



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



**INFORME FINAL PRACTICA INTEGRAL DOCENTE
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ**

**MIGUEL ÁNGEL QUINTERO ATUESTA
CÓDIGO: 1093776490**

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES
MODALIDAD PRESENCIAL
PAMPLONA
2021-I**



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



**INFORME FINAL PRACTICA INTEGRAL DOCENTE
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ**

**PRESENTADO POR:
MIGUEL ÁNGEL QUINTERO ATUESTA
CÓDIGO: 1093776490 PRESENTADO A:**

Mag. LEIDY CONSUELO ORTIZ VERA

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES
PAMPLONA
2021-I**



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



TABLA DE CONTENIDO.

Contenido

OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO	6
RESEÑA HISTORICA.....	6
MARCO LEGAL	8
HORISONTES INSTITUCIONAL	9
ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL.....	11
CRONOGRAMA INSTITUCIONAL... ..	11
PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL.....	13
PRINCIPIOS INSTITUCIONALES.....	14
PLAN DE ESTUDIOS EDUCACION FISICA.....	15
MANUAL DE CONVIVENCIA	17
DERECHOS Y DEBERES DE LOS MAESTROS, ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA	18
LEY DEL MENOR PRINCIPIOS Y DEFINICIONES.....	20
UNIFORMES.....	22
INVENTARIO DE INFRAESTRUCTURA	24
SALON DE DEPORTES.....	24
SIMBOLOS INSTITUCIONALES.....	26
HORARIO	27
MATRIZ DOFA	28
CAPITULO II	29
2. propuesta pedagógica.....	
2.1 Titulo:	29



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ACTIVIDADES RECREATIVAS COMO ESTRATEGIA VIRTUAL PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS EN LA BASICA PRIMARIA DE LA I.E.M.R.T.G.....	29
objetivos	29
Objetivo general:	29
Objetivo específicos:	29
Descripción del problema.	30
JUSTIFICACIÓN.....	31
Población.....	32
MARCOS.	33
MARCO TEÓRICO.	33
III CAPITULO	40
DISEÑO.....	40
CRONOGRAMA	40
EJECUCION	40
ACTIVIDADES.....	41
ANEXOS DEL CAPITULO III.	70
GUIAS.	70
EVIDENCIAS CLASES VIRTUALES.....	83
CAPITULO IV	84
ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES.....	84
CAPITULO V	87
FORMATOS DE EVALUACION.....	87
CONCLUSIONES.	95
BIBLIOGRAFÍA.	96
ANEXOS DE PRÁCTICA PROFESIONAL.	97
CARTA DE PRESENTACION.....	97



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Introducción.

La asignatura de Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados a la conducta motora fundamentalmente. Para su consecución no es suficiente con la mera práctica, sino que es necesario el análisis crítico que afiance actitudes, valores referenciados al cuerpo, al movimiento y a la relación con el entorno. De este modo, a través de las prácticas profesionales, se busca que los educadores físicos puedan llevar a cabo en la institución educativa a la que van, todos los conocimientos y aprendizajes adquiridos a lo largo de los cinco años en la universidad. Querrá buscar que el alumnado logre controlar y dar sentido a las propias acciones motrices, comprender los aspectos perceptivos, emotivos y cognitivos relacionados con dichas acciones y gestionar los sentimientos vinculados a las mismas además de integrar conocimientos y habilidades transversales, como el trabajo en equipo, el juego limpio y el respeto a las normas, entre otras. Asimismo, la Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud través de acciones que ayuden a la adquisición de hábitos responsables de actividad física regular y la adopción de actitudes críticas ante prácticas sociales no saludables. La competencia motriz evoluciona a lo largo de la vida de las personas y desarrolla la inteligencia para saber qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién en función de los condicionantes del entorno.

Por eso es necesario que los estudiantes de primaria, puedan mejorar y desarrollar sus habilidades motrices básicas, a través de las diferentes actividades y juegos impartidos por parte del docente, logrando con esto también la motivación y compromiso del estudiante en todo lo que a juego se refiere.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1. CAPITULO I OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO



1.1. RESEÑA HISTÓRICA

Con el proceso de restauración del sector educativo se crea mediante Decreto 000819 del 30 de septiembre de 2002, emanado de la Gobernación de Norte de Santander, la Institución Educativa, bajo el nombre de Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez, insigne benefactor y luchador social a favor de las gentes de Cucutilla, en diversos aspectos de la vida municipal, especialmente en el sector educativo. Esta nueva Institución fue rectorada inicialmente por el licenciado José Álvaro Lizcano Sánchez quien, como director de núcleo, recibió el encargo de asumir estas funciones. Para hablar de la Institución Educativa, es fundamental remontarnos a los tres establecimientos que al fusionarse establecieron las bases de la nueva Institución.

ESCUELA URBANA INTEGRADA JOSÉ MARÍA CÓRDOBA: El dato exacto de la fundación de la Escuela Urbana se desconoce. Según



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



datos aproximados se remonta la fundación a unos 80 años atrás. La escuela urbana de niños funcionó en varios lugares de la población por no tener sede propia, así que, por un tiempo, hasta 1951 ocupó las instalaciones en donde hoy funciona la sede Matilde Silva de Villamizar, Barrio Instituto, pero el gobierno nacional al crear las escuelas hogares y ofreciendo este programa a Cucutilla, la Administración Municipal escogió este lugar para que allí funcionara esta Institución. Debido a esto se empezó a construir la escuela de varones a la salida del pueblo, donde antes funcionaba el matadero municipal. Posteriormente para ampliar la cobertura de los alumnos en 1978 se unieron los terrenos en donde funcionaba el centro de salud y el vivero municipal, adaptando estas construcciones para salones de clase y los espacios libres para patio de recreo.

Lo mismo sucedió con la escuela urbana de niñas, funcionó en varias sedes empezando en la casa cultural antigua, luego en la casa de la familia Santos Flores hasta que en 1956 el municipio compró la casa del señor Horacio Uribe en el barrio el molino y allí siguió funcionando. Posteriormente según el Decreto 750 del 6 de septiembre de 1971 se dio el nombre de JOSE MARÍA CÓRDOBA a la escuela urbana de niños. Y en 1976 se integraron las dos escuelas dando origen a la Escuela Urbana Integrada JOSE MARÍA córdoba de la cual fue su primer director el señor JOSE ALIRIO LIZCANO, quien fue reemplazado posteriormente por la señorita DORIS CASTILLO luego el señor ÁLVARO LIZCANO, y desde 1983 hasta la fecha de fusión fue dirigida por el Especialista JOSE JESÚS GELVEZ BOADA.

Cucutillense. En el año 1981 el Gobierno Nacional cambió de razón social, dándole el nombre de INSTITUTO NACIONAL DE PROMOCIÓN SOCIAL promocionando sus primeros bachilleres. El establecimiento se destacó por prestar los servicios educativos no solo a las gentes del municipio, sino que también a través del internado a jóvenes de otros lugares del país e incluso de la república de Venezuela. En la rectoría del plantel, además de su directora



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



fundadora la Señora Matilde quien ejerció el cargo hasta el año 1992, también ejercieron estas funciones el especialista RUBÉN DARÍO JIMÉNEZ, la especialista MARÍA DE LOS ÁNGELES EUGENIO LOPEZ y la licenciada CARMEN ALICIA GÓMEZ DE ARIAS. Bajo la rectoría de estas dignas personas el Instituto formó parte de la regional cuarta de la Asociación de Futuros Agricultores de Colombia, entidad que realizó varias de sus convenciones en el municipio de Cucutilla, en acciones de integración con otros municipios de los Santanderes y Arauca.

Actualmente la Institución Educativa ofrece en tres sedes desde el nivel pre-escolar hasta la educación media.

1.2. MARCO LEGAL

- La Institución funciona bajo la normatividad legal del Estado colombiano, bajo el Decreto 1075 de 26 de mayo de 2015, por el cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Educación.
- Normas sobre manual de funciones Resolución 15683 del primero de agosto del 2016
- Modelo pedagógico flexible para jóvenes y adultos SER HUMANO decreto 3011 de 1997.
- Decreto 1421 de 2017, para la atención educativa a personas con discapacidad en el marco de la educación inclusiva.
- Ley 1503 de 2011 de educación vial.
- Ley 1732 del 1 septiembre de 2014. Cátedra de la paz.
- Ley 1014 de 2006. De emprendimiento
- Decreto 1288 del 25 de julio de 2018. Migrantes venezolanos

1.3. HORIZONTES INSTITUCIONAL

- 1.3.1. **MISIÓN:** La Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla, Norte de Santander, forma integralmente a estudiantes desde el preescolar hasta el grado undécimo,



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



educación formal de adultos y población discapacitada, para que adquieran y fomenten valores, sean capaces de generar progreso, apliquen las Tics, sus DDHH, sus DHSR, el medio ambiente, apliquen la investigación en su formación y sean académicamente competentes para el desempeño laboral y/o ingresar a la educación superior.

1.3.2. VISIÓN: La Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez, será en el 2021 una de las mejores de la región; humana, de calidad, competitiva, inclusiva e investigativa en la modalidad que ofrece, donde se consoliden: la responsabilidad, el respeto por las personas, por los DDHH, los DHSR, la protección del medio ambiente; donde se apliquen las TICS, el pluralismo, se practique una sana convivencia, para contribuir a formar una sociedad pacífica y progresista, para que los estudiantes sean capaces de construir su proyecto de vida, lograr sus expectativas y metas individuales, familiares y sociales

1.3.3. FILOSOFÍA:

- La Institución educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla, busca formar seres humanos, moralmente idóneos para construir un mundo mejor, con la responsabilidad que la sociedad ha encargado para la formación moral, cultural, científica de los educandos, para ser, trabajar, producir y vivir con dignidad trascendente.
- **LEMA INSTITUCIONAL. “RESPONSABILIDAD, SABIDURÍA, TRABAJO”**
 - Responsabilidad Al aplicar este valor, cualquier miembro de la comunidad educativa, tiene la capacidad para asumir el cumplimiento consciente de sus deberes, acorde con las normas internas y externas que rigen la vida institucional, contribuyendo a la convivencia pacífica y ciudadana.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Sabiduría Este valor, que también es un don, nos proporciona la inteligencia necesaria para accionar en una forma correcta como persona y como parte de una comunidad, pues por ella distinguimos lo positivo de lo negativo, la verdad de la falsedad y el bien del mal.
- Trabajo Corresponde al esfuerzo y al sacrificio hecho por los miembros de la comunidad para salir adelante, en busca de los ideales, deseos y metas propuestas para alcanzar la realización en la vida. Además, tiene relación con la visión de la educación técnica que tiene la Institución.



SGCER96940

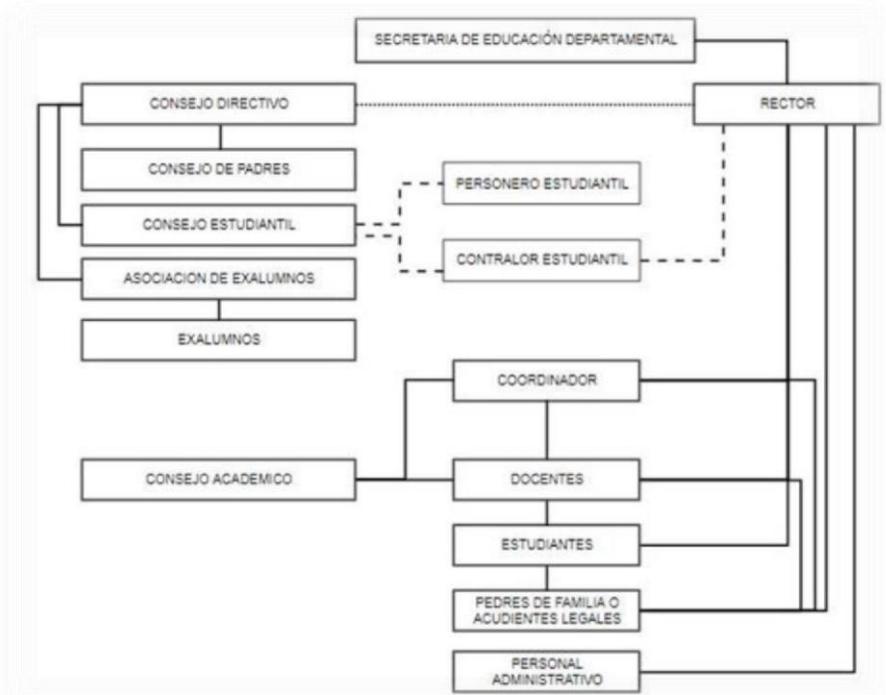


"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

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



1.4. ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL



1.5. CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

ARTÍCULO 1°. CALENDARIO ACADÉMICO INSTITUCIONAL. El año lectivo 2021, en la Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez del municipio de Cucutilla, se inició el 11 de enero de 2021 y finalizará el 5 de diciembre de 2021.

ARTÍCULO 2°. PERÍODOS SEMESTRALES. La jornada escolar para los estudiantes, debe cumplirse durante 39 semanas lectivas y estará enmarcada dentro de las siguientes fechas:

- **Primer período semestral lectivo:** Inicio de clases el día lunes 1 de febrero de 2021 y finalización de clases el 20 de junio de 2021 (19 semanas lectivas).
- **Segundo período lectivo:** Inicio de clases el 5 de julio de 2021 y finalización de clases el 28 de noviembre de 2021. (20 semanas lectivas).

ARTÍCULO 3°. PERÍODOS LECTIVOS. El año lectivo se distribuirá en dos (2) períodos académicos lectivos, los cuales quedarán distribuidos así:

- **Primer período lectivo:** Inicio el 1 de febrero y finalización el 20 de junio. (19 semanas)
- **Segundo período lectivo:** Inicio el 5 de julio y finalización el 28 de noviembre. (20 semanas)



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ARTÍCULO 4°. RECESO ESTUDIANTIL. Durante el año lectivo 2021, los estudiantes tendrán 14 semanas de receso estudiantil, distribuidas así:

- 5 semanas: 28 de diciembre de 2020 al 31 de enero de 2021.
- 1 semanas: 29 de marzo al 4 de abril de 2021.
- 2 semanas: 21 de julio al 4 de julio de 2021.
- 1 semana; 11 al 17 de octubre de 2021.
- 4 semanas 29 de noviembre al 26 de diciembre de 2021.

ARTÍCULO 5° Durante el año lectivo 2021, los directivos docentes y docentes tendrán los siguientes períodos de receso laboral:

- 2 semanas: 28 de diciembre de 2020 al 10 de enero de 2021.
- 2 semanas: 21 de julio al 4 de julio de 2021.
- 1 semanas: 7 de diciembre al 26 de diciembre de 2021.

ARTÍCULO 6°. DESARROLLO INSTITUCIONAL. Para dar cumplimiento a lo estipulado en la Resolución N°. 000075 del 18 de enero de 2021, se tendrán las siguientes fechas en el año lectivo 2021.

- 3 semana: 11 al 31 de enero de 2021.
- 1 semana: 29 de marzo al 4 de abril de 2021.
- 1 semanas: 11 de octubre al 17 de octubre de 2021.
- 1 semana: 29 de noviembre al 5 de diciembre de 2021.

- Tener en cuenta el siguiente cronograma en la dinámica de diseño y entrega de guías didácticas.

GUIA	EVALUACION Y DISEÑO	ENTREGA A RECTORIA Y COORDINACION	IMPRESIÓN DE GUIAS	ENTREGA A PADRES DE FAMILIA
1	13 al 22 de enero	22 de enero	25 al 28 enero	29 de enero
2	1 al 18 de febrero	19 de febrero	22 al 25 de febrero	26 de febrero
3	1 al 18 de marzo	19 de marzo	22 al 25 de marzo	26 de marzo
4	5 al 22 de abril	23 de abril	26 al 29 de abril	30 de abril
5	3 al 20 mayo	21 de mayo	24 al 27 mayo	28 de mayo
R N	REFUERZO – NIVELACION	DESDE 1 JUNIO	19 JUNIO	SUBIR NOTAS A PLATAFORMA



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.6. PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL

La Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez, se localiza en el municipio de Cucutilla, está ubicado en un terreno quebrado y sobre la cordillera oriental, está distante de la capital a 101 kms, y de Pamplona a 46 kms. Cucutilla es, tal vez, la región con mayor riqueza hídrica del Norte de Santander, pues posee una extensión geográfica en el sector de SISAVITA, productora de agua y con una proyección de desarrollo, no solo para el municipio, sino también para el departamento, especialmente en la Cuenca Binacional del río Zulia. Cuenta con aproximadamente 9.500 habitantes ya que la gente ha ido emigrando a las ciudades en busca de nuevas oportunidades de trabajo, además de una población flotante de aproximadamente 800 personas que lo visitan en tiempo de vacaciones. El municipio cuenta en su casco urbano con 310 casas, distribuidas en nueve barrios y 26 veredas de las cuales vienen algunos estudiantes a seguir cursando sus estudios en la institución educativa. Actualmente, además de la educación formal, los nuevos modelos pedagógicos como, SER HUMANO; de otra parte, las POSTPRIMARIAS rurales han permitido que, aunque en las no mejores condiciones, los estudiantes accedan a realizar sus estudios secundarios y de educación media, en las mismas veredas. Las familias del municipio se encuentran clasificadas en el estrato 1 y 2 en su mayoría y la economía de la región se basa en la agricultura, especialmente de los cultivos de café, plátano, caña de azúcar, y frutales, ya que el municipio cuenta con diferentes tipos de clima; una parte de la población vive de la producción pecuaria, especialmente de ganado vacuno, porcino, y el sector avícola. Algunas personas viven del comercio informal y una mínima parte se ubica como empleados. La mayor parte de los miembros de la comunidad educativa son de origen campesino. El municipio ofrece muy pocas



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



oportunidades laborales y en algunas familias consideran al joven como una persona que aporta más trabajando en su parcela. En el aspecto social la juventud está expuesta al peligro de la drogadicción, por las características de la moda y en algunos casos el consumo de licor. Desafortunadamente, Cucutilla, como muchas otras regiones del país, han venido sufriendo los problemas causados por la violencia, soportando los riesgos que ello implica para la comunidad, para niños y jóvenes. Es también preocupante la pérdida del respeto por la autoridad, desde el entorno familiar, lo cual incide negativamente en la buena convivencia escolar. El nivel de estudios formales de gran parte de los padres de familia es bastante bajo, e incluso todavía existe analfabetismo. En alguna parte de la población de estudiantes se nota un marcado desinterés por cumplir con las obligaciones académicas y es notable la irresponsabilidad y falta de atención de algunos padres de familia y estudiantes, en lo referente a los desempeños académicos. Sin embargo, algunos jóvenes de nuestra institución educativa cuentan con habilidades innatas en las diferentes ramas de la expresión artística como la danza, el teatro, la pintura y la artesanía, pero no se cuenta con los materiales, métodos y estrategias que permitan explorar y formar con mayor profesionalismo estas disciplinas artísticas y no las ven como una oportunidad laboral que genere recursos económicos.

