lo negativo fue la irresponsabilidad de algunos estudiantes que influenció mucho este proceso, ya que tuvo que darse más plazo para la entrega de estas actividades y atrasó los temas a desarrollar que se tenían planeados. Además, de que se debió hacer un arduo trabajo en llamadas a los padres de familia para que hicieran entrega de estos compromisos.
- Lo positivo fue la experiencia vivida pues fue muy gratificante y de gran ayuda, aunque también fue reto nuevo ya que se desarrolló de manera diferente a como se venía trabajando los años anteriores debido al confinamiento causado por la pandemia del COVID-19. Sin embargo, se aprendió a brindar el conocimiento a los





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



estudiantes por otras herramientas, en este caso guías didácticas, además de desarrollar la creatividad para motivar a los estudiantes en estos tiempos difíciles.



“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



BIBLIOGRAFÍA

ALVAREZ BEDOLLA, A. Estrategia, Táctica y Técnica: definiciones, 2003.

BAJAÑA QUESADA, Jessica Alexandra. Creación de un Manual de Voleibol para la enseñanza de esta disciplina deportiva en edades tempranas (11 y 12 años) con un grupo de niños y niñas de diferentes instituciones educativas de la ciudad de Cuenca. Universidad de Cuenca. 2012

BLÁZQUEZ, D. La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: Inde, 1999.
características y ejemplos de los controvertidos términos. Revista Digital - Buenos Aires. 1999.

CORREA, J. Documento marco que sustenta la relación del grupo de investigación en actividad física y desarrollo humano con los currículos de programas de pregrado de rehabilitación de la escuela de Medicina y Ciencias de la Salud. Bogotá: Universidad del Rosario. 2010.

DELGADO, Paulette. Aprendizaje sincrónico y asincrónico: definición, ventajas y desventajas. Observatorio de innovación educativa, 2020.

EDITORIAL DEFINICIÓN MX. Capacidad. Sitio: Definición MX. Ciudad de Mexico, 2013.

GARCÍA HERNÁNDEZ, Ignacio, & DE LA CRUZ BLANCO, Graciela de las Mercedes. Las guías didácticas: recursos necesarios para el aprendizaje autónomo, 2014.





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



MATVEIEV, L. P. Teoría general del entrenamiento deportivo. Barcelona: Paidotribo, 2001.

PIÑA, N. Deportes en conjunto. Scribd, 2011.

RAFFINO, María Estela. Concepto.de. Disponible en: <https://concepto.de/habilidad-2/>. Última edición: 9 de julio de 2020. Fuente: <https://concepto.de/habilidad-2/#ixzz6xKL4eKZF>.

TORRES, M. La formación del educador deportivo en baloncesto-bloque común. Sevilla, España. Wanceulen Deportiva, S.L. 2006.

VALERA TOMÁS, S.; UREÑA Ortín, N.; RUIZ LARA, E. y ALARCÓN LÓPEZ, F. La enseñanza de los deportes colectivos en Educación Física en la E.S.O. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 2010.



"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