



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



INFORME FINAL DE PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE  
COLEGIO INTEGRADO CAMILO TORRES

ESTUDIANTE – MAESTRO: YILBER ALBERTO SIZA RODRÍGUEZ  
COD: 1.102.725.384

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA  
FACULTA DE EDUCACIÓN  
LIC. EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES  
PRACTICA INTEGRAL  
PAMPLONA  
2021



SC-CER96940

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



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



INFORME FINAL DE PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE  
COLEGIO INTEGRADO CAMILO TORRES

YILBER ALBERTO SIZA RODRÍGUEZ  
GRUPO A

ASESOR: MG. GABRIEL LEAL SANTAFÉ

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA  
FACULTA DE EDUCACIÓN  
LIC. EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES  
PRACTICA INTEGRAL  
PAMPLONA

2021



SC-CER96940

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

Universidad de Pamplona

Pamplona - Norte de Santander - Colombia

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



## TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN .....	7
CAPITULO I: .....	8
1. OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO .....	8
1.1 RESEÑA HISTÓRICA .....	8
1.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL.....	9
1.3 MARCO LEGAL .....	10
1.4 HORIZONTE INSTITUCIONAL .....	13
1.4.1 OBJETIVO GENERAL.....	13
1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	13
1.5 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES .....	14
1.6 VISIÓN .....	15
1.7 MISIÓN.....	15
1.8 FILOSOFÍA .....	16
1.9 PERFIL.....	16
1.10 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL .....	17
1.11 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.....	18
1.12 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES.....	19
1.12.1 ESCUDO.....	19
1.12.2 BANDERA .....	19
1.12.3 HIMNO.....	20
1.13 MANUAL DE CONVIVENCIAS .....	20
1.14 DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES, DOCENTES, PADRE DE FAMILIA.....	25
1.14.1 Deberes de los estudiantes .....	25



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona

Pamplona - Norte de Santander - Colombia

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



1.14.2 Derechos de los estudiantes ..... 27

1.14.3 Deberes de los educadores ..... 29

1.14.4 Derechos de los educadores ..... 30

1.14.5 Deberes de los padres de familia ..... 31

1.14.6 Derechos de los padres de familia ..... 31

1.15 LEY DEL MENOR ..... 32

1.16 UNIFORMES ..... 33

    1.16.1 Uniforme de diario hombres ..... 33

    1.16.2 Uniforme de diario mujeres ..... 33

    1.16.3 Uniforme de educación física ..... 34

1.17 INVENTARIOS INFRAESTRUCTURA ..... 35

1.18 SALÓN DE DEPORTES ..... 35

1.19 HORARIOS ..... 36

1.20 MATRIZ DOFA ..... 36

CAPITULO II ..... 37

2. PROPUESTA PEDAGÓGICA ..... 37

    2.1 TÍTULO DE LA PROPUESTA ..... 37

    2.2 OBJETIVO GENERAL ..... 37

    2.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS ..... 37

    2.4 DESCRIPCION DEL PROBLEMA ..... 38

    2.5 JUSTIFICACIÓN ..... 38

    2.6 POBLACIÓN ..... 39

    2.7 MARCO CONCEPTUAL ..... 40

    2.8 MARCO TEÓRICO ..... 40



SC-CER96940



CAPITULO III..... 43

3. INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES ..... 43

    3.1 DISEÑO ..... 43

    3.2 EJECUCIÓN ..... 43

        3.2.1 Circuito de condiciones físicas ..... 44

        3.2.2 trabajo de capacidades condicionales ..... 46

        3.2.3 trabajo de tren superior brazos ..... 48

        3.2.4 Circuito de zona Corel y resistencia general..... 50

        3.2.5 flexibilidad ..... 52

        3.2.6 circuito de habilidades físicas ..... 55

        3.2.7 circuito de tren inferior ..... 57

        3.2.8 Trabajo de coordinación ..... 59

        3.2.9 Anexos ..... 61

    3.3 EVALUACIÓN ..... 64

        3.3.1 EVALUACIÓN CUALITATIVA DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA..... 64

        3.3.2 RESULTADOS..... 64

        3.3.3 PROCESO DE LA PROPUESTA..... 65

        3.3.4 EVALUACIÓN FORMATIVA..... 65

        3.3.5 CONCLUSIONES ..... 65

        3.3.6 RECOMENDACIONES ..... 66

CAPITULO IV ..... 67

ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES..... 67

CAPITULO V ..... 69

5. FORMATOS DE EVALUACIÓN ..... 69



SC-CER96940



5.1 FORMATOS DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS ..... 69

5.2 PLAN TEÓRICO PRÁCTICA INTEGRAL ..... 71

5.3 NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL ..... 72

5.4 NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL ..... 73

5.5 FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL ALUMNO – MAESTRO ..... 75

CONCLUSIONES ..... 77

ANEXOS ..... 78

BIBLIOGRAFÍA ..... 80



SC-CER96940





## INTRODUCCIÓN

El Colegio Integrado Camilo Torres es una institución basada en valores, con la finalidad de formar personas integra y cultas que puedan participar activa y servicialmente a la sociedad, en este colegio se maneja un modelo pedagógico significativo basado en los pre-saberes de los estudiantes.

En el ámbito deportivo el colegio cuenta con una buena infraestructura para la práctica, tiene buenos talentos que representan a la institución en diferentes eventos que se realizan a nivel municipal y departamental como los juegos supérate intercolegiados. Además, a esto se suma la realización año por año del campeonato de interclases, los cuales son espacios que brinda la institución a los estudiantes para el aprovechamiento del tiempo libre y para desarrollar en cada uno de ellos las habilidades y destrezas que poseen.

Por otra parte, la experiencia adquirida en este tiempo en el colegio es muy significativa y contribuye en gran parte en la formación del docente en todos los campos que se desempeña siendo los niños un elemento muy importante en la adquisición del conocimiento ya que en muchos casos el docente aprende de sus estudiantes. En el primer semestre del año 2021 se me dio la oportunidad de realizar mis prácticas en el colegio integrado camilo torres del municipio de san Vicente de chucuri impartiendo mis conocimientos a niños de 8°, 9° y 10° grado, dejando en ellos un conocimiento más hacia la actividad física, el deporte, y el aprovechamiento del tiempo libre, los beneficios que contribuyen en su crecimiento y su formación personal y académica.



## CAPITULO I:

### 1. OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO

#### 1.1 RESEÑA HISTÓRICA



El Colegio Integrado “Camilo Torres” fue creado según Ordenanza N° 057 del 22 de Noviembre de 1958, por la Honorable Asamblea de Santander, a solicitud del Doctor Gerardo Vesga Tristancho. Inició labores en una casona del barrio La Pola y el 9 de febrero de 1966 ocupó la sede actual ubicada en el kilómetro 1 vía circunvalar. La primera dirección del colegio estuvo a cargo del Señor Julio Gómez Rueda en 1959 y de ahí en adelante cumplieron esta función los siguientes rectores: Alirio Fernández C (1960 - 1962), Pbro. Alfonso Gaviria (1963), Pbro. Juvenal Martínez del Campo (1964), Antonio Acevedo Silva (1965), Luis Martín Herrera Prada (1966), Efraín Jaime Peinado (1967), Nepomuceno Vásquez (1968), Manuel Enrique Ortega G. (1969), Juan Bautista Rebolledo (1970 - 1972), José Melecio Rueda (1973), Juan de Jesús Cortés (1974 – 1977), Socorro Villarreal Gómez 1977 (3 meses), Evangelina Espitia Rincón (1977 – 1980), Félix Maria Camacho (1980 – 1982), Jaime Carreño Maldonado 1982 (7 meses), Jerónimo Bravo León (1983 – 1988), Rosalba Rueda Castellanos (1989 – 2013), Javier Serrano Plata 2014 en adelante

En 1975 se crea la jornada nocturna como una respuesta a la necesidad de aquellas personas que no podían estudiar en la jornada diurna. Bajo la dirección de la Esp. Rosalba Rueda Castellanos fueron integrados los establecimientos educativos sedes A, B, C y D según Resolución N° 12469 del 28 de Octubre de 2002, emanado de la Secretaría de Educación Departamental para la jornada





diurna. Es un establecimiento educativo oficial, calendario A, de carácter mixto, con jornadas diurna Actualmente otorga el título de Bachiller Técnico, Especialidad Informática. En el año 2005 el colegio realizó convenio con el SENA (Servicio Nacional de Aprendizaje) para que los estudiantes de educación media, a través del área de Informática, obtengan el Título de: Técnicos en Programación de Software.

## 1.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL

Desde el momento en que la institución inició la construcción del Proyecto Educativo Institucional, se tuvieron en cuenta todos los parámetros ordenados por la Ley y necesarios para el correcto diligenciamiento del mismo con la participación de toda la comunidad Camilista, quienes en grupo fueron trabajando uno a uno los componentes del P.E.I. para luego estos mismos grupos hacer la correspondiente socialización a los padres de familia y estudiantes que nos acompañaron. En cuanto a los avances del P.E.I. se siguió la misma metodología utilizada todos los años; trabajos en grupo, puestas en común y síntesis colectiva de acuerdo a los distintos componentes. Estos grupos estuvieron conformados por estudiantes, profesores, padres de familia, personal administrativo y operativo; quienes a su vez, después de realizados los avances, socializaron a toda la comunidad educativa.

El Colegio Integrado Camilo Torres de San Vicente de Chucurí, Santander; durante seis (6) años, ha vinculado a la comunidad educativa dentro de un proceso organizado, abierto, deliberante, crítico, reflexivo y auto evaluativo, permitiéndole determinar el tipo de educación que desea alcanzar esta institución.

Es así como de una forma mancomunada, todos y cada uno de los miembros que integran la comunidad educativa, se han vinculado de una forma directa para apropiarse del desarrollo de la ciencia, la tecnología, la conservación del medio ambiente, las manifestaciones culturales, regionales y locales, la del manejo integral de la salud y la sexualidad, la de apropiarse de los derechos y deberes de los ciudadanos de los valores éticos, religiosos, morales, políticos y en especial de la responsabilidad en la toma de decisiones colectivas para una mejor educación que se refleja en el mejoramiento de la calidad de vida.



Todos estos aspectos se reflejan en los proyectos que se presentan, en donde toda la comunidad educativa busca progresivamente y con un trabajo continuo y sostenido una verdadera calidad educativa en la institución. Teniendo en cuenta que el proyecto educativo institucional persigue.

### 1.3 MARCO LEGAL

#### MARCO LEGAL DEL PLANTEL

El Colegio reúne jurídicamente los requisitos y se encuentran vigentes.

**DISPOSICIÓN DE CREACIÓN O FUNDACIÓN:** Ordenanza 057 del 22 de noviembre de 1958 emanado de la Asamblea Departamental.

Iniciación de Labores: Febrero 12 de 1959. Legalización de Estudios:

Resolución Diurna N° 12469 Octubre 28 de 2002, hasta nueva visita.

Registro de Inscripción ante el DANE: 168689001511.

Registro de Inscripción ante la Secretaría de Educación, N° 104.

Registro de firmas y sellos de la Rectora y Secretaria: se hizo ante la Notaría Única del Círculo de San Vicente de Chucurí, y ante la Secretaría de Educación.

Patente de Sanidad N° 121, según Acta 262 del 7 de Mayo de 2001. Escritura de Propiedad N° 104 del 19 de Febrero de 1966.

Para la construcción de este P.E.I. se ha tenido en cuenta la Ley General 115, su Decreto Reglamentario 1860, el 2343, Sobre Logros y el 1290 sobre Evaluación y Promoción de los Educandos y Evaluación Institucional.

Se han incluido los nuevos Decretos emanados del Ministerio de Educación Nacional:

#### **DECRETO N° 1290 (Abril 16 de 2009)**

Por el cual se reglamenta la evaluación del aprendizaje y promoción de los estudiantes de los niveles de educación básica y media.

#### **DECRETO 1278 (Junio 19 de 2002)**

Por el cual se expide el Estatuto de Profesionalización Docente que regulará las relaciones del Estado con los Educadores a su servicio, garantizando que la docencia sea ejercida por educadores



idóneos, partiendo del reconocimiento de su formación, experiencia, desempeño y competencias como los atributos esenciales que orientan todo lo referente al ingreso, permanencia, ascenso y retiro del servidor docente y buscando con ello una educación con calidad y un desarrollo y crecimiento profesional de los docentes.

### **DECRETO 1283 (Junio 19 de 2002)**

Por el cual se organiza un Sistema de Inspección y Vigilancia para la educación preescolar, básica y media.

### **DECRETO 1850 (Agosto 13 de 2002)**

Por el cual se reglamenta la organización de la jornada escolar y la jornada laboral de directivos docentes y docentes de los establecimientos educativos estatales de educación formal, administrados por los departamentos, distritos y municipios certificados, y se dictan otras disposiciones.

### **DECRETO N° 09926 (Agosto 23 de 2002)**

Por la cual se adopta el procedimiento y se establecen criterios para la transformación, Fusión, o Integración de establecimientos Educativos Oficiales del Departamento.

### **DECRETO N° 3782 (Octubre 2 de 2007)**

Por la cual reglamenta los aspectos relativos a la evaluación anual de desempeño laboral de Docentes y Directivos Docentes que hayan ingresado a partir del año 2002, decreto 1278 de 2002)

### **CALENDARIO ESCOLAR RESOLUCION N°21257 (Octubre 3 de 2013)**

Por la cual se establece el Calendario académico para el año 2015 en las instituciones y centros educativos estatales, de los municipios no certificados del Departamento de Santander.

### **RESOLUCION N° 12469 (Octubre 28 de 2002)**

Por la cual se integran establecimientos educativos estatales del municipio de san vicente de chucuri, que de acuerdo con estudio, análisis y justificación por parte del Equipo de apoyo al Plan de Reorganización del Sector Educativo, con base en las propuestas presentadas por el Comité Municipal de Reorganización del Sector Educativo y Comité Municipal del Programa Nuevo sistema Escolar, avalado por el Comité Departamental de Reorganización del Sector Educativo,



según Acta N° 011 de 2002, se establece la procedencia de la integración de los Planteles Educativos.

