



ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



INFORME FINAL DE PRÁCTICAS INTEGRAL
COLEGIO CABECERA DEL LLANO – SEDE PIEDECUESTA

JUAN PABLO JAIMES PACHECO

1032485363

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTE

2022



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander



ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



INFORME FINAL DE PRÁCTICAS INTEGRAL
COLEGIO CABECERA DEL LLANO – SEDE PIEDECUESTA

JUAN PABLO JAIMES PACHECO

1032485363

ASESOR:

IVAN DAVID ORTÍZ PIMIENTA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICARECREACIÓN Y DEPORTE

PAMPLONA NORTE DE SANTANDER

2022



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander



ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



TABLA DE CONTENIDO

Contenido

TABLA DE CONTENIDO	3
CAPITULO I. OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO	7
1.1 Reseña Histórica.....	7
1.2 Proyecto Educativo Institucional.....	10
1.3 Marco Legal	14
1.4 Horizonte Institucional.....	15
1.4.1 Misión	15
1.4.2 Visión.....	15
1.5 Principio Institucional	16
1.6 Filosofía	18
1.7 Horizontes.....	18
1.8 Perfiles.....	20





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.8.1	Perfil del Docente	20
1.8.2	Perfil del Estudiante	23
1.9	Organigrama Institucional	25
1.10	Cronograma Institucional	26
	26
1.11.	Símbolos	30
1.12	Manual de Convivencia	33
1.13	Derechos y Deberes de Estudiantes, Docentes, Padres de Familia y del personal Administrativo y de Apoyo.....	34
1.13.1	Derechos de los Estudiantes.....	34
1.13.2	Deberes de los Estudiantes.....	37
1.13.3	Derechos de los Padres o Acudientes.....	40
1.13.4	Deberes de los Padres o Acudientes.....	42
1.13.5	Derechos de los Docentes	45
1.13.6	Deberes de los Docentes	47
1.13.7	Derechos del personal Administrativo y de Apoyo.....	52
1.13.8	Deberes del personal Administrativo y de Apoyo.....	53
1.14	Uniformes	54
1.15.	Horarios	57





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.15	Matriz Dofa.....	58
CAPITULO II. PROPUESTA PEDAGÓGICA.....		59
2.1	Implementación del Ultimate Frisbee como deporte, con el fin de desarrollar y potenciar las capacidades físicas básicas en los jóvenes de los grados de 7° a 11° del Colegio Cabecera del Llano.	59
2.2	Objetivo General	59
2.3	Objetivos Específicos	59
2.4	Descripción del Problema.....	60
2.5	Justificación	62
2.6	Población	64
2.7	Marco Conceptual.....	65
2.8	Marco Teórico	69
2.8.1	Nivel Internacional	73
2.8.2	Nivel Nacional.....	73
2.8.3	Nivel Regional	74
CAPITULO III INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES.....		75





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



3.1	Diseño.....	75
3.2	Ejecución.....	77
3.3	EVALUACIÓN CULITATIVA	103
III. CAPITULO, ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES		107
V CAPITULO – FORMA DE EVALUACION		109
CONCLUSIONES		116
Referencias Bibliográficas.....		117





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



CAPITULO I. OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO

1.1 Reseña Histórica

El origen del Colegio Cabecera del Llano data del año 1985, concretamente el 20 de Junio, cuando por Escritura Pública No. 570, el Municipio de Piedecuesta, siendo Alcalde el Dr. Zoilo Santamaría Otero, adquiere un lote del I.C.T., destinado a la construcción de las instalaciones de la Escuela Cabecera del Llano, de acuerdo a las especificaciones necesarias para que en un futuro se amplíen los servicios al nivel de Secundaria. En 1987, por acuerdo No. 006 de Marzo 2, el Concejo Municipal establece que la escuela que se está construyendo en el Barrio Cabecera del Llano, lleve el nombre de “Vicente Arenas Mantilla”, como un homenaje a uno de los personajes más importantes de las Letras Pie de Cuestanas, el poeta José Vicente Arenas Mantilla. Finalizado este año, se concluyó la construcción del local de la escuela, el cuál consta de siete aulas de clase, una dependencia para la oficina de la Dirección, otra para la sala de materiales, la sección de servicios sanitarios y una pequeña vivienda. En Enero de 1989, siendo alcalde el Dr. Luis Jesús García Rangel, entregó las nuevas instalaciones escolares a la comunidad y autorizó a la Directora Marina Santos de Sierra, para que realizara matrículas en la Concentración Vicente Arenas Mantilla, con miras a iniciar labores académicas en este año. El 9 de Febrero de 1989, comienza a funcionar la Concentración Vicente Arenas Mantilla, con una planta de personal de siete docentes bajo la dirección de la Licenciada Santos de Sierra. Se distribuyeron siete grupos de primero a quinto y en el transcurso del año, siguieron llegando docentes hasta completar catorce, los cuales laboraron en dos jornadas: mañana y tarde. Desde 1989 hasta el 5 de Junio de 1996, la Concentración Vicente Arenas





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



Mantilla, fue dirigida por la Licenciada Marina Santos de Sierra, fecha en la cual permutó con el Licenciado Saúl Quijano Rueda, quien dirigió el colegio hasta el año 2004. En 1996, bajo la administración del Lic. Saúl Quijano Rueda, y en común acuerdo con los docentes, se hizo la petición al Dr. Miguel Ángel Santos Galvis, Alcalde Municipal, para que la Concentración se convirtiera en Colegio, con el fin de ofrecer a los y las estudiantes los niveles de Preescolar, Básica Primaria y Básica Secundaria y así garantizarles la culminación de sus estudios, Esta solicitud tuvo eco y mediante Acuerdo Municipal No. 083 de Diciembre 2 de 1996, la Concentración Escolar Vicente Arenas Mantilla pasa a ser el “Colegio Cabecera del Llano” reglamentado bajo el Decreto No. 027 del 4 de Febrero de 1997, firmado por el entonces Alcalde Municipal, Dr. Miguel Ángel Santos Galvis. Durante la administración del Dr. Miguel Ángel Santos Galvis, se logró para el Colegio, la construcción de dos aulas más para el funcionamiento de la básica secundaria. El 4 de febrero de 1997 se abre el grado sexto y en un proceso continuo y simultáneo se va completando el bachillerato y se va ampliando la planta física de tal manera que en el año 2002 se gradúa la primera promoción de bachilleres cabellanistas. En 1998, bajo la administración del Dr. Ludwing Joel Valero Sáenz, alcalde Municipal se logró un aporte del Departamento para la ampliación de la planta física. En enero de 1999, se inicia el proyecto de ampliación de la planta física, que consistió en la construcción de cinco aulas de clase, la sala de informática, y la oficina administrativa En el año 2003, cuando se lleva a cabo el proceso de reestructuración de las instituciones educativas, se fusionan con el Colegio las Escuelas rurales de Meseta Grande y Las Amarillas, según Resolución N° 06735 de Agosto 13 de 2003. Se conforma así una Institución Educativa, identificada con el número de Dane 1685470012, que ofrece el servicio educativo principalmente a la niñez y juventud de los barrios Cabecera del Llano, La Colina, el Mirador y las veredas Las Amarillas y Meseta Grande, facilitando que los estudiantes de las tres sedes se les garantice cursar estudios desde Preescolar hasta Undécimo. En Abril del año 2004





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



asume la rectoría del colegio el Licenciado Eugenio Alonso González quien continúa con el proceso de ampliación y mejoramiento del colegio hasta septiembre de 2005 cuando es nombrada como Rectora la Magíster Esperanza Rodríguez Rodríguez quien dirigió hasta 2010 la institución. En el año 2006, siendo alcalde el Dr. Raúl Alfonso Cardozo se amplió notablemente la planta física del colegio con la construcción de 8 nuevas aulas, la biblioteca, el laboratorio, el auditorio, las gradas de acceso al tercer piso y el cerramiento de la sede principal y la sede Las Amarillas. Desde el año 2006 la institución viene ofreciendo, como valor agregado a los estudiantes que ingresan a la media, programas para el desarrollo de competencias laborales en articulación con el SENA. En el año 2010 el colegio es autorizado para hacer un convenio con la Universidad Autónoma de Bucaramanga para ofrecer a los estudiantes de la media el programa de Tecnología en Ofimática y Multimedia Actualmente se están ofreciendo por medio del SENA, formación en “cocina y bar” y “salud ocupacional. Y se han logrado convenios con la Universidad Pontificia Bolivariana que apoya en servicios jurídicos y de psicología. En el año 2010, cuando el municipio en la alcaldía del Dr. Jorge Armando Navas Granados se certifica para hacerse cargo de la administración de la educación, fue rector el Esp. Yecid Jaramillo Ocampo y durante los años 2012 y 2015, estuvieron los rectores encargados Jorge Eliecer Gutiérrez y Carlos Alberto Mantilla, en cuya administración se pudo construir una rampa de acceso y se adecuó la entrada a la institución. A partir del 4 de Junio de 2015, por concurso de méritos, es nombrado como Rector el Especialista Hernando Pérez Vásquez, quien actualmente lidera los procesos formativos de la institución, posicionándola entre las mejores del Municipio. Para la vigencia del año 2016, el colegio cuenta en sus tres sedes con 1120 estudiantes, 42 docentes, 3 directivos docentes y 7 administrativos. En el presente año se graduará la decimoquinta promoción de bachilleres conformada por una cohorte de 63 estudiantes.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.2 Proyecto Educativo Institucional

El Colegio Cabecera del Llano Piedecuesta del municipio de Santander, actualmente el colegio se encuentra conformado por tres sedes: La Sede A o Sede Principal ubicada en el barrio Cabecera del Llano en la calle 7 N° 16-20; La Sede B ubicada en la Vereda Meseta Grande y la Sede C ubicada en la Vereda Las Amarillas, en la sede A o sede principal, se encuentra el funcionamiento de los niveles de preescolar, básica y media y las oficinas administrativas. En la actualidad cuenta con alrededor de 1200 estudiantes, 40 docentes, 7 administrativos y 3 directivos docentes. Principalmente se trabaja en dos jornadas, en la jornada de la mañana en la cual funcionan dos grupos de preescolar y 15 grupos de bachillerato y en la jornada de la tarde hay dos grupos de preescolar y 14 grupos de primaria. Para este año mediante resolución N° 0530 de abril 14 de 2016, el Colcabellano presta el servicio de Ciclos Lectivos Especiales Integrados (CLEI) en educación formal dirigida a los adultos. Los CLEI van dirigidos principalmente a personas que, por su condición vulnerable, desplazada, laboral, desescolarizada o extra edad, no pudieron culminar sus estudios. En la sede b, meseta grande se encuentra Ubicada en el sector rural a 45 minutos a caminando desde la sede principal. Cuenta con un docente y 20 estudiantes, se desarrolla la metodología de Escuela Nueva. Y por último en la sede c las amarillas Ubicada también en el sector rural a 30 minutos en automóvil. Esta última cuenta con 35 estudiantes y dos docentes, se desarrolla la metodología de Escuela Nueva, por consiguiente, en el colegio Cabecera del Llano en su sede principal, se apoya en las estrategias del modelo pedagógico de Aprendizaje Significativo ya que le permite apropiarse de nuevas ideas conceptos e integrarlos a su capacidad de pensamiento a través de la reconstrucción del conocimiento facilitado por el contexto que lo rodea. Las sedes anexas Meseta Grande