1.7. PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

- La persona y su pleno desarrollo humano integral, es el centro de toda nuestra labor educativa con una mirada inclusiva de calidad.
- Vital de todo miembro de la comunidad educativa.
- El respeto profundo por la dignidad de la persona será pilar fundamental de la democracia participativa y de una cultura de paz
- La educación es evangelizadora centrada en la persona y la formación en valores humanos cristianos. (SER)
- El compromiso cívico, social, político e incluyente de calada será fundamental en el desarrollo integral de la persona (HACER Y CONVIVIR).



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- El trabajo productivo, la ciencia, la técnica y tecnología son bases del desarrollo del país (EMPRENDER).
- La investigación en el aprendizaje, será considerada como elemento de progreso, desarrollo y calidad para enfrentar los retos de la competitividad (HACER).
- La educación ambiental en nuestra institución, partirá de una “lectura comprensiva del entorno y las posibles soluciones”. (SER Y HACER).
- La educación con enfoque diferencial

1.8. PLAN DE ESTUDIOS EDUCACIÓN FÍSICA

1.9. PERFIL

1.9.1. PERFIL DEL ESTUDIANTE

- El estudiante de la Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla será, de acuerdo a su edad, sus capacidades y a su nivel de estudio, una persona competente académicamente, con la habilidad adecuada para interpretar, argumentar y proponer alternativas en cada una de las áreas y asignaturas del plan de estudios, usando las Tic y aplicando y mejorando permanentemente su creatividad y los procesos investigativos.
- Igualmente será una persona responsable en el cumplimiento de sus compromisos, respetuosa de las personas y de las normas, que manifieste un real afecto y pertenencia por la Institución y su comunidad, y en la medida de sus capacidades y habilidades, lidere y participe en proyectos y actividades cívicas, culturales, sociales, lúdicas, de protección y mejoramiento del medio ambiente.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.9.2. PERFIL DEL DOCENTE

- Debe ser un profesional de la educación con sólidos fundamentos éticos, pedagógicos, científicos, tecnológicos y humanísticos que demuestre a través de su vivencia, los valores que promueve la institución para la transformación de la comunidad y, además, con un deseo de superación permanente que le permita estar a la vanguardia de los cambios con el propósito de alcanzar la excelencia de los educandos a nivel integral. Demostrar sentido de pertenencia para con la institución mediante su compromiso y actuación.

1.9.3. PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA

- La institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez de Cucutilla, implementará estrategias para alcanzar el siguiente perfil en los padres de familia:
- El padre de familia como primer educador de los niños y jóvenes, debe ser el pilar fundamental en el logro de los objetivos de la institución. Así mismo, debe poseer un gran sentido de pertenencia, espíritu de sacrificio y de colaboración, dispuesto a mantener un permanente diálogo con los directivos y docentes y con la voluntad de participar en todas las actividades. Brindará la orientación necesaria a sus
- acudidos en cuanto a un ambiente óptimo para el estudio, la consulta y la investigación y garantizará, en la medida de sus posibilidades, un apoyo logístico para la realización de las actividades y proyectos de sus hijos. Aceptará la educación integral impartida en el colegio de acuerdo con la filosofía, visión, y demás normas internas y del Ministerio de Educación Nacional. Su compromiso, además, es el de trabajar al interior del hogar con sus hijos, para ayudar a fortalecer habilidades y destrezas y a superar las



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



dificultades. Será un solucionador de problemas y no un generador de los mismos y demostrará lealtad por la institución, buscando siempre su progreso y calidad presentando con buena voluntad su nombre para vincularse a los entes de participación democrática.

1.10. MANUAL DE CONVIVENCIA: Es una parte fundamental del Proyecto Educativo Institucional (PEI) en la cual se tienen definidos los derechos y obligaciones de todas las personas de la comunidad educativa en aras de convivir de manera pacífica y armónica.

El manual de convivencia puede entenderse como la herramienta en la que se consignan los acuerdos de la comunidad educativa para facilitar y garantizar la armonía en la vida diaria en la Institución Educativa. En este sentido, están definidas las expectativas sobre la manera cómo deben actuar las personas que conforman la comunidad educativa, los recursos y procedimientos para dirimir conflictos, así como las consecuencias de incumplir los acuerdos. Los acuerdos consignados en el manual de convivencia se pueden entender como pactos que se construyen periódicamente con la participación de todas las personas que conforman la comunidad educativa.

Entre sus principales objetivos se pueden nombrar:

- Promover, garantizar y defender los DDHH y DHR.
- Establecer normas para las funciones, deberes, comportamientos y actitudes pactados por la comunidad educativa entre sí y con el entorno escolar, de manera tal que se garantice el ejercicio de los derechos de todas las personas que la conforman.
- Fortalecer procesos en torno a las medidas pedagógicas y alternativas de solución para las situaciones que afectan la convivencia escolar.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.11. DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES, DOCENTES Y PADRES DE FAMILIA

1.11.1. DEBERES DE LOS ESTUDIANTES

Los estudiantes de la Institución Educativa Monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez, tendrán los siguientes derechos, los cuales podrán ser ejercidos directamente o a través de sus padres, representantes legales o acudientes:

- Ser tratado con dignidad y respeto por toda la comunidad educativa.
- Ser protegido contra cualquier forma de violencia, acoso escolar, bullying y/o la vulneración de los derechos humanos y los derechos humanos sexuales y reproductivos. Tener derecho a una formación integral para los derechos humanos y la educación para una sexualidad responsable. El derecho a no ser discriminado por ninguna causa, de raza, credo, religión, condición socio- económica o de opinión, por su identidad de género y a que se respeten sus derechos humanos, sexuales y reproductivos.
- Tener derecho: a una identidad e integridad personal; a la honra; al descanso, la recreación, el deporte, la cultura y las artes, y demás derechos que, para los niños, niñas y adolescentes, se consagran en las normas legales vigentes.
- Participar y velar para que el quehacer escolar sea racional y pedagógico, con objetivos claros y de carácter formativo.
- Expresar su opinión libremente de forma cortés y respetuosa.
- Ser oído, orientado y asistido por quienes tienen la responsabilidad directiva y docente.
- Presentar solicitudes respetuosas verbales o escritas, conservando el conducto regular.
- Beneficiarse de los diferentes servicios que la Institución Educativa MRTG ofrece, previo el cumplimiento de requisitos para cada uno de ellos.
- Utilizar un servicio sanitario adecuado y digno.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Presentar los trabajos, investigaciones o evaluaciones que se hicieren en su ausencia, siempre y cuando la justifique y se ajuste a los parámetros estipulados en el SIE de los estudiantes.
- Recibir de los profesores las indicaciones, recomendaciones, resultados y correcciones de los trabajos y evaluaciones, en forma continua y oportuna, para conocer sus fortalezas y dificultades.

1.11.2. DEL DOCENTE

- Ser estimulados para la superación y eficiencia mediante un sistema de remuneración acorde con su formación académica y desempeño Asociarse libremente.
- Permanecer en los cargos y funciones mientras su trabajo y conducta sean enteramente satisfactorio y realizados conforme a las normas vigentes.
- Participar en el gobierno escolar directamente o por medio de sus representantes en los órganos escolares.
- Disfrutar de las licencias a que tenga derecho, de acuerdo con el régimen de seguridad vigente.
- Recibir oportunamente la remuneración asignada para el respectivo cargo y grado del escalafón.
- Participar de los programas de Capacitación y bienestar social y gozar de los estímulos de carácter profesional y económico que se establezcan. Disfrutar de vacaciones remuneradas.
- Obtener el reconocimiento y pago de las prestaciones sociales de ley.
- No ser discriminado por razón de sus creencias políticas o religiosas, ni por distinciones
- Fundadas en condiciones sociales y raciales.
- Recibir un trato cortés de acuerdo a los principios básicos de las relaciones humanas.
- Participar activamente en la elaboración del PEI.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.11.3. DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA

- Recibir un trato adecuado, respetuoso y cordial.
- Ser atendido por directivos, docentes y administrativos en el tiempo estipulado para ello.
- Recibir información de directivos y docentes sobre el comportamiento académico y disciplinario de sus representados.
- Presentar respetuosamente los reclamos y solicitudes, cuando sea necesario.
-
- El derecho a no ser discriminado por ninguna causa, de raza, credo, religión, condición socio- económica o de opinión, por su identidad de género y a que se respeten sus derechos humanos, sexuales y reproductivos.
- Participar en las Asambleas respectivas.
- Recibir información sobre los objetivos y programación de la Institución.
- Participar en el desarrollo del Proyecto Educativo Institucional.
- Expresar libremente su opinión utilizando en forma responsable los medios de comunicación que considere conveniente, en los términos respetuosos que le brinda la Ley.
- Aportar ideas e integrarse en desarrollo de actividades que vayan en beneficio de la Institución.

1.12. LEY DEL MENOR PRINCIPIOS Y DEFINICIONES

- Artículo 1°. Finalidad. Este código tiene por finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad,



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna.

- Artículo 2°. Objeto. El presente código 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.
- Artículo 3°. Sujetos titulares de derechos. Para todos los efectos de esta ley son sujetos titulares de derechos todas las personas menores de 18 años. Sin perjuicio de lo establecido en el artículo 34 del Código Civil, se entiende por niño o niña las personas entre los 0 y los 12 años, y por adolescente las personas entre 12 y 18 años de edad.
- Parágrafo 1°. En caso de duda sobre la mayoría o minoría de edad, se presumirá esta. En caso de duda sobre la edad del niño, niña o adolescente se presumirá la edad inferior. Las autoridades judiciales y administrativas, ordenarán la práctica de las pruebas para la determinación de la edad, y una vez establecida, confirmarán o revocarán las medidas y ordenarán los correctivos necesarios para la ley.
- Parágrafo 2°. En el caso de los pueblos indígenas, la capacidad para el ejercicio de derechos, se regirá por sus propios sistema El Ministerio de Relaciones Exteriores comunicó la designación del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar mediante oficio O.J.T. 03357, y de la misma forma lo hizo saber al Ministerio de Relaciones Exteriores de los Países Bajos con oficio O.J.A.T. 12640. Ases normativos, los cuales deben guardar plena armonía con la Constitución Política.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Artículo 4°. **Ámbito de aplicación.** El presente código se aplica a todos los niños, las niñas y los adolescentes nacionales o extranjeros que se encuentren en el territorio nacional, a los nacionales que se encuentren fuera del país y a aquellos con doble nacionalidad, cuando una de ellas sea la colombiana.
- Artículo 5°. **Naturaleza de las normas contenidas en este código.** Las normas sobre los niños, las niñas y los adolescentes, contenidas en este código, son de orden público, de carácter irrenunciable y los principios y reglas en ellas consagrados se aplicarán de preferencia a las disposiciones contenidas en otras leyes.
- Artículo 6°. **Reglas de interpretación y aplicación.** Las normas contenidas en la Constitución Política y en los tratados o convenios internacionales de Derechos Humanos ratificados por Colombia, en especial la Convención sobre los Derechos del Niño, harán parte integral de este Código, y servirán de guía para su interpretación y aplicación. En todo caso, se aplicará siempre la norma más favorable al interés superior del niño, niña o adolescente. La enunciación de los derechos y garantías contenidos en dichas normas, no debe entenderse como negación de otras que, siendo inherentes al niño, niña o adolescente, no figuren expresamente en ellas.

1.13. UNIFORMES

DIARIO	EDUCACIÓN FÍSICA
--------	------------------



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



	
<p>NIÑAS DIARIO</p>	



SGCER96940



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

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

1.14. INVENTARIO INFRAESTRUCTURA

	<p>CANCHA MULTIFUNCIONAL</p>
	<p>CAFETERÍA</p>
	<p>PATIO CENTRAL</p>

1.15. SALÓN DE DEPORTES

RECURSO	CANTIDAD	ESTADO
Faldas de danza	28	Bueno



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Camisas de danza	10	Bueno
Pantalones de niños	9	Bueno
Vestidos de niña	7	Bueno
Camisas de niño	14	Bueno
Petos	8	Bueno
Aros	10	Bueno
Balones de baloncesto	7	Bueno



SGCER96940



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

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



1.16. SÍMBOLOS INSTITUCIONALES

	<p>BANDERA</p>	<p>VERDE representa la esperanza, el deseo de superación y progreso y se identifica con el valor del TRABAJO. y el amarillo (oro)</p> <p>El AMARILLO representa las habilidades, capacidad intelectual, valores éticos, morales y culturales, y es un signo de RESPONSABILIDAD. El blanco representa la SABIDURÍA y la unidad</p>
		<p>en las metas y objetivos y también es un homenaje a la patrona del municipio La Inmaculada Concepción.</p>



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



<p>EL HIMNO</p>	<p>Coro Estudiantes alegres cantemos La grandeza de la institución Que cual faro ilumina El sendero de la educación</p>	<p>I ESTROFA El colegio unido pregona Que es modelo de fraternidad, Con su nombre homenaje rendimos A un ministro de Dios singular. II ESTROFA Es su lema un llamado al trabajo y al saber que es poema y canción, para ser RESPONSABLES debemos Estudiar y luchar con amor.</p>
------------------------	---	---

1.17. HORARIO:

BÁSICA PRIMARIA.		
Entrada de docentes		6: 50 a.m.
1°	Período de clase.	7:00 a.m. a 7.55 a.m.
2°	Período de clase.	7:55 a.m. a 8.50 a.m.
3°	Período de clase.	8:50 a.m. a 9.45 a.m.
DESCANSO		9:45 a.m. a 10:15 a.m.
4°	Período de clase.	10:15 a.m. a 11.10 a.m.
5°	Período de clase.	11:10 a.m. a 12.05 p.m.
Salida de docentes y estudiantes		12:15 p.m.



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

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



1.18.
 MATRIZ DOFA

<p>FORTALEZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • La sede cuenta con una buena sala de informática, aunque su servicio de internet es nulo. • La ubicación de esta sede, es favorable, por quedar en zona alejada de los sectores de alto riesgo del municipio. • La institución educativa cuenta con espacios amplios para la realización de actividades. • Cuenta con alto nivel de participación educativa en eventos cívicos, culturales y académicos. • Cuenta con escenarios cercanos del municipio lo cual hace que se puedan practicar varios deportes en la institución. 	<p>DEBILIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • La zona de desplazamiento de los estudiantes, es de difícil acceso especialmente en las horas de descanso. • Las canchas se encuentran en regulares condiciones, especialmente el piso, se nota la ausencia de pintura en algunas partes de la cancha lo que dificulta el desarrollo de algunas actividades. • No hay material suficiente y adecuado para el desarrollo de las actividades planeadas por el docente. • Por lo sufrió con la pandemia no se pudo utilizar escenarios deportivos. • No cuenta con conectividad para poder llevar acabo las clases de forma virtual mente. • El trabajo de guías para forma virtual no hace que el alumno aprenda todo de forma correcta y además no se puede tener buen seguimiento de las actividades. • Se encuentra que colegio no tiene un seguimiento o importancia a la asignatura de educación física.
<p>OPORTUNIDADES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitar las guías para conocimiento desde casa, para el aprovechamiento innovador para el beneficio de los alumnos. • Brindar un ambiente libre de factores contaminantes dentro y alrededor de la institución y práctica desde casa. 	<p>AMENAZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Falta de una valla que divida la cancha con las zonas verdes, ya que la cancha se encuentra a un nivel más alto y podría ocurrir un accidente • Manejo de aguas residuales que circulan por las zonas verdes • Cruce de calle para practicar actividad física.