#### **DECRETO N° 3020 (Diciembre 10 de 2002)**

Por el cual se establecen los criterios y procedimientos para organizar las plantas de Personal Docente y Administrativo del Servicio Educativo Estatal que prestan las Entidades territoriales y se dictan otras disposiciones.

#### **RESOLUCION N° 1515 (Julio 03 de 2003)**

Por la cual se establecen las directrices, Criterios, Procedimientos y Cronograma para la organización del proceso de asignación de cupos y matrícula para los niveles de Preescolar, Básica y Media de las Instituciones de Educación formal de carácter Oficial en las Entidades Territoriales.

#### **RESOLUCION N° 09593 (Octubre 28 de 2003)**

Por la cual se asignan los funcionarios responsables de efectuar la Evaluación de desempeño de Rectores y Directores Escolares de los Establecimientos Educativos de los Municipios no certificados del Departamento.

#### **DECRETO N° 3222 (Noviembre 10 de 2003)**

Por el cual se reglamenta el Artículo 22 de la Ley 715 de 2001, en relación con traslados de Docentes y Directivos Docentes de los Establecimientos Educativos Estatales.

#### **DECRETO N° 3391 (Noviembre 26 de 2003)**

Por el cual se reglamentan los concursos que rigen para la Carrera Docente y se determinan Criterios, contenidos y procedimientos para su aplicación.

#### **LEY 1620 de Marzo 15 de 2013**

Por la cual se crea el sistema nacional de convivencia Escolar y formación para el ejercicio de los derechos Humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y Mitigación de la violencia escolar.

#### **DECRETO N°. 1965 de Septiembre 11 de 2013**



Reglamentario de la ley 1620 de Marzo 15 de 2013 Por la cual se crea el sistema nacional de convivencia Escolar y formación para el ejercicio de los derechos Humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y Mitigación de la violencia escolar.

## **DESCRIPCIÓN DEL PROCESO CUMPLIDO PARA LA CONSTRUCCIÓN DEL P.E.I. Y LA REALIZACIÓN DE AJUSTES.**

Desde el momento en que la institución inició la construcción del Proyecto Educativo Institucional, se tuvieron en cuenta todos los parámetros ordenados por la Ley y necesarios para el correcto diligenciamiento del mismo con la participación de toda la comunidad Camilista, quienes en grupo fueron trabajando uno a uno los componentes del P.E.I. para luego estos mismos grupos hacer la correspondiente socialización a los padres de familia y estudiantes que nos acompañaron.

En cuanto a los avances del P.E.I. se siguió la misma metodología utilizada todos los años; trabajos en grupo, puestas en común y síntesis colectiva de acuerdo a los distintos componentes. Estos grupos estuvieron conformados por estudiantes, profesores, padres de familia, personal administrativo y operativo; quienes a su vez, después de realizados los avances, socializaron a toda la comunidad educativa.

### **1.4 HORIZONTE INSTITUCIONAL**

#### **1.4.1 OBJETIVO GENERAL**

Formar integralmente al estudiante en valores éticos morales, sociales, políticos, comprometiéndolo a propiciar un cambio a través de un desarrollo de conocimiento, técnico y científico para desempeñarse con eficiencia y autonomía en la sociedad.

#### **1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- ✓ Promover en el estudiante un sentido analítico para que participe en la toma de decisiones de los problemas presentados en su contexto social.
- ✓ Brindar al estudiante un ambiente favorable para el aprendizaje de las áreas básicas que le permitan prepararse para un estudio profesional universitario o tecnológico y de las herramientas de computación que le dejen vincularse con éxito a la sociedad y al mercado laboral.



- ✓ Promover el pleno desarrollo del educando con una formación en valores éticos, estéticos, morales, afectivos, cívicos y religiosos.
- ✓ Desarrollar las acciones pedagógicas para la educación sexual, el aprovechamiento del tiempo libre, la Democracia y participación con base en la lectura contextual, la Constitución y la ley de la educación.
- ✓ Preparar a los estudiantes en las diferentes disciplinas gimnásticas, deportivas y recreativas como parte de su formación integral y de su propio ser.
- ✓ Promover el desarrollo de una conciencia de mejoramiento y conservación del medio ambiente, el uso racional de los recursos para lograr el bienestar del ser humano y de su contexto.
- ✓ Estimular en el estudiante el uso de las diferentes herramientas técnicas en computación para que presente soluciones a los diferentes problemas dentro de su vida práctica y laboral.
- ✓ Cultivar en los estudiantes la sensibilidad social y el compromiso en la solución de los problemas y la paz de la región, el departamento y la nación.
- ✓ Identificar, estimular y promover la creatividad en los estudiantes, por medio de diferentes estrategias que le permitan elevar su autoestima.
- ✓ Los principios del Proyecto Educativo Institucional, son generadas por las necesidades sociales, económicas, políticas y culturales de la región; todos ellos enfocados al mejoramiento integral de los estudiantes, buscando siempre la eficiencia en los campos de acción que le permitan un mejor desarrollo hacia el futuro.
- ✓ Las necesidades que toda institución tiene de una directriz que conduzca en forma organizada a la realización de todas las actividades correspondientes. La autonomía dada por la Ley 115 y el Decreto 1860 en las instituciones del entorno.

## 1.5 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

Los principios que sustentan el modelo pedagógico toman como centro del proceso educativo al ser humano concebido como un ser inacabado y en permanente autoconstrucción con un cúmulo de potencialidades por desarrollar.

La educación deberá orientarse en formar seres con capacidad de pensar reflexivamente, resolver pacíficamente los conflictos, actuar como ciudadanos movidos por una ética civil, capacidad creadora, con un actuar fundamentado en la ciencia y la tecnología.



SC-CER96940



La educación es un proceso de formación permanente, no está reservada a una determinada edad de la vida, sino que orienta el desarrollo de hombres y mujeres a lo largo de su existencia, para ofrecerles constantemente nuevas perspectivas y posibilidades. Es un proceso de formación personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral del ser humano, de su dignidad, de sus derechos y sus deberes, como estrategia de transformación y potenciación del desarrollo social, político y económico de las comunidades.

La educación de calidad es un derecho fundamental de todas las personas, que propende generar un hacer reflexivo sobre la práctica pedagógica, que redunde en las actitudes, metodología y en los procesos de investigación pedagógica, instaurados en la institución, que fortalezca las relaciones interpersonales y pedagógicas establecidas y que apoyen la formación integral.

Las estrategias fundamentales de transformación hacia una educación de calidad, son la investigación, la evaluación de procesos, resultados y el acompañamiento formativo de procesos. Es necesario formar estudiantes con pensamiento filosófico y científico que desarrollen y produzcan saber, en los diferentes campos disciplinarios.

## 1.6 VISIÓN

En el año 2020 ser reconocidos a nivel Municipal, departamental y Nacional por nuestra calidad Educativa, acompañados del compromiso de la vida y el liderazgo social que aporten al buen trato, al respeto, a la solidaridad y a la responsabilidad contando con Docentes apoderados de su perfil con padres de familia que acompañen el proceso formativo del estudiante contribuyendo al mejoramiento de la calidad, apoyados de la infraestructura física y equipamiento pertinente con tecnología de punta y lograr que las relaciones en la comunidad mejoren progresivamente.

## 1.7 MISIÓN

Somos una Institución Educativa de carácter público en los niveles de preescolar, básica, media técnica y modelo A Crecer, teniendo como referente guiar a los estudiantes en su crecimiento como seres humanos espirituales con responsabilidad social y ecológica, conviviendo en el respeto valores implícitos en las competencias propias de las áreas obligatorias y fundamentales establecidas por la ley 115 de 1994.



SC-CER96940



En el nivel de media técnica la institución aplica un proceso académico con proyección a la formación científica y tecnológica de los estudiantes y al desarrollo de las competencias laborales específicas como bachilleres técnicos con especialidad en informática y técnicos en programación de software en convenio con el Servicio Nacional De aprendizaje. SENA. La Institución ve la alfabetización en adultos como un aprendizaje indispensable en el mundo moderno, en el acceso a la condición plena de la ciudadanía y en la posibilidad del desarrollo integral.

## 1.8 FILOSOFÍA

El Colegio Integrado Camilo Torres busca encaminar a los estudiantes hacia la práctica de los principios filosóficos del existencialismo, humanismo y cristianismo.

**Existencialista** porque tiene por objeto la existencia del hombre tomada en su realidad concreta y a nivel de individuo comprometido en la sociedad; por tanto es el (la) estudiante mismo (a) quien debe dar a su propia vida un sentido y convertirse en un ser razonable.

**Humanista** porque su fin es el desarrollo ilimitado de las posibilidades del hombre y el respeto real a la dignidad de la persona humana.

**Cristiana** porque forma a la comunidad educativa en los valores de la caridad y el amor al prójimo.

Implícito en estos principios filosóficos está la educación ambiental, considerada como el proceso que le permite al individuo comprender las relaciones de interdependencia con su entorno, a partir del conocimiento reflexivo crítico de su realidad biofísica, social, política, económica y cultural para que, desde la apropiación de la realidad concreta se puedan generar en él y en su comunidad actitudes de valoración y respeto por el ambiente. Así mismo, se hace necesario orientar el pensamiento hacia el conocimiento científico y el desarrollo de la tecnología que le permita desenvolverse en la vida práctica.

## 1.9 PERFIL

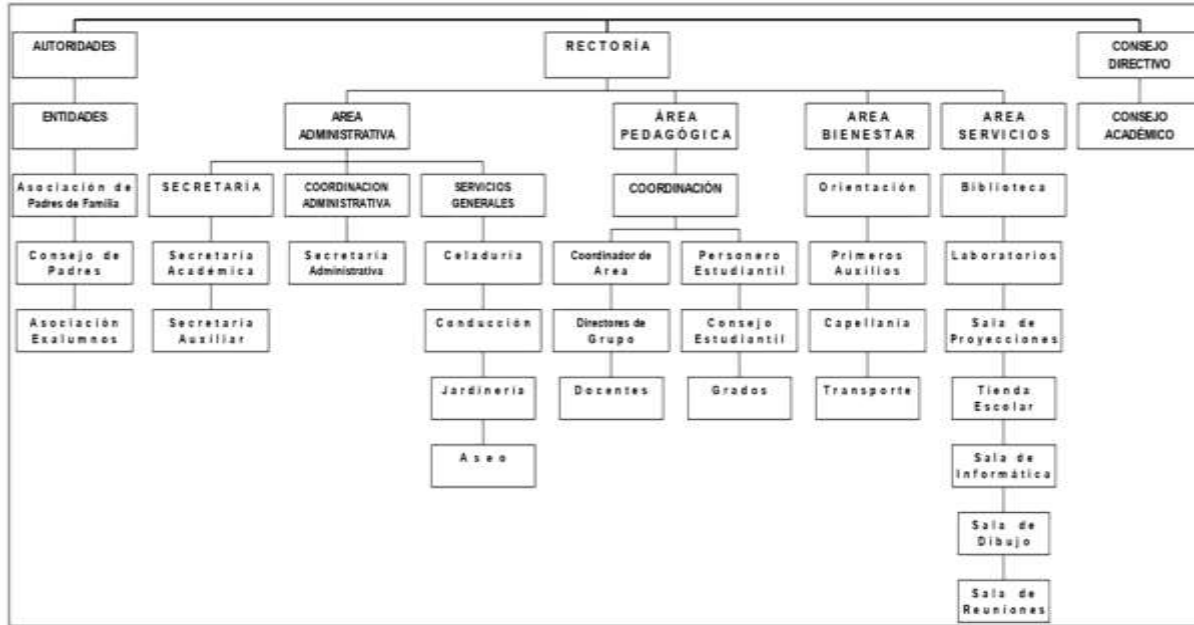
El educando CAMILISTA, es un ser humano integral, autónomo, crítico, creativo y propositivo consigo mismo y el entorno, con capacidad de construir su proyecto de vida mediante la apropiación del conocimiento de la ciencia, la tecnología y el arte, que le permite comprender la realidad y mejorarla. Por ello los estudiantes del COLEGIO INTEGRADO CAMILO TORRES se





formarán integralmente en los aspectos: intelectuales, culturales, filosóficos, científicos deportivos, artísticos, críticos, creativos axiológico y tecnológicos.