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



y las Amarillas se apoyan en el modelo pedagógico de Escuela Nueva. Existe el deseo de la mayoría de los miembros de la Comunidad Educativa de replantear el modelo de tal manera que se adapte a las exigencias y necesidades de los estudiantes desde una perspectiva integradora contextual. En la evaluación del aprendizaje del estudiante en todas las áreas de formación, se valorarán en aspectos tales como: Nivel de desempeño en las competencias de cada área, alcance de estándares de aprendizaje, desarrollo de procesos de aprendizaje y sus resultados. Los criterios de evaluación y promoción son de obligatorio cumplimiento para todos los docentes que orientan clases desde el grado preescolar hasta el undécimo en la Institución Escolar, sin embargo, estos son flexibles, y se construyen a partir del conocimiento de las características de todos los estudiantes de la comunidad educativa, aunque se tengan como referencia los estándares de calidad. El personal directivo y docente del Colegio Cabecera del Llano mantendrá estrategias permanentes de comunicación con los estudiantes y padres de familia o acudientes, para asegurar el conocimiento del sistema de evaluación Institucional y sus respectivos momentos y circunstancias de aplicación Planes de mejoramiento: Una vez identificadas las dificultades presentadas por el estudiante, a través de acciones de seguimiento, el docente procederá a implementar un plan de mejoramiento en cada periodo que permita al educando la superación de los desempeños y deficiencias y los que considere necesarios en relación con las temáticas desarrolladas. Un plan de mejoramiento es un proceso pedagógico mediante el cual el educando emplea nuevas y mejores estrategias para alcanzar los objetivos en un área. Estas estrategias son brindadas por el docente, en lo posible concertadas con el estudiante y pueden incluir diversas actividades como: tutorías, talleres, consulta y desarrollo creativo, desarrollo de proyectos de aula y transversales, lectura de libros, mapas conceptuales, pruebas orales y escritas, trabajos prácticos u otras actividades complementarias y evaluaciones que posibiliten el aprendizaje y desempeño del estudiante. b) Informes verbales en cada periodo: Transcurrido al menos un 75% de





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



tiempo de cada periodo se convocará a reunión de padres de familia para que los directores de grupo y los docentes de cada una de las áreas rindan un informe verbal del rendimiento de los estudiantes, en esta reunión los docentes deben entregar a los padres y a los alumnos el plan de mejoramiento en el que se listan las acciones necesarias para continuar adecuadamente el proceso educativo. c) Semana de actividades de Recuperación y/o de Refuerzo: una vez hayan concluido las evaluaciones acumulativas del periodo, se realizarán actividades donde el estudiante puede tener espacios para recuperar las dificultades que se hayan presentado en las asignaturas. d) Actividades de Recuperación Finales: una vez terminado el último período académico habrá una semana de actividades de recuperación, únicamente para estudiantes que reprueban una o dos áreas y/o asignaturas, en la que se podrán aplicar diversas estrategias de evaluación con el fin de que los estudiantes con dificultades durante el año tengan una nueva oportunidad para mejorar sus desempeños. Si vencidos los procesos anteriores, el estudiante no supera las dificultades perderá el área y/o asignatura y, por consiguiente, reprueba el año escolar. Si el estudiante persiste en la no aprobación, podrá utilizar el recurso de la promoción anticipada, tal como lo especifica el Manual de Convivencia Cabellanista y el decreto 1290 del 16 abril de 2009.

Entre las modalidades de evolución encontramos la autoevaluación debe llegar a ser el factor más importante para motivar al estudiante a sentirse más responsable. La institución escolar debe proponerse siempre a llevar al estudiante a procesos metacognitivos y meta-evaluativos que están relacionados con el desarrollo de los principios de autonomía, transparencia y responsabilidad individual. Estos procesos de meta cognición y autoevaluación deben conducir a potenciar y desarrollar estas tres capacidades del ser humano: a) Autocontrol: El aspecto del autocontrol representa un pilar fundamental a través de la educación desde los primeros años, tal autocontrol





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



consistirá en el sentido interno de que la persona misma es la fuente de las órdenes que la obligan o mueven a la acción, esto es, siente que tiene autoridad de sí mismo. Si la escuela logra que sus estudiantes sean expertos analistas de su propio comportamiento se logrará que ellos puedan adoptar conductas que los lleven a superar sus debilidades. b) Autorregulación: el reconocimiento o la conciencia que toma cada persona para emprender acciones de mejoramiento según sus necesidades, intereses y potencialidades. c) Autogestión: las decisiones que toma cada persona después de realizadas sus propias autoevaluaciones para promover su propio desarrollo y superar sus deficiencias. Artículo 108. Estrategias de apoyo necesarias para resolver, conflictos que permitan tener un buen ambiente en la institución.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.3 Marco Legal

Leyes y fuentes principales legales para la elaboración del Manual de Convivencia del Colegio Cabecera de Llano Piedecuesta.

Constitución Política de Colombia; Ley 115 del 1994 (Ley General de Educación), Decreto 1860 del 1994 (reglamenta parcialmente la Ley 115 de 1994, en los aspectos pedagógicos y organizativos generales), Ley 599 de 2000 (Código Penal), Ley 1098 de 2006 (Ley de Infancia y Adolescencia); Ley 1581 de 2012, reglamentada por Decreto 1377 de 2013 (Protección de Datos Personales); Decreto 1286 de 2005, Ley 1146 de 2007; Ley 1404 de 2010 (Escuela de Padres y Madres), Ley 1453 de 2011, (Ley de Seguridad Ciudadana), Decreto 1286 de 2005, Decreto 1290 de 2009 (Sistema de Evaluación y Promoción), Ley 1620 de 2013, reglamentada por Decreto 1965 de 2013 (Ley de convivencia escolar y la formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar), Ley 1482 de noviembre de 2011 (modificación código penal); Ley 1732 de 2014 y Decreto 1038 de 2015 (cátedra de la paz), Ordenanza 05 de abril de 2010 (Contralor Estudiantil en Instituciones Educativas del Departamento de Santander), Decreto 1075 de 2015 (Decreto Único Reglamentario del Sector Educación), RESOLUCIÓN 15683 de 2016 (Manual de Funciones).





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.4 Horizonte Institucional

1.4.1 Misión

El Colegio Cabecera del Llano del municipio de Piedecuesta, tiene como misión: Formar estudiantes sin distinción de sexo, raza, origen familiar o nacional, lengua, religión, opinión política, filosófica o condición social en educación preescolar, básica y media vocacional, teniendo en cuenta las dimensiones biológica, axiológica, social, afectiva, cognitiva y espiritual bajo parámetros de cobertura, calidad y adaptabilidad de la educación, que le permitan a sus egresados acceder a la educación superior o ingresar al campo laboral con el fin de generar desarrollo en el sector productivo de la región y del país en consonancia con las exigencias del nuevo siglo.

1.4.2 Visión

El Colegio Cabecera del Llano se proyecta como una institución educativa moderna y competitiva, que asume el reto de generar espacios educativos para formar ciudadanos que demuestren unas competencias básicas, laborales y ciudadanas, que les posibiliten ser personas autónomas, competitivas, libres, con solvencia moral y ética, con pensamiento crítico y creativo, capaces de asumir su proyecto de vida, ser agentes de cambio comprometidos con la transformación y enriquecimiento de la sociedad.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.5 Principio Institucional

La institución educativa fundamentará su desarrollo en los siguientes principios:

Principio de Beneficencia: Las políticas y las prácticas escolares siempre estarán encaminadas a favorecer el bien común.

Principio de Servicio: El servicio con amabilidad y oportunidad son parte de nuestra filosofía. Nos interesa inculcar este espíritu en cada uno de los educandos y en la comunidad educativa en general

Principio de Compromiso: Nuestro compromiso es tener una dedicación plena con el desarrollo de todas las potencialidades de los educandos.

Principio de Justicia y Reparación: Dar a cada cual lo que le corresponde y reparar los daños morales o materiales que se hayan ocasionado a otras personas.

Principio de Orden y Disciplina: relacionado con la observancia de normas, leyes u ordenamientos que favorezcan el desarrollo de la autorregulación, el autocontrol y la autoevaluación.

Principio de Amor al Trabajo y al Conocimiento: énfasis en la generación de una cultura que valore el trabajo y el conocimiento como principales formas de lograr la realización personal y colectiva.

Principio de Transparencia: relacionado con la pulcritud, honradez y claridad en el





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



manejo de los bienes comunitarios y a su vez con la autenticidad con la que asume su proyecto de vida.

Principio de Respeto por la Diferencia la Individualidad: el colegio se compromete a crear un clima adecuado para el respeto y aceptación de las diferencias individuales y sociales, a reconocer cada uno de los miembros de la comunidad como seres humanos únicos, singulares y valiosos en su diferencia.

Principio de Equidad Social y Democracia Participativa: se propende por la vivencia de la democracia y la equidad social al interior de la vida escolar.

Principio de Responsabilidad y Autonomía: educar para el ejercicio de la ciudadanía afianzando en la cotidianidad escolar el sentido de responsabilidad sobre nuestras acciones y la toma de decisiones.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.6 Filosofía

El horizonte teleológico del Colegio Cabecera del Llano se orienta hacia una Educación fundamentalmente humanística como quiera que su lema es "un proyecto educativo integral hacia la excelencia humana". Se habla de un proyecto porque se parte de la premisa de que la educación es una tarea siempre en proceso, que busca la integración armónica de la cultura científico-técnica con la cultura humanística con miras a la formación de ciudadanos que se sientan miembros responsables de la trilogía individuo sociedad - especie, comprometidos con su realización personal, con la sociedad en su conjunto y con la especie humana en general.

1.7 Horizontes

La autonomía escolar, nos permite contar con un PEI, acorde a las necesidades y expectativas del contexto. Se han definido los criterios de organización administrativa a partir de referentes o enfoques teóricos sobre organización escolar que permiten dar respuesta al direccionamiento estratégico y horizonte institucional definido para alcanzar los fines de la educación y satisfacer las necesidades de aprendizaje de los estudiantes.