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO II

1. TITULO DE LA PROPUESTA

Actividades recreativas como estrategia virtual para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en la básica primaria de la institución educativa **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ**

2. OBJETIVO GENERAL

Implementar las actividades recreativas VIRTUALMENTE en básica primaria de la institución educativa **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ**

3. OBJETIVO ESPECIFICO

- Diagnosticar las capacidades motrices básicas de los niños y niñas de la básica primaria de la institución educativa **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ**
- Aplicar las actividades recreativas como estrategia virtual en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en la básica primaria de la institución educativa **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ**
- Evaluar los resultados de las actividades recreativas como estrategia para las habilidades motrices básicas en la básica primaria de la institución educativa **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ**

4. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Durante el crecimiento físico del niño este desarrolla un sin número de habilidades motrices básicas que le contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida, entre esas habilidades motrices encontramos la motricidad gruesa y fina que hace parte del diario vivir de los niños. En la institución educativa monseñor Ricardo Trujillo Gutiérrez los niños y niñas de la básica primaria se observa falencias a lo hora de desarrollar distintas actividades cotidianas como lo son saltar correr desplazarse entre otras por eso cuando hablamos de los conceptos de Habilidad y Destreza han sido ampliamente tratados, por diversos autores en el campo de la Educación Física y el Deporte; sin embargo, aún no se ha logrado llegar a un acuerdo que defina absolutamente las fronteras que diferencien los dos términos. Después de un breve paso por la literatura que se ha ocupado por profundizar en el estudio de los fundamentos teóricos de estos dos elementos, se puede ver que se mantiene una confusión en la que se manifiestan dos posiciones opuestas. En la primera, algunos teóricos se deciden por definir los conceptos de Habilidad y Destreza por medio de la identificación de las diferencias que existen entre ellas, mientras que, en la segunda, los autores les atribuyen el mismo significado, dándoles un tratamiento de sinónimos. Algunos conceptos expresados por diversos autores, pueden ayudar a comprender los términos e identificar los elementos comunes y las diferencias que hay entre las habilidades y las destrezas. Según Contreras (1998: 189) en la literatura inglesa "la palabra skill significa habilidad, destreza, pericia, arte o técnica, y la palabra ability, significa habilidad capacidad, talento, aptitud o dote". En estos significados se puede resaltar como hecho importante, que entre ambos solamente coincide la palabra habilidad, mientras que en los otros elementos se presentan diferencias. Ahora bien, en la comunidad académica y el ámbito científico "las "abilities" son consideradas genéricamente determinadas e inmodificables con la práctica o experiencia. Sin embargo, "skill" se describe como pericia en una determinada tarea que puede ser modificada o desarrollada con la práctica, representando la capacidad particular de mejorar una actividad específica. Así, el término ability supone una capacidad o talento innato, mientras que skill supone una destreza, arte o pericia adquirida" (Contreras 1998: 189) Desde esta doble perspectiva se opta por asumir la posición de Contreras, en el sentido de tomar como referencia general de las Habilidades y Destrezas, el término skill, es decir, adoptar el significado de capacidades susceptibles de educación y mejora. En esta dirección, Gutherie, citado por Contreras (1998: 189), define la Habilidad como "la capacidad adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y frecuentemente, con el mínimo dispendio de



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



tiempo, de energía o de ambas cosas". En el campo de la Educación Física, tal como lo manifiestan Generelo y Lapetra (1993), En habilidades y Destrezas Motrices Básicas: análisis y evolución", el concepto de Habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo. Sobre la misma idea de la relación Capacidad y Habilidad, y prácticamente con los mismos términos, Bárbara Knapp (1981, citada por Generelo y Lapetra, 1993. 448) "propone el vocablo "habilidad", a saber "Capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas".

Es importante precisar que desde estos referentes, las Habilidades trascienden el movimiento como simple acción, ya que están dirigidas a la consecución de un objetivo, asunto que implica una dirección y orientación de las acciones motrices con un sentido y una intención determinadas, es decir, el aprendizaje de las habilidades está mediado por la interpretación de las exigencias que se presentan en la situación motriz y por la toma de decisiones implicadas en los procesos de aprendizaje a lo hora de desarrollar distintas actividades.

2.5 JUSTIFICACIÓN

Al realizar una observación en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ** cuanto a su contexto educativo y la manera en la que las estudiantes de básica primaria vienen desarrollando sus habilidades y destrezas motrices básicas, hemos notado como los estudiantes tiene poca participación en los diferentes espacios lúdico-pedagógico que pueden contribuir a su formación integral.

El desarrollo de las habilidades motoras básica ha sido estudiado por numerosos autores (Rasch G. 1966, Sánchez Bañuelos, 1986, Ruiz Pérez, 1987 wckstrom, 1990), quienes se han centrado principalmente cómo se pueden presentar las habilidades motrices desde distintas perspectivas, en donde las habilidades motrices básicas en el niño comienzan a desarrollarse, desde el momento mismo del nacimiento. Singer (1983)³ define a la "habilidad motriz como toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución con éxito de un acto deseado". Por ello, es necesario encarar la cuestión objetivamente sirviéndonos más como una orientación del desarrollo del niño, que como una ley universal. Autores como (Contreras Jordán, 1998 Batalla, 2000)



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



indican en sus estudios la clasificación de las habilidades motoras que nos permite hacer una idea clara de del significado de habilidad motriz. Partiendo de estos estos conceptos podemos identificar claramente como habilidades y destrezas motoras a los desplazamientos, giros, saltos y manejo de objetos. Existen otros autores como Fernández, Gardoqui y Sánchez (2007), quienes desdoblan el último grupo en otros dos, que estarían formados por los lanzamientos y las recepciones obteniendo así una vasta clasificación de habilidades motoras básicas como la finalidad proponer una serie de escalas de evaluación que permiten valorar la competencia del estudiante de Educación Primaria en la realización de tareas básicas. A partir de estos autores Fernández (et al, 2007) de “habilidades básicas motrices en niños de educación inicial del nivel preescolar”, donde se planteó como objetivo general medir el nivel de habilidades motrices básicas en niños y niñas de básica primaria.

2.6 POBLACIÓN

La población que será objeto de estudio son los estudiantes de la institución educativa **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MONSEÑOR RICARDO TRUJILLO GUTIÉRREZ** de básica primaria.

	niños	niñas	Cantidad
Grado transición	6	9	15
Grado primero	3	11	14
Grado segundo	7	12	19
Grado tercero	10	4	14
Grado cuarto	21	7	28
Grado quinto	12	7	19
Total:	59	50	109



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.7 MARCO TEÓRICO

HABILIDADES MOTORAS BÁSICAS (H.M.B.)

En la actualidad, en el ámbito de las escuelas el concepto de Habilidades Motoras Básica, ha perdido su preponderancia frente a otros ejes de la Educación Física, por lo que se consideró importante el desarrollo de este estudio para dar punto de partida a la investigación. Las H.M.B. a diferencia de otras habilidades más especializadas, resultan básicas porque son comunes a todos los individuos, ya que desde la perspectiva filogenético han permitido la supervivencia del ser humano (y actualmente conservan su carácter de funcionalidad) y porque son fundamentos de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no deportivos) (Ruiz Pérez L. M.1987)⁴. Las H.M.B. han sido acopiadas a lo largo del tiempo en numerosos razonamientos según diferentes autores en base a su paradigma, a supuestos y nuevas condiciones que traen consigo retos y oportunidades. En el análisis de las habilidades motoras básicas el concepto de Habilidad hace referencia a la capacidad que se adquiere por aprendizaje para realizar acciones motrices por medio de las que se logra el objetivo esperado con un mínimo gasto de energía y/o de tiempo. Generelo y Lapetra (1993)⁵ EFDeportes.com (2010) señala como habilidades motrices básicas aquellos actos motores que se, llevan a cabo de forma natural y que constituyen la estructura sensomotora básica, soporte del resto de las acciones motrices que el ser humano desarrolle. Burton (1998) desde un punto de vista diferente, distingue dos categorías de movimientos básicos, “movimientos que implican locomoción” y “movimientos que no implican locomoción”. Entre los primeros señala los siguientes: andar, correr y saltar, y en los segundos: doblar, estirar, tirar, girar, empujar, retorcer, etc., lo que podemos ver claramente asociado a las tareas de carácter manipulativo. Desde un punto de vista global, todos los movimientos del cuerpo humano pueden ser considerados como variaciones por combinación de estos movimientos básicos. Ruiz Pérez (1994), por su parte sintetiza los trabajos de Harrow (1979) y Seefeldt (1979) en:

- H.M.B. cuya característica principal es la locomoción
- H.M.B. cuya característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio, sin una locomoción comprobable.
- H.M.B. que se singularizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El desarrollo de la habilidad motriz durante la educación primaria ha sido propugnada por Sánchez Bañuelos (1975)⁹ (1984)¹⁰ y (1990)¹¹ desde el punto de vista globalizador y funcional. Desde entonces se ha podido apreciar que la terminología introducida por el autor de “habilidades motrices básicas” fue ganando aceptación en la programación de Educación de Física del Sistema Educativo.

EL DESARROLLO MOTOR DE 0 A 6 AÑOS

El desarrollo motor del niño de los 0 a los 6 años no puede ser entendido como algo que le condiciona, sino como algo que el niño va a ir produciendo a través de su deseo de actuar sobre el entorno y de ser cada vez más competente (Justo Martínez, 2000). El fin del desarrollo motor es conseguir el dominio y control del propio cuerpo, hasta obtener del mismo todas sus posibilidades de acción. Dicho desarrollo se pone de manifiesto a través de la función motriz, la cual está constituida por movimientos orientados hacia las relaciones con el mundo que circunda al niño y que juega un papel primordial en todo su progreso y perfeccionamiento, desde los movimientos reflejos primarios hasta llegar a la coordinación de los grandes grupos musculares que intervienen en los mecanismos de control postural, equilibrios y desplazamientos. La mejora motriz está sujeta a las cuatro leyes del desarrollo:

- Ley céfalo-caudal.
- Ley próximo-distal.
- Ley de lo general a lo específico.
- Ley del desarrollo de flexores-extensores.

Y el desarrollo, a su vez, tiene una serie de características que lo singularizan, causales de que tanto él mismo como el perfeccionamiento motriz dependan de la maduración y del aprendizaje, ya que para que se produzca un aprendizaje en la coordinación de movimientos es preciso que el sistema nervioso y el sistema muscular hayan conseguido un nivel idóneo de maduración.

En 1983 Howard Gardner publica su obra *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*, para destacar el número desconocido de capacidades humanas. Ocho son las inteligencias que Gardner identifica, una de las cuales es la kinésico-corporal, que tiene dos características fundamentales: el control de los movimientos del propio cuerpo



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



y la capacidad de manejar objetos muy hábilmente. En el ser humano estas cualidades tienen una base genética y otra de entrenamiento, de práctica. En efecto, está ampliamente demostrado que todo talento deportivo, para llegar a tal, ha tenido que superar más de diez mil horas de entrenamiento. Al golfista Severiano Ballesteros, en sus mejores días, un periodista le dijo «qué suerte tienes en los golpes», a lo que él le respondió «es cierto, pero cuanto más entreno más suerte tengo». Es decir que, como en otros aspectos del desarrollo humano, en el motriz hay una interrelación entre lo hereditario y lo adquirido o aprendido.

El concepto de Habilidad Motriz Básica en Educación Física viene a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Estas habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento al mismo tiempo que evolucionan conjunta y yuxtapuestamente.

- **HABILIDADES MOTRICES:** Por habilidades motrices básicas entendemos aquellos actos motores que se, llevan a cabo de forma natural y que constituyen la estructura sensomotora básica, soporte del resto de las acciones motrices que el ser humano desarrolle. Para Guthrie la habilidad motriz es definida como “la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas” Se trata, por consiguiente, de la capacidad de movimiento humana adquirida por aprendizaje, entendiendo el desarrollo de la habilidad motriz como producto de un proceso de aprendizaje motor. Estas habilidades básicas, base en el aprendizaje de posteriores acciones motrices más complejas, son los desplazamientos, saltos, equilibrios, lanzamientos y recepciones.
- **DESTREZAS MOTRICES:** Como hemos dicho anteriormente, el término destreza motriz está muy relacionado con el de habilidad, llegando numerosos autores a identificarlos y a emplear como norma el de habilidades y destrezas Podríamos decir que la destreza es parte de la habilidad motriz



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



en cuanto que ésta se constituye en un concepto más generalizado, restringiéndose aquella a las actividades motrices en que se precisa la manipulación o el manejo de objetos

- **TAREAS MOTRICES:** De acuerdo Sánchez Bañuelos, entendemos por tarea motriz “el acto específico que se va a realizar para desarrollar y poner de manifiesto determinada habilidad, ya sea perceptiva o motórica”. Así pues, al hablar de tarea motriz nos estamos refiriendo a una actividad motriz determinada que de forma obligada ha de realizarse. Los conjuntos de tareas motrices a enseñar constituyen los contenidos a desarrollar por la Educación Física en el ámbito escolar. Según el modelo de Marteniuk, tal y como vimos en el apartado anterior, la ejecución motriz está basada fundamentalmente en tres mecanismos, los cuales han de ser tenidos en cuenta por parte del profesor en el tratamiento didáctico de la enseñanza de las tareas motrices: Mecanismo perceptivo. Mecanismo de decisión. Mecanismo efector o de ejecución.
- **CARACTERÍSTICAS DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS** Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son: Ser comunes a todos los individuos. Haber facilitado/permitido la supervivencia del ser humano. Ser fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no). Siguiendo a Godfrey y Kephart podemos agrupar los movimientos básicos en dos categorías (Sánchez Bañuelos, 1.986): Movimientos que implican fundamental mente el manejo del propio cuerpo. Se encuentran presentes en tareas de locomoción (andar, correr, etc.) tareas relacionadas con el equilibrio postural básico (estar de pie o sentado). Movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos, como sucede en las tareas manipulativas (lanzar, recepcionar, golpear, etc.). Algunos autores coinciden en considerar las Habilidades Motrices Básicas, englobando todas las acciones posibles en tres apartados o áreas concretas (Ruíz Pérez, 1987): Locomotrices. Su característica principal es la locomoción. Entre ellas tenemos: andar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, trepar, etc. No locomotrices. Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Ejemplos de estas habilidades



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



son: balancearse, girar, retroceder, colgarse, etc. Proyección/percepción. Caracterizadas por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Están presentes en tareas tales como lanzar, recepcionar, batear, atrapar, etc.

RECREACIÓN Y ACULTURACIÓN:

La cultura es un sistema aprendido y transmitido de creencias, valores, sentimientos, normas, reglas, símbolos y perspectivas acerca del entorno. Como la cultura es el fundamento de todo comportamiento social, cada grupo se basa en este sistema para organizar su vida. La recreación es parte de la cultura, porque ésta influye en las decisiones para participar en actividades recreativas (Ewert, Dieser y Voight, 1999; Kelly, 1999; Russell, 2002). La recreación es un comportamiento que se aprende en lugares y momentos determinados (Kelly, 1999). Como la recreación es considerada parte de la cultura, puede ayudar a los estudiantes a sobreponerse a la aculturación y a la asimilación de sus deberes. Diferentes actividades recreativas pueden ayudar a estimular las destrezas motoras en los niños. De tal manera q los niños se pueden integrar a la comunidad por medio de actividades recreativas como juegos y compartir comidas y tradiciones trayendo consigo mejoras a nivel personal y físico en el educando.

OCIO Y RECREACIÓN.

A Sócrates, filósofo griego (469-399 a. de C.), se le atribuye la afirmación de que “Los ratos de ocio son la mejor de todas las adquisiciones”, y ello destaca la importancia que desde la antigüedad se reconocía a la ocupación del tiempo libre que no se dedicaba a las ocupaciones principales. Por su parte, el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, define el ocio como: “Cesación del trabajo, inacción o total omisión de la actividad. Tiempo libre de una persona. Diversión u ocupación reposada...”; con lo cual este se relaciona con la ocupación del tiempo libre en aquellas tareas que no son el trabajo, o las tareas domésticas, y que, por su contenido, está muy asociado a la Recreación, que es, según la propia fuente de la RAE: “Diversión para alivio del trabajo”.



SGCER96940



“Formando líderes para la construcción de un nuevo país en páz

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ACTIVIDADES RECREATIVAS EN LA ESCUELA:

Existen diversas definiciones de recreación. En general se puede conceptualizar como el “conjunto de actividades agradables que producen gozo, realizadas durante el tiempo libre y que promueven el desarrollo integral de las personas” (Salazar-Salas, 2007, p. 5).