### 1.10 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL





## 1.11 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

ACTIVIDADES	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV
SESIONES DE CLASES	15										
SESIONES DE CLASE	15 AL		23	2 AL		8	3 AL		7 Y 10 AL		9
SESIONES DE DESARROLLO CURRICULAR	9 AL 12		26 AL 28			12 AL 15				8 AL 12	26 AL
SESIONES DE TALLERES						5 AL 8					13 AL
SESIONES DE TALLERES FIN DE AÑO EN 3 ÁREAS											19 Y 20
SESIONES DE TALLERES FIN DE AÑO EN 2 ÁREAS											22 Y 23
SESIONES DE TALLERES DIRECTIVO	23										
SESIONES DE TALLERES PARA ESTUDIANTES EN GRUPO DE 11º	31										
SESIONES DE TALLERES PARA ESTUDIANTES EN GRUPO A CARGO DE 5º	30										
SESIONES DE TALLERES ACADÉMICO	31			3		13			11		26
SESIONES DE TALLERES DE INCLUSIÓN Y ATENCIÓN EN EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN				4		14			12		27
SESIONES DE TALLERES DE CONVIVENCIA			15	3		14			10		26
SESIONES DE TALLERES DE BANDERA	31	15	8	23	16		19	8	7	17	
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PACTO ÉTICO ACADÉMICO	16										
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PERSONERO			9								
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN CONSEJO ACADÉMICO			14			31			3		
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN ASAMBLEA SANTA			26 AL 30								
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA PADRES DE FAMILIA EN LA ELABORACIÓN DE BOLETINES		7		4			11		12		28
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA ASOCIACIÓN DE PADRES DE FAMILIA		7									
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA MAESTRO					15						
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA COMEMORACIÓN DÍA DE LA MUJER Y EL HOMBRE			8								
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA ESTUDIANTES	1 AL 14		24 AL	1		9 AL	2			6 AL 15	24
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA DIRECTIVOS Y DOCENTES	1 AL 7					16 AL	2				
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA RESPONSABILIDAD SOCIAL											
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA RESPONSABILIDAD SOCIAL EN ENTORNOS ACADÉMICOS - ICBF		7-15-22							7		
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA RESPONSABILIDAD SOCIAL EN LA FAMILIA											
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA RESPONSABILIDAD SOCIAL EN CASOS DE EMERGENCIA (TELEFONOS Y/O SIMULACRO)			21			13		17		10	
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA RESPONSABILIDAD SOCIAL EN TALLERES DE LECTURA		19	6 Y 21	12 Y 27	15 Y 28		11 Y 26	10 Y 27	11 Y 26	18	7
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA RESPONSABILIDAD SOCIAL EN TALLERES TRANSVERSALES		5	6	4	3		3	1	6	1	6
SESIONES DE TALLERES DE CALIFICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA RESPONSABILIDAD SOCIAL EN TALLERES DE COLCATO GRADO 5º							27				



SC-CER96940

## 1.12 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES

### 1.12.1 ESCUDO



El escudo del colegio fue constituido bajo los principios de lealtad, sabiduría y reconocimiento al mérito patrio. Este tiene forma circular en cuya circunferencia se inscribe el nombre de la institución y su localización "Colegio Integrado Camilo Torres" San Vicente de Chucurí.

Su parte central en un fondo blanco y sobre una cortina verde que le destaca, pende un blasón de plata, en cuyo interior se esculpió un libro abierto con sus páginas en blanco, a la espera que en él se plasmen las letras de Ciencia y Saber que sacarán a nuestra juventud de la ignorancia. Las palabras "Dignidad y Ciencia" rematan el blasón con el mensaje que invita al camilista a educarse integralmente. Destaca nuestro escudo el busto del insigne patriota "Don Camilo Camilo Torres Tenorio", a quien como gratitud patria nuestra institución debe su nombre.

### 1.12.2 BANDERA



Está dispuesta en forma rectangular, de dos metros de largo por uno con cincuenta de ancho, consta de dos colores: verde y blanco en franjas verticales. El blanco en el centro y el verde a los lados.



El verde simboliza esperanza y el arraigo del chucureño por su terruño "Emporio Agrícola".

El blanco la pureza de las almas de la juventud que aquí se forman en la búsqueda de la paz a través de la cultura.

### 1.12.3 HIMNO

#### CORO

Cultivemos con brillo la ciencia  
defendamos nobleza y virtud  
forjadores de recta conciencia  
es el lema de la juventud.

Somos hoy la esperanza de un pueblo  
sangre joven que quiere triunfar  
estudiemos con férvido anhelo  
que este tiempo no vuelva a llegar.

En el mundo veloz del mañana  
la familia, la patria, el deber  
son la voz que armoniosa nos llama  
a serviles con nuestro saber.

San Vicente oh tierra querida  
lucharemos con celo y valor  
y resueltos daremos la vida  
por la paz, la justicia, el honor.

Este símbolo institucional fue escrito por el Doctor Alfonso Gómez Gómez y su música compuesta por el Maestro Gustavo Gómez Ardila.

Su letra invita al Camilista a cultivar la ciencia, a defender la nobleza y las virtudes y forjarse una recta conciencia que le permita la vivencia de sus valores y los proyecten en bien de su comunidad.

### 1.13 MANUAL DE CONVIVENCIAS

#### Principios que rigen el manual de convivencia y responsabilidades institucionales

##### Artículo 1º. Marco Conceptual del Presente Manual.

Para efectos de unificación de criterios y la Comprensión del Presente manual y la aplicación de la Ruta de Atención Integral (RAI), se retoman los conceptos del art. 39, decreto 1965/13 que se definen así:

#### COMPORTAMIENTO

Es la forma de conducirse el (la) estudiante con autonomía, de acuerdo a los principios que rigen la sana convivencia, teniendo como base el respeto por la dignidad humana. Un mal comportamiento del (la) estudiante, afecta a la comunidad educativa, a la sociedad y a sí mismo(a).



SC-CER96940



**1. Conflictos.** Son situaciones que se caracterizan porque hay una incompatibilidad real o percibida entre una o varias personas frente a sus intereses.

**2. Conflictos manejados inadecuadamente.** Son situaciones en las que los conflictos no son resueltos de manera constructiva y dan lugar a hechos que afectan la convivencia escolar, como altercados, enfrentamientos o riñas entre dos o más miembros de la comunidad educativa de los cuales por lo menos uno es estudiante y siempre y cuando no exista una afectación al cuerpo o a la salud de cualquiera de los involucrados.

**3. Agresión escolar.** Es toda acción realizada por uno o varios integrantes de la comunidad educativa que busca afectar negativamente a otros miembros de la comunidad educativa, de los cuales por lo menos uno es estudiante. La agresión puede ser:

- ✓ **Agresión física.** Es toda acción que tenga como finalidad causar daño al cuerpo o a la salud de otra persona. Incluye puñetazos, patadas, empujones, cachetadas, mordiscos, rasguños, pellizcos, jalón de pelo, entre otras.
- ✓ **Agresión verbal.** Es toda acción que busque con las palabras degradar, humillar, atemorizar, descalificar a otros. Incluye insultos, apodosos ofensivos, burlas y amenazas  
Acuerdo Ético-Pedagógico Para La Convivencia
- ✓ **Agresión gestual.** Es toda acción que busque con los gestos degradar, humillar, atemorizar o descalificar a otros.
- ✓ **Agresión relacional.** Es toda acción que busque afectar negativamente las relaciones que otros tienen. Incluye excluir de grupos, aislar deliberadamente y difundir rumores o secretos buscando afectar negativamente el estatus o imagen que tiene la persona frente a otros.
- ✓ **Agresión electrónica.** Es toda acción que busque afectar negativamente a otros a través de medios electrónicos. Incluye la divulgación de fotos o videos íntimos o humillantes en Internet, realizar comentarios insultantes u ofensivos sobre otros a través de redes sociales y enviar correos electrónicos o mensajes de texto insultantes u ofensivos, tanto de manera anónima como cuando se revela la identidad de quien los envía.
- ✓ **Acoso escolar (bullying).** De acuerdo con el Artículo 2 de la Ley 1620 de 2013, es toda conducta negativa, intencional metódica y sistemática de agresión, intimidación, humillación, ridiculización, difamación, coacción, aislamiento deliberado, amenaza o



incitación a la violencia o cualquier forma de maltrato psicológico, verbal, físico o por medios electrónicos contra un niño, niña o adolescente por parte de un estudiante o varios de sus pares con quienes mantiene una relación de poder asimétrica, que se presenta de forma reiterada o a lo largo de un tiempo determinado. También puede ocurrir por parte de docentes contra estudiantes, o por parte de estudiantes contra docentes, ante la indiferencia o complicidad de su entorno.

- ✓ **Ciberacoso escolar (ciberbullying).** De acuerdo con el Artículo 2 de la Ley 1620 de 2013, es toda forma de intimidación con uso deliberado de tecnologías de información (Internet, redes sociales virtuales, telefonía móvil y video juegos online) para ejercer maltrato psicológico y continuado.
- ✓ **Violencia sexual.** De acuerdo con lo establecido en el Artículo 2 de la Ley 1146 de 2007, "se entiende por violencia sexual contra niños, niñas y adolescentes todo acto o comportamiento de tipo sexual ejercido sobre un niño, niña o adolescente, utilizando la fuerza o cualquier forma de coerción física, psicológica o emocional, aprovechando las condiciones de indefensión, de desigualdad y las relaciones de poder existentes entre víctima y agresor".
- ✓ **Vulneración de los derechos de los niños, niñas y adolescentes.** Es toda situación de daño, lesión o perjuicio que impide el ejercicio pleno de los derechos de los niños, niñas y adolescentes.
- ✓ **Restablecimiento de los derechos de los niños, niñas y adolescentes.** Es el conjunto de actuaciones administrativas y de otra naturaleza, que se desarrollan para la restauración de su dignidad e integridad como sujetos de derechos, y de su capacidad para disfrutar efectivamente de los derechos que le han sido vulnerados.

## Artículo 2º. Obligaciones especiales de la institución

(Art. 42,43 y 44 Código de Infancia y Adolescencia Art. 17 Ley 1620/13). Para cumplir con su misión la institución educativa tendrá entre otras las siguientes obligaciones:

1. Facilitar el acceso de los niños, niñas y adolescentes al sistema educativo y garantizar su permanencia.
2. Brindar una educación pertinente y de calidad.
3. Respetar en toda circunstancia la dignidad de los miembros de la comunidad educativa.



SC-CER96940



4. Facilitar la participación de los estudiantes en la gestión académica.
5. Abrir espacios de comunicación con los padres de familia para el seguimiento del proceso educativo y propiciar la democracia en las relaciones dentro de la comunidad educativa.
6. Organizar programas de nivelación de los niños y niñas que presenten dificultades de aprendizaje o estén retrasados en el ciclo escolar y establecer programas de orientación psicopedagógica y psicológica.
7. Respetar, permitir y fomentar la expresión y el conocimiento de las diversas culturas nacionales y extranjeras y organizar actividades culturales extracurriculares con la comunidad educativa para tal fin.
8. Estimular las manifestaciones e inclinaciones culturales de los niños, niñas y adolescentes, y promover su producción artística, científica y tecnológica.
9. Garantizar la utilización de los medios tecnológicos de acceso y difusión de la cultura.
10. Evitar cualquier conducta discriminatoria por razones de sexo, etnia, credo, condición socio-económica o cualquier otra que afecte el ejercicio de sus derechos.
11. Formar a los niños, niñas y adolescentes en el respeto por los valores fundamentales de la dignidad humana, los Derechos Humanos, la aceptación, la tolerancia hacia las diferencias entre personas. Para ello deberán inculcará un trato respetuoso y considerado hacia los demás, especialmente hacia quienes presentan discapacidades, especial vulnerabilidad o capacidades sobresalientes.
12. Proteger eficazmente a los niños, niñas y adolescentes contra toda forma de maltrato, agresión física o psicológica, humillación, discriminación o burla de parte de los demás compañeros y de los profesores.
13. Establecer mecanismos adecuados de carácter disuasivo, correctivo y reeducativo para impedir la agresión física o psicológica, los comportamientos de burla, desprecio y humillación entre estudiantes o entre estos y los profesores en el marco de la convivencia escolar.
14. Poner en marcha mecanismos que faciliten el proceso de la inscripción del registro civil de nacimiento de aquellos estudiantes que no lo tienen; para establecer la detección oportuna y el apoyo y la orientación en casos de malnutrición, maltrato, abandono, abuso sexual, violencia intrafamiliar, y explotación económica y laboral, las formas contemporáneas de



- servidumbre y esclavitud, incluidas las peores formas de trabajo infantil, así como ,comprobar la afiliación de los estudiantes a un régimen de salud.
15. Prevenir el tráfico y consumo de todo tipo de sustancias psicoactivas que producen dependencia dentro de las instalaciones educativas y solicitar a las autoridades competentes acciones efectivas contra el tráfico, venta y consumo alrededor de las instalaciones educativas.
  16. Coordinar los apoyos pedagógicos, terapéuticos y tecnológicos necesarios para el acceso y la integración educativa del niño, niña o adolescente con discapacidad.
  17. Reportar a las autoridades competentes, las situaciones de abuso, maltrato o peores formas de trabajo infantil detectadas en niños, niñas y adolescentes.
  18. Garantizar a sus estudiantes, educadores, directivos docentes y demás personal de los establecimientos escolares el respeto a la dignidad e integridad física y moral en el marco de la convivencia escolar, los derechos humanos, sexuales y reproductivos.
  19. Implementar el comité de escolar de convivencia y garantizar el cumplimiento de sus funciones acorde con lo estipulado en los artículos 11,12 Y 13 de la presente Ley 1620 del 2013).
  20. Desarrollar los componentes de prevención, promoción y protección a través del presente manual y la aplicación de la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar, con el fin de proteger a los estudiantes contra toda forma de acoso, violencia escolar y vulneración de los derechos humanos sexuales y reproductivos, por parte de los demás compañeros, profesores o directivos docentes.
  21. Revisar y ajustar el proyecto educativo institucional, el manual de convivencia, y el sistema institucional de evaluación de estudiantes anualmente, en un proceso participativo que involucre a los estudiantes y en general a la comunidad educativa, a la luz de los enfoques de derechos, de competencias y diferencial, acorde con la Ley General de Educación, la Ley 1098 de 2006 y las normas que las desarrollan.
  22. Revisar anualmente las condiciones de convivencia escolar del establecimiento educativo e identificar factores de riesgo y factores protectores que incidan en la convivencia escolar, protección de derechos humanos, sexuales y reproductivos, en los procesos de autoevaluación institucional o de certificación de calidad, con base en la implementación





de la Ruta de Atención Integral y en las decisiones que adopte el comité escolar de convivencia.

23. Empezar acciones que involucren a toda la comunidad educativa en un proceso de reflexión pedagógica sobre los factores asociados a la violencia y el acoso escolar y la vulneración de los derechos sexuales y reproductivos y el impacto de los mismos incorporando conocimiento pertinente acerca del cuidado del propio cuerpo y de las relaciones con los demás, inculcando la tolerancia y el respeto mutuo.
24. Desarrollar estrategias e instrumentos destinados a promover la convivencia escolar a partir de evaluaciones y seguimiento de las formas de acoso y violencia escolar más frecuentes.
25. Adoptar estrategias para estimular actitudes entre los miembros de la comunidad educativa que promuevan y fortalezcan la convivencia escolar, la mediación y reconciliación y la divulgación de estas experiencias exitosas.
26. Generar estrategias pedagógicas para articular procesos de formación entre las distintas áreas de estudio.