La institución Cabecera del Llano en respuesta a las exigencias del mundo actual, realiza el modelo pedagógico basado en los enfoques socioformativos, el desarrollo de las inteligencias múltiples y enlazado con las Tic. Este modelo, permitirá desarrollar en el niño, niña y adolescentes sus potencialidades para que se empoderen, apropien del mundo, del conocimiento y sean ejes claves en el desarrollo de su competencia





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



intelectiva, así como artífices emprendedores de su propia vida. El alcance del modelo pedagógico planteado permite lograr un estudiante trascendente, ético, líder, que geste en su futuro cambios en beneficio de la sociedad. Además, busca la formación de personas para la convivencia y la paz reconociéndose en el otro a partir de la vivencia de los principios éticos, morales, ambientales y cívicos; autónomos para desarrollar su proyecto de vida, integrándose a la sociedad de forma responsable, solidaria, tolerante y capaz de transformar contextos. En este modelo se hace imperativo la presencia de un docente dinámico, dispuesto a cambiar estructuras profesionales de desempeño y abierto al cambio. Un maestro mediador en el proceso de formación del estudiante, que tiene el dominio de 3 saberes: el del conocimiento, el del individuo al que orienta y del entorno en el que se desarrolla; de esta manera le garantizará al estudiante su ser, su hacer y su saber para el desarrollo de su autotransformación y fortalecimiento del proyecto de vida ético, desde una dinámica de relación bilateral atendiendo sus necesidades personales y sociales; asimismo el estudiante como auto constructor asume un compromiso activo y personal con el aprendizaje, como agente conductor de su proyecto de vida. Desde esta perspectiva, la implementación de las Tic coayudan en los procesos de aprendizaje de los estudiantes, permite que los educadores actualicen sus estilos de enseñanza y generan la necesidad de que la institución invierta en la formación de sus docentes y consecución de herramientas educativas.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.8 Perfiles

1.8.1 Perfil del Docente

Los educadores juegan un papel vital y trascendental tanto en la formación de los alumnos como en la de los demás estamentos de la comunidad educativa y por tanto su profesionalismo, su actitud, su desempeño, su ética y su compromiso son determinantes para el cumplimiento de la misión institucional. Por ello se requiere y se propende porque los docentes del COLEGIO CABECERA DEL LLANO se identifiquen y se acerquen lo más posible a un ideal de maestro que

- Promotor del desarrollo de la capacidad reflexiva y de la adquisición de conocimientos con el mayor sentido de perfección, para sí mismo y para sus estudiantes.
- Fiel a la filosofía de la institución y con sentido de pertenencia.
- Favorecedor del diálogo, democrático, solidario y responsable y humanista.
- Con capacidad de escucha y trabajo en equipo.
- Vinculado en el amor, seguro de sí mismo y feliz. Ético, con alta autoestima y capaz de establecer relaciones empáticas.
- Trabajador, motivado y comprometido con su misión de maestro.
- Con capacidad de crítica, autocritica y autocontrol. Respetuoso del otro, integrado y con alto nivel de equidad.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



- Con mentalidad abierta, capacidad de adaptarse a los cambios, y de manejar la incertidumbre.
- Líder propositivo, innovador y colaborador.
- Preocupado permanentemente por la creación, fomento y práctica de los valores sociales, espirituales, éticos, estéticos y morales que lo lleven a ser modelo y ejemplo para la comunidad educativa.
- Altruista e interesado por sus estudiantes como personas, para conducirlos a crear y asumir actitudes positivas frente a la vida.
- Dinámico, alentador, creativo, recursivo y amable para fomentar relaciones de cordialidad en el aula y fuera de ella.
- Con alta sensibilidad para conmovirse frente a éxitos, fracasos y situaciones de calamidad de sus estudiantes, de sus compañeros y de los demás miembros de la comunidad educativa.
- Atento a difundir sus conocimientos con la más alta pedagogía y sentido estético. Amante de su profesión e inquieto por engrandecer y enriquecer su nivel de conocimientos.
- Que inspire confianza por su sentido de responsabilidad, manejo de grupo y buen trato para sus estudiantes, compañeros y demás personas de la comunidad educativa.
- Comprometido con el sentido de la justicia y la honestidad profesional y personal.
- Dispuesto siempre a participar en las actividades de beneficio común propuestas por los distintos órganos de la institución.
- Creador y fomentador de sentimientos de amor hacia sus semejantes en aras de





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



una pacífica y armónica convivencia.

- Preservador del entorno y promotor del cuidado que debe darse a los recursos naturales y a la tierra como morada del hombre. Orgullosos de ser ciudadanos colombianos y forjadores en sus alumnos del respeto por los valores patrios.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.8.2 Perfil del Estudiante

El propósito fundamental del Colegio Cabecera del Llano será siempre la formación integral de sus estudiantes con miras a la construcción de una cultura democrática. La acción educativa canalizará todos los esfuerzos para acercarse a un ESTUDIANTE IDEAL que tendría las siguientes condiciones y/o cualidades:

- Ser persona racional e íntegra con un sentido crítico y analítico, capaz de recibir, aceptar y seleccionar todo aquello que contribuya a fortalecer su libertad, enriquecer su entendimiento, alcanzar su realización personal y social.
- Ser persona consciente, capaz de enfrentar con responsabilidad y acierto el compromiso con la realidad personal, familiar y social.
- Ser capaz de proyectarse responsablemente hacia el futuro, participando de las actividades de beneficio social que propicien el progreso personal.
- Ser capaz de respetar, practicar y defender los valores y derechos humanos, a nivel individual y social, en concordancia con la moral y las leyes del país, es decir, ser sujeto y agente de su propia educación.
- Ser capaz de desarrollar la sensibilidad de los valores, para descubrirlos y asumírselos, sobre todo los grandes valores, aquellos que se relacionan con el supremo fin del hombre y de las sociedades: el amor a Dios, el amor al prójimo, el respeto a la vida humana, la fraternidad, la amistad, la lealtad, la felicidad, la libertad, entre otros.
- Integrarse a la comunidad donde se desarrolle, a través de la autoridad y solidaridad para dar y recibir ayuda.
- Desarrollar hábitos sociales que faciliten la adaptación al medio cultural y el éxito en la vida pública.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



- Ser autónomos y democráticos, esto quiere decir que se aspira a formar personas con la capacidad de reflexionar, de tomar conciencia de sí mismo y del mundo que lo rodea para que pueda dar una respuesta histórica que signifique compromiso y determine la libertad de opción de la persona.
- Ser una persona intelectualmente competente, esto es, dominio apropiado que se debe tener de ciertos conocimientos, habilidades y destrezas para el logro de su integración integral.

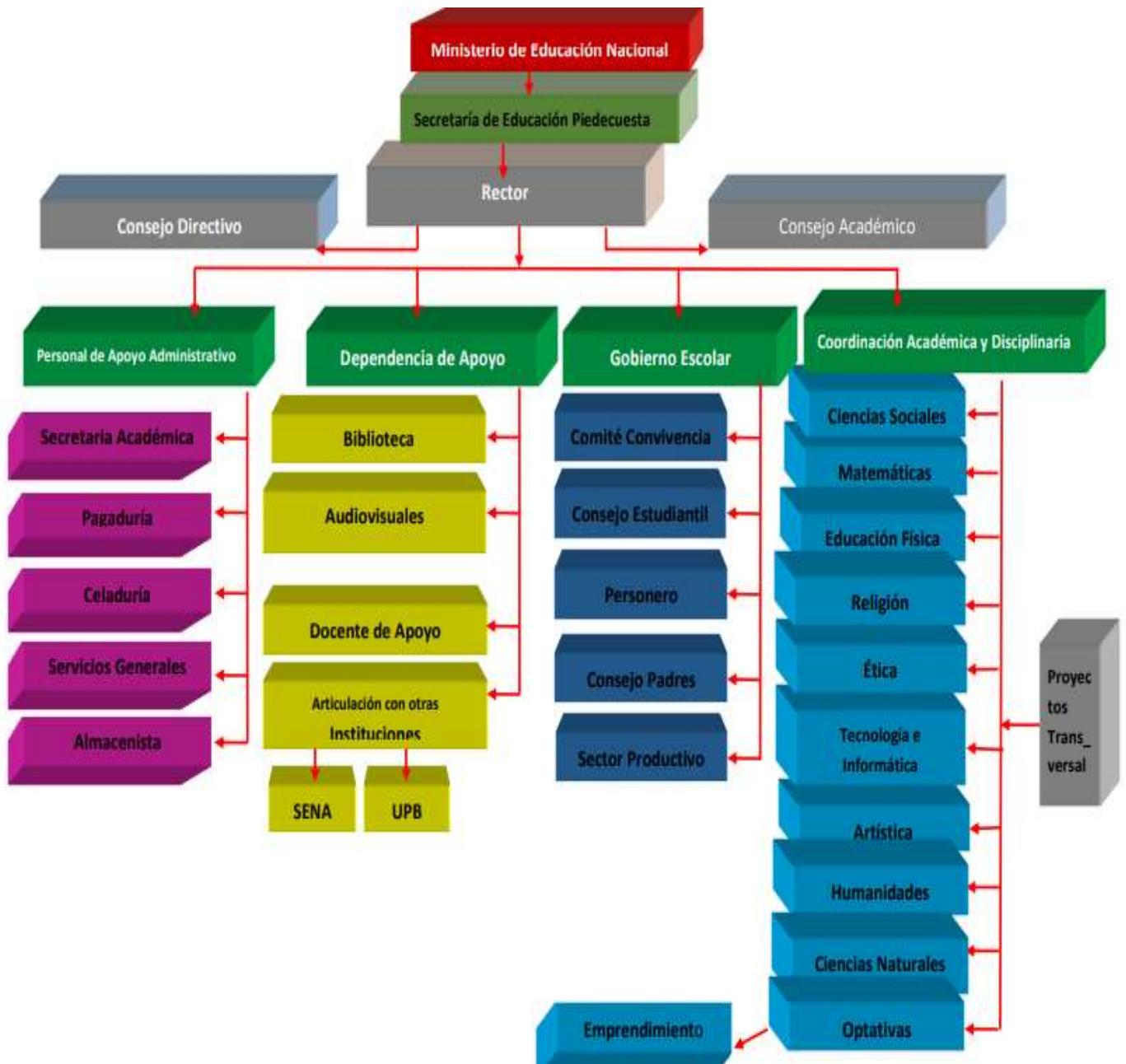




ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.9 Organigrama Institucional





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.10 Cronograma Institucional



COLEGIO CABECERA DEL LLANO CRONOGRAMA PRIMER PERIODO 2022

PRIMER PERIODO 17 ENERO – 27 MARZO	11 – 14 ENERO	SEMANA DE DESARROLLO INSTITUCIONAL
	17 – 21 ENERO	INICIO DE CLASES POR CONJUNTOS DE GRADOS
	25 ENERO	INICIO DE CLASES
	31 ENERO – 18 MARZO	CRONOGRAMA DE GOBIERNO ESCOLAR.
	ENERO 29 –3 FEBRERO	ELECCIONES REPRESENTANTES DE CURSO
	2 FEBRERO	FORMACIÓN DOCENTE UPB (6 – 7 am) FORMACIÓN ESTUDIANTES UPB GRUPO 9-01 (7 – 8 am) FORMACIÓN ESTUDIANTES UPB GRUPO 9-02 (8 – 9 am)
	4 FEBRERO	REUNION GENERAL DE PADRES DE FAMILIA: Bachillerato 6:00a.m. Primaria 4:00p.m. JORNADA DE VACUNACIÓN PARA ESTUDIANTES.
	10 FEBRERO	FORMACION ESTUDIANTES 11° (según horario) FORMACIÓN DOCENTE (11:20a.m)
	17 FEBRERO	COMITÉ DE CONVIVENCIA ESCOLAR
	2 MARZO	MIÉRCOLES DE CENIZA
	2 MARZO	ESCUELA DE PADRES
	8 MARZO	DÍA DE LA MUJER Y DEL HOMBRE (CELEBRACIÓN EN CADA CURSO)





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



11 MARZO	ELECCIONES REPRESENTANTES A ESTAMENTOS INSTITUCIONALES.
11 - 17 MARZO	SEMANA EVALUACIONES INTERNAS TIPO SABER
16 MARZO	POSESION GOBIERNO ESCOLAR (IZADA DE BANDERA)
18 MARZO	COLEGIO ABIERTO
22 – 25 MARZO	ACTIVIDADES DE NIVELACIÓN
15 – 26 MARZO	PROCESO DE INGRESO DE NOTAS AL SISTEMA
27 MARZO	CIERRE DE PERIODO
30 MARZO	COMISIÓN DE EVALUACIÓN Y PROMOCIÓN EVALUACIÓN DE COMPORTAMIENTO
31 MARZO	ENTREGA DE INFORMES A PADRES DE FAMILIA
2 ABRIL	CONSEJO ACADÉMICO (recuperación de día de SS)