La recreación tiene como objetivo promover el desarrollo integral de las personas, por medio de los beneficios tanto a nivel personal como social (Salazar-Salas, 2012). Los beneficios personales que se perciben de las actividades recreativas son a nivel físico, sociopsicológico, cognitivo y espiritual, mientras que, en la sociedad, los beneficios se obtienen para la familia, los diversos grupos sociales, económicos y ambientales (Salazar-Salas, 2007). Por ejemplo, en una encuesta realizada a la población estudiantil universitaria, se indica que dicha población percibe que participar en actividades recreativas en las instalaciones de la universidad les conlleva beneficios de modo global en la salud, bienestar, manejo del estrés, desempeño académico, capacidades físicas, entre otras (Henchy, 2013). Existe gran variedad de actividades recreativas, de las cuales las personas pueden seleccionar según sus gustos y preferencias. (Salazar-Salas, 2007). Específicamente, las actividades recreativas que se desarrollan en la escuela incluyen correr, saltar, caminar, desplazarse entre otras (Salazar-Salas, 1999). En la mayoría de los casos, las actividades recreativas implican actividad física. Esto sucede cuando las actividades seleccionadas incrementan el gasto energético por encima de los niveles basales (Sjögren, Hansson & Stjernberg, 2011). Berns y Simpson (2009) realizaron una recopilación de las diferentes formas en que se pueden clasificar las actividades recreativas al aire libre, propuestas por distintos autores: la primera, disfrutar del medio natural durante las actividades sin generar alteraciones en el mismo; la segunda, disfrutar del medio



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



tomando algo del mismo con consecuencias leves, y la tercera, igual a la segunda, pero con acciones más abusivas, que pueden terminar en un deterioro de la naturaleza. Cabe destacar que la recreación en la escuela aporta beneficios relevantes adicionales a las actividades recreativas, como el desarrollo de la conciencia ambiental y sensibilización ecológica. Además, cultiva en las personas el valor de la protección de los sitios recreacionales y naturales (Berns & Simpson, 2009). Otros estudios han encontrado que la recreación en la escuela que implique actividad física promueve bienestar general (Rosenberger et al., 2009; Sjögren et al., 2011; Stodolska et al., 2010). Desde los años 80 se realizaron estudios en los cuales se identificó una relación entre indicadores de salud, niveles de actividad física y recreación en la escuela.



SGCER96940



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

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



3 CAPITULO III INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 Diseño cronograma

HABILIDADES MATRICES	SEMANA I	SEMANA II	SEMANA III	SEMANA IV	SEMANA V	SEMANA VI	SEMANA VII	SEMANA VIII
SALTOS	ACT							
EQUILIBRIO		ACT						
CORRER			ACT					
LANZAMIENTOS				ACT				
MOTRICIDAD GRUESA					ACT			
COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL						ACT		
MOTRICIDAD FINA							ACT	
JUEGOS RECREATIVOS								ACT

3.2 Ejecución metodología

Se aplicará la misma metodología de las habilidades motrices para el mejoramiento de las diferentes **CAPACIDADES MOTRICES** que nos brindaran las pautas necesarias para mejorar su aprendizaje, esta metodología se trabaja por semanas cumpliendo 4 actividades, lo cual consiste en reforzar las actividades motrices en los niños de la institución.

3.2.1.1. ACTIVIDAD 1

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: UNE Y ACIERTA</p> <p>OBJETIVO: Relacionar a los niños con las diferentes habilidades motrices básicas</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se trabaja por medio de una guía didáctica, donde previo a la explicación se le da a conocer al niño cuales son las diferentes habilidades motrices. 2. une con una flecha el nombre de la habilidad motriz con el dibujo que corresponda. 3. Esto será vigilado por los docentes quienes llevaran el orden del juego y se estará a disposición de cualquier duda e inquietud 	<p>Descripción: une con una línea el nombre de la habilidad motriz básica con el dibujo que corresponda</p> <p>DESPLAZAMIENTO </p> <p>SALTO </p> <p>LANZAMIENTO </p> <p>GIRO </p>

3.2.1.2. ACTIVIDAD 2

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: SALTA COMO RANITA</p> <p>OBJETIVO: Mejorar la técnica a lo hora de realizar diferentes saltos</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se le da a conocer el juego a los participantes y se dan toda los instrucciones y recomendaciones 2. el estudiante se va a ubicar en una línea inicial, al frente de él, aproximadamente a 4 metros debe haber ubicado un canasto, tendrá dos pelotas, las cuales deberá llevar una por una hasta el canasto y dejarlas ahí, el desplazamiento lo va hacer en 	



<p>posición de ranita, es decir deberá tener manos y pies en el piso, rodillas flexionadas e ir haciendo el gesto del salto de la ranita.</p> <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se realiza la misma metodología, pero con los ojos vendados • Se puede jugar por parejas <p>MATERIALES: canastos, pelotas y vendas</p>	
---	--

3.2.1.3. ACTIVIDAD 3

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: EL EQUILIBRIO DE LA PIEDRA</p> <p>OBJETIVO: mejorar la habilidad del salto buscando fortalecer el impulso del despegue del piso hacia adelante o a los lados</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se le enseña la metodología a los 2. Se traza una línea sobre el piso. A lado y lado se dibujan pequeños círculos de unos 20 cm. de diámetro. Tratemos de que no queden muy cerca uno del otro. Dentro de cada uno de ellos se ubica una piedra u otros objetos pequeños. 3. -El reto consiste en agacharse desde la posición inicial y empezar a recoger la primera piedra. Cuando la tenga, salta o estira sus pies y se para dentro del círculo donde estaba la piedra. No puede tocar por fuera del círculo. Desde allí se estira y toma la segunda piedra. Y así va ocupando los cuadros que van quedando libres, tras tomar cada piedra. Pueden ser unos 10 círculos donde ubiquemos cada piedra. 	



<p>4. Importante: Para que el juego tenga gracia es necesario que cada vez vayamos ubicando más lejos los círculos unos de otros, para que los jugadores tengan que hacer un mayor esfuerzo para tomar las piedras.</p> <p>5. Si un jugador se cae o toca con sus pies por fuera de los círculos, debe volver a la anterior posición y seguir</p> <p>MATERIALES: cuerda o lazo, piedras o tapas de gaseosa, tiza para marcar los círculos</p>	
--	--

3.2.1.4. ACTIVIDAD 4

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: SALTOS LOCOS</p> <p>OBJETIVO: desarrollar la confianza en los niños a la hora de realizar diferentes saltos como lo son, adelante, atrás y a los lados</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les explica la metodología clara a trabajar en el juego 2. Se ubica una cuerda en el piso que este de forma recta, luego ubicamos al niño en una punta de la cuerda y que empiece a dar un salto delante de la cuerda y otro hacia atrás, así sucesivamente mientras va avanzando hasta llegar al final de la cuerda. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se ubica la cuerda en forma de gusanito y se dan diferentes direcciones a realizar los saltos <p>MATERIALES: cuerda</p> <p>Recomendaciones: se puede aumentar la dificultad del juego teniendo en cuenta la edad de los participantes</p>	

2.2.2. SEMANA II

3.2.2.1. ACTIVIDAD 1

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: NO TE CAIGAS</p> <p>OBJETIVO: Fortalecer el equilibrio por medio del juego, buscando así fomentar su desarrollo</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología. 2. Desde una posición erguida y con ambos pies sobre una almohada/cojín, el estudiante le pedirá a alguien que esté enfrente de él que le lance una pequeña pelota a las manos. 3. Luego el niño intentara tomar la pelota con diferente mano primero con la derecha luego con la izquierda 4. Teniendo en cuenta de no perder su posición inicial <p>MATERIALES: Almohada y pelotas</p> <p>OBSERVACIONES: El docente puede manejar la dificultad del juego teniendo en cuenta la edad de los niños</p>	



3.2.2.2. ACTIVIDAD 2

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: LA CUCHARA LOCA</p> <p>OBJETIVO: Rescatar el compromiso y el trabajo individual, potenciando el equilibrio.</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología.2. Para el siguiente ejercicio, es primordial tener un contrincante, el cual consiste primeramente en hacer 20 pelotitas de papel, 10 para cada jugador.3. El juego consiste en que los participantes estarán situados unos al lado de otro (cada uno tendrá una cuchara en la boca que sostiene una pelota de papel encima), cada uno tendrá delante una línea pintada en el suelo que será la que tendrán que seguir andando manteniendo el equilibrio para que no se les caiga la pelota de la cuchara, si la pelota se cae, el jugador debe recogerla y empezará desde el principio. <p>VARIANTES: Se puede jugar por parejas el q lleva la cuchara ira con los ojos vendados y el compañero lo guía</p> <p>MATERIALES: cuchara y pelotas de papel</p>	

3.2.2.3. ACTIVIDAD 3

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: TRANSPORTADORES</p> <p>OBJETIVO: Desarrollar por medio del juego la confianza y rescatar el compañerismo e indirectamente trabajar el equilibrio en equipo</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. para este juego se van a necesitar dos personas, el estudiante puede realizarlo con algún familiar o un amigo cercano, el propósito de la actividad es que la pareja lleve una pelota de tamaño mediano o una bomba con alguna parte del cuerpo a otra área, por ejemplo, espalda con espalda, cadera con cadera, hombro con hombro, cabeza con cabeza, etc. Deben desplazarse de un lugar a otro e impedir que la pelota o globo se les caiga, si se les cae deberá volver a empezar desde la línea de inicio. Para esto es importante que las dos personas sean hábiles y busquen una estrategia para poder transitar o desplazarse con el globo siempre ayudándose en pareja. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • diferentes partes del cuerpo <p>MATERIALES: bombas o pelotas</p>	

3.2.2.4. ACTIVIDAD 4

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: GLOBO Y PELOTA</p> <p>OBJETIVO: Desarrollar habilidades básicas en los niños como lo es el equilibrio por medio del juego</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños y el juego con sus respectivas reglas 2. van a buscar dos canastos o tazas pequeñas, ubicarán una a la derecha y otra la izquierda, separadas 3 metros aproximadamente, el estudiante debe estar ubicado en el medio con un globo, en el canasto derecho debe haber tres pelotas o juguetes por dentro, la actividad consiste en que el estudiante debe pasar las pelotas una a una al otro canasto, pero el globo debe estar siempre en movimiento, no debe permitir que el globo caiga al suelo, si pasa esto, deberá volver a iniciar, recordar que entre más duro golpe el globo hacia arriba, le va a dar más tiempo para desplazarse y cambiar las pelotas de canasto o taza. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ninguna <p>MATERIALES: canastos, globo y pelotas</p>	



3.2.2. SEMANA III

3.2.3.1. ACTIVIDAD 1

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: GATO Y RATON</p> <p>OBJETIVO: Desarrollar habilidades básicas en los niños como lo es correr y atrapar por medio del juego</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none">3. Se les da a conocer a los niños y padres el juego con sus respectivas reglas4. Se eligen el «ratón» y el «gato». El resto se cogen de las manos y forman un círculo. El ratón, dentro del círculo, sale corriendo del círculo, pasando entre dos jugadores5. Después entra el gato y dice: «¿por dónde salió el ratón?». Los del círculo le contestan «por la puerta» y señalan por donde salió el ratón.6. Por esa puerta sale el gato persiguiendo al ratón, pasando por todas las puertas por las que éste pasa. Si el gato pilla al ratón, se cambian los papeles entre ellos. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none">• Ninguna <p>MATERIALES: Ninguno</p>	

3.2.3.2. ACTIVIDAD 2

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: CORRE AL COLOR INDICADO</p> <p>OBJETIVO: Desarrolla la habilidad físico mental del educando por medio del juego.</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños y pares el juego con sus reglas y su metodología. 2. Para esta actividad vamos a buscar 4 objetos que encontremos en casa, los colores deberán ser los siguientes: azul, amarillo, rojo, y negro, los ubicaremos uno en cada esquina como si estuviéramos haciendo la figura de un cuadro, el estudiante se va a ubicar en el medio de los 4 objetos, habrá una persona que le estará diciendo un color de los que se encuentran ahí y el estudiante deberá correr o desplazarse hacia este para tocarlo y volver al medio otra vez, para hacer divertida la actividad le diremos al estudiante que mantenga los ojos cerrados mientras está en el medio y cuando le digamos el color si los podrá abrir <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ninguno <p>MATERIALES: objetos de colores</p>	

3.2.3.2 ACTIVIDAD 3

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: CARRERA DE SACOS</p> <p>OBJETIVO: Promueve la convivencia social, inteligencia y estrategia del juego la carrera</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños y el juego con sus reglas y su metodología 2. Cada participante metida dentro de un saco deberá recorrer una distancia determinada en el menor tiempo posible. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pueden recorrer la distancia en grupas. • Hacer circuitos con diferentes trayectorias. • Diferentes tipos de desplazamientos. <p>MATERIALES: Sacos o costales</p>	

3.2.3.2. ACTIVIDAD 4

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------

NOMBRE: TRIKI

OBJETIVO: Promueve la agilidad del educando por medio del juego

METODOLOGIA:

1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología.
2. para esta actividad se van a necesitar 6 pelotas hechas de papel envueltas en cinta, pintar tres de azul y tres de amarillo, a 5 metros de distancia dibujar con la tiza la forma de un triki triki, esto se debe hacer en competencia de dos personas, el niño y otro integrante de la familia, cuando el padre de familia dé la orden deberán salir a velocidad con una pelota hasta el triki y colocarla, luego vuelven por la otra y así sucesivamente hasta que alguno de los dos pueda armar el triki triki, si ninguna es capaz, entonces no hay punto para ninguno, gana el primero que haga 3 puntos

VARIANTES:

- sentados y de espaldas

MATERIALES: pelotas de papel y tiza



3.2.2. SEMANA IV

3.2.2.4. ACTIVIDAD 1

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------



<p>NOMBRE: LA PELOTA LOCA</p> <p>OBJETIVO: Permitir al niño explorar el mundo que lo rodea mejorando su acto motor de manera más eficaz.</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología. 2. Juego con botellas plásticas recicladas. 3. Tomamos un par de botellas plásticas grandes y las abrimos por el medio, de tal manera que conservemos el asa para agarrar. 4. Para jugar en parejas o entre tres jugadores. Es un juego simple de lanzar una pelota y atraparla con la botella. 5. Gana el que atrape más pelotas <p>VARIANTES: NINGUNA</p> <p>MATERIALES: Botellas reciclables Y Pelotas de papel</p>	
--	--

3.2.2.5. ACTIVIDAD 2

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------



NOMBRE: A LA CANASTA

OBJETIVO: Fortalece el lanzamiento en lo niños por medio del juego

METODOLOGIA:

1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología.
2. Puntería y lanzamiento de objetos a un cubo o balde:
3. Para este juego, deberán haber dos personas, uno será el que tenga un canasto amarrado detrás de la espalda y el otro será el que va a lanzar, buscar muchos objetos que se puedan lanzar sin que ocasione alguna lesión a la otra persona, la que tiene el canasto deberá estar a una distancia de 5 metros dándole la espalda al otro compañero, solo se podrá mover en el puesto para evitar que caigan objetos dentro del canasto, y el otro tener buena puntería para encestar la mayoría de objetos posibles, esto se hace durante un minuto y luego cambian de roles, gana el que meta más objetos al canasto.

VARIANTES: NINGUNO

MATERIALES:

- Canasta o balde
- Objetos que sean delicados
- Pelotas hechas de papel





3.2.3.6 ACTIVIDAD 3

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: "LANZA Y ATRAPA LA PELOTA"</p> <p>OBJETIVO: Fomenta el trabajo en Equipo y el compañerismo, mediante el juego</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología. 2. en esta actividad debe haber dos personas, las cuales estarán frente a frente separadas a 5 metros de distancia, empezarán a lanzarse o pasar una pelota por el aire, aquí podrán trabajar lanzamiento y recepción, como variantes pueden darle la indicación que primero lo hagan con la mano derecha, luego a los 30 segundos cambian de mano o también que la lancen con las dos manos a la vez. La pelota no debe caer al suelo. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Luego de hacer el lanzamiento se da un paso hacia atrás o lateral <p>MATERIALES: pelota</p>	

3.2.2.6. ACTIVIDAD 4

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: QUIEN ES EL MÁS ÁGIL</p> <p>OBJETIVO: desarrollar la habilidad motriz de lanzamiento por medio del juego</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología este juego lo pueden hacer con el padre de familia, el hermano o un amigo cercano, se van a ubicar frente a frente a un metro de distancia, debe haber una pelota de tamaño mediano, una persona deberá lanzar la pelota hacia arriba y alta y la otra persona debe estar pendiente y esperar para atrapar la pelota cuando vaya cayendo, lo pueden hacer intercalado uno lanza un intento luego sigue la otra persona, si el que va a Recepcionar o atrapar la pelota la deja caer al piso, será punto para el que la lanzó, lo pueden hacer a los 5 puntos. La pelota solo deben lanzarla hacia arriba <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> Se puede realizar la actividad con dos pelotas Una pelota y una bomba de tal manera esta no toque el suelo <p>MATERIALES: pelotas y bombas</p>	

3.2.5. SEMANA V

3.2.2.7. ACTIVIDAD 1

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: EL SEMÁFORO OBJETIVO: Mejorar su habilidad motriz de cuadrupedia por medio del juego y reforzar los colores primarios en el educando. METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. En esta actividad el estudiante deberá estar en posición cuadrupedia, es decir, manos y pies en el piso, va a ser de cuenta que es un carrito, el padre de familia le va a dar las siguientes instrucciones: Color amarillo: prepararse para seguir el recorrido Color verde: sigue conduciendo Color rojo: parar 3. El estudiante se debe estar desplazando por todo el espacio y cuando el padre de familia diga uno de estos colores él debe hacer el gesto o acción que corresponda, como mínimo 5 segundos y luego siguen haciendo la actividad hasta que escuche la orden de otro color, si el estudiante se equivoca tendrá un punto negativo, gana cuando complete 5 aciertos. <p>VARIANTES: ninguna</p> <p>MATERIALES: hojas de color</p>	

3.2.2.8. ACTIVIDAD 2

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------



NOMBRE: VE AL COLOR CORRECTO

OBJETIVO: Mejorar su habilidad motriz de desplazamiento por medio del juego y reforzar los colores primarios en el educando.