## 1.14 DERECHOS Y DEBERES DE LOS ESTUDIANTES, DOCENTES, PADRE DE FAMILIA

### 1.14.1 Deberes de los estudiantes

Son normas y reglas elementales de comportamiento personal y social, las cuales se respetan y cumplen para colaborar con la convivencia institucional. Los deberes de los educandos se basan en el amor al colegio como elemento fundamental de formación integral, así mismo, a la familia y a la sociedad, proyectando a través de las actividades una imagen positiva dentro y fuera del mismo.

Son deberes de los y las estudiantes de la institución los siguientes:

- Conocer el Proyecto Educativo Institucional PEI
- Conocer y aplicar el Acuerdo Ético Pedagógico para la Convivencia Cumplir con los reglamentos, acuerdos, decretos y demás normas concordantes establecidas por el Ministerio de Educación Nacional y la secretaría de educación
- Acogerse a las decisiones emanadas del Gobierno Escolar (Rector, Consejo directivo, Consejo académico) y Comité de Convivencia.



SC-CER96940



- Participar activamente en el desarrollo de las clases y en las actividades programadas en el proceso escolar cumpliendo los compromisos académicos de cada una de las asignaturas y proyectos pedagógicos del plan de estudios
- Asistir a las actividades de formación, orientación y desarrollo de los distintos aspectos de su personalidad que programe la institución (convivencias, retiros, orientación escolar, eventos científicos, deportivos, recreativos y culturales).
- Elegir sus representantes al consejo estudiantil, personero y contralor estudiantil.
- Cumplir las funciones a cabalidad en los comités en los que haya sido elegido
- Dar trato respetuoso de hecho y palabra a todos los miembros de la comunidad educativa y a las personas que se encuentren transitoriamente en la misma, evitando expresiones ofensivas, gestos y chistes de mal gusto, apodos y comentarios difamatorios
- Denunciar ante las directivas de la institución cualquier acto realizado por algún miembro de la comunidad educativa o por personas ajenas a la institución que atenten o lesionen la integridad física o moral de cualquier miembro de la comunidad educativa o que vayan en perjuicio de las instalaciones, muebles y enseres del plantel
- Respetar la libertad de conciencia, las convicciones religiosas y morales, las condiciones y diferencias sociales, étnicas, de sexo, opinión y demás diferencias individuales, la dignidad, integridad e intimidad de cada miembro de la comunidad educativa.
- Responder correctiva y disciplinalmente por cualquier daño causado a otros y/o a la institución.
- Informar oportunamente a los padres de familia o acudientes sobre la entrega de boletines, reunión o actividades culturales, pedagógicas y entregar las circulares oportunamente.
- Presentarse con el padre de familia o acudiente, cuando se le solicite por razones académicas o disciplinarias firmando el observador y actas de compromiso a que hubiere lugar.
- Presentar un comportamiento acorde con la dignidad de la persona, evitando los excesos en las manifestaciones eróticas en cualquier lugar del colegio, sus alrededores y en sitios públicos.
- Mantener el orden y la disciplina necesarios para lograr el normal desarrollo de las actividades pedagógicas.



- Trasladarse de un lugar a otro dentro del colegio con prontitud sin correr, ni empujar a los compañeros y sin afectar el desarrollo de las clases.
- Es deber del educando dar buen uso de los instrumentos tecnológicos de uso cotidiano que permitan un ambiente de estudio, disciplina y concentración en las actividades pedagógicas.
- Abstenerse de consumir, portar, distribuir o vender dentro o fuera de la institución, cigarrillos, bebidas alcohólicas y sustancia psicotrópicas o estupefacientes.
- Abstenerse de portar armas, materiales corto punzante, elementos o sustancias que causen daño de cualquier naturaleza a las personas, bienes o instalaciones del colegio.
- Asistir y cumplir con las actividades de nivelación programadas por la institución en las fechas indicadas y plazos fijados.
- Asistir a las actividades pedagógicas programas por la institución como complemento del proceso ordinario en el año lectivo.
- Para favorecer la convivencia escolar, el ambiente de estudio, la disciplina, la concentración en las actividades pedagógicas, la seguridad de todos los miembros de la comunidad educativa es deber del educando no usar dentro del aula de clase: audífonos, celulares, tabletas, reproductores de música, videos, juegos electrónicos manual y digital, radios, grabadoras.

### 1.14.2 Derechos de los estudiantes

Un derecho es una garantía con que cuenta el individuo o grupo de personas para relacionarse y poder convivir en un espacio determinado y que se contrae en compensación de un deber. Además de los derechos fundamentales que se establecen en los derechos humanos, derechos del niño, la Constitución política de Colombia, el código de la infancia y la adolescencia, la Ley de Convivencia Escolar, los principios y valores del COLEGIO

INTEGRADO CAMILO TORRES, los educandos gozan de los siguientes derechos:

- ❖ Conocer en la semana de inducción el Acuerdo Ético Pedagógico para la Convivencia del COLEGIO INTEGRADO CAMILO TORRES y solicitar su aplicación de acuerdo con las normas establecidas.
- ❖ Participar en la estructuración, evaluación y actualización del proyecto educativo institucional y el Acuerdo Ético Pedagógico para la Convivencia de la institución.



SC-CER96940



- ❖ Recibir formación integral basada en el modelo pedagógico y perfil del educando, encaminada a desarrollar sus potenciales.
- ❖ En caso de alguna discapacidad, a que se le brinden todas las oportunidades de acuerdo a las leyes.
- ❖ Derecho a la defensa y al debido proceso.
- ❖ Ser respetado como miembro de la comunidad LGBTI
- ❖ Recibir trato respetuoso de los miembros de la comunidad educativa o de personas extrañas a la institución.
- ❖ Ser informado por coordinación o docentes verbalmente, mediante circulares, carteles visibles oportunamente sobre la entrega de boletines, citaciones, reuniones o actividades culturales.
- ❖ Ser corregido oportunamente por su acudiente, padre o madre de familia, directivos docentes o profesores, sin maltrato físico o verbal que atente contra su integridad y bienestar personal.
- ❖ Ser escuchado o atendido por los docentes, orientador, coordinador, rector sobre hechos que atenten o lesionen su integridad física, moral o de cualquier miembro de la comunidad educativa. O alguna situación que vaya en perjuicio de las instalaciones, muebles y enseres del plantel.
- ❖ Participar en campañas de prevención contra el maltrato y abusos de toda índole y a ser protegidos contra todas las acciones o conductas que atenten contra su dignidad y su libre desarrollo de la personalidad. Así como la no discriminación o tratos desiguales por razón de embarazo, maternidad o por su condición sexual.
- ❖ Residir en un ambiente sano, que proteja su integridad física o moral dentro de la institución o cuando se desarrolle alguna actividad pedagógica fuera de ésta.
- ❖ Tener las condiciones mínimas de protección integral en los laboratorios, aulas especializadas.
- ❖ Ser protegido (a) en su integridad física y moral.
- ❖ Conocer las normas para el uso de la biblioteca, centro de informática, laboratorios y aulas especializadas.
- ❖ Ser elegido como representante en cada uno de los comités. (Consejo estudiantil, personería, contralor estudiantil), de acuerdo al perfil.



- ❖ Recibir orientación sobre los diferentes comités y las funciones de cada uno. (Consejo Directivo, Consejo de Padres, Consejo Estudiantil, Personería, Contralor estudiantil.)
- ❖ Presentar de manera respetuosa en forma verbal o escrita: sugerencias, iniciativas y peticiones tendientes al bienestar institucional.
- ❖ Representar a la institución en actividades culturales, deportivas, académicas y científicas.
- ❖ Recibir los estímulos que otorga el COLEGIO INTEGRADO CAMILO TORRES a los educandos que se destacan en las diferentes actividades.
- ❖ Ser preparado para asumir una vida responsable en una sociedad libre con espíritu de comprensión, paz, tolerancia, igualdad, así como cuidar y respetar el medio ambiente.
- ❖ Ejercer los derechos Sexuales y Reproductivos según la ley colombiana.
- ❖ Que se le suministre el carné estudiantil como identificación para la institución.
- ❖ Apelar cuando se crea injustamente sancionado y/o evaluado, solicitud que deberá adelantar ante la instancia competente según el caso, durante los cinco (5) días hábiles, siguientes después de sucedido el hecho.
- ❖ Otros contemplados en la Ley de La Infancia y La Adolescencia, la Ley de Convivencia Escolar y el Código Penal colombiano.

### 1.14.3 Deberes de los educadores

Son deberes de los docentes vinculados al servicio oficial.

- ✓ Cumplir la Constitución y las leyes de Colombia.
- ✓ Desempeñar con solicitud y eficiencia las funciones de su cargo.
- ✓ “Cumplir las órdenes inherentes a sus cargos que les impartan sus superiores jerárquicos.”
- ✓ Velar por la conservación de documentos, útiles, equipos, muebles y bienes que le sean confiados.
- ✓ Las demás que para el personal docente, determinen las leyes y los reglamentos ejecutivos.
- ✓ “Buscar de manera permanente el incremento de la calidad del proceso de enseñanza-aprendizaje y sus resultados, mediante la investigación, la innovación y el mejoramiento continuo, de acuerdo con el plan de desarrollo educativo de la correspondiente entidad territorial y el proyecto educativo institucional del establecimiento donde labora.
- ✓ Cumplir con el calendario, la jornada escolar y la jornada laboral de acuerdo con la reglamentación que expida el Gobierno Nacional.



SC-CER96940



- ✓ Educar a los educandos en los principios democráticos y en el respeto a la ley y a las instituciones, e inculcar el amor a los valores históricos y culturales de la nación.
- ✓ Observar una conducta acorde con la función educativa y con los fines, objetivos, derechos, principios y criterios establecidos en la ley general de educación y en planes educativos.
- ✓ “Mantener relaciones cordiales con los padres, acudientes, educandos y compañeros de trabajo, promoviendo una firme vinculación y una cooperación vital entre la escuela y la comunidad y respetar a las autoridades educativas.”
- ✓ Dar formación integral basada en el modelo pedagógico de la institución y trabajar por el perfil del educando.
- ✓ Cumplir y hacer cumplir el manual de convivencia.
- ✓ Dar a conocer y hacer cumplir a los educandos las normas de seguridad dentro de los talleres y laboratorios.

#### 1.14.4 Derechos de los educadores

Los educadores al servicio oficial gozarán de los siguientes derechos:

- Formar asociaciones sindicales con capacidad legal para representar a sus afiliados en la formulación de reclamos y solicitudes ante las autoridades de orden nacional y seccional.
- Recibir oportunamente la remuneración asignada para el respectivo cargo y grado del Escalafón.
- Ascender dentro de la Carrera Docente.
- 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.
- Solicitar y obtener los permisos, licencias, y comisiones, de acuerdo con las disposiciones legales pertinentes.
- Permanecer en el servicio y no ser desvinculado o sancionado, sino de acuerdo con las normas y procedimientos que se establecen en el 2277 o en el 1278.
- No ser discriminado por razón de sus creencias políticas o religiosas, ni por distinciones fundadas en condiciones sociales o raciales.
- Los demás establecidos o que se establezcan en el futuro.



SC-CER96940



### 1.14.5 Deberes de los padres de familia

Con el fin de asegurar el cumplimiento de los compromisos adquiridos con la educación de sus hijos, corresponden a los padres de familia los siguientes deberes:

- ❖ Matricular oportunamente a sus hijos en establecimientos educativos debidamente reconocidos por el Estado y asegurar su permanencia durante su edad escolar obligatoria.
- ❖ Contribuir para que el servicio educativo sea armónico con el ejercicio del derecho a la educación y en cumplimiento de sus fines sociales y legales.
- ❖ Cumplir con las obligaciones contraídas en el acto de matrícula y en el Acuerdo Ético Pedagógico para la Convivencia, para facilitar el proceso de educativo.
- ❖ Contribuir en la construcción de un clima de respeto, tolerancia y responsabilidad mutua que favorezca la educación de los hijos y la mejor relación entre los miembros de la comunidad educativa.
- ❖ Comunicar oportunamente, y en primer lugar a las autoridades del establecimiento educativo, las irregularidades de que tengan conocimiento, entre otras, en relación con el maltrato infantil, abuso sexual, tráfico o consumo de drogas ilícitas. En caso de no recibir pronta respuesta acudir a las autoridades competentes.
- ❖ Responder por cualquier daño causado por sus hijos o hijas a las instalaciones e implementos del colegio de las personas integrantes de la comunidad educativa.
- ❖ Presentarse al colegio cuando sea requerido por algún motivo en la fecha y hora señalada

### 1.14.6 Derechos de los padres de familia

Los principales derechos de los padres de familia en relación con la educación de sus hijos son los siguientes:

- ✓ Elegir el tipo de educación que de acuerdo con sus convicciones, procure el desarrollo integral de los hijos, de conformidad con la Constitución y la Ley.
- ✓ Recibir información del Estado sobre los establecimientos educativos que se encuentran debidamente autorizados para prestar el servicio educativo.
- ✓ Conocer con anticipación o en el momento de la matrícula las características del establecimiento educativo, los principios que orientan el proyecto educativo institucional, el Acuerdo Ético Pedagógico para la Convivencia, el plan de estudios, las estrategias



pedagógicas básicas, el sistema de evaluación escolar y el plan de mejoramiento institucional.