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



COLEGIO CABECERA DEL LLANO CRONOGRAMA SEGUNDO PERIODO 2022

SEGUNDO PERIODO 28 MARZO – 12 JUNIO	28 MARZO	INICIO DE PERIODO
		CAPACITACIÓN DOCENTES Y ADMINISTRATIVOS
		ESCUELA DE PADRES (PRIMARIA)
	8 ABRIL	INAUGURACIÓN INTERCLASES
	11 ABRIL - 17 ABRIL	SEMANA INSTITUCIONAL (SEMANA SANTA)
		PICNIC LITERARIO
	22 ABRIL	IZADA DE BANDERA (DÍA DEL IDIOMA)
	27 ABRIL. 6 AM.	ESCUELA DE PADRES PRIMARIA. PREVENCION Y MANEJO DEL ABUSO E INFANTIL
	28 DE ABRIL 6 AM.	ESCU ELA PADRES BACHILLERATO PREVENCION Y MANEJO DEL RIESGO SUICIDA EN LAS FAMILIAS.
		VISITA A UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS, ESTUDIANTES 11º
		DIRECCIÓN DE GRUPO
	15 MAYO	DÍA DEL MAESTRO
	27 MAYO – 1 JUNIO	SEMANA EVALUACIONES INTERNAS TIPO SABER
	3 JUNIO	COLEGIO ABIERTO
6 – 10 JUNIO	NIVELACIONES	
	ENTREGA DE PREINFORMES	
7 – 12 JUNIO	PROCESO DE INGRESO DE NOTAS AL SISTEMA	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



12 JUNIO	CIERRE DE PERIODO
13 – 19 JUNIO	SEMANA DESARROLLO INSTITUCIONAL
13 JUNIO	COMISIÓN DE EVALUACIÓN SEGUNDO PERIODO
14 JUNIO	ENTREGA DE INFORMES A PADRES DE FAMILIA
15 JUNIO	CONSEJO ACADÉMICO
13 JUNIO – 3 JULIO	VACACIONES ESTUDIANTES
20 JUNIO – 3 JULIO	VACACIONES DOCENTES Y DOCENTES DIRECTIVOS
5 JULIO	REGRESO DE VACACIONES - INICIO TERCER PERIODO





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.11. Símbolos

La Bandera.



La bandera del Colegio está diseñada en forma rectangular de 2m de largo por 1,5m de ancho distribuida en tres franjas horizontales iguales así:

- La franja superior e inferior son de color verde, el cual simboliza la esperanza de lograr la formación integral del estudiante mediante el desarrollo físico, intelectual, social y moral, para una mejor convivencia en la sociedad.
- La franja central es de color blanco, con el escudo del Colegio en la parte media; la cual simboliza los valores de pureza, responsabilidad, sencillez y respeto que caracteriza al Estudiante Cabellanista.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



El Escudo.



El escudo del Colegio Cabecera del Llano da relevancia a los principios de Constancia y amor. Está compuesto por una bordura de color verde que significa esperanza y fertilidad, con un fondo blanco dividido en dos secciones. En la superior encontramos un búho que es el símbolo de la sabiduría y atención permanente y en la inferior aparece el símbolo de la cultura y la apertura al conocimiento: un libro abierto donde se inscriben los valores de Constancia y Amor. En el centro sobresale una banda amarilla que representa la riqueza intelectual de nuestra comunidad educativa y que resalta el nombre de la institución.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Himno.

CORO

Adelante con fe Cabellanistas
Colombia, la patria nos llama,
Esencial condición que aprendamos
Todos los principios que el orbe reclama (bis)

I

Formación del alumno integral
Es la esencia de nuestro plantel,
Con justicia, ciencia y verdad
Que incrementa el saber.

II

Acatar los derechos humanos
La constancia es nuestro bastión,
Aprender a vivir Cabellanistas
Es el sello de la Institución.

III

La conciencia social fundamenta
Convivencia de paz y bondad,
Tolerancia y conocimiento
Fieles pruebas de fraternidad.

IV

Nuestro colegio es como el hogar
Cuyos horizontes confiables y nobles son
Educan e instruyen sin par
A generaciones nuevas, responsables

CORO

Letra: Carmen C. Díaz A. y Olinda Avendaño Música:





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Música: Ramiro Acevedo

1.12 Manual de Convivencia

La convivencia escolar se puede entender como la acción de vivir en compañía de otras personas en el contexto escolar y de manera pacífica y armónica. El Colegio CABECERA DEL LLANO es una Institución oficial que busca la formación integral de la persona; por lo tanto: Se les ofrece a los estudiantes un desarrollo armónico de dotes morales, físicos e intelectuales para que adquieran sentido de responsabilidad, buen uso de la libertad y se preparen para participar activamente en la vida social, logrando así el desarrollo de los derechos y deberes que aseguren a sus integrantes la vida, la convivencia, el trabajo, la justicia, la igualdad, el conocimiento, la libertad y la paz dentro de un marco jurídico, democrático y participativo y en general los derechos humanos. El Manual de Convivencia permite a los diferentes estamentos de la comunidad educativa, conocer sus funciones, deberes, derechos y aplicar las normas que guíen y armonicen sus actitudes, permitiéndoles actuar con libertad en un ambiente de responsabilidad y respeto por los derechos. Manual de Convivencia, es regular las relaciones humanas de los diferentes actores institucionales y propender por la formación de SUJETOS DE DERECHOS mediante la construcción de unas prácticas e imaginarios sociales basados en principios y acuerdos, valores que regulen las relaciones entre los grupos y los individuos planteados desde el reconocimiento y respeto de la dignidad humana Un sujeto de derecho es aquel o aquella persona que es consciente de que existen regulaciones que le garantizan el disfrute de la dignidad humana en condiciones de igualdad ante la ley, que hace uso responsable.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.13 Derechos y Deberes de Estudiantes, Docentes, Padres de Familia y del personal Administrativo y de Apoyo.

1.13.1 Derechos de los Estudiantes

- A gozar de los beneficios que les concede la Constitución Política de Colombia.
- A recibir la enseñanza que cumpla con el plan de estudios programado por la institución para la formación integral.
- A conocer oportunamente los planes y proyectos de cada área y asignatura
- A disfrutar del descanso y del tiempo libre como también a una limitación razonable de las actividades en casa.
- A exponer sus inquietudes, ser atendido por los educadores, directivos, padres de familia o personal administrativo en sus justas reclamaciones o proyectos institucionales, siguiendo los procedimientos que para el efecto se establezcan en este pacto de convivencia.
- Participar en las elecciones democráticas, en la conformación del gobierno escolar de conformidad con lo establecido en la Ley.
- Participar y apoyar los programas académicos, de recreación y cultura que adelante la institución.
- Disfrutar el buen servicio de todas las aulas especializadas que brinde la institución.
- Ser evaluado objetivamente en sus avances y logros personales atribuibles al proceso pedagógico, teniendo en cuenta lo establecido para el efecto en la Ley y conocer oportunamente el resultado de las evaluaciones.
- Recibir la asesoría y acompañamiento de los docentes para superar sus debilidades en el aprendizaje.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



- Gozar de todos los beneficios de los servicios anexos a la educación, bienestar estudiantil, cafetería, transporte.
- Representar a la institución en actividades académicas, deportivas, culturales y artísticas.
- Expresar su opinión libre, conociendo sus derechos y responsabilidades.
- Recibir cuidado, asistencia, protección, trato digno, y cortés sin discriminaciones sociales, religiosas, étnicas, de sexo, de lengua, políticas o filosóficas por parte de docentes, directivos docentes y personal administrativo.
- Se establezcan horarios para que los padres de familia sean enterados de los distintos aspectos de desarrollo del estudiante en la institución.
- Que se le respete en el debido proceso constitucional en cualquier procedimiento administrativo o disciplinario que se adelante en su contra.
- Ser respetado en su vida, acatando los parámetros establecidos por la institución.
- A obtener permisos para la no asistencia a actividades institucionales previamente suscritos y justificados por el padre de familia o acudiente.
- A presentar las evaluaciones actividades que dejó de presentar durante su ausencia debidamente justificada en los tiempos que establece el Manual de Convivencia.
- Recibir los estímulos y reconocimientos a que se haga acreedor.
- Asistir a las actividades de nivelación y refuerzo que establece la Ley.
- Que se le suministre y oriente en la utilización de herramientas e implementos didácticos implicados en el proceso de aprendizaje.
- Disfrutar de un ambiente sano y adecuado, disponiendo de zonas limpias y agradables a la vista y al espíritu, dependencias y espacios suficientes para el desarrollo de las actividades académicas, deportivas culturales y otras.
- Derecho a que se respeten sus creencias y prácticas legalmente establecidas como





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



religión manifestaciones artísticas y/o culturales.

- Tener igualdad de oportunidades para representar al colegio en los eventos deportivos, culturales, académicos, curriculares o extracurriculares siempre y cuando sus capacidades le permitan hacerlo.
- Ser orientado(a) en educación sexual y afectiva, educación ambiental, educación para la democracia y educación para el uso del tiempo libre.
- Recibir oportunamente los primeros auxilios Ser atendido(a) oportuna y debidamente por parte del personal administrativo (Secretaría, Pagaduría) en la solicitud de expedición de Certificados, Constancias y Paz y Salvo.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.13.2 Deberes de los Estudiantes

- Cumplir con la Constitución Política de Colombia, las leyes, los estatutos, reglamentos, resoluciones y normas del instituto. Renovar el contrato de prestación de servicios educativos o matrícula en las fechas establecidas por la Institución.
- Cumplir con todos los compromisos académicos concertados para el desarrollo del proceso educativo.
- Conocer, cumplir y hacer cumplir el pacto de convivencia de la institución.
- Portar el uniforme reglamentario, limpio ordenado, igualmente los útiles que se requiera para el desarrollo de las actividades institucionales.
- Cumplir las tareas lecciones y trabajos señalados por los profesores dentro de los términos establecidos en el calendario escolar.
- Cumplir con el reglamento de las aulas especializadas.
- Participar activamente en la creación y conservación de un ambiente pedagógico adecuado para el desarrollo del proceso enseñanza aprendizaje.
- Presentar las excusas escritas necesaria en caso de no asistencia a actividades institucionales.
- Portar el carné estudiantil y respetar los símbolos de la institución.
- Permanecer dentro del plantel durante la jornada escolar y en los sitios programados para cada actividad, guardando la compostura que cada sitio exija.
- Hacer entrega oportuna a los padres o acudientes de la información que les envía el





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Colegio.