METODOLOGIA:

1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología
2. vamos a buscar 4 objetos o cosas que tengan el siguiente color: amarillo, azul, rojo, negro, y vamos a ubicarlas en cada esquina haciendo la forma como de un cuadro, el estudiante va estar ubicado en el medio del cuadro o los objetos, primero hará un reconocimiento visual de donde se encuentra cada color, luego cerrará los ojos y empezará a trotar suave en el puesto, el padre de familia deberá decir un color de estos y el estudiante deberá desplazarse ya sea gateando o de pie y tocar el objeto de dicho color, no podrá abrir los ojos, si se equivoca de color tendrá un punto negativo, si lo acierta un punto positivo, luego abre los ojos para volver otra vez al medio y seguir realizando la actividad.

VARIANTES: ninguno

MATERIALES: objetos de color que indica la descripción



3.2.2.9. ACTIVIDAD 3

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: BOTELLAS DE COLORES</p> <p>OBJETIVO: Mejorar su capacidad de reconocimiento por medio del juego y reforzar los colores primarios en el educando</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. vamos a buscar 4 botellas de plástico, se deben pintar una de color amarillo, otro de negro, una de azul y otra de rojo, estas botellas se van a ubicar acostadas, el estudiante va estar a 4 metros de distancia de estas, el padre de familia dirá un orden de colores y el estudiante deberá salir corriendo y acomodar las botellas de izquierda a derecha según los colores dichos, ejemplo: -Amarillo, rojo, negro, azul. -Rojo, negro, azul, amarillo. -Negro, azul, rojo, amarillo. <p>El padre de familia solo le repetirá una sola vez, si el estudiante se equivoca en el orden de los colores, tendrá un punto negativo, si lo hace bien un punto positivo, gana cuando complete 5 puntos</p> <p>VARIANTES: Ninguno</p> <p>MATERIALES: botellas de colores</p>	

3.2.2.10. ACTIVIDAD 4

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------



<p>NOMBRE: MUEVETE SEGÚN EL NÚMERO</p> <p>OBJETIVO: Mejorar su capacidad de ubicación temporoespacial por medio del juego</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. el estudiante tendrá una pelota en sus manos y se desplazará en distintas direcciones por todo el espacio que tenga disponible, el padre de familia le dirá un numero en voz alta, los cuales son los siguientes: -UNO: realizar un giro a la derecha y seguimos caminando con la pelota -DOS: realizar un salto y seguir caminando. -TRES: agacharse y levantarse, sigue caminando. -CUATRO: realizar un giro a la izquierda, seguir caminando El padre de familia va alternando los numeros que indica para que se alternen las acciones, nunca se puede soltar o dejar caer la pelota. <p>VARIANTES: ninguno</p> <p>MATERIALES: balón o pelota</p>	
---	--

3.2.3. SEMANA VI

3.2.3.4. ACTIVIDAD 1

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------

<p>NOMBRE: LA GRÚA</p> <p>OBJETIVO: mejorar y reforzar la coordinación a través de la ejecución del juego la grúa</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. Para esta actividad vamos a necesitar de un canasto de ropa o pote mediano, tres pelotas de plástico o pelotas hechas de papel recubiertas con cinta, le pedimos al niño que se acueste boca arriba, le colocamos una pelota en el medio de los pies para que este la pueda sujetar, el canasto debe estar detrás de la cabeza del niño, la idea es que este sea capaz de llevar los pies en forma de grúa hacia el canasto intentando introducir la pelota en este. Para mayor dificultad se pueden hacer pelotas más pequeñas. <p>VARIANTES: realizar el juego con los ojos cerrados</p> <p>MATERIALES: En el juego de la grúa, se pueden utilizar pelotas, peluches pequeños o zapatos de material liviano</p>	
--	--

3.2.3.5. ACTIVIDAD 2

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------

<p>NOMBRE: ATRÁPALA OBJETIVO: mejorar y reforzar la coordinación a través de la ejecución del juego METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. En esta actividad buscamos un canasto de ropa o balde mediano y se lo damos al niño para que lo sostenga con las dos manos, el padre de familia se ubica al frente a 5 metros de distancia y deberá lanzar pelotas u objetos que se puedan meter en el canasto, el niño maneja el canasto de modo que los objetos caigan adentro, si deja caer algo al piso deberá volver a empezar, luego pueden intercambiar de roles el padre y el niño <p>VARIANTES: Ninguno MATERIALES: pelotas y un canasto</p>	
--	--

3.2.3.6. ACTIVIDAD 3

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: LA RAYUELA OBJETIVO: Rescatar los valores fundamentales en los niños y padres de familia a través de juego la rayuela METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Se le da a conocer el juego a los participantes, luego con una tiza blanca y sobre el suelo se dibujan cuadrados y se enumeran del uno al diez 4. Luego, cada participante deberá coger una piedra y tirarla sobre cada casilla; deberá completar el casillero saltando con una sola pierna por cada número hasta llegar donde está la piedra, y así sucesivamente. 	



<p>5. Si la piedra no cae dentro de la casilla correspondiente pierde su turno y le toca al siguiente</p> <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se realiza la misma metodología, pero con los ojos vendados • Se puede jugar por parejas <p>MATERIALES: espacio para dibujar la rayuela, tiza</p>	
--	--

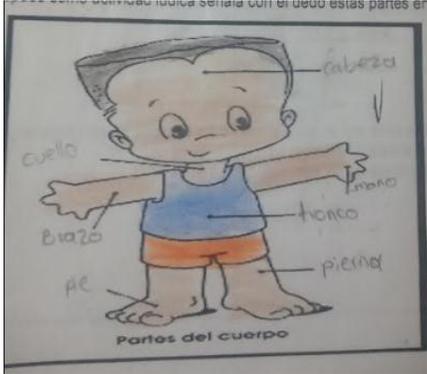
3.2.3.7. ACTIVIDAD 4

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: JINETES</p> <p>OBJETIVO: mejorar la orientación y ubicación en el espacio a través de juegos realizados con otros familiares o amigos.</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. Se debe realizar por parejas, buscar un lugar en el que se puedan esquivar obstáculos, uno de los integrantes se ubica detrás del otro, de tal manera que quien quede atrás (el jinete) pueda colocar o rodear la cintura de su compañero con la cuerda o el suéter. El que está ubicado atrás deberá dar instrucciones de cómo y hacia donde debe moverse el compañero de adelante, para evitar tropezar con obstáculos, ejemplo: adelante, atrás, a la derecha, a la izquierda, agachado o de pie. Luego intercambian de roles, recordar que el que está ubicado adelante debe permanecer con los ojos cerrados y solo se guiará por la voz de su otro compañero. <p>VARIANTES: Ninguno</p> <p>MATERIALES: cuerda o suéter, aros, tiza</p>	



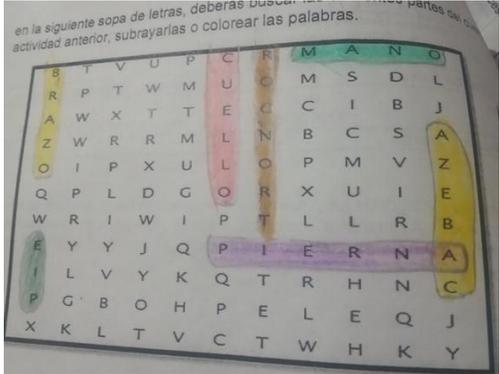
3.2.4. SEMANA VII

3.2.3.7. ACTIVIDAD 1

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: PARTES DEL CUERPO</p> <p>OBJETIVO: identificar las diferentes partes del cuerpo humano a través de la actividad conozco mi cuerpo</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. con la ayuda del padre de familia, menciona y señala en el dibujo: cuello, cabeza, mano, tronco, brazo, pie, pierna, después como actividad lúdica señala con el dedo estas partes en tu cuerpo y en el de tus familiares <p>VARIANTES: Ninguno</p> <p>MATERIALES: colores, lápiz o lapicero, revista o periódico, colbon, tijeras.</p>	



3.2.3.8. ACTIVIDAD 2

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: LA GRÚA</p> <p>OBJETIVO: identificar las diferentes partes del cuerpo humano a través de la actividad conozco mi cuerpo</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. en la siguiente sopa de letras, deberás buscar las diferentes partes del cuerpo que seleccionaste en la actividad anterior, subrayarlas o colorear las palabras <p>VARIANTES: Ninguno</p> <p>MATERIALES: colores, lápiz o lapicero, revista o periódico, colbon, tijeras.</p> <p style="text-align: center;">GRAFICA</p> <p>Comentarios y reflexión:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál parte del cuerpo crees que usas más y por qué? - ¿consideras que es necesario conocer cada parte de nuestro cuerpo, por qué? 	

3.2.3.8. ACTIVIDAD 3

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------



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

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

NOMBRE: RELLENO DE PAPEL

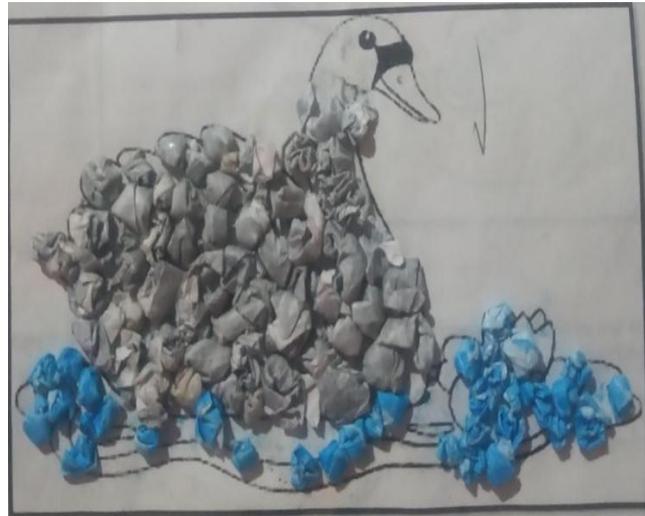
OBJETIVO: estimular la motricidad fina por medio de las diferentes actividades

METODOLOGIA:

1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología
2. Buscar una hoja de cuaderno o de block, colorearla toda de color gris y luego vas a empezar a rasgarla por pedacitos y hacer bolitas pequeñas, luego vas a echarle colbon y pegarlas por todo el dibujo del cisne, después vas a colorear otra hoja de color azul y hacer el mismo proceso, luego pegas las bolitas o papelitos de color azul debajo y alrededor del cisne como si fuera agua. Cuando pegues los papelitos trata de no colocarlos encima de las líneas para que el dibujo no pierda la figura

VARIANTES: Ninguno

MATERIALES: colores, lápiz o lapicero, revista o periódico, colbon, tijeras.





3.2.3.9. ACTIVIDAD 4

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: PAISE</p> <p>OBJETIVO: mejorar el coloreado por medio de una ficha de trabajo</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se les da a conocer a los niños el juego con sus reglas y su metodología 2. Para esta actividad deberás buscar colores, a continuación, encontraras un dibujo el cual debes colorear con los colores que te gusten, si deseas colocar o agregar otras cosas en el dibujo lo podrás hacer <p>VARIANTES: Ninguno</p> <p>MATERIALES: colores, lápiz o lapicero ficha</p>	

3.2.4. SEMANA VIII

3.2.4.4. ACTIVIDAD 1

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
--------------------------	---------------------

<p>NOMBRE: LA GALLINITA CIEGA</p> <p>OBJETIVO: desarrollar la confianza en los niños y padres de familia</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> Se les explica la metodología clara a trabajar en el juego Los participantes sortean para ver quien comienza, éste tendrá que taparse los ojos con la prenda y dar vueltas sobre sí mismo. Cantando la siguiente canción: 'Gallinita ciega que se te ha perdido una aguja y un dedal date la vuelta y lo encontrarás'. Una vez terminada la canción, el niño que tiene tapado los ojos tendrá que encontrar a los demás. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> Por equipos uno es guía <p>MATERIALES: venda y espacio amplio</p> <p>Recomendaciones: no fomentar el juego brusco</p>	
--	--

3.2.4.5. ACTIVIDAD 2

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: LA SOGA O CUERDA</p> <p>OBJETIVO: fortalecer el trabajo en equipo entre los padres de familia y lo niños a través del juego</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> Se les explica la metodología clara a trabajar en el juego Se traza una línea divisoria en el terreno de juego y en la mitad de la cuerda se ata el pañuelo. A cada lado del pañuelo se ponen igual número de jugadores de los dos equipos. Se tensa la cuerda tirando de ambos lados y se coloca el pañuelo justo sobre la línea divisoria del campo de juego. 	



<p>4. A la señal todos los jugadores tiran de la cuerda hacia su lado y gana el equipo que consigue arrastrar a todos los jugadores del otro equipo al otro lado de la línea.</p> <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La misma dinámica del juego pero de espaldas <p>MATERIALES: Soga, pañuelo y espacio amplio Recomendaciones: no fomentar el juego brusco</p>	
---	--

3.2.4.6. ACTIVIDAD 3

DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: LA CARRETILLA</p> <p>OBJETIVO: Fomentar la convivencia y el respeto por medio del juego</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Se les da a conocer a los niños y pares el juego con sus reglas y su metodología. 6. Se puede jugar de dos en dos o en grupo, formando parejas para hacer carreras. 7. Uno de los niños se tumba en el suelo boca abajo con las manos apoyadas a la altura del pecho, mientras que el otro le coge por los tobillos y le levanta las piernas a la altura de su cintura como si fuese una carretilla. 8. El que se encuentra en esta posición sólo puede ayudarse de las manos para desplazarse y tratar de llegar a la meta antes que el equipo rival. <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El niño q va tumbado en suelo lleva los ojos vendados 	

3.2.4.7. ACTIVIDAD 4



DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>NOMBRE: LA COMBA</p> <p>OBJETIVO: fortalecer capacidades básicas en lo niños y padres de familia</p> <p>METODOLOGIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Se le enseña la metodología a los niños y padres de familia sobre el juego la comba, teniendo en cuenta que el juego se puede realizar individual o colectivamente 5. Si se juega individualmente, es la propia persona la encargada de hacer girar la cuerda y saltar. 6. Si se practica colectivamente, la cuerda será girada por Dos Personas, una a cada extremo, mientras que otra persona será la encargada de saltar. Y asegúrate de saltar más veces que tus compañeros <p>VARIANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El equipo que haga más saltos a pie junto gana <p>MATERIALES: cuerdas y espacio amplio para aplicar la actividad</p>	



3.3.1 ANEXOS DEL CAPÍTULO III

GUIAS:

Institución Educativa Monsenor Ricardo Trujillo Gutiérrez GUIA DE TRABAJO EN CASA MAYO Cucutilla		
AREA y/o AREAS INTEGRADAS: Educación física	Grado: SEGUNDO Y TERCERO	
DOCENTE: Miguel Angel Quintero	CELULAR 3204765001	CORREO mquinteratu@gmail.com
TEMA(S): HABILIDADES MOTRICES BASICAS (correr, lanzar, saltar, atrapar)		

¿QUÉ VAS A APRENDER?

El estudiante a través de las siguientes guías va a aprender que son las habilidades motrices básicas, cuales son las más importantes o que realizamos a diario y a lo largo de nuestros días, sus beneficios y, por último, podrá encontrar algunos juegos y actividades para realizar en casa con la ayuda de sus familiares, amigos o vecino.

OBJETIVO:

-Mejorar las habilidades motrices básicas a través de los diferentes juegos y actividades de la guía de educación física

Habilidades motrices básicas



Entendemos por habilidades motoras básicas, todas las formas de movimientos naturales que son necesarias para la motricidad humana, que sirven de sustento para la motricidad fina y para la adquisición de destrezas más complejas.

Es necesario fomentar el desarrollo y dominio correcto de las habilidades básicas como: saltar, correr, caminar, etc., ya que constituyen la parte esencial y básica de nuestra motricidad general, y así poder llevar a cabo las más específicas. Esto permitirá en el desarrollo del niño la adquisición de los objetivos de la educación física.

Por medio de la realización de los siguientes juegos y actividades, el estudiante va seguir mejorando todas sus habilidades motrices básicas, como lo son: saltar, correr, lanzar, atrapar, desplazarse, girar, entre otras, además de poder recrearse en casa y realizar actividad física, en edades tempranas es muy importante trabajar estas habilidades por medio del juego y las diferentes actividades que ayudan o sirven para que el estudiante continúe en ese proceso de mejoramiento y perfeccionamiento del desarrollo de las actividades motoras.

- Lanzamientos
- Recepciones

Desplazamientos:

Esta habilidad motriz genérica implica un cambio de posición del cuerpo de un punto a otro del espacio. Su realización conlleva una mejora de la coordinación dinámica general y de la percepción y estructuración espacio-temporal.

Los tipos de desplazamiento son:

-Carrera, marcha, reptación, cuadrupedia, arrastres, transportes, deslizamientos

Salto:

La habilidad motriz básica de saltar consiste en separar los pies del suelo, venciendo la fuerza de la gravedad. A su vez, implican la extensión de una o de ambas piernas.