- ✓ Expresar de manera respetuosa y por conducto regular sus opiniones respecto del proceso educativo de sus hijos, y sobre el grado de idoneidad del personal docente y directivo de la institución educativa.
- ✓ Participar en el proceso educativo que desarrolle el establecimiento en que están matriculados sus hijos y, de manera especial, en la construcción, ejecución y modificación del proyecto educativo institucional.
- ✓ Recibir respuesta suficiente y oportuna a sus requerimientos sobre la marcha del establecimiento sobre los asuntos que afecten particularmente el proceso educativo de sus hijos.
- ✓ Recibir durante el año escolar y en forma oportuna, a través de la plataforma, información sobre el rendimiento académico y el comportamiento de sus hijos.
- ✓ Conocer la información sobre los resultados de las pruebas de evaluación de la calidad del servicio educativo y, en particular, del establecimiento en que se encuentran matriculados sus hijos.

## 1.15 LEY DEL MENOR

Con lo ordenado por la Constitución política de Colombia, la Ley 115 de 1994, ley general de educación y la Ley 1620 / 2013, el colegio integrado camilo torres salvaguarda los derechos fundamentales obligatorios para todo ciudadano, de modo tal que el ambiente formativo escolar, propicie la vivencia permanente, reflexiva y participativa de los derechos y deberes de todos, razón por la cual, en el presente manual de convivencia la institución se empeña en promover, prevenir, atender y hacer seguimiento oportuno de los procesos de formación en los derechos humanos, de educación para la sexualidad, de manera ágil, integral y personalizada. La Institución reconoce que con la expedición de la Ley 1098 de 2006 (Ley de Infancia y Adolescencia) y LEY 1620 DEL 15 DE MARZO DE 2013 (Ley de convivencia escolar) tiene obligaciones especiales, complementarias y éticas que debe cumplir como representante del Estado en el proceso Educativo, pero a su vez también conoce y admite que la Educación es un derecho – deber que impone a todos los actores de la Comunidad Educativa una corresponsabilidad en los procesos integrales de formación, por ende se hizo necesario redefinir las obligaciones de cada uno de los



actores, con el fin de que sean ampliamente conocidas y aplicadas para garantizar de manera efectiva el Derecho a la Educación.

## 1.16 UNIFORMES

### 1.16.1 Uniforme de diario hombres

- Pantalón verde oscuro
- Camisa blanca manga corta, cuello sport o camisa guayabera.
- Correa negra lisa sin tachos o aderezos.
- Medias blanca o negra tobillera. (Para los actos cívicos o desfiles utilizar media blanca colegial).
- Zapato escolar negro de material
- Camisetilla totalmente blanca



### 1.16.2 Uniforme de diario mujeres

- ✓ Jardinera a cuadros verdes y blancos.
- ✓ Camisa blanca manga corta, cuello sport.
- ✓ Medias Blanca colegial.
- ✓ Zapatos escolar negro de material.
- ✓ Largo de la jardinera a la rodilla.
- ✓ Botones blancos de dos en dos (en total 10 botones).
- ✓ Al recoger el cabello utilizar cola o moña de color negro o blanco.



Portar con dignidad, respeto, decoro, aseo buena presentación y exclusividad los uniformes establecidos por el colegio dentro y fuera de él. Utilizar maquillaje suave sin adornos. Sólo se podrá utilizar aretes topitos para las mujeres, el manicure, si se usa, debe ser de color transparente, francés y pasteles.

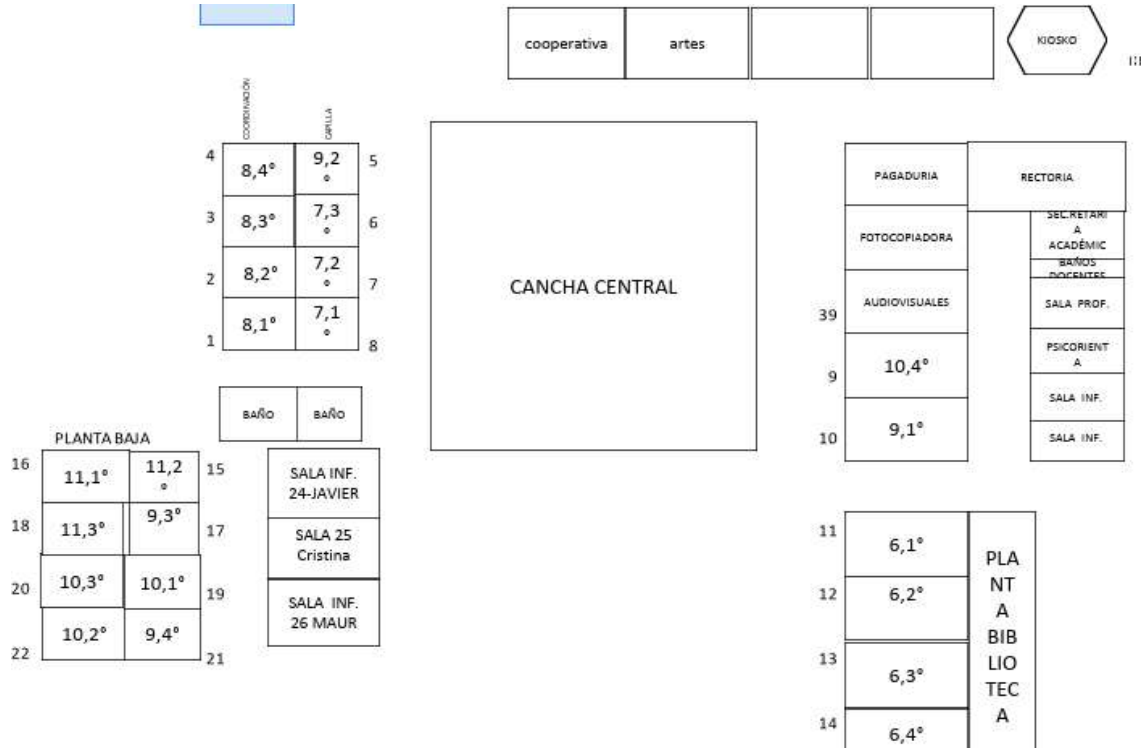
### 1.16.3 Uniforme de educación física

- ❖ Camiseta blanca con cierre en el pecho, con vivos verdes en el cuello y laterales, escudo del colegio en la parte izquierda de la camisa, sigla COLCATO bordada en la manga derecha.
- ❖ Sudadera verde con línea blanca lateral y sigla COLCATO bordada en la pierna parte lateral izquierda; bota recta
- ❖ Pantalóneta verde, con vivos blancos laterales y sigla COLCATO bordada a los dos lados
- ❖ Chaqueta verde con escudo en la parte izquierda en un vivo blanco, en la manga derecha bordado la sigla COLCATO, la chaqueta lleva gorro
- ❖ Medias blancas deportivas.
- ❖ Zapato deportivo totalmente blanco, se recomienda bota.
- ❖ La tela de sudadera, chaqueta y pantalóneta es antilíquido, la camisa es Lafayette



Durante el desarrollo de las actividades académicas y deportivas del área de Educación Física el estudiante no podrá utilizar ningún accesorio como piercing, aretes, collares, pulseras, reloj por salud y seguridad. Se pueden realizar las actividades deportivas con camiseta blanca o de inter salones y pantalóneta del uniforme. Una vez terminada la clase de educación física deberán portar el uniforme reglamentario. En jornada contraria los estudiantes de 10° y 11° portaran la sudadera del Uniforme de Educación Física y el polo del Sena

### 1.17 INVENTARIOS INFRAESTRUCTURA



### 1.18 SALÓN DE DEPORTES

MATERIAL	CANTIDAD	ESTADO
Aros	20	Malos
Balones de futbol	15	Buenos
Balones de Baloncesto	25	Buenos
Balones de Voleibol	20	Buenos
Balones De micro	5	Regulares
Balones de balonmano	2	Bueno
Malla de micro futbol	2	Buena
Malla de futbol	2	Buena
Tableros de ajedrez	4	Regulares
Bate de béisbol	3	Regulares
Pelotas de béisbol	3	Malas
Cronómetros	2	Bueno



<b>Petos</b>	8	<b>Buenos</b>
<b>Silbatos</b>	5	<b>Malos</b>
<b>Guantes de boxeo</b>	4	<b>Regulares</b>
<b>Total</b>	<b>120</b>	

### 1.19 HORARIOS

Horas y días	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>8:00 a 9:20</b>	10 <sup>2</sup>	9 <sup>3</sup>	8 <sup>1</sup>		
<b>9:20 a 10:40</b>	10 <sup>1</sup>	10 <sup>3</sup>	8 <sup>2</sup>	9 <sup>4</sup>	
<b>Descanso</b>					
<b>11:10 a 12:30</b>	9 <sup>1</sup>		8 <sup>3</sup>	9 <sup>2</sup>	

### 1.20 MATRIZ DOFA

La Institución Educativa Colegio Integrado Camilo Torres, San Vicente de Chucuri, Santander, es una escuela que cuenta con los salones pertinentes para la parte académica de los estudiantes, así como con los escenarios deportivos para la realización eficaz de la asignatura de Educación física, Así mismo, cuenta con material o implementación pertinente, adecuado y en buen estado (en su mayoría) para la ejecución de dicha clase.

Es de vital importancia mencionar, que el plantel educativo, cuenta con el personal adecuado para lograr una excelente formación, puesto que, a diferencia de otras instituciones, está, si posee un docente Licenciado en Educación Física, preparado y atento, que en todo momento busca los espacios adecuados para intentar lograr una clase pertinente, y realiza las actividades prácticas.

Sin embargo, la motivación de los estudiantes por la clase de educación física no es la mejor, debido a diferentes factores que inciden en el gusto por la actividad física, como lo es el uso de la tecnología, en otras palabras, la incidencia de la globalización en las nuevas generaciones.



Es por esto, que se hace necesario la implementación de estrategias que favorezcan y fortalezcan la motivación en los y las estudiantes del Plantel Educativo, permitiendo así de una u otra forma, el fomento de hábitos de estilos de vida saludables.

En este tiempo que nos corresponde hacer la clase de forma virtual debido al virus COVID-19 hemos visto muchas falencias y es que la mayoría de los niños no tienen acceso a internet puesto que un gran porcentaje de los estudiantes viven en zona rural, por esta razón creo que es de vital importancia realizar o ejecutar algún método para que todos estos niños puedan recibir todas sus clases.

## CAPITULO II

### 2. PROPUESTA PEDAGÓGICA

#### 2.1 TÍTULO DE LA PROPUESTA

Aumento de la capacidad física a través de la implementación del entrenamiento funcional de los estudiantes de secundaria del colegio integrado Camilo Torres.

#### 2.2 OBJETIVO GENERAL

Implementar el entrenamiento funcional en los estudiantes de secundaria del colegio integral Camilo Torres, a través de la clase de educación física, aumentando la capacidad física, mental y preparándolos para la realización de tareas cotidianas y deportivas.

#### 2.3 OBJETIVOS ESPECIFICOS

Efectuar ejercicios de pliometría a través de circuitos en las clases de educación física, mejorando la circulación de los estudiantes.

Enseñar entrenamientos basados en ejercicios de resistencia aeróbica, con el fin de mejorar los estímulos, aumentando la coordinación y el equilibrio.

Instruir en ejercicios de fuerza a los estudiantes con el fin de tener una estimulación neuromuscular, mejorando el equilibrio.

Explicar entrenamientos del core a los estudiantes, mejorando la movilidad, flexibilidad y protegiendo las estructuras nerviosas.



## 2.4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El entrenamiento funcional es considerado un estimulante en la destreza de la vida diaria, adaptaciones fisiológicas y prevención de lesiones, además se integran ejercicios en un ambiente propioceptivo y brindando adaptaciones fisiológicas (Romero, Flórez, & Sánchez, 2017), consecuentemente, es importante para los seres humanos la realización de este tipo de entrenamiento que integra los diferentes sentidos y permite desarrollar habilidades, dicho lo anterior se encuentra la necesidad de aumentar la capacidad física a través de la implementación del entrenamiento funcional durante las clases de educación física en los estudiantes de secundaria del colegio integrado Camilo Torres, dando de esta manera instrucción de los ejercicios y su correcta ejecución, mejorando su bienestar físico y mental, preparándolos de esta manera, para la realización de tareas cotidianas y deportivas. Cabe resaltar, que al realizar este tipo de entrenamientos se dará en el estudiante un rendimiento muscular óptimo, se disminuirán los riesgos de lesiones, mejorará su postura corporal y se podrán desenvolver en su entorno físico y social (Dupont & Ibarra, 2019).

## 2.5 JUSTIFICACIÓN

La educación física se encarga de los procesos acorde de las posibilidades del alumno en su preparación habitual para la vida como persona y como ciudadano (Extremera, 2010), además permite mejorar en aspectos como, fortaleza, estética, esparcimiento, comunicación, formación, estado físico y deportivo, estas medidas que demanda el entorno se resguardan de manera contigua a las demás necesidades educativas de la materia (Soroa, 2018), brindando herramientas no solo para el desenvolvimiento de la clase, si no también para la vida diaria.

Consecuentemente, se entiende que en la educación física existe una inclinación real a dar una enseñanza significativa para los estudiantes, ya que esta materia se considera estimulante (Bernardo, 2013), infundiendo de manera creativa a la importancia de mantener una buena capacidad física. Por ende, es importante establecer de que se trata esta última, y se dice que son los elementos que establecen la condición física de las personas, que lo sitúan hacia la ejecución de la actividad física y adecuan el desarrollo de su potencial físico, mediante el entrenamiento (Nicolás, 2014), esta capacidad es básica y vital para el ser humano y buscan mejorar la resistencia, velocidad y fuerza del mismo.



La capacidad física puede ser mejorada a través de diferentes tipos de ejercicios, uno de esos que la busca potenciar son los entrenamientos funcionales. El entrenamiento funcional se refiere a la fuerza que es aplicada con una intención o propósito especial, además es la fuerza que se emplea en la cotidianidad (Florez, 2015), de ahí radica la importancia de la implementación de este tipo de ejercicios, puesto que son usados para el desenvolvimiento óptimo de los quehaceres diarios.