- Demostrar en cada uno de los actos, sentido de pertenencia por la institución.
- Conservar en buen estado todos los bienes muebles y el inmueble donde se encuentra funcionando la institución y respetar los de las demás personas.
- Respetar a todos los miembros de la comunidad educativa.
- Acatar las órdenes de los docentes y directivos docentes.
- Denunciar las conductas que afecten el bienestar institucional especialmente las que vulneren derechos de los menores.
- Participar activa, responsablemente en la conformación del gobierno escolar, y las organizaciones estudiantiles que surjan al interior de la Institución con propósitos de mejoramiento en la calidad de la educación.
- Participar con espíritu objetivo crítico en la evaluación de docentes. Dar buen uso al nombre del colegio. Respetar el culto y las creencias religiosas de los demás miembros de la comunidad educativa.
- Dar buen uso al nombre del colegio.
- Respetar el culto y las creencias religiosas de los demás miembros de la comunidad educativa.
- Dar trato respetuoso y considerado a quienes presenten discapacidades o capacidades sobresalientes en la institución.
- Favorecer la vida y rechazar todo cuanto se oponga a ella
- Dar prioridad a todo lo que formule la paz y la armonía.
- Cumplir con las recomendaciones y compromisos adquiridos para la superación de





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



sus debilidades.

- Colaborar en el ornato y desarrollo ecológico de la Institución
- Aprenderse el Himno Nacional, de Santander, de Piedecuesta y del Colegio y cantarlos en actos culturales y patrióticos.
- Acatar la autoridad y distribución de funciones como medio para lograr el bien común.
- Presentar a los docentes de las áreas/asignaturas la excusa diligenciada por la coordinación, que le acredita y le da derecho a desarrollar las actividades académicas e institucionales desarrolladas durante su ausencia.
- Identificar y reportar los casos de acoso escolar, violencia escolar y vulneración de los DHSR que afecten a estudiantes del EE de acuerdo con el Manual de Convivencia y con los protocolos definidos en la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar.
- Conocer y seguir la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar cuando se presente Participación en un caso de violencia escolar, la vulneración de los DHSR o una situación que lo amerite, de acuerdo con las instrucciones impartidas en el Manual de Convivencia del Colegio.
- Contribuir a la construcción y aplicación del Manual de Convivencia.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.13.3 Derechos de los Padres o Acudientes

- Elegir el tipo de educación que, de acuerdo con sus convicciones, procura 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 Manual de Convivencia, el plan de estudios, las estrategias pedagógicas básicas, el sistema de evaluación escolar y el plan de mejoramiento institucional.
- Acompañar el proceso evaluativo de los estudiantes.
- 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 y sobre los asuntos que afecten particularmente el proceso educativo de sus hijos.
- Recibir durante el año escolar y en forma periódica, información sobre el rendimiento





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



académico y comportamiento de sus hijos.

- Conocer la información sobre los resultados de las pruebas de la evaluación de la calidad del servicio educativo y, en particular, del establecimiento en que se encuentran matriculados sus hijos.
- Elegir y ser elegido para representar a los padres de familia en los órganos del gobierno escolar y ante las autoridades públicas, en los términos previstos en la Ley general de Educación y en sus reglamentos.
- Ejercer el derecho de Asociación con el propósito de mejorar los procesos educativos, la capacitación de los padres en los asuntos que atañen a la mejor educación y el desarrollo armónico de sus hijos.
- Ejercer libremente su credo religioso y su pensamiento político sin que interfiera en el desarrollo de las actividades planeadas y ejecutadas por la institución.
- Aprovechar para su formación permanente los cursos de capacitación que el colegio le ofrezca.
- Tener libertad para expresar su pensamiento y opiniones y no ser molestado en su persona o familia.
- Pronunciarse contra actitudes que atenten con la integridad física, moral y Psicológica de sus hijos y demás miembros de la comunidad educativa.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.13.4 Deberes de los Padres o Acudientes

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 los establecimientos educativos debidamente reconocidos por el Estado y asegurar su permanencia durante su edad escolar obligatoria.
- Valorar la importancia de los procesos evaluativos en la formación de las personas.
- Participar activamente en los procesos de nivelación determinados por el establecimiento educativo para el estudiante, cuando éste lo requiera.
- 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 acta de matrícula y el Manual de Convivencia para facilitar el proceso educativo.
- Contribuir con la construcción de un clima de respeto, tolerancia y responsabilidad mutua que fortalezca la educación de los hijos y la mejor relación entre los miembros de la comunidad educativa.
- Comunicar oportunamente, a los docentes y/o directivos docentes de la Institución, las irregularidades de que tengan conocimiento, entre otras, en relación con el maltrato infantil, bullying, ciberbullying, abuso sexual, tráfico o consumo de drogas ilícitas que se den en la comunidad educativa. En caso de no recibir pronta





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



respuesta acudir a las autoridades competentes.

- Apoyar al establecimiento en el desarrollo de las acciones que conduzcan al mejoramiento del servicio educativo y que eleven la calidad de los aprendizajes, especialmente en la formulación y desarrollo de los planes de mejoramiento institucional.
- Acompañar el proceso educativo en cumplimiento de su responsabilidad como primeros educadores de sus hijos, para mejorar la orientación personal y el desarrollo de valores ciudadanos.
- Participar a través de las instancias del gobierno escolar, en la definición de criterios y procedimientos de la evaluación del aprendizaje de los estudiantes y promoción escolar.
- Realizar seguimiento permanente al proceso evaluativo de sus hijos y analizar los informes periódicos de evaluación.
- Participar en el proceso de auto evaluación anual del establecimiento educativo.
- Asumir responsablemente la educación de su hijo (a) o acudido, dentro y fuera del plantel.
- Valorar y respetar al personal directivo docente, docente y administrativo de la institución.
- Estimular el desarrollo de hábitos de higiene, delicadeza, honradez y buenos modales en sus hijos (as).
- Ayudar a organizar y orientar el tiempo libre de sus hijos(as).
- Contribuir en el fortalecimiento de la autoridad y el buen nombre de la institución,





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



evitando hablar delante de sus hijos (as) y/o terceras personas, todo aquello que desmerite la imagen del docente y del Colegio.

- Proveer a sus hijos espacios y ambientes en el hogar, que generen confianza, ternura, cuidado y protección de sí y de su entorno físico, social y ambiental.
- Participar en la formulación, planeación y desarrollo de estrategias que promuevan la convivencia escolar, los derechos humanos, sexuales y reproductivos, la participación y la democracia, y el fomento de estilos de vida saludable.
- Acompañar de forma permanente y activa a sus hijos en el proceso pedagógico que adelanta el colegio para la convivencia y la sexualidad.
- El padre (madre) de familia o acudiente debe presentarse a la coordinación del colegio en caso de ausencia del estudiante, justificando la causal de dicha ausencia y acreditando los soportes médicos o verbales en caso de calamidad doméstica, durante los 3 días hábiles al suceso y solicitar la excusa diligenciada por la coordinación. Esta será presentada por el estudiante a sus respectivos profesores para que se le adelanten las evaluaciones/actividades pendientes.
- Participar en la revisión y ajuste del Manual de Convivencia a través institucional de las instancias de participación definidas en el proyecto educativo Colegio.
- Asumir responsabilidades en actividades para el aprovechamiento del tiempo libre de sus hijos para el desarrollo de competencias ciudadanas.
- Cumplir con las condiciones y obligaciones establecidas en el Manual de Convivencia y responder cuando su hijo incumple alguna de las normas allí definidas.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.13.5 Derechos de los Docentes

- Recibir un trato digno y justo de los demás miembros de la comunidad educativa.
- Expresar libre y responsablemente sus inquietudes. Asistir, conocer y participar en las actividades institucionales.
- Plantear, ejecutar y organizar su trabajo de acuerdo con la misión visión y objetivos del instituto.
- Ser promovido en el campo investigativo.
- Participar en la planeación, ejecución y evaluación del PEI de acuerdo a las políticas institucionales.
- Utilizar adecuadamente todos los recursos existentes en la institución, para el desarrollo de sus actividades.
- Ser respetado en su vida privada. Recibir capacitación y actualización e información permanente que conlleve al mejoramiento del proceso pedagógico.
- Recibir de conformidad con la ley su asignación salarial mensual.
- Solicitar y obtener permiso y/o licencia de conformidad con lo establecido en la Ley.
- Ser escuchado, respetando las normas del debido proceso, cuando considere afectados sus derechos.
- Conocer previamente la programación del instituto, la carga académica, horarios y demás funciones.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



- Hacer uso de la autonomía dentro del aula de clase en los aspectos metodológicos y disciplinarios de sus alumnos, siguiendo los lineamientos de la Institución.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.13.6 Deberes de los Docentes

- Cumplir la Constitución y las leyes de Colombia.
- Inculcar en los educandos el amor a los valores históricos y culturales de la Nación y el respeto a los símbolos patrios.
- Desempeñar con solicitud y eficiencia las funciones de su cargo.
- Cumplir las órdenes inherentes a sus cargos que les impartan sus superiores jerárquicos.
- Dar un trato cortés a sus compañeros y a sus subordinados y compartir sus tareas con espíritu de solidaridad y unidad de propósito.
- Cumplir la jornada laboral y dedicar la totalidad del tiempo reglamentario a las funciones propias de su cargo.
- Velar por la conservación de documentos, útiles, equipos, muebles y bienes que le sean confiados.
- Observar una conducta pública acorde con el decoro y la dignidad del cargo.
- Respetar la dignidad, el credo religioso, la condición social o racial y demás diferencias individuales de todos los estamentos de la comunidad.
- Cumplir y hacer cumplir las normas del Manual de Convivencia del colegio.
- Asistir puntualmente a las clases, cumplir la jornada laboral y la asignación académica de acuerdo con las normas establecidas por el MEN, la Secretaría de Educación y la Institución.
- Solicitar por escrito ante la Rectoría los permisos que requiera, con un día de anticipación cuando las circunstancias así lo permitan y/o presentar los documentos probatorios como citas médicas, fórmulas en los casos imprevistos.
- Acudir a las citaciones requeridas con el Coordinador y/o rector de la institución.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



- Acatar las sugerencias y recomendaciones presentadas, por lo directivos del colegio encaminadas a mejorar el proceso pedagógico, las relaciones humanas, la amistad y la cordialidad entre los distintos miembros de la comunidad educativa.
- Brindar a los estudiantes una formación integral que le permita el desarrollo equilibrado de sus dimensiones bio-físicas, afectivas, sociales, intelectuales, espirituales y morales.
- Asistir a los actos de comunidad, reuniones programadas, y direcciones de grupo.
- Fomentar procesos investigativos que contribuyan al mejoramiento de su área respectiva.
- Participar en forma permanente, en la Planeación, ejecución y evaluación del Proyecto Educativo Institucional, así como en los planes de desarrollo y mejoramiento institucionales.
- Participar en la estructuración del plan de estudios a través del Consejo Académico, siguiendo los lineamientos de la Ley General de Educación.
- Planear, ejecutar y evaluar el desarrollo curricular de las asignaturas a su cargo teniendo siempre en cuenta los proyectos transversales.
- Inculcar en los estudiantes - con el ejemplo, amor y diálogo - los valores fundamentales para contribuir al desarrollo equilibrado y armónico de su personalidad.
- Dar a conocer a la comunidad educativa los contenidos fundamentales de la Constitución Nacional y los Derechos Humanos, y ofrecerle espacios para la participación y el ejercicio de la libertad y la tolerancia con miras a la construcción de una sociedad democrática.
- Inculcar el amor por el colegio y los criterios de respeto, valoración y compromiso frente a la utilización y conservación de los bienes personales y de uso colectivo.
- Estimular y valorar el espíritu deportivo, participativo, artístico e intelectual de los estudiantes.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