Desde un punto de vista estructural, los saltos pueden ser:

- A la pata coja
- Alternantes (cambiando de pierna)
- Con los pies juntos

Giros

Esta habilidad motriz genérica implica realizar una rotación sobre cualquiera de los ejes del cuerpo humano. Los giros mejoran: la percepción y estructuración espacio-temporal; el control postural.

En función del eje, nos encontramos con los siguientes tipos de giros:

- Longitudinal: rodar de lado.
- Transversal: vuelta pineta.
- Sagital: hacer una U o rueda lateral

Lanzamientos

La habilidad motriz básica del lanzamiento supone enviar algo a alguien sin llevarlo. Su desarrollo está ligado al de la recepción.

Los lanzamientos mejoran: la coordinación segmentaria y la percepción y estructuración espacio-temporal.

existen 2 tipos de lanzamientos:

- Con una sola mano.
- Con las 2.

Recepciones

Esta habilidad motriz básica implica coger lo que el otro ha enviado. Cabe mencionar que lanzamientos y recepciones son habilidades motrices genéricas que se trabajan conjuntamente.

Los tipos de recepción que conocemos son:

- Parar: atrapar un móvil.
- Despejar: desviar un objeto de su trayectoria.
- Controlar: implica mantener la posesión del móvil, pero sin cogerlo.



ACTIVIDADES

ACTIVIDAD #1: "el semáforo"

Descripción: en esta actividad el estudiante deberá estar en posición cuadrupedia, es decir, manos y pies en el piso, va a ser de cuenta que es un carrito, el padre de familia le va a dar las siguientes instrucciones:

Color amarillo: prepararse para seguir el recorrido

Color verde: sigue conduciendo

Color rojo: parar

El estudiante se debe estar desplazando por todo el espacio y cuando el padre de familia diga uno de estos colores él debe hacer el gesto o acción que corresponda, como mínimo 5 segundos y luego siguen haciendo la actividad hasta que escuche la orden de otro color, si el estudiante se equivoca tendrá un punto negativo, gana cuando complete 5 aciertos.



ACTIVIDAD #2: "ve al color correcto"

Descripción: vamos a buscar 4 objetos o cosas que tengan el siguiente color: amarillo, azul, rojo, negro, y vamos a ubicarlas en cada esquina haciendo la forma como de un cuadro, el estudiante va estar ubicado en el medio del cuadro o los objetos, primero hará un reconocimiento visual de donde se encuentra cada color, luego cerrará los ojos y empezará a trotar suave en el puesto, el padre de familia deberá decir un color de estos y el estudiante deberá desplazarse ya sea gateando o de pie y tocar el objeto de dicho color, no podrá abrir los ojos, si se equivoca de color tendrá un punto negativo, si lo acierta un punto positivo, luego abre los ojos para volver otra vez al medio y seguir realizando la actividad.



El padre de familia solo le repetirá una sola vez, si el estudiante se equivoca en el orden de los colores, tendrá un punto negativo, si lo hace bien un punto positivo, gana cuando complete 5 puntos.



ACTIVIDAD #4: "muevete según el número"

Descripción: el estudiante tendrá una pelota en sus manos y se desplazará en distintas direcciones por todo el espacio que tenga disponible, el padre de familia le dirá un número en voz alta, los cuales son los siguientes:

- UNO: realizar un giro a la derecha y seguimos caminando con la pelota
- DOS: realizar un salto y seguir caminando.
- TRES: agacharse y levantarse, sigue caminando.
- CUATRO: realizar un giro a la izquierda, seguir caminando

El padre de familia va alternando los números que indica para que se alternen las acciones, nunca se puede soltar o dejar caer la pelota.



ACTIVIDAD #5: "golpeando el globo"



ACTIVIDAD #6: "transporta el globo y no lo dejes caer"

Descripción: para esta actividad vamos a necesitar un globo, el estudiante se ubica en una línea inicial, se le dará la orden que transporte el globo hacia el otro lado haciendo una acción específica, ejemplo: solo con la mano derecha, con las dos manos, encima de la cabeza, pateándolo, en la mitad de los pies, etc. Debe ir y volver a la línea de inicio, si se le cae o toca el suelo el globo, deberá volver a empezar, como variante el padre de familia puede decirle que lo haga caminando, corriendo, saltando a dos pies, de para atrás, etc.



ACTIVIDAD #7: "leva las pelotas y gana"

Descripción: esta actividad es de agilidad y velocidad, debe haber dos personas, al frente de ellos van a estar ubicados tres juguetes o pelotas, los competidores deben estar en una línea inicial, a lo que una tercera persona dé la orden de salida, deberán salir corriendo y agarrar un elemento y llevarlo a la línea inicial, gana el primero que lleve dos, es decir, como hay tres objetos, el primero que llegue a agarrar el segundo objeto inmediatamente será el vencedor, es importante poner en práctica la habilidad motriz de correr rápido para poder salir ganador en este juego.



ACTIVIDAD #8: "identifica la habilidad motriz correcta"

Descripción: une con una línea el nombre de la habilidad motriz básica con el dibujo que corresponda



PARA TENER EN CUENTA:



Cumplir o aprender una tarea propuesta, con eficacia y con el mínimo gasto de energía.

Es la capacidad que tiene el cuerpo humano de moverse o desplazarse.

Hace referencia a lo habitual, necesario para la vida cotidiana.

OBSERVACIONES Y COMENTARIOS:

➤ ¿Cuáles o cual es la habilidad motriz que más te gusta trabajar y por qué?

➤ ¿Consideras que es necesario hacer juegos o actividades donde te toque realizar o trabajar tus habilidades motrices básicas, por qué?

➤ ¿Por qué crees que es necesario desarrollar y mejorar tus habilidades motrices básicas en tu etapa de crecimiento?

➤ ¿Cuál habilidad motriz básica te gustaría desarrollar o trabajar más en las siguientes actividades y por qué?



 Institución Educativa Monsenor Ricardo Trujillo Gutiérrez GUIA DE TRABAJO EN CASA ABRIL Cucutilla		
AREA y/o AREAS INTEGRADAS: Educación física	Grado: Cuarto y quinto	
DOCENTE: Miguel Angel Quintero	CELULAR 3204765001	CORREO mquinteratu@gmail.com
TEMA(S): Motricidad fina, conozco mi cuerpo.		

A continuación, vas a encontrar actividades y algunos juegos lúdicos que podemos hacer en casa con nuestros familiares, amigos o vecino de nuestra edad. Ayudarán al estudiante a seguir mejorando sus capacidades motrices básicas, motricidad fina, como lo es: Colorear, recortar, pegar y dibujar, son muchas formas de poder recrearse y pasar un momento a meno.

¿Qué vas a aprender?

- Con la ayuda del padre de familia, el estudiante va a conocer las diferentes partes del cuerpo.
- Adoptar diferentes posturas con su cuerpo.
- Mejorar la motricidad fina a través de actividades como: recortar, colorear, pegar, dibujar y rasgar, además de Utilizar su creatividad e imaginación para dibujar y unir trazos para realizar figuras.
- Realizar juegos recreativos en casa, en compañía de los familiares, con el objetivo de seguir mejorando sus capacidades motrices.

Conozcamos más acerca de la motricidad fina.



La motricidad fina comprende todas aquellas actividades de los niños que necesitan de una precisión y un elevado nivel de coordinación, que son requeridos especialmente en tareas donde se utilizan de manera simultánea el ojo, mano, dedos; el cual nos permite realizar las siguientes actividades, como: rasgar, cortar, pintar, colorear, enhebrar, escribir.

ACTIVIDADES.

1. Buscar una hoja de cuaderno o de block, colorearla toda de color gris y luego vas a empezar a rasgarla por pedacitos y hacer bolitas pequeñas, luego vas a echarle colbon y pegarlas por todo el dibujo del cisne, después vas a colorear otra hoja de color azul y hacer el mismo proceso, luego pegas las bolitas o papelitos de color azul debajo y alrededor del cisne como si fuera agua. Cuando pegues los papelitos trata de no colocarlos encima de las líneas para que el dibujo no pierda la figura

2. Para esta actividad deberás buscar colores, a continuación, encontraras un dibujo el cual debes colorear con los colores que te gusten, si deseas colocar o agregar otras cosas en el dibujo lo podrás hacer.



3. Para esta actividad deberás buscar: tijeras, colores, colbon y hojas de block o de cuaderno, los cuadros que aparecen abajo tienen el nombre de un color, deberás primero recortar en una hoja de block un cuadro del mismo tamaño el cual después vas a colorear de acuerdo al nombre del color que aparece, luego pegaras el cuadro que coloreaste encima de los cuadros de la hoja.

NEGRO AZUL ROJO AMARILLO



ROSADO NARANJADO VERDE BLANCO





Juegos recreativos para hacer en casa.

A continuación, vas a encontrar algunos juegos y actividades lúdico-recreativas, las cuales las puedes hacer con tu familia o amigos, estas actividades sirven para seguir mejorando nuestras capacidades motrices físicas, como lo son: correr, saltar, lanzar, giras, entre otras...

Objetivo: desarrollar estrategias para experimentar distintas posibilidades de movimiento y resolver problemas al jugar

Materiales: pañuelo, cuerda o suéter, venda o pañuelo.

Actividad: "quita el pañuelo"

Buscar un lugar cómodo en donde habrá dos participantes, cada uno se colgará por detrás un pañuelo o trapo a la altura de la cintura, al comenzar el juego ambos jugadores se ubican de frente y tratarán de quitar el pañuelo al oponente, pueden utilizar cambios de dirección, medio giro o giros completos para poderse desplazar y evitar que el pañuelo sea tocado o robado por su otro compañero, cada vez que alguien lo toque será un punto para él, lo pueden hacer a los 5 puntos.



-Actividad: pelota al hoyo

Vas a buscar una caja de cartón, luego en la parte de abajo, en la mitad exactamente, le vas hacer un hueco u hoyo, por donde pueda pasar una pelota pequeña que tengas o hacer una de papel, luego buscaras un palo de recogedor y te ubicaras a tres metros de distancia de la caja, intentarás golpear la pelota con el palo y hacer que esta entre o ingrese por el hoyo que hiciste en la caja. Cada vez que lo logres será un punto, lo puedes hacer a los 5 puntos.



JUEGOS RECREATIVOS.

A continuación, vas a encontrar algunos juegos y actividades lúdico-recreativas, las cuales las puedes hacer con tu familia, estas actividades sirven para seguir mejorando nuestras capacidades motrices físicas, como lo son: correr, saltar, lanzar, giras, entre otras...

Objetivo: desarrollar estrategias para experimentar distintas posibilidades de movimiento y resolver problemas al jugar

Materiales: pañuelo, cuerda o suéter, venda o pañuelo.

Actividad: "quita el pañuelo"

Buscar un lugar cómodo en donde habrá dos participantes, cada uno se colgará un pañuelo o trapo a la altura de la cintura, al comenzar el juego ambos jugadores se ubican de frente y tratarán de quitar el pañuelo al oponente, pueden utilizar cambios de dirección, medio giro o giros completos para poderse desplazar y evitar que el pañuelo sea tocado o robado por su otro compañero, cada vez que alguien lo toque será un punto para él, lo pueden hacer a los 5 puntos.



- "la ruta adecuada"

Primero vamos a adecuar el espacio con algunos objetos dispersos por toda el área a manera de obstáculos, usa objetos que no se rompan con facilidad para evitar accidentes o golpes del estudiante, vamos a vendarle los ojos al niño y colocarlo en un lugar o punto de partida, esconderemos una pelota o botella el cual el niño deberá encontrar, el padre de familia será el que lo va estar guiando siempre, para que no toque ningún obstáculo o se caiga, cada vez que toque un obstáculo será un punto negativo, lo pueden hacer en competencia con otra persona, el que dure menos tiempo en encontrar la pelota, luego intercambian de roles, el padre de familia, hermano o amigo, se coloca la venda para que el niño sea el que lo guíe.



- "Saltando la cuerda"

Para esta actividad vamos a necesitar una cuerda o lazo mediano, el estudiante se va ubicar en la mitad de la cuerda, habrá dos personas que tendrán sujeta la cuerda en cada extremo, van a empezar a darle vuelta para que el estudiante pueda saltar, recordar no hacerlo tan rápido al principio mientras el estudiante se va adaptando, pueden saltar de varias formas, primero de frente, luego en forma lateral, con un pie, con los dos pies. Lo podemos también hacer en competencia, por tiempos, el que más dure saltando la cuerda.



- "que no te toque la cuerda"

Para este juego vamos a buscar una cuerda o lazo, le pedimos al estudiante que se ubique a dos o tres metros de distancia, según lo largo de la cuerda, el padre de familia se inclinará y empezará a darle vueltas en forma circular a la cuerda alrededor del piso, el estudiante deberá estar atento para saltar y evitar ser tocado por la cuerda, si hay otro niño lo pueden hacer por competencia, o irse turnando cada vez que sean tocados por la cuerda.



Comentarios y reflexión:

- ¿te gustaron los juegos que realizaste?, ¿por qué?

- ¿crees que es necesario realizar juegos en casa que contengan saltos, velocidad, girar, lanzar?, ¿por qué?



<p>Institución Educativa Monsenor Ricardo Trujillo Gutiérrez GUÍA DE TRABAJO EN CASA JUNIO Cucutilla</p>		
AREA y/o AREAS INTEGRADAS: Educación física	Grado: cuarto y quinto	
DOCENTE: Miguel Angel Quintero	CELULAR 3204765001	CORREO mqinteratu@gmail.com
TEMA(S): capacidades motrices basicas, movimientos segmentarios.		

Descripción de la actividad	Paso a paso de la actividad	Descripción gráfica
<p>Objetivo: Utilizar el lado derecho e izquierdo de tu cuerpo para realizar distintos movimientos</p> <p>Materiales: hojas de papel usadas, lapicero, 2 canastos u ollas.</p> <p>Actividad: conocer la clasificación de los desechos y mejorar la lateralidad de nuestro cuerpo a través del juego.</p> <p>-Desechos orgánicos: Son aquellos que tienen la característica de poder desintegrarse o degradarse rápidamente, transformándose en otro tipo de materia orgánica. Ejemplo: los restos de comida, frutas y verduras, sus cáscaras, carne, huevos.</p> <p>-Desechos inorgánicos: son los que por sus características químicas sufren una descomposición natural muy lenta. Muchos de ellos son de origen natural pero no son biodegradables, por ejemplo, los envases de vidrio, metales, latas.</p> <p>Variantes: -en el juego de la ruta adecuada también podemos dar las instrucciones a través de las palabras Frio o Caliente, frío que</p>	<p>Primero: "desechos a su lugar" vamos a ubicar dos canastos u ollas a tres metros de distancia, uno a la izquierda con el nombre de inorgánico y el otro a la derecha con el nombre de orgánico, el estudiante se ubica en el medio de estos, el padre de familia va a buscar 6 hojas de papel, en tres de ellas escribe el nombre de tres desechos inorgánicos y en las otras 3 de inorgánicos, ejemplo: escribe cascara de banana, este sería un desecho orgánico, o escribe litron de vidrio de gaseosa, que sería inorgánico, luego va a pronunciar en voz alta el nombre del objeto o cosa que puso en el papel para que el niño pueda saber, hace en forma de bolita el papel y lo lanza al niño, este va a recibir con la mano según el lugar a donde crea que debe ir la bolita de papel, ejemplo si va al canasto derecho entonces recibe con la mano derecha o viceversa.</p> <p>Luego al terminar, revisamos cuantas le quedaron en el lugar correcto.</p> <p>Segundo: "la ruta adecuada" Primero vamos a adecuar el espacio con algunos objetos dispersos por toda el área a manera de obstáculos, usa objetos que no se rompan con</p>	

Descripción de la actividad	Paso a paso de la actividad	Descripción gráfica
<p>Objetivo: mejorar la orientación y ubicación en el espacio a través de juegos realizados con otros familiares o amigos.</p> <p>Materiales: cuerda o suéter, aros, tiza</p> <p>Actividad: Buscar un lugar amplio en donde se puedan colocar obstáculos, y los estudiantes se puedan desplazar, recordar que cuando se esté maniobrando la cuerda, hacerlo con el mayor cuidado posible para evitar algún morado o algo en el estudiante, estos juegos nos ayudan a mejorar la orientación, la coordinación y la ubicación del espacio en donde nos encontramos, es necesario que el estudiante aprenda a saber escuchar y entender las orientaciones dadas por el padre de familia para realizar las actividades de la mejor manera posible.</p> <p>Variantes: -el juego del jinete es muy divertido, ya que mientras una persona está guiando a la otra a través de su voz, también va a llevar el control por medio de la cuerda, y el otro integrante debe estar atento a las orientaciones brindadas para evitar caerse o tener contacto con los obstáculos. -en el juego de aros saltarines, sino se cuenta con los aros, entonces realizamos con una tiza la figura circular en el piso</p>	<p>Primero: "jinetes" Se debe realizar por parejas, buscar un lugar en el que se puedan esquivar obstáculos, uno de los integrantes se ubica detrás del otro, de tal manera que quien quede atrás (el jinete) pueda colocar o rodear la cintura de su compañero con la cuerda o el suéter. El que está ubicado atrás deberá dar instrucciones de cómo y hacia donde debe moverse el compañero de adelante, para evitar tropezar con obstáculos, ejemplo: adelante, atrás, a la derecha, a la izquierda, agachado o de pie. Luego intercambian de roles, recordar que el que está ubicado adelante debe permanecer con los ojos cerrados y solo se guiará por la voz de su otro compañero.</p> <p>Segundo: "Aros saltarines" Esta actividad se deberá hacer con tres integrantes, se ubican dos aros separados en el suelo, sino se cuenta con aros entonces hacer la figura o círculo en el piso con una tiza, dos integrantes se colocan dentro de su aro viéndose de frente, el tercer compañero da diversas instrucciones, ejemplo: salto al frente, salto atrás, salto a la derecha o a la izquierda, cuando uno de los niños se equivoca deberá intercambiar de lugar con el que estaba dando las instrucciones, y siguen compitiendo los que están dentro de los aros. Se pueden dar las instrucciones a mayor velocidad para que el juego sea más divertido y dinámico.</p>	

Movimientos segmentarios

corresponden a aquellos movimientos de la locomoción humana en los cuales se incorpora sólo un tipo de articulación, bien sea el brazo, antebrazo, mano, pie, pierna, entre otros...