Francesco (2015) menciona que al realizar ejercicios o tareas, se inicia la activación y eficacia neuromuscular, ya que el progreso de la fuerza busca una transferencia hacia el ascenso del movimiento de las personas y el entorno o de rendimiento deportivo. Es por esto que se busca implementar el entrenamiento funcional en los estudiantes de secundaria del colegio integrado Camilo Torres, a través de la clase de educación física, puesto que durante esta asignatura se permite un aprendizaje motivante y de aplicación creativa, además por la etapa de desarrollo en la que se encuentran los estudiantes (adolescencia), se encuentra vital la realización de ejercicios basados en el entrenamiento funcional, puesto que estos se encuentran en pleno desarrollo de su sistema endocrino, sistema muscular y la realización de estos permiten un buen funcionamiento de los diferentes órganos (Delgado, 2015), aumentando la capacidad física, mental y preparándolos para la realización de tareas cotidianas y deportivas, es por esto que se espera realizar la presente propuesta.

## 2.6 POBLACIÓN

Grupo	Femenino	Masculinos	Edad
8°1	10	21	11 – 12 años
8°2	10	22	11 – 12 años
8°3	14	18	11 – 12 años
9°1	16	17	13 – 14 años
9°2	13	15	13 – 14 años
9°3	14	13	13 – 14 años
9°4	15	15	13 – 14 años
10°1	17	20	15 – 16 años



SC-CER96940



10°2	20	18	15 – 16 años
10°3	17	20	15 – 16 años
<b>total</b>	146	179	<b>325</b>

## 2.7 MARCO CONCEPTUAL

**Educación física:** La educación física es la formación completa del alumno, donde se aborda esta disciplina desde una representación completa e interdisciplinaria, donde se consiguen significativos beneficios para la salud de las personas, así como su unión en sociedad (Naranjo, 2017).

**Condición física:** La condición física está relacionada con la calidad de vida, esto incluye hábitos saludables y estilos de vida, permitiendo que los individuos se desenvuelvan en su entorno (Hernández, Pérez, & Rodríguez, 2019).

**Entrenamiento funcional:** El entrenamiento funcional hace reseña a realizar alguna actividad física con una intención, se debe a que al ejecutar este tipo de ejercicio busca la mejora de la preparación y la fuerza total de quienes lo ejercen (Guerrero & Barnal, 2017).

## 2.8 MARCO TEÓRICO

### Educación física

Se dice que la actividad física se precisa como una inclinación procedente por la acción muscular intencional que desarrolla el gasto de energía (Rodríguez, Valenzuela, & Martínez, 2009), consiguientemente la instrucción de la educación física en las instituciones debe suscitar que los alumnos continúen realizando actividad física más allá del ámbito y la etapa escolar (Petitti, 2000), así que se pretende brindar a los estudiantes propuestas atractivas, características y excelentes, las cuales permitan alcanzar el buen hábito de hacer ejercicio. La educación física está enfocada en las habilidades de los educandos, en sus medios y beneficios y se consideran esenciales e íntimos





a la naturaleza psicológica de los jóvenes (Perez & Vargas, 2013), puesto que permite desarrollar todo el potencial del individuo.

### **Relevancia de la educación física**

La ejecución de ejercicio en las clases de educación física, accede a que se cree un hábito en los educandos puesto que la intención de la enseñanza en actividad física, recreación y deportes, es conservar o iniciar hábitos saludables y educarse al manejo del tiempo libre (Bernardo, 2013), consiguiendo así una salud física y mental, para afrontar a los desafíos que se presentan.

### **Capacidad física**

La capacidad física determina los elementos que establecen la situación corporal del individuo, que lo sitúan hacia la ejecución de una determinada actividad y facilitan el progreso de su potencial física mediante su ejercicio (Nicolás, 2014).

Velazquez (2018) menciona que la capacidad física tiene componentes básicos que abarca la prestación motriz y deportiva, esto con el fin de optimizar el rendimiento físico, cabe resaltar que todos los seres humanos disponen de un grado de fuerza, resistencia, velocidad y equilibrio, pero estas habilidades se desarrollan en cierta medida, dependiendo de su entrenamiento. Además, se precisan como las particularidades individuales del individuo, concluyentes en el estado físico que se fundamentan en las acciones, en los métodos energéticos y metabólicos de rendimiento (Gutiérrez, 2016).

### **Entrenamiento funcional**

El entrenamiento funcional se logra describir como un ejercicio con un propósito, ya que la función es esencialmente el propósito, ya que desvía la orientación del ejercicio para incorporar los músculos estabilizadores, puesto que son la fuente de las lesiones (Boyle 2015) citado por (Antunes, Bianco, & Pereira, 2020), por esto resulta importante la realización de estos tipos de ejercicios.

Se dice también, que no solo mejora el aspecto físico, sino que es aquel que desarrolla los medios de actuación de la persona en el medio social y laboral que le rodea (Dupont & Ibarra, 2019), el entrenamiento funcional tiene diferentes objetivos, no solo el de la preparación física; puesto que busca prevenir lesiones, desenvolvimiento en actividades habituales y tener procesos de readaptación.



SC-CER96940



## Capacidad física y entrenamiento funcional

Para llevar a cabo un mejoramiento de la capacidad física se debe utilizar un tipo de entrenamiento, en este caso se hablara acerca de la capacidad física y el entrenamiento funcional, en el cual se espera mejorar físicamente desde la realización de ejercicios que mejoren la elasticidad, flexibilidad, coordinación, fuerza, velocidad y resistencia (Florez, 2015), estas capacidades están explícitas por los métodos activos y del metabolismo de rendimiento de los músculos. Al realizar un entrenamiento funcional obtiene beneficios a la salud, estas incluyen el cuidado de su imagen corporal y hábitos saludables (Velazquez, 2018).

### CAPITULO III

### 3. INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

#### 3.1 DISEÑO


En el siguiente cronograma encontraremos las actividades destacadas que fueron ejecutadas a través de las clases sincronizadas dentro de las prácticas profesionales.


Entrenamiento funcional	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Semana 7	Semana 8
Circuito de condiciones físicas	X							
trabajo de capacidades condicionales		X						
Trabajo de tren superior brazos			X					
Circuito de zona corel y resistencia general				X				
flexibilidad					X			
Circuito de habilidades físicas						X		
Circuito de tren inferior							X	
Trabajo de Coordinación								X

#### 3.2 EJECUCIÓN


La propuesta se ejecuto durante 8 semanas asignadas por el calendario académico, en el cual se ejecutaron las guías estipuladas en el cronograma.


### 3.2.1 Circuito de condiciones físicas

Actividad 1	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Jumping jacks:</b> vamos a estar en posición de pies juntos y vamos a dar un salto separando los pies y al mismo tiempo que damos el salto, elevamos los brazos por encima de la cabeza una vez caigamos con los pies separados y los brazos por encima de nuestra cabeza lo que vamos es a dar de nuevo un salto y volvemos a la posición inicial.</p>	


Actividad 2	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Burpees</b></p> <p>Iniciamos en una posición inicial de cuclillas y con las manos en el suelo y lo que vamos hacer es que llevamos nuestros pies atrás para hacer una flexión de brazos, una vez hecha la flexión de brazos volvemos a la posición inicial de cuclillas y damos un salto vertical y quedamos de pie y volvemos a la posición inicial todo esto debe ser continuo</p>	


### Actividad 3

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Flexión de brazos</b></p> <p>En posición de cubito abdominal o “boca abajo” vamos a colocar las palmas de las manos en el suelo a la altura de los hombros, ligeramente más abiertos que el ancho de sus hombros y lo que vamos a hacer es que vamos a ir levantado el cuerpo hacia arriba e ir enderezando los brazos, tener el cuerpo erguido y el apoyo del cuerpo queda en las palmas de las manos y la punta de los pies.</p>	

Actividad 4	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Saltos de rana</b></p> <p>Partiendo de la posición inicial con los pies un poco más ancho de la anchura de nuestra cintura lo que vamos a hacer es una sentadilla de 90° grados, recuerde espalda recta y luego vamos a hacer un salto vertical y volvemos a caer en posición inicial</p>	

### 3.2.2 trabajo de capacidades condicionales


Actividad 1	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Saltos de lazo a dos pies</b></p> <p>Estando en posición de pie y con una cuerda a la parte de atrás de nosotros, con una punta en cada una de nuestras manos lo que vamos a hacer es llevar la cuerda por encima de nuestra cabeza y vamos a dar un salto con el objetivo que la cuerda pase por debajo de nuestra planta de los pies, sin ir a detener el recorrido de la cuerda. Y realizar la mayor cantidad de los saltos</p>	
<p><b>Materiales:</b> cuerda o lazo</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Tijera con bastón</b></p> <p>Estamos de pie y con un bastón en nuestras manos vamos a estirar nuestros brazos por encima de la cabeza y vamos adelantar una pierna hacia adelante dejando estirada la pierna que queda atrás, de forma que pierna estirada de adelante solo aguante el equilibrio. En esta posición vamos a llevar la rodilla de nuestra</p>	

pierna atrasada a que toque el suelo y regresamos a la posición inicial

**Materiales:** bastón o palo

### Actividad 3

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Saltos de lazo a un pie</b></p> <p>Estando en posición de un solo pie y con una cuerda a la parte de atrás de nosotros, con una punta en cada una de nuestras manos lo que vamos a hacer es llevar la cuerda por encima de nuestra cabeza y vamos a dar un salto con el objetivo que la cuerda pase por debajo de nuestra planta de los pies, sin ir a detener el recorrido de la cuerda.</p>	
<p><b>Materiales:</b> cuerda o lazo</p>	

### Actividad 4

Descripción metodológica	Descripción gráfica
--------------------------	---------------------

### Sentadillas con bastón


desde la posición erguida (de pie) con los pies separados a la anchura de la cadera y con un bastón en nuestro hombro, vamos hacer una flexión en nuestras rodillas y cadera y descendemos lentamente hasta que formemos un ángulo de 90° grados con nuestras piernas, manteniendo la espalda recta y luego volvemos a la posición de origen.



**Materiales:** bastón y palo


### 3.2.3 trabajo de tren superior brazos

#### Actividad 1


Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Aperturas horizontales</b></p> <p>Estando de pie con una botella en cada mano, vamos a estirar nuestros brazos al frente a la altura de nuestros hombros y con la espalda recta lo que vamos hacer es que vamos a llevar nuestros brazos, a los lados y Realiza una ligera flexión de tus brazos para reducir la tensión sobre éstos durante el ejercicio y volvemos a posición inicial</p>	
<p><b>Materiales:</b> botellas con agua, mancuernas</p>	



## Actividad 2

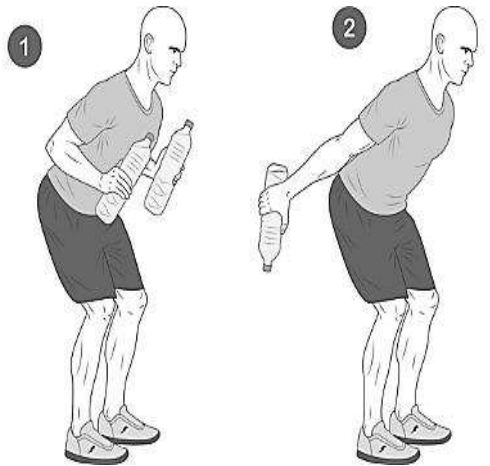
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Curl de bíceps</b></p> <p>Sujeta las botellas con un agarre supino (las palmas de las manos mirando hacia el frente) y asegúrate de que tu antebrazo y el suelo están colocados de forma paralela. Aprieta el bíceps para realizar el curl y baja la mancuerna. Después, vuelve a la posición inicial manteniendo el control.</p>	
<p><b>Materiales:</b> botellas con agua, mancuernas</p>	

## Actividad 3

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Elevación frontal</b></p> <p>Este ejercicio el estudiante tendrá las botellas en un agarre prono (con las palmas de la mano hacia atrás) y lo que va a hacer es que levantar sus brazos recto hacia el frente hasta llegar a la altura de sus hombros y luego volverá a su posición inicial recuerde tener la espalda recta</p>	

**Materiales:** botellas con agua, mancuernas

#### Actividad 4

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Extensión de tríceps</b></p> <p>Este ejercicio se hace con el fin del que el estudiante trabaje los músculos principalmente de su brazo y lo que va hacer es que agarrara una botella con el brazo a trabajar y con la espalda recta es que su tronco superior lo colara paralelo al suelo y estirara su brazo el cual trabaja y lo que va hacer es una flexión</p>	
<p><b>Materiales:</b> botellas con agua, mancuernas</p>	

### 3.2.4 Circuito de zona Corel y resistencia general

#### Actividad 1

Descripción metodológica	Descripción gráfica
--------------------------	---------------------

### Giros abdominales

Este ejercicio es principalmente para la zona Core (abdomen) y lo que van hacer es que los estudiantes se sentaran y van a levantar su pierna del suelo y su espalda la dejara caer un poco, pero sin que toque el suelo, soportando el peso de su cuerpo en sus glúteos y lo que hará es que con una botella en sus manos ira de derecha a izquierda.



**Materiales:** botellas con agua, mancuernas

## Actividad 2

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Burpees</b></p> <p>Iniciamos en una posición inicial de cuclillas y con las manos en el suelo y lo que vamos hacer es que llevamos nuestros pies atrás para hacer una flexión de brazos, una vez hecha la flexión de brazos volvemos a la posición inicial de cuclillas y damos un salto vertical y quedamos de pie y volvemos a la posición inicial todo esto debe ser continuo</p>	

## Actividad 3


Descripción metodológica	Descripción gráfica
--------------------------	---------------------

### Plancha

En este ejercicio los estudiantes estarán de cubito abdominal (boca abajo) con su cuerpo recto y lo que va hacer es que se va apoyar en sus antebrazos los cuales debe estar paralelo a sus hombros y en la punta de los pies y su mirada debe ir al suelo y mantener su espalda recta y durar el tiempo que el docente le indique.