- Evaluar permanentemente, con los profesores del área, los objetivos, logros, indicadores de logro, contenidos y actividades de su área.
- Orientar oportunamente al estudiante sobre su rendimiento académico y comportamiento y programar las actividades de recuperación, nivelación y profundización correspondientes.
- Evaluar de manera justa, continua, integral y cualitativa el desarrollo de los estudiantes y confrontarlo con los logros esperados en cada área y grado, de acuerdo con los programas curriculares vigentes.
- Utilizar la Coevaluación y la Autoevaluación para formar educandos con sentido crítico, autónomo, criterios de responsabilidad, ética y compromiso.
- Diligenciar los registros de seguimiento de los estudiantes, consignando los avances y dificultades presentadas en su rendimiento académico y/o comportamiento, así como los desempeños en sus actividades extracurriculares.
- Dar a conocer a los estudiantes los planes de área, de asignatura y/o proyectos al comenzar el año lectivo y someterlos a consenso y proceder de la misma manera con los logros e indicadores al inicio de cada período académico
- Dar a conocer a los estudiantes los resultados de las evaluaciones y los logros y/o dificultades correspondientes a su asignatura antes de ser entregados a la Coordinación.
- Atender en forma cordial y eficiente a los padres de familia, de acuerdo con el horario establecido o cuando las circunstancias lo ameriten.
- Informar oportunamente al Comité de Evaluación y padres de familia los casos de bajo rendimiento y mal comportamiento y participar en la implementación de medidas correctivas.
- Participar en las reuniones periódicas de las Comisiones de evaluación y Promoción y aportar elementos de análisis para emitir un concepto evaluativo integral de carácter formativo, no acumulativo.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



- Atender en forma amable y oportuna los reclamos que presenten respetuosamente los estudiantes y los padres de familia.
- Realizar las evaluaciones / actividades diferidas a los (las) estudiantes que le hayan presentado el formato de excusa diligenciado por la coordinación del colegio.
- Seguir el conducto regular para presentar sus sugerencias, quejas y/o reclamos.
- Exigir a los estudiantes su permanencia dentro del salón durante los cambios de clase y fuera de éste, durante los descansos y recreos.
- Cumplir con los turnos de vigilancia en las zonas asignadas durante los recreos y acompañar a los alumnos a su cargo en los actos de comunidad, conferencias, etc.
- Consultar con el respectivo profesor, en caso de requerir a un alumno, en un período de clase diferente al suyo.
- Promover el trabajo en equipo y la comunicación asertiva para el logro de las metas propuestas. - Propiciar un ambiente de sana convivencia, en el sitio de trabajo.
- Participar activamente en las jornadas de capacitación y actualización de docentes.
- Aplicar la capacitación recibida en el ejercicio de la labor docente.
- Asistir a las reuniones convocadas por las directivas del plantel.
- Respetar las decisiones aprobadas en consenso por el grupo de profesores.
- Diligenciar y presentar oportunamente los libros reglamentarios estipulados por el MEN y la Institución.
- Presentar periódicamente informes al coordinador sobre el desarrollo de las actividades curriculares y extracurriculares.
- No presentarse en el sitio de trabajo bajo los efectos de las bebidas alcohólicas, drogas alucinógenas o psicotrópicas.
- Custodiar a los alumnos en las actividades institucionales.
- Identificar, reportar y realizar el seguimiento a los casos de acoso escolar, violencia escolar y vulneración de los DHSR que afecten a estudiantes del EE de acuerdo





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



con el Manual de Convivencia y con los protocolos definidos en la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar.

- Transformar las prácticas pedagógicas para contribuir a la construcción de ambientes de aprendizajes democráticos y tolerantes que potencien la participación, la construcción colectiva de estrategias para la resolución de conflictos y el respeto a la dignidad humana, la vida y la integridad física y moral del grupo de estudiantes.
- Participar de los procesos de actualización, formación docente y evaluación del clima escolar del Colegio.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.13.7 Derechos del personal Administrativo y de Apoyo.

- Los que consagren la constitución y demás normas vigentes de acuerdo al tipo de vinculación y las funciones que desempeñen.
- A ser reconocido como miembro de la comunidad educativa y ser respetado como persona en su honra y bienes.
- A tener los espacios adecuados para poder cumplir sus funciones laborales en un ambiente de trabajo agradable, digno y respetuoso.
- A recibir oportunamente la remuneración, pago u honorarios.
- Disfrutar jornadas de integración y capacitación con los demás miembros de la comunidad educativa.
- Conocer el contenido del Manual de Convivencia escolar.
- A recibir estímulos por su buen rendimiento laboral.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.13.8 Deberes del personal Administrativo y de Apoyo.

- Cumplir con los mandatos constitucionales y legales en función del cargo.
- Cumplir los horarios establecidos en la institución para las actividades.
- Respetar, dar buen trato y orientación precisa a quienes solicitan los servicios administrativos de la institución y en general a toda la comunidad educativa.
- Informar las ausencias o inasistencias al lugar de trabajo y presentar la respectiva certificación si es del caso.
- Cuidar y devolver los elementos de trabajo que le han sido encomendados.
- Propiciar una permanente actitud de promotor de convivencia y paz institucional.
- Mantener una adecuada presentación personal.
- Informar cualquier acto o hecho que amenace con vulnerar o vulnerar derechos fundamentales en especial los de los menores.
- De guardar la debida prudencia y el secreto profesional en asuntos propios de la Institución.
- Identificar y reportar los casos de acoso escolar, violencia escolar y vulneración de los DHR que afecten a estudiantes del EE de acuerdo con el Manual de Convivencia y con los protocolos definidos en la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar.
- Conocer y seguir la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar cuando se presente Participación en un caso de violencia escolar, la vulneración de los DHR o una situación que lo amerite, de acuerdo con las instrucciones impartidas en el Manual de Convivencia del Colegio.
- Contribuir a la construcción y aplicación del Manual de Convivencia.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.14 Uniformes

El uniforme es el símbolo del estudiante Cabellanista, por ende, debe ser portado con orgullo, mirado con respeto, utilizado con pulcritud, su destinación es específica; solamente para asistir a clases al Colegio y a los actos de comunidad donde haya representación del mismo. Por el hecho de tener la oportunidad de ser un Colegio mixto, por lo tanto, es necesario la adopción de un uniforme: Masculino y otro Femenino.

Uniforme de diario femenino:

- Camisa blanca manga corta, cuello sport,
- Chaleco verde oscuro, tela dacrón verde aceituna, con dos botones dorados y falda a la rodilla a cuadros verdes, rojos y blancos con líneas verdes, blancas y amarillas.
- Medias blancas a media pierna.
- Zapato colegial negro de material con cordones.

Para actos de comunidad que requieran de una mejor presentación, se utiliza corbata completa, del mismo color del chaleco y camisa blanca manga larga con cuello para corbata.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Uniforme de diario masculino:

- Consta de: Camisa blanca tipo guayabera con bolsillo al lado izquierdo (el cual lleva la impresión del escudo del Colegio) según modelo establecido.
- Pantalón confeccionado en dacrón verde aceituna oscuro Con tres pliegues, bota a medio pie y dos bolsillos en la parte de la cadera con tapas en forma de semi-punta.
- Correa de cuero negra.
- Zapatos negros colegial de material con cordones.
- Medias negras y sin ninguna clase de adornos.
- Para actos de comunidad se portará camisa blanca manga larga con bolsillo en el lado izquierdo (el cual lleva la impresión del escudo del Colegio) y corbata completa del mismo color del pantalón.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Uniforme de Educación Física:

El uniforme de Educación Física es homogéneo y consta de las siguientes prendas:

- Camiseta blanca manga corta confeccionados en tela Adidas, con cuello martingala tricolor verde Cali, blanca y amarilla 3mm puños en resorte de tricolor verde Cali, blanco, y amarillo 3mm. La camiseta debe llevar resorte blanco en la cintura de 5cm. Escudo del Colegio bordado al lado izquierdo.
- Pantalón deportivo verde Cali, con un vivo de color amarillo al lado y lado del pantalón confeccionado en tela Adidas con bota ajustada al tobillo mediante resorte del mismo color y con el nombre del Colegio impreso en la pierna izquierda del pantalón (COLCABELLANO) en color blanco y amarillo.
- Medias blancas a media pierna y sin ninguna clase de adornos.
- Zapatos tenis blancos colegiales sin adornos ni líneas de colores.
- Una pantaloneta auxiliar de color verde Cali, con un vivo amarillo al lado y lado para las mujeres opcional una licra de color verde que será portada debajo de la sudadera; hombres y mujeres utilizarán una camiseta blanca manga sisa cuello redondo con escudo del colegio.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.15. Horarios

HORARIO PREESCOLAR				
JORNADA	HORA DE ENTRADA	HORA DE SALIDA	TIEMPO DE DESCANSO	TIEMPO DE PERIODO DE CLASE
MAÑANA				
TARDE				
COMPLETA UNICA	8:00:00 a. m.	12:00:00 p. m.	20 min.	2 horas

HORARIO PRIMARIA				
JORNADA	HORA DE ENTRADA	HORA DE SALIDA	TIEMPO DE DESCANSO	TIEMPO DE PERIODO DE CLASE
MAÑANA				
TARDE	1:00 pm	6:00 pm	20 min.	2 horas
COMPLETA UNICA				

HORARIO SECUNDARIA				
JORNADA	HORA DE ENTRADA	HORA DE SALIDA	TIEMPO DE DESCANSO	TIEMPO DE PERIODO DE CLASE
MAÑANA	6:00 a.m.	12:20 pm	20 Min	2 Horas
TARDE				
COMPLETA UNICA				





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



1.15 Matriz Doña

POSITIVO OPORTUNIDADES	NEGATIVO AMENAZAS
<p>Grupo de danzas, deportes.</p> <p>Participación de los estudiantes en otros establecimientos educativos.</p> <p>-Revisión y actualización del manual de inducción a los funcionarios nuevos.</p> <p>La acción comunal.</p> <p>Vinculación con la UPB, La UP, SENA.</p>	<p>Familias disfuncionales.</p> <p>Poblaciones flotantes.</p> <p>- La presencia en los alrededores de personas que inducen al consumo de sustancias psicoactivas.</p>
FORTALEZAS	DEBILIDADES
<p>Revisión y actualización del PEI.</p> <p>Apoyo de la oficina de talento humano de SEM.</p> <p>Alianza con la UPB, para formación de la comunidad educativa.</p> <p>Convenio de necesidades educativas especiales.</p> <p>Se cuenta con un rector en propiedad.</p> <p>Formación en maestría de docentes, convenio con el MEN.</p> <p>Integración participación en escuela de padres, danzas, deportes convivencias</p>	<p>Página web.</p> <p>El modelo pedagógico está pendiente por revisar.</p> <p>Carencia de espacio físico.</p> <p>Desconocimiento de la operatividad de una ruta de conveniencia.</p> <p>Cronograma de actividades.</p> <p>Compromiso de acompañamiento de la mayoría de los padres de familia.</p> <p>Discontinuidad de los proyectos transversales tales como desastres bullying entre otros.</p>





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



CAPITULO II. PROPUESTA PEDAGÓGICA

2.1 Implementación del Ultimate Frisbee como deporte, con el fin de desarrollar y potenciar las capacidades físicas básicas en los jóvenes de los grados de 7° a 11° del Colegio Cabecera del Llano.