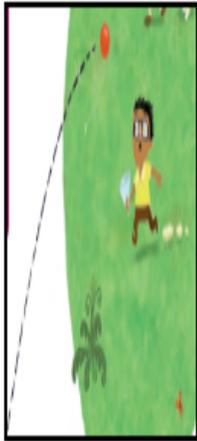
Este tipo de movimientos suele ser un movimiento voluntario Por lo cual Se involucra el procesamiento de la información a partir del sistema nervioso central

Descripción de la actividad	Paso a paso de la actividad	Descripción gráfica
<p>Objetivo: controlar y mejorar los movimientos segmentarios buscando tener buena coordinación a través de los siguientes juegos</p> <p>Materiales: cuerda, sillas u objetos donde amarrar la cuerda, pelota o balón</p> <p>Actividad: en estos juegos es importante la coordinación y el entendimiento con la otra persona, ya que deberán estar atentos a los movimientos y acciones que realice el otro, nos van a servir para mejorar los movimientos segmentarios de la mano o pie que casi no utilizamos.</p> <p>Variantes: -si tenemos una pelota que rebote entonces también podemos pasar la pelota con el pie, eso sí, por encima de la cuerda</p>	<p>Primer paso: Sujetar una cuerda en dos sillas a la altura de la cintura, una de las personas se ubica en un extremo de la cuerda y el otro en el lado contrario, deberán pasar una pelota de un lado a otro realizando al menos dos movimientos, ejemplo: primero lanzan la pelota hacia arriba y luego si la envían al otro jugador, se deberán colocar de acuerdo, si la van a lanzar solo con la mano derecha o la izquierda, dando la espalda a la cuerda o lanzarla con las dos manos. Si la pelota toca la cuerda o no llega al lado contrario será un punto negativo. Para una mayor dificultad se pueden hacer bien atrás de la cuerda.</p> <p>Segundo paso: Para esta actividad debe haber dos personas, estas estarán siempre tomadas de la mano, deberán ir alternando acciones como: lanzar, botar al piso o golpear y atrapar la pelota con su mano libre, nunca deben soltarse así que deberán tener una buena coordinación entre ellos, después cambian de lado para que también lo hagan con la mano que les queda libre.</p>	 

Habilidades motrices básicas:

Son actividades que practicamos y realizamos día a día como lo son: correr, saltar, lanzar, girar, atrapar, además, es la capacidad o aptitud que nos permite realizar y mantener un esfuerzo muscular activo durante el mayor tiempo posible. Otras ventajas es que mejora el trabajo cooperativo conlleva al desarrollo de la solidaridad: de la comunicación, la empatía, etc.

Descripción de la actividad	Paso a paso de la actividad	Descripción gráfica
<p>Objetivo: mejorar la velocidad y atención de los estudiantes a través de los juegos de agilidad, para una mejor coordinación.</p> <p>Materiales: cajas o canastos, pelotas</p> <p>Actividad: para estos juegos o actividades se necesitará de mucha concentración y agilidad, buscar un lugar amplio y cómodo para poder correr sin ningún peligro de sufrir alguna caída, la actividad de correr es necesario que estén separados al menos a dos metros de distancia para evitar un choque, en el segundo juego es necesario tener mucho cuidado y agilidad para evitar que la pelota haga contacto con la cara y nos lastime.</p> <p>Variantes: -las carreras de velocidad también las pueden hacer corriendo y saltando a un solo pie, o caminando rápido. -en la segunda actividad, también se pueden poner de acuerdo para que uno lance la pelota por encima y el otro por debajo, o uno la lanza por el lado derecho de la otra persona y este por el</p>	<p>Primer paso: "corre y encesta la pelota"</p> <p>En un extremo deberán haber dos cajas o canastos, uno a la derecha y otro a la izquierda, esto para cada jugador o participante, y en el otro extremo una línea de salida donde estarán ubicados los participantes, deberán tener una pelota en sus manos, una tercer persona será la que dé la orden para que salgan a correr, deben salir llevar la pelota hasta el otro extremo y el primero que la ingrese al canasto o caja gana el punto, para hacer divertida la actividad, siempre en cada carrera se le pedirá a los participantes empezar en una posición inicial diferente, ya sea sentados, de espaldas, acostados, con las rodillas en el piso, etc. Lo pueden hacer al primero que haga 3 puntos.</p> <p>Segundo paso: "atrapa la pelota"</p> <p>Se ubicaran dos personas frente a frente a tres metros de distancia, cada uno tendrá una pelota o bolita de papel, la actividad consiste en que se van a colocar de acuerdo para lanzar la pelota a la vez, pero uno lanza la pelota por encima y el otro por el medio, es decir cuando lanzan la pelota deben estar pendientes de una vez para recibir la otra, sin dejarla caer, luego lo hacen</p>	 

Descripción de la actividad	Paso a paso de la actividad	Descripción gráfica
<p>Objetivo: utilizar las diferentes habilidades motrices básicas a través de diferentes estrategias para resolver las situaciones que se le presenten en el juego</p> <p>Materiales: pelota, botellas de plástico</p> <p>Actividad: en estas actividades vamos a disponer de un lugar amplio y que no haya obstáculos para que el estudiante pueda desplazarse libremente, va a realizar diferentes capacidades motrices como lo son, saltar, correr, lanzar, etc. Estas le ayudan a ser más ágil, empezar a coordinar mejor sus movimientos y sobre todo tener buena concentración.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -en la primera actividad la pueden realizar que las dos personas de los extremos estén un poco más cerca para el que está en la mitad deba desplazarse de una forma más rápida. -si no se cuenta con una pelota en casa, para la actividad primera también pueden hacerla con algún objeto como una almohada, que no represente peligro para el estudiante. 	<p>Primer Paso: "gato al acecho"</p> <p>Para realizar este juego deberán haber tres personas, uno se coloca en el medio de los otros dos, los que quedaron en los extremos lanzan reciben la pelota, mientras el que está en el centro trata de esquivar el trayecto de la pelota, cuando esta toca el jugador del centro, este cambia de lugar con el que la lanzó, la pelota la pueden lanzar en diferentes direcciones, alta, baja, media, y el que está en el medio deberá tener mucha agilidad y concentración para no permitir ser contactado por esta.</p> <p>Segundo paso: "encesta la pelota"</p> <p>En esta actividad vamos a necesitar de dos botellas plásticas de litro, las cuales las vamos a recortar más o menos por la mitad, utilizando la parte de la boquilla, habrá dos personas las cuales se ubicarán frente a frente a 5 o 6 metros de distancia, estos tendrán cada uno la botella que recortaron, van a estar lanzándose la pelota entre ellos y la van a recibir o recepcionar con la botella, es decir tratar de que caiga por dentro de esta, y luego la devuelven al compañero para que este haga lo mismo, para tener mayor dificultad pueden aumentar la distancia entre ellos, o que lancen la pelota con su mano menos hábil.</p>	 

Descripción de la actividad	paso a paso de las actividades	Descripción gráfica
<p>Objetivo: mejorar la habilidad o el movimiento de desviar o esquivar objetos o cosas a través de los juegos</p> <p>Materiales: pelota de plástico o hecha de papel, guantes o tenis, 2 botellas de plástico.</p> <p>Actividad: es importante que estos juegos se realicen en un lugar cómodo y amplio, además de hacerlos en familia o con nuestros compañeros cercanos, recordar que el movimiento de esquivar o desviar cosas o personas, es muy importante en la mayoría de deportes, ya que nos ayuda a ser más ágiles y rápidos al momento de tomar decisiones dentro del juego.</p> <p>Variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -en la primera actividad tratar de que el que esté lanzando la pelota no la tire a la parte de la cabeza o rostro del otro compañero. -en el segundo juego debemos cuidar nuestra botella solo con nuestro cuerpo, no podemos esconderla o agarrarla con las manos. 	<p>Primer paso: "esquiva y sálvate"</p> <p>En esta actividad vamos a buscar un lugar en donde haya una pared, una persona será la que se ubicará frente a la pared y la otra al frente de la persona a 5 metros de distancia, el que está pegado a la pared va a utilizar unos guantes o tenis en las manos, estos te servirán para esquivar o desviar la pelota que su compañero le estará lanzando con el fin de tocarlo en alguna parte del cuerpo, cuando esto suceda intercambian lugares. Para evitar algún golpe, vamos a utilizar una pelota hecha de papel y envolverla con cinta.</p> <p>Segundo paso: "derriba la botella"</p> <p>Se ubicarán dos personas frente a frente a 5 metros de distancia, detrás de ellos deberá haber en el suelo una botella de plástico, la cual deberán cuidar para que la otra persona no se la derriba con la pelota, cada uno deberá tener una pelota o hacerla de papel, mientras cuidan que no les tumben su botella también van a estar lanzando la pelota para intentar tumbar la botella del otro participante, cada vez que tumben la botella será un punto, lo pueden hacer a los tres puntos.</p>	 



Institución Educativa Monsiñor Ricardo Trujillo Gutiérrez GUÍA DE TRABAJO EN CASA JUNIO Cucullilla		
AREA y/o AREAS INTEGRADAS: Educación física	Grado: Cuarto y Quinto	
DOCENTE: Miguel Angel Quintero	CELULAR 3204765001	CORREO mquinteratu@gmail.com
TEMA(S): ejercicios y juegos para hacer en casa con tu familia		

TEMA: Motricidad gruesa

Es nuestra capacidad para mover los músculos del cuerpo de forma coordinada y mantener el equilibrio, además de la agilidad, fuerza y velocidad necesaria en cada caso. Hace referencia a los movimientos amplios que engloban varios grupos musculares como el control de cabeza, girar sobre sí mismo, gatear, mantenerse de pie, caminar, saltar, etc.

Descripción de la actividad	Paso a paso	Descripción gráfica
<p>Objetivo: mejorar nuestra motricidad gruesa a través de las actividades y juegos a realizar</p> <p>Materiales: Hojas de block o cartulina, marcador o lapicero, cinta y tijeras.</p> <p>Actividad: buscar un espacio cómodo y amplio en la casa para poder realizar los ejercicios con los dados de papel que van a realizar.</p> <p>-Me ubico en un espacio en donde me pueda mover, caminar o correr sin que represente ningún peligro.</p> <p>Variantes:</p> <p>-Elaborar dos dados de papel para que se lleve a cabo la actividad. Puede invitar a algún familiar de la casa para que puedan jugar y disfrutar juntos y así mismo puedan competir al que lo realice más rápido o al que le haya tocado hacer menos acciones.</p>	<p>Primero: Con ayuda de algún familiar diseñe dos dados con hojas de block; uno de los dados va a tener acciones y el otro tiene los números que el estudiante debe repetir la acción</p> <p>Ejemplo: El estudiante lanzó el "Dado números", donde arrojó el número 13, y en el otro dado salió la acción de "Aplaudir", debe realizar esa acción el número de veces que dio como resultado el dado, en este caso 13 veces aplaudir.</p> <p>Segundo: El estudiante procede a disfrutar y jugar de la actividad lúdica con sus familiares.</p> <p>Tercero: Responda las preguntas siguientes, teniendo en cuenta el ejercicio realizado.</p> <p>-¿Qué acción tuvieron que hacer más veces? -¿Cuál salió menos veces?</p>	<p>Dado de acciones</p> <p>Dado números</p>

Tema: La Coordinación

Los juegos de movimiento y de coordinación en niños se dirigen sobre todo a la actividad física (importante siempre) y a la adquisición de diversas destrezas generales: orientación espacial, estimulación de reflejos, coordinación en sentido amplio, lateralización, conocimiento y experimentación del propio cuerpo, capacidad de atención

Descripción de la actividad	Paso a paso de la actividad	Descripción gráfica
<p>Objetivo: mejorar y reforzar la coordinación a través de la ejecución de las diferentes actividades a realizar</p> <p>Materiales: Primer juego 3 sillas Segundo juego 16 fichas pares imprimibles</p> <p>Actividad: buscar un lugar amplio y cómodo. Realizar los ejercicios con la ayuda su familia.</p> <p>Variantes: recordar que las actividades las deben realizar siempre en familia, ya sea uno por uno o haciendo una competición entre ellos mismos, esto es bueno para el estudiante, ya que le ayuda a estar atento y siempre con un buen entusiasmo.</p>	<p>Primer ejercicio "Lateralidad" Juego: "Qué lado" Desarrollo: Para la realización de la actividad, debe haber participación mínimo de 4 personas, las cuales formarán un círculo con las sillas que van a necesitar. En primer lugar, debe haber una persona externa, la cual estará diciendo en voz alta "Izquierda" o "Derecha", mientras los demás están frente a cada silla, atentos a sentarse dependiendo con lo que diga el líder. El que se equivoque va saliendo, hasta haber un ganador. Deben hacerlo de forma rápida, para que haya dinamismo.</p> <p>Segundo ejercicio Juego: Atención Voltear fichas Buscar una caja de cartón, recortar 16 cuadrillos pequeños para luego utilizarlos como fichas, por un lado, del cartón vamos a pintar o colorear y la otra parte queda sin nada, se deben pintar dos cuadros del mismo color, ejemplo: 2 azules, dos rojos, dos verdes, etc., hasta completar 8 parejas de colores. La actividad consiste en colocar en el piso los 16 cuadrillos en desorden, la parte que está pintada queda abajo, a lo que el padre de la orden, debe salir corriendo una sola persona e intentar darle vuelta a dos cuadrillos de modo que coincidan el color, si falla, vuelve al puesto y sale la otra persona, gana el primero que logre encontrar 4 parejas de colores. Esta actividad es buena para el niño ya que le ayuda a desarrollar una buena memoria a</p>	<p>Juego de sillas</p> <p>Fichas de memoria</p>

TEMA: El equilibrio

El equilibrio es la capacidad de mantener una posición corporal controlada mientras se realiza alguna tarea, como: estar sentado en una silla o caminando. El equilibrio está presente en gran parte de las actividades que realizamos, aunque no lo hagamos consciente, por eso es necesario fomentar su desarrollo.

Descripción de la actividad	Paso a paso de cada actividad	Descripción grafica
<p>Objetivo: fortalecer el equilibrio a través de las diferentes actividades, buscando así fomentar su desarrollo.</p> <p>Materiales: Primer ejercicio: -Cojín o almohada -Pelota</p> <p>Segundo ejercicio: -Hojas de papel reciclables -cuchara -Tiza o cualquier objeto para marca la línea</p> <p>Actividad: A continuación, vamos a realizar ejercicios que requieren de mucho equilibrio, para esto, vamos a estar apoyados por nuestros padres quienes con su voz y aliento nos ayudaran a realizar dichas actividades, recordar que el equilibrio requiere de mucho esfuerzo y mucha concentración y agilidad.</p> <p>Variantes: podemos realizar las diferentes actividades en familia, puede ser por puntuación o tiempo según lo acordado.</p>	<p>Primer ejercicio: Equilibrio estático El estudiante estará de pie encima sobre un cojín o almohada, de modo que le produzca rápida inestabilidad. Objetivo: Mantenerse de pie en equilibrio, al lanzar y recibir una pelota. Repeticiones: 10 lanzamientos.</p> <p>Nivel 1: Desde una posición erguida y con ambos pies sobre una almohada/cojín, el estudiante le pedirá a alguien que esté enfrente de él que le lance una pequeña pelota a las manos. Nivel 2: El estudiante con apoyo de un pie sobre el suelo, realizará el mismo ejercicio, pero la persona deberá lanzar la pelota más rápida.</p> <p>Segundo ejercicio: Juego de la cuchara en la boca OBJETIVOS Potenciar el equilibrio. Desarrollar la competitividad (moderadamente). Para el siguiente ejercicio, es primordial tener un rival, el cual consiste primeramente en hacer 20 pelotitas de papel, 10 para cada jugador. El juego consiste en que los participantes estarán situados unos al lado de otro (cada uno tendrá una cuchara en la boca que sostiene una pelota de papel encima), cada uno tendrá delante una línea pintada en el suelo que será la que tendrán que seguir andando manteniendo el equilibrio para que no se les caiga la pelota de la cuchara, si la pelota se cae, el jugador debe recogerla y empezarla desde el principio. Nota: Gana el que lleva las 10 pelotas a la</p>	  

TEMA: Correr

Correr en los niños es especial, no solo les permite mantenerse en forma, sino que les ayuda a liberar energía, fortalece sus huesos y estimula sus habilidades motoras. Es un ejercicio estupendo para aumentar la capacidad respiratoria de los niños y estimular su resistencia cardiovascular.