### Actividad 4

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Salto de lazo en forma de caminata</b></p> <p>se le dará las indicaciones de cómo deben hacer el ejercicio y que errores no puede cometer y los beneficios que nos trae el ejercicio y se mirara como lo están haciendo los estudiantes y se les dará recomendaciones si está mal</p>	
<p><b>Materiales:</b> lazo o cuerda</p>	

### 3.2.5 flexibilidad


### Actividad 1

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Abrir piernas tomar tobillos con las manos</b></p> <p>Lo que vamos es hacer es que el estudiante va durar 2 minutos en esta posición, para mejorar su flexibilidad y de este modo pueda tener una mejor flexibilidad a la hora de hacer alguna actividad</p>	

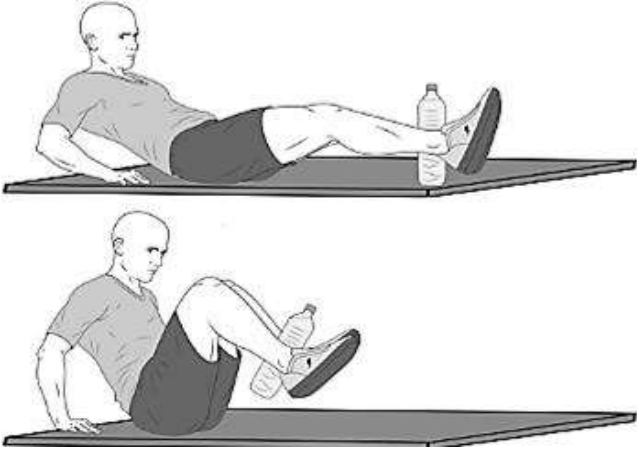
Actividad 2	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Acostado boca abajo estirar espalda</b></p> <p>Aquí el estudiante va a mantener 1:30 en esta posición para estirar su espalda y todos sus músculos y con esto ganar mejor flexibilidad y poder mejorar el rango de movimiento de algunos músculos</p>	


### Actividad 3

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Sentado estirar piernas y tomar puntas de pie</b></p> <p>En este ejercicio el estudiante durar 2 minutos manteniendo la posición y teniendo el cuidado de no tener alguna lesión por no hacer el ejercicio de la manera correcta el docente estará pendiente y le dará las recomendaciones adecuadas y tener mas flexibilidad</p>	

Actividad 4	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Sentado estirar piernas y estirar brazos al frente</b></p> <p>Se le mostrará al estudiante la manera correcta de hacer el ejercicio y los errores que se comete constantemente luego se le indicará que debe durar 2 minuto en dicha posición y el profesor estará pendiente de que los estudiantes este haciendo el ejercicio de la forma correcta</p>	

### 3.2.6 circuito de habilidades físicas

Actividad 1	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Contracción abdominal</b></p> <p>En este ejercicio se les dirá a los estudiantes que se sienten y lo que van a hacer es que coloquen sus manos en el suelo detrás de su espalda y levanten sus piernas del suelo y lo que van a hacer es que las van a contraer a su abdomen y las estiran si dejan que las piernas toquen el suelo.</p>	
<p><b>Materiales:</b> botellas con agua, mancuernas</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Plancha</b></p> <p>En este ejercicio los estudiantes estarán de cubito abdominal (boca abajo) con su cuerpo recto y lo que van a hacer es que se apoyen en sus antebrazos los cuales deben estar paralelos a sus hombros y en la punta de los pies y su mirada debe ir al suelo y mantener su espalda recta y durar el tiempo que el docente le indique.</p>	

### Actividad 3


Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Burpees</b></p> <p>Iniciamos en una posición inicial de cuclillas y con las manos en el suelo y lo que vamos hacer es que llevamos nuestros pies atrás para hacer una flexión de brazos, una vez hecha la flexión de brazos volvemos a la posición inicial de cuclillas y damos un salto vertical y quedamos de pie y volvemos a la posición inicial todo esto debe ser continuo</p>	


### Actividad 4

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Subir banco con elevación de pierna</b></p> <p>En este ejercicio los estudiantes estarán de pie frente a un banco y lo que van hacer es que con un pie pisara el banco ya sea el izquierdo o derecho, luego lo que va hacer es que su pierna que no esta pisando el banco la va a elevar al frente y luego la vuelve a su posición inicial.</p>	
<p><b>Materiales:</b> banco, silla</p>	




### 3.2.7 circuito de tren inferior

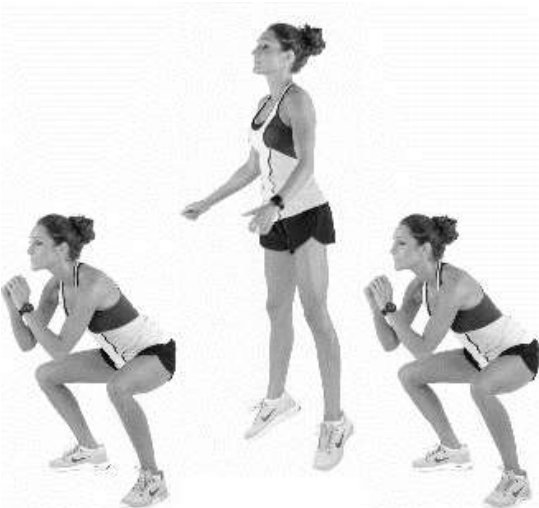
Actividad 1	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Escaladores</b></p> <p>en este ejercicio los estudiantes se colocarán en posición de hacer una flexión de brazos y lo que va hacer es que va subir una pierna y la otra la deja estirada y lo que hará es que cambiando de pierna.</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Sentadillas</b></p> <p>los estudiantes estar en posición erguida (de pie), con los pies a la anchura de su cadera y lo que van hacer es una flexión en su pierna y su cadera para formar un ángulo de 90° grados con su pierna, recuerde tener siempre la espalda recta y realizara el ejercicio las repeticiones indicadas por el profesor</p>	


### Actividad 3

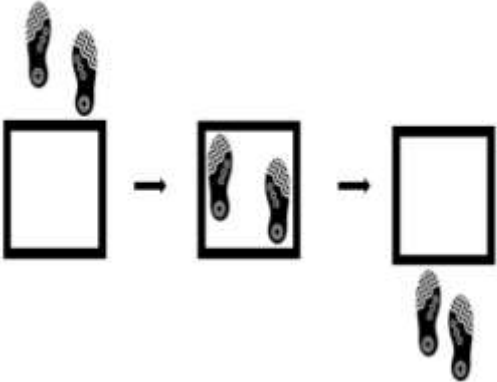
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Salto de lazo elevando rodilla</b></p> <p>Se les dará las indicaciones a los niños de cómo deben hacer el ejercicio el niño y cuánto tiempo lo deben realizar y que posición debe tomar para hacer de la mejor manera el ejercicio</p>	
<p><b>Materiales:</b> lazo o cuerda.</p>	

### Actividad 4

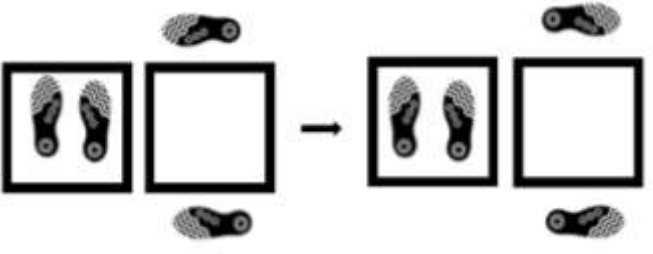
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p><b>Salto de rana</b></p> <p>Partiendo de la posición inicial con los pies un poco más ancho de la anchura de nuestra cintura lo que vamos hacer es una sentadilla de 90° grados, recuerde espalda recta y luego vamos hacer un salto vertical y volvemos a caer en posición inicial</p>	

### 3.2.8 Trabajo de coordinación

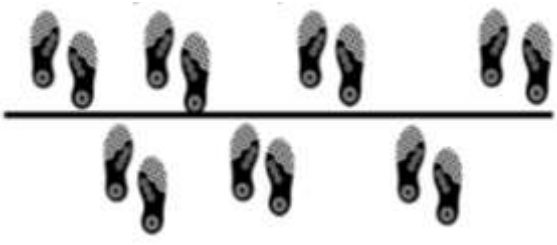
Actividad 1	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p>En este ejercicio lo que vamos hacer es que Iniciamos con los pies en el cuadro. Y luego saltan con los pies fuera del Cuadro y volvemos adentro</p>	
<p><b>Materiales:</b> Cinta, marcador o cuerda.</p>	

Actividad 2	
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p>Iniciamos con los pies afuera en la parte superior del cuadro, colocando hacia atrás el pie derecho seguido del izquierdo en el cuadro y continuamos hacia atrás del Cuadro, de igual forma hacia adelante.</p>	
<p><b>Materiales:</b> Cinta, marcador o cuerda.</p>	

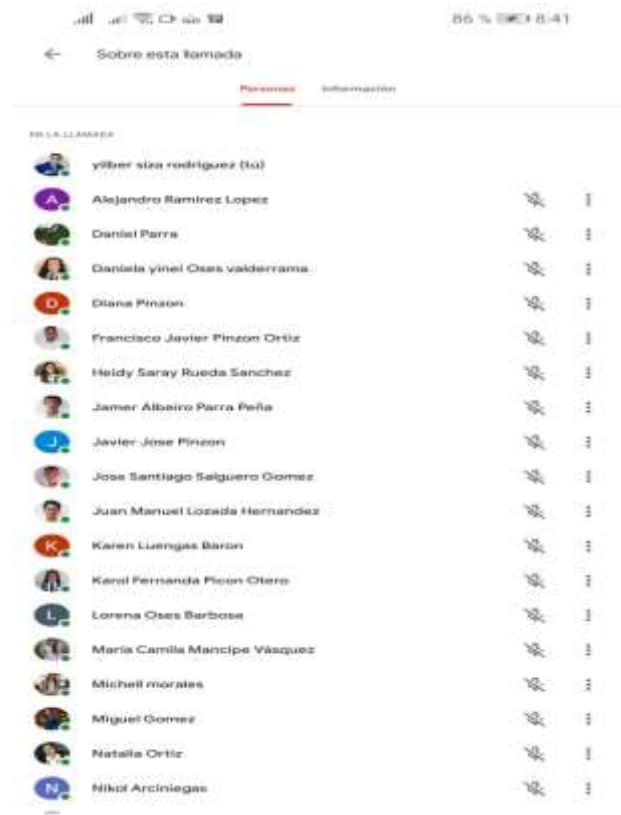
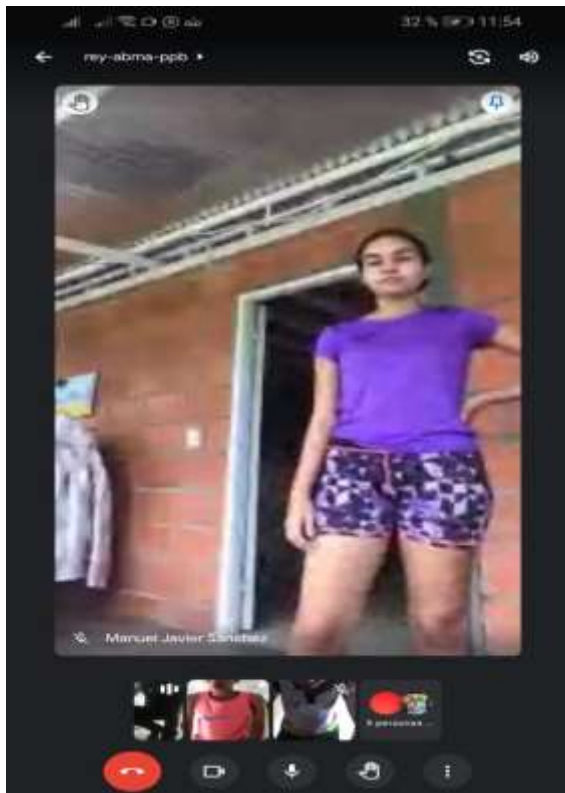
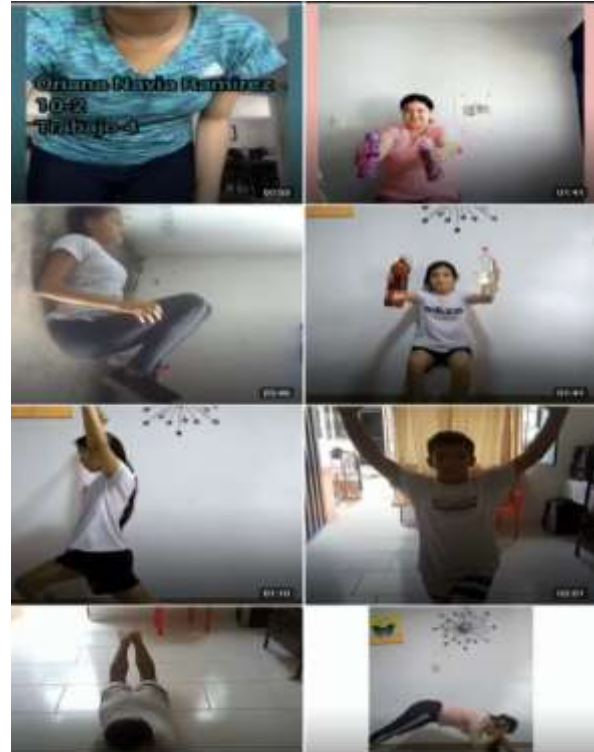
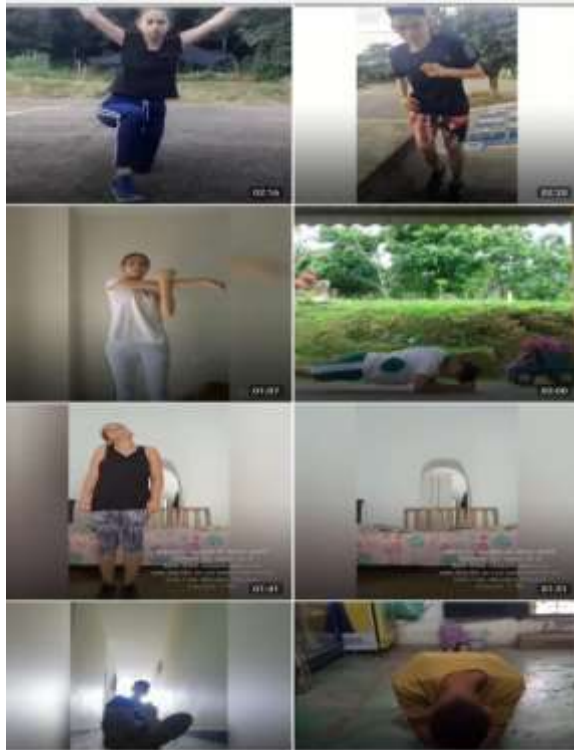
### Actividad 3