2.2 Objetivo General

Enseñar los fundamentos teórico-prácticos del deporte, así como la técnica y fundamentación mediante la planeación, organización y ejecución de juegos recreativos, circuitos, pruebas o Test deportivos, midiendo su rendimiento y condición física.

2.3 Objetivos Específicos

- Instruir de manera teórica a los estudiantes lo referente al reglamento y sistemas de juego.
- Desarrollar lanzamientos y agarres a través de test y ejercicios metodológicos.
- Mejorar la resistencia de los estudiantes por medio de actividades de larga duración y baja intensidad.
- Trabajar la fuerza mediante cargas ligeras y enfocarlos en la mejora de la técnica.
- Perfeccionar la velocidad por medio de fuerza explosiva, desplazamientos largos y cambios de dirección y pirometría.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



2.4 Descripción del Problema

Las cualidades o capacidades físicas son unos de los componentes básicos de la educación física y por lo tanto son elementos esenciales para la ejecución motriz y deportiva de los estudiantes, por ello para mejorar o realizar este tipo de capacidades es necesario realizar un trabajo arduo de cada una de ellas. Las capacidades físicas determinan y hacen hincapié al conjunto de habilidades que tiene un individuo y al ser aptas de entrenamiento, permiten la facilidad de trabajarlas y mejorarlas. Actualmente en las instituciones educativas se está presentando una problemática en la importancia e implementación de la educación física en los niños y niñas para el desarrollo de sus habilidades motrices básicas. La problemática abarca muchos factores, en los cuales no se encuentran docentes calificados, horas suficientes y sobre todo la metodología aplicada. Esta problemática, afecta de manera sustancial a todos los estudiantes, no solo dentro del entorno educativo si no en su entorno social.

La falta de la práctica de las capacidades físicas, trae muchas desventajas en los estudiantes, estas faltas causan y provoca una notoria disminución en el rendimiento físico y escolar, también perdida en las habilidades motrices básicas (caminar, correr, saltar, escalar, trepar, etc.) y problemas de salud. Por otra parte, cabe recalcar que la problemática que estamos viviendo no es culpa solo de las instituciones educativas, es culpa de los entes gubernamentales que no dotan a las instituciones con docente calificados para una mejor enseñanza. Ya que se presentan situaciones donde los docentes de lenguaje, sociales, matemática, etc., les dictan clase a los estudiantes de primaria sin el conocimiento para ejercer una buena enseñanza, ya que en esas edades es el pilar para trabajar y fortalecer las capacidades motrices básicas, con el fin de irlos desarrollando cognitivamente, emocionalmente y efectivamente, permitiéndoles





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



un mejor desarrollo al relacionarse con el entorno. En este entono de ideas, nos da a entender que se debe mejorar el sistema educativo para un mejor proceso de enseñanza aprendizaje en nuestras instituciones educativas





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



2.5 Justificación

La educación física abarca muchos aspectos importantes para la formación integral de los estudiantes el cual pretende desarrollar capacidades, valores, habilidades que ayuden en su trayectoria escolar y entorno social. Este es un proceso el cual se debe llevar de una manera paciente y continua para así lograr la realización plena del estudiante, preparándolo para enfrentar con éxito las problemáticas existentes en la sociedad. Para lograr este objetivo, es importante que la formación que reciban estos estudiantes sea brindada por docentes calificados e instituciones con las instalaciones e implementación necesario para un mejor proceso de enseñanza-aprendizaje.

Inicialmente, el siguiente proyecto educativo está orientado en desarrollar y fundamentar las capacidades físicas básicas (Fuerza, velocidad, Flexibilidad y Resistencia), en los niños de los grados 6°,7°,8° y 9° del colegio Águeda Gallardo de Villamizar en la ciudad de Pamplona, Norte de Santander. La educación física no la podemos visualizar como una materia que se puede ver en el colegio y solo una vez a la semana, esta disciplina se le debe dar la importancia que se le necesita, ya que no solo nos va a servir para la educación sino para todo nuestro entorno social y mejor calidad de vida, por ende, planteo mi propuesta en desarrollar y fundamentar las capacidades físicas básicas en los estudiantes de 6° a 9° ya que estas nos van a permitir a través de la practica el resultado de una buena condición física y mejoramiento de las habilidades motrices. De igual forma, es importante hacer hincapié que la implementación de las capacidades físicas básicas en las instituciones educativas después de la Pandemia del Covid 19, ayudará a resolver muchas problemáticas en los niños y niñas de las diferentes edades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2002, definió el Sedentarismo como "la poca





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



agitación o movimiento" (1) En términos de gasto energético, se considera una persona sedentaria cuando en sus actividades cotidianas no aumenta más del 10 por ciento la energía que gasta en reposo (metabolismo basal). De acuerdo al aporte anteriormente mencionado, podemos afirmar que implementar esta propuesta educativa ayudara a una mejora del acondicionamiento físico de los estudiantes después de 2 años de asilamiento por la Pandemia del Covid.19 y de igual forma a remediar y fortalecer las falencias que puedan tener los estudiantes que no practiquen la actividad física con mucha frecuencia. El aporte de este proyecto educativo se verá reflejado en la propuesta e implementación de estrategias metodológicas para el desarrollo y fundamentación de las capacidades físicas, que serán aplicadas a los grados 6°,7°,8° y 9° del colegio Águeda Gallardo de Villamizar en la ciudad de Pamplona, Norte de Santander, así mismo, estas estrategias se implementarán de manera frecuente a través de juegos recreativos, circuitos, Pruebas o Test deportivos. Es de suma importancia que, en esta Disciplina de la educación física, no se puede solo trabajar una condición física, ya que la realización de una abarca dos o más capacidades, por ello, se trabajarán las 4 capacidades físicas (Resistencia, Flexibilidad, Fuerza y Velocidad), y de ellas desprenderán las capacidades secundarias (resistencia cardiovascular, resistencia muscular, flexibilidad, potencia, coordinación, agilidad, equilibrio y precisión. cardiovascular, resistencia muscular, potencia, coordinación, agilidad, equilibrio y precisión). La aplicación de la metodología que se usara en este proyecto educativo es de origen cualitativo, considerando que se basa en implementación de estrategias metodológicas para el desarrollo y fundamentación de las capacidades físicas, ofreciendo e impartiendo una buena metodología para el mejoramiento de sus capacidades físicas. Por ello, es pertinente la utilización de esta metodología debido a que hay una población beneficiada el cual está conformada por 280 estudiantes.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



2.6 Población

Colegio Cabecera del Llano Piedecuesta.

FEMENINO	MASCULINO	TOTAL
245	260	505





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



2.7 Marco Conceptual

El Ultimate Frisbee es un deporte auto arbitrado que además de tener una exigencia física alta, requiere de un adecuado “Espíritu de juego” que se traduce en la aplicación de distintos valores como la honestidad, tolerancia y disposición al diálogo para solucionar entre los jugadores las diferentes situaciones que se presentan. Es por esto que, en países como Irán y el medio Oriente, se utiliza en los colegios como deporte y a la vez cátedra de resolución de conflictos desde las tempranas edades, para crear una alternativa de pensamiento a la tradicional guerra que allí viven.

Por otra parte, su exigencia física llega a ser bastante grande, y es ahí donde la educación física abarca temas de gran importancia, una de ellas son las capacidades o cualidades físicas básicas, las cuales son habilidades o características propias de cada estudiante, se de manera diferente según su edad, sexo y estatura, pero son susceptibles a mejora a través de una buena práctica de ejercicio físico y entrenamiento. Se recomienda trabajar todas estas capacidades de manera individual y grupal, para fortalecerlas de igual forma. La educación física hace referencia a todo el proceso de enseñanza aprendizaje a través de ejercicios físicos, cuyo objetivo es la educación y salud. Al mismo tiempo, es un conjunto de acciones que se desarrollan mediante la práctica del deporte o actividades recreativas con el fin de desarrollar y fortalecer la parte emocional y todas las habilidades motrices básicas de los estudiantes, promoviendo al desarrollo de los hábitos saludables.

Según, Blázquez (2001). “Define la educación física como la Práctica de intervención escolar, de enseñanza obligatoria y cuya función es la educación del individuo a través de las conductas motrices, mediante el aprendizaje de unos contenidos para lograr unos objetivos oficiales utilizando una didáctica específica y para contribuir al éxito en la formación integral del alumno/a”. Es decir, la educación física se debe promover de





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



manera obligatoria en las instituciones con el objetivo de desarrollar los factores psicosociales, afectivos y motrices para un mejor desarrollo integral.

Capacidades Físicas

Las capacidades físicas hacen referencia a las cualidades que tiene cada individuo para desempeñar o realizar actividad física en un momento determinado. Según, Garth y Col (1996). “Define las capacidades físicas como un conjunto de capacidades que permiten a una persona satisfacer con éxito las exigencias físicas presentes y potenciales de la vida cotidiana”. Nos da a entender, que cada individuo se desempeña de manera diferente a la hora de realizar este tipo de capacidades. Del mismo modo, Grosser y Starischka (1988): “Fundamenta que las capacidades físicas son características delimitables empíricamente del nivel individual de la condición”. Afirmándonos que el desempeño del individuo es proporcional al nivel de dominio y experiencia.

Resistencia

La resistencia es una de las capacidades físicas que se define como aquella que nos permite realizar actividad física durante una mayor duración. Según, Martin et al. (2001), “La resistencia es la capacidad para sostener un determinado rendimiento el más largo periodo de tiempo posible”. Es decir, es la capacidad de realizar actividad física bajo una carga y duración determinada llevándonos a evitar la fatiga rápidamente. Del mismo modo, Zintl (1991), “la Resistencia es la capacidad de resistir psíquica y físicamente a una carga durante largo tiempo produciéndose finalmente un cansancio (pérdida de rendimiento) insuperable (manifiesto) debido a la intensidad y duración de la misma y/o; de recuperarse rápidamente después de esfuerzos físicos y psíquicos”. Nos a entender, que esta capacidad no solo depende de la parte física, si no también es de suma importancia que el individuo maneje de manera correcta su





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



parte psicología para tener un mejor resultado.

Flexibilidad

La flexibilidad se define como la capacidad de mover las articulaciones con el objetivo de realizar con fluidez y amplitud un movimiento. Según, Martin y col. (1989): “Es la capacidad del individuo de alcanzar las máximas amplitudes articulares, acompañadas de las elongaciones musculares y ligamentosas correspondientes”. Es decir, que, para la elaboración de un ejercicio de flexibilidad, hay que tener en cuenta las características de la articulación hacia a la que se dirige y considerar que este trabajo influya de manera positiva a las otras.

Velocidad

La velocidad se define como la acción de realizar una carrera continua en un tiempo determinado. Según, (Platonov). “La velocidad dentro del campo de la actividad física se puede entender como la capacidad del individuo para realizar diferentes acciones motrices en un tiempo mínimo”. Es decir, que esta capacidad amplía movimientos de los diferentes segmentos del cuerpo para una buena ejecución y al involucrar las otras capacidades la hace una de las complejas.