Descripción de la actividad	Paso a paso de la actividad	Descripción grafica
<p>Objetivo: desarrollar el gusto por la actividad física, la lucha contra el sedentarismo y la garantía de un futuro saludable en los niños</p> <p>Materiales: Primer ejercicio: Sacos o costales</p> <p>Segundo ejercicio: -Tiza o marcador -6 pelotas o tres objetos que contengan el mismo color. (3 de amarillo, tres de azul) Actividad: para estas actividades es necesario que el niño o niña los realice con su familia, ya que les dará más confianza en sí mismo y ayudará a evitar alguna caída o lesión. Recordar animar siempre al niño para que pueda tener motivación.</p> <p>Variantes: hacer que el niño o niña siempre ocupe el papel principal de cada actividad -también se pueden utilizar tres objetos que contengan el mismo color, ejemplo: 3 zapatos de color azul o 3 objetos de la casa que sean de color amarillo</p>	<p>Primer ejercicio Carrera de sacos</p> <p>Se puede hacer en familia. Los participantes deben estar en una línea de partida y, a la cuenta de 1, 2, 3, se les pide que salten con ambas piernas juntas para que avancen hacia la línea de llegada. Los niños deben meter los pies dentro del saco o la bolsa y esperar que alguien dé la orden de salida. -Para iniciar la carrera, los niños deben mantener agarrado el saco con una mano para evitar que caiga por debajo de las rodillas y mantener mientras el equilibrio para poder saltar. -Durante toda la carrera los jugadores deben mantener las dos piernas juntas en la bolsa hasta llegar a la línea de meta. Gana quien llegue primero a la línea de meta.</p> <p>Segunda actividad: Juego del TRIKI -para esta actividad se van a necesitar 6 pelotas hechas de papel envueltas en cinta, pintar tres de azul y tres de amarillo, a 6 metros de distancia dibujar con la tiza la forma de un triki triki, esto se debe hacer en competencia de dos personas, el niño y otro integrante de la familia, cuando el padre de familia dé la orden deberán salir a velocidad con una pelota hasta el triki y colocarla, luego vuelven por la otra y así sucesivamente hasta que alguno de los dos pueda armar el triki triki, si ninguna es capaz, entonces no hay punto para ninguno, gana el primero que haga 3 puntos</p>	 

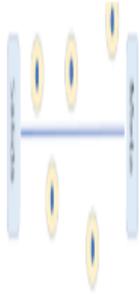
TEMA: Lanzamiento

Los juegos y competencias donde se lanzan y atrapan objetos entre jugadores, exigen habilidades como coordinación motriz general, coordinación óculo-manual, fuerza y agilidad, que sirven para fortalecer la motricidad gruesa, el equilibrio y el reconocimiento corporal.

Descripción de la actividad	Paso a paso de la actividad	Descripción gráfica
<p>Objetivo: Permitir al niño explorar el mundo que lo rodea mejorando su acto motor de manera más eficaz.</p> <p>Materiales:</p> <p>Primera actividad: -Botellas reciclables -Pelotas de papel</p> <p>Segunda actividad:</p> <p>-Canasta o balde -Objetos que sean delicados o pelotas hechas de papel</p> <p>Actividad: para estos juegos es fundamental adecuar el espacio para que el estudiante no sufra alguna lesión o raspadura en sus rodillas o manos, vamos a colocar en el piso colchoneta o cobijas gruesas si tenemos.</p>	<p>Primero ejercicio: Juego de lanzar, con pelota y botella reciclada: Juego con botellas plásticas recicladas. Tomamos un par de botellas plásticas grandes y las abrimos por el medio, de tal manera que conservemos el asa para agarrar. Para jugar en parejas o entre tres jugadores. Es un juego simple de lanzar una pelota y atraparla con la botella. Gana el que atrape más pelotas.</p> <p>Segundo ejercicio: Puntería y lanzamiento de objetos a un cubo o balde: Para este juego, deberán haber dos personas, uno será el que tenga un canasto amarrado detrás de la espalda y el otro será el que va a lanzar, buscar muchos objetos que se puedan lanzar sin que ocasione alguna lesión a la otra persona, la que tiene el canasto deberá estar a una distancia de 5 metros dándole la espalda al otro compañero, solo se podrá mover en el puesto para evitar que caigan objetos dentro del canasto, y el otro tener buena puntería para encestar la mayoría de objetos posibles, esto se hace durante un minuto y luego cambian de roles, gana el que meta más objetos al canasto.</p>	 

TEMA: Saltos

Se encuentra dentro de las Habilidades Motoras Básicas de tipo locomotivas y es una forma de desplazamiento. A medida que los niños crecen y se desarrollan, el salto como habilidad motriz va afianzándose en ellos hasta que llegan a dominarlo.

Descripción de la actividad	Paso a paso de cada actividad	Descripción gráfica
<p>Objetivo: mejorar la habilidad del salto buscando fortalecer el impulso del despegue o a los lados</p> <p>Materiales: cuerda o lazo, piedras o tapas de gaseosa, tiza para marcar los círculos.</p> <p>Actividad: en estas actividades vamos a buscar un lugar cómodo y amplio de modo que el niño pueda saltar sin ningún problema o que sufra alguna lesión, recordar que los materiales los podemos encontrar en nuestra casa, motivar al niño por medio de nuestra voz de aliento y estar pendiente siempre de él.</p> <p>Variantes: -los objetos dentro del círculo pueden ser piedras pequeñas o tapas de gaseosa -la actividad de saltar la cuerda la podemos realizar en familia, para hacerlo por competencia, ya sea por tiempo o por puntos.</p>	<p>Primera actividad: Recoger piedras en equilibrio Se traza una línea sobre el piso. A lado y lado se dibujan pequeños círculos de unos 20 cm. de diámetro. Tratemos de que no queden muy cerca uno del otro. Dentro de cada uno de ellos se ubica una piedra u otros objetos pequeños. -El reto consiste en agacharse desde la posición inicial y empezar a recoger la primera piedra. Cuando la tenga, salta o estira sus pies y se para dentro del círculo donde estaba la piedra. No puede tocar por fuera del círculo. Desde allí se estira y toma la segunda piedra. Y así va ocupando los cuadros que van quedando libres, tras tomar cada piedra. Pueden ser unos 10 círculos donde ubiquemos cada piedra.</p> <p>Importante: Para que el juego tenga gracia es necesario que cada vez vayamos ubicando más lejos los círculos unos de otros, para que los jugadores tengan que hacer un mayor esfuerzo para tomar las piedras. Si un jugador se cae o toca con sus pies por fuera de los círculos, debe volver a la anterior posición y seguir.</p> <p>Segunda actividad: Competencias de Saltos: Vamos a buscar una cuerda que sea un poco larga, la podemos amarrar de un costado y del otro la podrá sostener el padre de familia para ir dándole vuelta a la cuerda, sino se puede amarrar buscamos otra persona para que la tenga de la otra punta, el niño estará ubicado en la mitad a un lado de la cuerda, primero le diremos que empiece a saltarla a dos pies, a medida que vaya pasando el tiempo vamos a ir incrementando la velocidad de modo que el niño deba saltar más rápido, luego si toca la cuerda, el padre de familia o el hermano realiza su turno de modo que</p>	 



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



 Institución Educativa Monsiñor Ricardo Trujillo Gutiérrez GUÍA DE TRABAJO EN CASA JUNIO Cucutilla		
AREA y/o AREAS INTEGRADAS: Educación física	Grado: segundo y tercero	
DOCENTE: Miguel Angel Quintero	CELULAR 3204765001	CORREO mquinteratu@gmail.com
TEMA(S): ejercicios y juegos para hacer en casa con tu familia		

Tema: Coordinación óculo manual

Los juegos de movimiento y de coordinación en niños se dirigen sobre todo a la actividad física (importante siempre) y a la adquisición de diversas destrezas generales: orientación espacial, estimulación de reflejos, coordinación en sentido amplio, lateralización, conocimiento y experimentación del propio cuerpo, capacidad de atención

TEMA CENTRAL: Motricidad gruesa

es nuestra capacidad para mover los músculos del cuerpo de forma coordinada y mantener el equilibrio, además de la agilidad, fuerza y velocidad necesaria en cada caso. Hace referencia a los movimientos amplios que engloban varios grupos musculares como el control de cabeza, girar sobre sí mismo, gatear, mantenerse de pie, caminar, saltar, etc.

Descripción de la actividad	Paso a paso	Descripción grafica
<p>Objetivo: mejorar nuestra motricidad motora a través de juegos de lanzamiento y precisión.</p> <p>Materiales: pelota de plástico o pelotas hechas de papel, tiza, botellas de plástico o de litro.</p> <p>Colocarle bastante cinta alrededor de la pelota de papel para que esta quede algo pesada.</p> <p>Actividad: buscar un espacio cómodo y amplio en la casa para poder realizar los ejercicios y dibujos o formas.</p> <p>-me ubico en un espacio en donde me pueda mover, caminar o correr sin que represente ningún peligro.</p> <p>Variantes: lo podrás realizar primero solo, también competir con tus padres o hermanos, como el que lo haga en menos tiempo o por puntuación.</p> <p>-Sino cuentas con botellas, puedes utilizar objetos o palos de modo que puedan ser derribados</p>	<p>Primero: para esta actividad vamos a utilizar una tiza y varias pelotas pequeñas hechas de papel, con la tiza se harán varios círculos en el piso de diferentes tamaños: pequeños, medianos, grandes, los cuales estarán en cualquier parte del lugar, se hará una línea a 3 metros de distancia la cual servirá para que el niño lance las pelotitas pequeñas desde ahí, sin pasar la raya, deberá quedar una pelota por dentro de cada círculo para que sea válido, sino atina va y recoge las pelotas que quedaron por fuera para volver a lanzarlas.</p> <p>Segundo: Ubico botellas de litro una detrás de otra y algunas al lado, se ubica el niño a una distancia de 5 metros detrás de una línea, este con la pelota hecha de papel deberá intentar tumbar las botellas, lo puede hacer compitiendo con otro integrante de la familia y gana el que tumbes más en menos tiempo.</p>	 

Descripción de la actividad	Paso a paso de cada actividad	Descripción grafica
<p>Objetivo: mejorar y reforzar la coordinación a través de la ejecución de las diferentes actividades a realizar</p> <p>materiales: tiza, pelotas de plástico o hechas de papel, un canasto de ropa o balde mediano</p> <p>actividad: ya cuando tengamos los materiales que se necesiten, procedemos a realizar cada actividad, recordar que esto se debe hacer en un lugar amplio y cómodo para que el niño pueda moverse, caminar, saltar o correr.</p> <p>Variantes: En el juego de la grúa, se pueden utilizar pelotas, peluches pequeños o zapatos de material liviano</p> <p>-en el avioncito podemos colocar las reglas que consideremos, ya sea saltar solo en un pie, solo con el izquierdo o solo con el derecho, o en dos pies, se puede hacer por competición con las personas de la casa.</p>	<p>Primero: "la grúa" Para esta actividad vamos a necesitar de un canasto de ropa o pote mediano, tres pelotas de plástico o pelotas hechas de papel recubiertas con cinta, le pedimos al niño que se acueste boca arriba, le colocamos una pelota en el medio de los pies para que este la pueda sujetar, el canasto debe estar detrás de la cabeza del niño, la idea es que este sea capaz de llevar los pies en forma de grúa hacia el canasto intentando introducir la pelota en este. Para mayor dificultad se pueden hacer pelotas más pequeñas.</p> <p>Segundo: "atrápala" En esta actividad buscamos un canasto de ropa o balde mediano y se lo damos al niño para que lo sostenga con las dos manos, el padre de familia se ubica al frente a 5 metros de distancia y deberá lanzar pelotas u objetos que se puedan meter en el canasto, el niño manejará el canasto de modo que los objetos caigan adentro, si deja caer algo al piso deberá volver a empezar, luego pueden intercambiar de roles el padre y el niño.</p> <p>Tercero: "el avioncito" Con una tiza dibujamos el avioncito en el piso del 1 al 10, el niño deberá ir lanzando un objeto liviano de modo que caiga en el número que vaya, y va ir saltando a uno o dos pies según la forma</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
 www.unipamplona.edu.co



CAPITULO IV

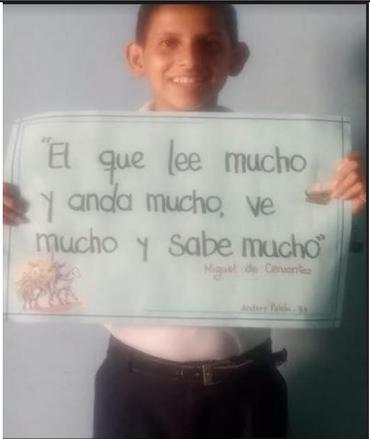
ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

FECHA	ACTIVIDAD	EVENTO/EVIDENCIA
28 de febrero Del 2021	Primera entrega de guías a padres de familia por parte de los Docentes y Señor Rector de la institución	
5 de marzo del 2021	Reunión virtual con el docente de educación física de la institución y practicantes de la universidad, con el fin de hablar sobre el manejo de las guías y la forma de trabajo de educación física en cada una de las sedes	



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



<p>06 de abril del 2021</p>	<p>Encuentro con estudiantes de la parte urbana de toda primaria para realizar bailoterapia y aeróbicos por el día de la actividad física</p>	
<p>23 de abril del 2021</p>	<p>Colaboración en actividades sobre el día del idioma</p>	
<p>24 de abril del 2021</p>	<p>Encuentro con algunos estudiantes del grado quinto de primaria para realizar algunos juegos por motivos del día del niño.</p>	



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



<p>05 de mayo del 2021</p>	<p>Programa radial a cargo de los docentes de primaria.</p>	
-----------------------------------	---	---



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CONCLUSIONES.

Teniendo en cuenta que el objetivo de mi proyecto era mejorar y fortalecer las habilidades motrices básicas en los estudiantes de primaria de la I. E. M. R. T. G, se puede concluir que:

- Se pudo observar una mejora de los estudiantes en cuanto a sus diferentes habilidades motrices básicas, a través de las diferentes clases virtuales en las cuales se les colocaba a hacer diferentes actividades y juegos relacionados con el tema.
- Hubo un interés muy grande por parte de los estudiantes para realizar las diferentes actividades que aparecían en las guías entregadas de educación física.
- Fue un aprendizaje significativo, ya que ellos pudieron aprender tanto con las actividades de las guías, como de las clases virtuales todas las semanas y, esto como docente nos ayuda a sentir y saber que se están haciendo las cosas bien y que a pesar de las dificultades se puede enseñar de manera correcta.
- Otro aspecto positivo que se pudo apreciar, fue el apoyo e interés tanto de los padres de familia, como de los docentes titulares para con la asignatura de E. F, motivándolos con esto a que continúen realizando las próximas guías de la materia en lo que queda del año escolar.
- A pesar de no contar con materiales e implementos deportivos, se pudieron llevar a cabo las diferentes actividades asignadas, gracias a la estrategia de utilizar material u objetos que podemos encontrar en casa.
- Un aspecto negativo que se pudo ver, es el poco interés del señor Rector de la Institución Educativa para con la materia, ya que mientras que a las otras materias se les dejaba una mayor cantidad de páginas, a la asignatura de E. F. era muy poco el espacio establecido en el paquete de guías.



SGCER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



BIBLIOGRAFÍA.

- AJURIAGUERRA, J. D., & ANGELERGUES, R. (1993). De la Psicomotricidad al cuerpo en relación con el otro. A propósito de la obra de Henri Wallon. Psicomotricidad, Revista de estudios y experiencias, 42, 11-23. <https://www.juegoydeporte.com/juegos/de-lateralidad/>
- LOAZA, ALVARES ROGER (2002), define educación virtual [https://www.ecured.cu/Educaci%C3%B3n_Virtual#:~:text=Concepto%20de%20Educaci%C3%B3n%20virtual,-La%20educaci%C3%B3n%20virtual&text=Loaza%2C%20Alvares%20Roger%20\(2002\).,tecnolog%C3%ADa%20y%20el%20medio%20ambiente%22.](https://www.ecured.cu/Educaci%C3%B3n_Virtual#:~:text=Concepto%20de%20Educaci%C3%B3n%20virtual,-La%20educaci%C3%B3n%20virtual&text=Loaza%2C%20Alvares%20Roger%20(2002).,tecnolog%C3%ADa%20y%20el%20medio%20ambiente%22.)
- Le Boulch, J. (1984). La educación psicomotriz en la escuela primaria: la psicokinética en la edad escolar. <https://www.juegoydeporte.com/juegos/de-lateralidad/>
- ARNOLD, R. (1981). Aprendizaje del desarrollo de las habilidades deportivas. PAIDOTRIBO. Barcelona. <https://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>
- LE BOULCH, J. (1981). La educación por el movimiento en la edad escolar. PAIDOS. Barcelona <file:///C:/Users/Autorizado/Downloads/Dialnet-EIDesarrolloDeLasHabilidadesMotricesEnLaEducacionF-6210850.pdf>



SGCER96940



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

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