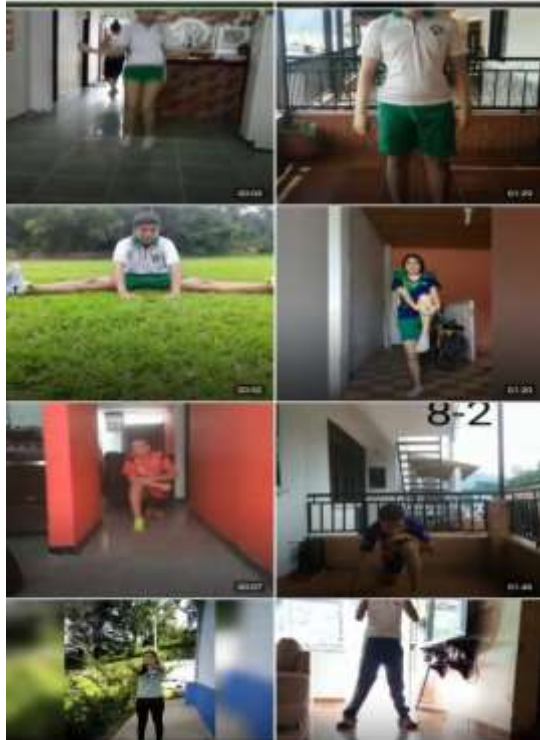
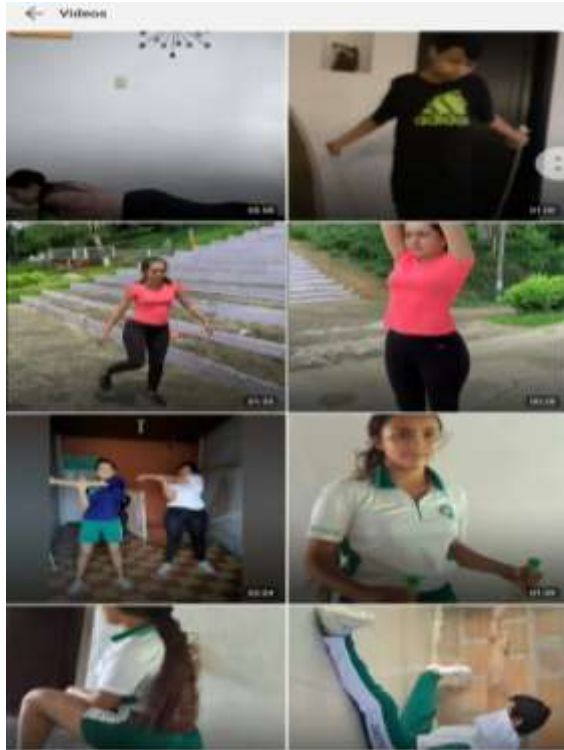
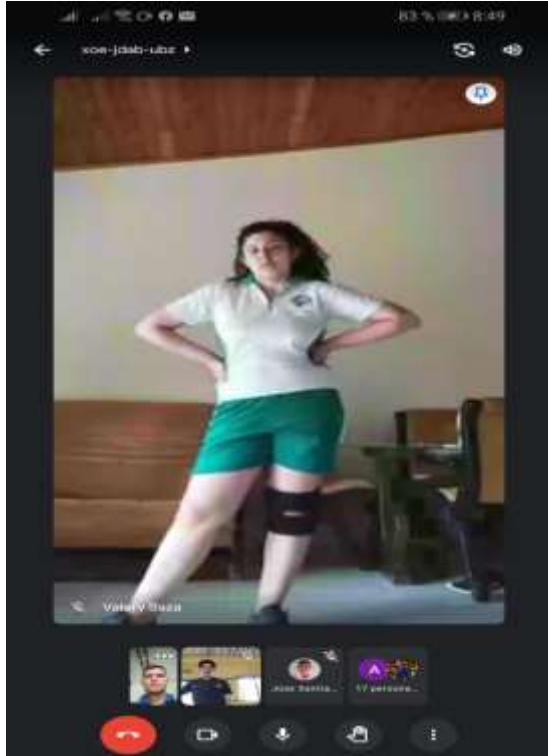
Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p>En este ejercicio Iniciamos con los pies dentro del cuadro, saltamos y giramos 90° hacia la izquierda colocando los pies afuera del cuadro, volvemos al cuadro con los dos pies girando nuevamente y saltamos hacia afuera del cuadro ahora girando hacia la derecha y continuamos</p>	
<p><b>Materiales:</b> Cinta, marcador o cuerda.</p>	

### Actividad 4

Descripción metodológica	Descripción gráfica
<p>En este ejercicio los niños entienden una cuerda en forma recta, iniciamos pasando los pies por encima de la cuerda de a un pie y luego el otro de lado a lado de la cuerda a la mayor velocidad posible.</p>	
<p><b>Materiales:</b> Cinta, marcador o cuerda.</p>	

### 3.2.9 Anexos









### 3.3 EVALUACIÓN

#### 3.3.1 EVALUACIÓN CUALITATIVA DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA

Se basa en la ejecución y evaluación de la propuesta pedagógica, en la cual se describieron anteriormente las actividades ejecutadas semana por semana especificando la diversidad de ejercicios y circuitos desarrollados en el horario de clase propuestos en el plan de estudios por el supervisor y el jefe de área, las cuales fueron aplicadas en beneficio de los procesos de habilidades físicas de los estudiantes del colegio integrado camilo torres (COLCATO).

Se tiene en cuenta el resultado para todos, pero partiendo de las diferencias que presentan cada uno de los estudiantes a la hora del desarrollo de las guías, la conducta de entrada, los comportamientos y la disposición para determinar el nivel de aprendizaje al iniciar cada una de las clases sincrónicas.

Los ejercicios y las actividades utilizados en esta propuesta mostraron un avance positivo en los comportamientos personales e interpersonales de los grados octavo, noveno y décimo del colegio integrado camilo torres (COLCATO); A su vez se resaltan mejoras en cuanto a las habilidades físicas obteniendo un resultado positivo por parte de los estudiantes de estos grados, ya que influye en su desarrollo motor.

#### 3.3.2 RESULTADOS

Se lograron cumplir los objetivos propuestos a pesar de las circunstancias, se trabajó con una población numerosa, en donde se percibió un bajo número de estudiantes que presentaron conectividad a causa de su servicio de internet o datos móviles, de los cuales se evidenciaron los grados de básica secundaria como lo fueron octavo, noveno y décimo. Con flexibilidad académica, lo cual los niños tuvieron una gran aceptación a las clases propuestas, se evidencio también un gran interés en desarrollar las guías y obtuvimos buenos resultados, como los esperados en la propuesta.





### 3.3.3 PROCESO DE LA PROPUESTA

La ejecución de la propuesta no se llevó a cabo en su totalidad debido a unas manifestaciones que se está llevando a nivel nacional por ende el colegio suspendió las clases en forma de apoyo a esta manifestaciones por este motivo no se pudieron ejecutar las dos últimas semana de la propuesta, pero obtuvimos muy buenas respuestas ante las guías que se lograron trabajar, la actitud de los niños ante el trabajo realizado fue positiva, lastimosamente no se logró en su totalidad, y no tuvimos presencialidad para haber evidenciado los avances y los resultados más a fin. Como un posible aspecto para mejorar es el difícil acceso y conectividad de los estudiantes a la hora de las clases, ya que todos no cuentan con dispositivos móviles aptos para el desarrollo de estas clases o en su defecto, servicio de internet en sus hogares.

### 3.3.4 EVALUACIÓN FORMATIVA

La propuesta se llevó a cabo por medio de guías entregadas de forma física y virtual (a través de grupos de la red social WhatsApp) a los padres de familia y estudiantes cada 15 días, se desarrollaron clases sincrónicas donde se contó con la conectividad de algunos estudiantes de los diferentes cursos de octavo, noveno y décimo, aunque la presencia de los estudiantes fue poca ya que no contaba con una conectividad a internet estable. En cuanto a mi formación tuve un horario de cuatro veces por semana en el horario de la mañana para trabajar en las guías junto con el docente y el supervisor de área a cargo de la sede donde se ejecutó la propuesta.

### 3.3.5 CONCLUSIONES

Logramos obtener resultados positivos ante la aplicación de las guías de esta manera (virtual), también evidenciamos como los estudiantes que presentaban conectividad fueron afianzando sus patrones básicos de movimiento a través del entrenamiento funcional. Adicional a esto una mejor actitud de los niños ante las demás guías de trabajo y la disponibilidad para la conexión con el transcurrir del tiempo, por ende, se dan por cumplidos los objetivos propuestos.

Se cumplen cada uno de ellos ya que se logra afianzar las capacidades físicas a través de las actividades dirigidas. Se evidencia la participación de los niños de manera progresiva en cada una de las actividades realizadas a lo largo de la propuesta.



También se mejora la coordinación y la direccionalidad y así mismo se mitigan algunas dificultades de los niños a la hora de realizar las actividades, puesto que al inicio del desarrollo se evidenciaban de manera muy notoria.

### 3.3.6 RECOMENDACIONES

1. La institución educativa debe implementar el entrenamiento funcional en su plan de estudios, ya que anteriormente no se hacía uso y por ende no se habían descubierto los beneficios que tiene.
2. La comunidad en general debe lograr una mejor conectividad en caso de que el segundo semestre del año sea impartido de este mismo modo, ya que son pocos los estudiantes que cuentan con dispositivos móviles aptos para dicha actividad.
3. Los padres de familia deben prestarles más atención a los niños e invertir en su proceso de enseñanza-aprendizaje ya que a través de los dispositivos móviles fue la única manera de hacer este proceso posible durante este año.
4. A mis compañeros a futuro lograr una mayor participación con los niños y padres de familia en caso de que se siga llevando a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje de esta manera o por alternancia

## CAPITULO IV

### ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

fecha	Actividad	Evidencia
23 de marzo del 2021	Entrega del kit alimentario	
24 de marzo del 2021	Acto de posición del gobierno escolar	
23 de abril del 2021	Día del idioma	



<p>29 de abril del 2021</p>	<p>Día del niño</p>	
<p>13 de mayo del 2021</p>	<p>Día de la santanderenidad</p>	



## CONCLUSIONES

Durante la practica integral docente mi formación pedagógica profesional me permitió desarrollar destrezas, habilidades, conocimientos adquiridos mejorando el proceso de enseñanza – aprendizaje. Además, se logró lo que se buscaba con esta propuesta.

Se evidencia un aprendizaje significativo ya que los niños despiertan mucho más su interés por ser partícipes de las clases de educación física, aunque para algunos sea casi imposible debido a que no cuenta con una conectividad estable a internet. Es muy grato vivir la experiencia de que niños de escasos recursos visitan las casas de sus compañeros para poder participar y estar activos con el desarrollo de las clases de educación física.

La parte positiva del desarrollo de la propuesta básicamente fue el cumplimiento de los objetivos planteados al inicio de esta, la vivencia de la labor docente a pesar de no estar de manera presencial en la institución. Por otro lado, la parte negativa que nos deja el desarrollo de la propuesta es la baja conectividad de los estudiantes a la hora de las clases sincrónicas.



## BIBLIOGRAFÍA

- Antunes, B. S., Bianco, R., & Pereira, W. (2020). Formación funcional.
- Bernardo, J. M. (2013). Propuesta interdisciplinar: enseñanza de inglés y educación física en educación primaria.
- Delgado, M. (2015). Fundamentación anatómico funcional del rendimiento y del entrenamiento de la resistencia del niño y del adolescente.
- Dupont, J. P., & Ibarra, S. (2019). Entrenamiento funcional.
- Extremera, A. B. (2010). Análisis del concepto de educación física escolar en primaria y secundaria .
- Florez, J. L. (2015). Propuesta de entrenamiento funcional para practicantes del polo acuático.
- Guerrero, D. M., & Barnal, C. A. (2017). Promoción de la actividad física para la salud a través del entrenamiento funcional en escolares adolescentes.
- Gutiérrez, F. G. (2016). Conceptos y clasificación de las capacidades físicas.
- Hernández, S. A., Pérez, A. M., & Rodríguez, Y. A. (2019). Valoración de la condición física en adolescentes de Bucaramanga de edades entre 11 y los 18 años, valores normativos de referencia de la fuerza de tren inferior.
- Naranjo, D. S. (2017). La educación física el deporte y la recreación.
- Nicolás, I. L. (2014). Las capacidades física .
- Perez, P. V., & Vargas, R. O. (2013). La importancia de la educación física en el currículo escolar.
- Petitti, E. (2000). Recopilación de contenidos teóricos a desarrollar con alumnos de escuela media.
- Rodríguez, A. C., Valenzuela, A. V., & Martínez, B. J.-A. (2009). La importancia de la educación física en el sistema educativo.
- Romero, Y., Flórez, S. M., & Sánchez, L. A. (2017). Conceptualización del entrenamiento funcional y su implementación en sus diferentes escenarios.
- Soroa, A. J. (2018). Una unidad didáctica de educación física bilingüe en educación primaria.
- Velazquez, L. C. (2018). Capacidades físicas.