Fuerza

La fuerza se define como la capacidad que tiene el indiviso de cargar, levantar o arrastrar un objeto que ejerce resistencia. Según, Kuznetsov (1989), Ehlenz (1990), Manno (1991), Harre y Hauptmann (1994) y Zatsiorsky (1995) “la definen como la capacidad de vencer u oponerse ante una resistencia externa mediante tensión muscular”. En general, la fuerza hace referencia a todo movimiento que involucre mover una resistencia.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Juegos Recreativos

Los juegos recreativos hacen referencia a toda actividad que realice el estudiante con el mero objetivo de entrenarse, divertirse, realizar actividad física o deporte. Según, (Paredes, Freire, 2011) “Se denominan juegos recreativos a toda actividad que tiene como finalidad el placer en momentos de ocio. Así, puede contrastar a los juegos recreativos a las actividades productivas, en la medida en que estas últimas son necesarias para el mantenimiento propio y el de la sociedad”. Es decir, estas actividades se requieren de una buena imaginación y variantes para una mejor ejecución, ya que estas ayudan de manera positiva en su formación integral a los estudiantes que la practican.

Por otro lado, (Mariotti, 2011), “Aporta que los Juegos recreativos son un conjunto de acciones utilizadas para la diversión y su finalidad principal consiste en lograr disfrute de quienes lo ejecuten. Es una actividad eminentemente lúdica, divertida capaz de transmitir emociones, alegrías, salud, estímulos, el deseo de ganar permitiendo la relación con otras personas, por ello se convierte en una actividad vital e indispensable para el desarrollo de todo ser humano. Aquí la reglamentación es mínima y lo importante no es realizar bien la técnica o ganar sino la diversión, lo cual genera placer”. En este mismo de ideas, la realización de cuyas actividades son procesos lúdicos, donde los niños pueda interactuar y compartir con otros niños y así mismo generar buenas experiencias.

Para finalizar, (Céspedes, 2003), “Es volver a crear, transformar la realidad a través de un proceso lúdico, generando espacios donde el niño pueda sentir estado de satisfacción con el cuerpo y compartir con los demás las experiencias que esta ofrece”. En conclusión, los juegos recreativos, ayudan a los niños a ser más seguros y aprender nuevas conductas para poder aplicarlas en futuras actividades.





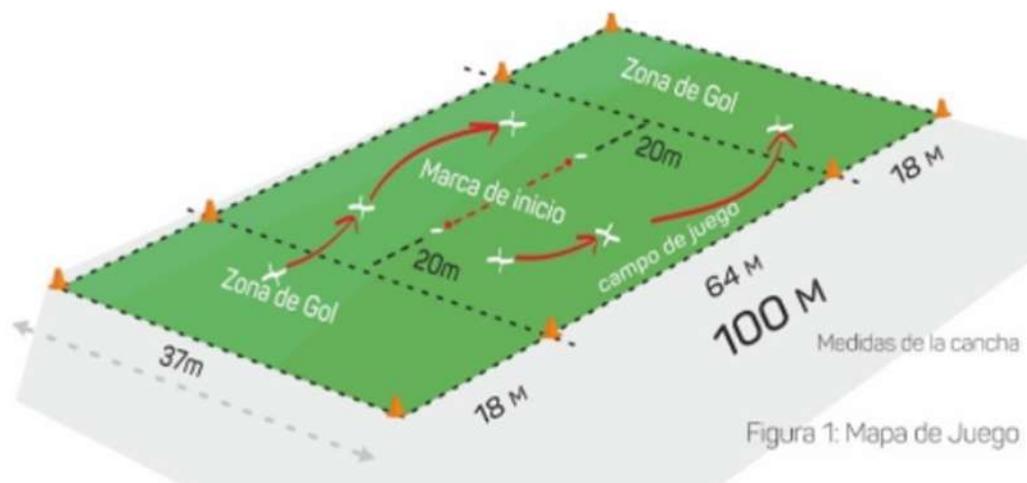
ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



2.8 Marco Teórico

El Ultimate es un deporte que tiene como base el espíritu de juego, se juega con dos equipos de 7 jugadores en una cancha similar a la de fútbol profesional pero un poco más estrecha, cada equipo debe defender su zona de anotación del atacante. El frisbee se desplaza por el campo de juego por medio de pases en donde el equipo defensivo no debe permitir que el disco llegue a su zona de anotación. El jugador que posee el frisbee no puede desplazarse con el disco en la mano, debe permanecer en un lugar de pivote, la defensa le da 10 segundos para que realice un pase, si en el décimo segundo no realiza un pase o lanzamiento, se llamará “conteo” y el disco pasa a ser del equipo contrario. Si en el lanzamiento el frisbee no es recepcionado por un jugador de su mismo equipo, el disco pasa a ser del contrario y se puede dirigir en esta ocasión al ataque hacia la zona de gol.

Medidas de la cancha





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Antecedentes

Corey Tyrrell llega desde Mineápolis, Minnesota, como un estudiante a la universidad de los Andes, este estadounidense empieza a enseñar a algunos de sus compañeros a lanzar disco y algunas de las reglas del deporte; Tiempo después esta práctica deportiva se establece en esta universidad como una clase complementaria de la cual salen los primeros equipos. En el año 1998 dos equipos de la universidad de los Andes se reúnen para representar a Colombia en el campeonato mundial realizado ese mismo año en la ciudad de Mineápolis.

En el año 2000 en Medellín se realizó el primer torneo de Ultimate Frisbee, realizado en la universidad EAFIT con la incitación especial de Mamoots de Bogotá, el cual fue el gran ganador gracias a su preparación técnica, sus lanzamientos y formaciones tácticas, todo esto hizo que el equipo bogotano sirviera de modelo y punto de referencia para los equipos de Medellín, los cuales desconocían todos los componentes importantes del Ultimate Frisbee. Gracias a este inicio se comienza a practicar el deporte en otras ciudades del país, creando nuevos equipos que conforman la gran comunidad de Ultimate de Colombia.

El Ultimate Frisbee en Colombia, ha demostrado alta competencia a nivel nacional e internacional obteniendo para nuestro país, medallas de oro, plata y bronce, así como múltiples reconocimientos al juego limpio o “Espíritu de Juego” y MVP a jugadores con las características y habilidades más destacadas.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Reglas de juego:

I Espíritu de Juego

El Ultimate pone énfasis en la deportividad y el juego limpio. Se alienta a jugar de forma competitiva, pero nunca a expensas del respeto entre jugadores, el cumplimiento de las reglas y el disfrute propio de la práctica de este deporte.

II Terreno de juego

Es rectangular (100x37 metros), con una zona de gol en cada extremo (18 metros cada una).

III Inicio del juego

Los equipos constan de 7 jugadores de campo más suplentes. Cada punto empieza con los 7 jugadores de cada equipo situados en la línea frontal de su zona de gol. El equipo defensor lanza el disco (hace el pull) al equipo atacante.

IV Puntuación

Se consigue un punto cada vez que el equipo ofensivo completa un pase dentro de la zona de gol del equipo defensor. A continuación, se inicia un nuevo punto.

V Movimiento del disco

El disco puede desplazarse en cualquier dirección completando así un pase a un jugador del mismo equipo. No se puede correr con el disco en las manos. La persona que tiene el disco (lanzador) tiene 10 segundos para pasarlo. El jugador que hace la defensa sobre el lanzador (marcador) cuenta en voz alta los segundos que van





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



pasando.

VI Cambio de posesión

Cuando un pase no se completa (el disco sale fuera del campo, se le cae a un jugador, hay un bloqueo o una intercepción), el equipo defensor pasa inmediatamente a tener la posesión del disco e inicia el ataque.

VII Sustituciones

Se pueden cambiar todos los jugadores que se desee, pero solo se pueden hacer cambios cuando se acaba el punto o si ha habido una lesión.

VIII Faltas

Cuando hay contacto entre jugadores se produce una falta. Si la falta provoca la pérdida de posesión del disco, el juego se reinicia manteniendo dicha posesión. Si no hay acuerdo entre los jugadores que cometen/reciben la falta, la jugada vuelve a su inicio.

IX Contacto

No está permitido el contacto físico entre jugadores. Si lo hubiera, se incurriría en una falta. Tampoco están permitidos los picks y otros tipos de obstrucciones.

X Arbitraje

Cada jugador es responsable de marcar las faltas que crea necesarias y de resolver las disputas que puedan surgir. No existe la figura del árbitro.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



2.8.1 Nivel Internacional

El ultimate team no es un deporte de rendimiento olímpico ni declarado deporte como tal. Sino un pasatiempo creado en los años 60 como método de dispersión y recreación para universitarios, que se popularizó en Sudamérica y traído por nativos Estados Unidos, hoy en día existen alrededor de 5000 equipos por el mundo que poseen unas reglas que se aplican al juego, su cancha posee unas medidas especiales y unas reglas las cuales se aplican en el juego en 1976, surgen nuevos equipos en el Noreste de los Estados Unidos. Un solo torneo de eliminación de 16 equipos fue instalado en Amherst, Massachusetts, para incluir a 13 equipos de la costa este, y a 3 del cercano Oeste.

2.8.2 Nivel Nacional

El cual nace en la gestión de la administración deportiva de los departamentos al conformar sus ligas, tiene como propósito generar un ranking nacional de los departamentos, para que los deportistas representen sus ligas en juegos nacionales, visibilizando su potencial deportivo. Para que los clubes de todo el país conozcan en qué nivel de juego se encuentran, compartan nuevas experiencias y pongan en práctica todo lo aprendido durante sus temporadas de entrenamiento. Adicional a ello, este ranking permite definir los equipos que podan representar al país en torneos internacionales.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



2.8.3 Nivel Regional

Si bien la práctica del Ultimate Freesbe lleva un poco más de una década en el departamento, venía desarrollándose de forma recreativa sin una formalización por parte de los clubes y una consolidación plena de la Liga Nortesantandereana de Disco Volador. Los equipos existentes, entre ellos algunos formados por las universidades de la región, disputaban campeonato de Liga y torneos cortos organizados por los mismos clubes. Desde hace unos meses, los representantes de los 5 clubes, tomaron la batuta de organizar la Liga buscando obtener la personería jurídica ante la Gobernación para a la postre presentar documentación requerida a Indenorte y la Federación Colombiana de Disco Volador, para completar una legalización total.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



CAPITULO III INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 Diseño.

Teniendo en cuenta la propuesta pedagógica planteada en el capítulo anterior, para poder mejorar la capacidad cognitiva, el ritmo, la coordinación motriz y la expresión corporal, entre otras tantas habilidades y destrezas que integran al ser humano. Las habilidades atribuidas al ultimate freesbe son de gran importancia para los estudiantes, y a su vez es esencial para el área de Educación Física. Las habilidades y destrezas desarrolladas mediante el Ultimate son básicas y necesarias en el desarrollo del estudiante por este motivo el Ultimate Freesbe resulta un recurso de gran relevancia ya que en su práctica impulsan los movimientos creativos e intencionales, de tal manera que de manifestación a la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior. Aportando a la ejercitación emocional y física del estudiante, de igual manera, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades. Permitiendo generar beneficios inclusivos de integración y comunicación por parte de los estudiantes y de la comunidad que conforma el plantel educativo de Colegio Cabecera de Llano, delegando a cada jugador la responsabilidad de aplicar el juego limpio. En la dinámica de Ultimate, No hay árbitros. Los jugadores son los únicos responsables de administrar las reglas, permitiendo crear un espíritu competitivo basado en la exploración e interacción por medio del juego, la recreación y el aporte fundamental que integra a una salud emocional y física de los estudiantes.

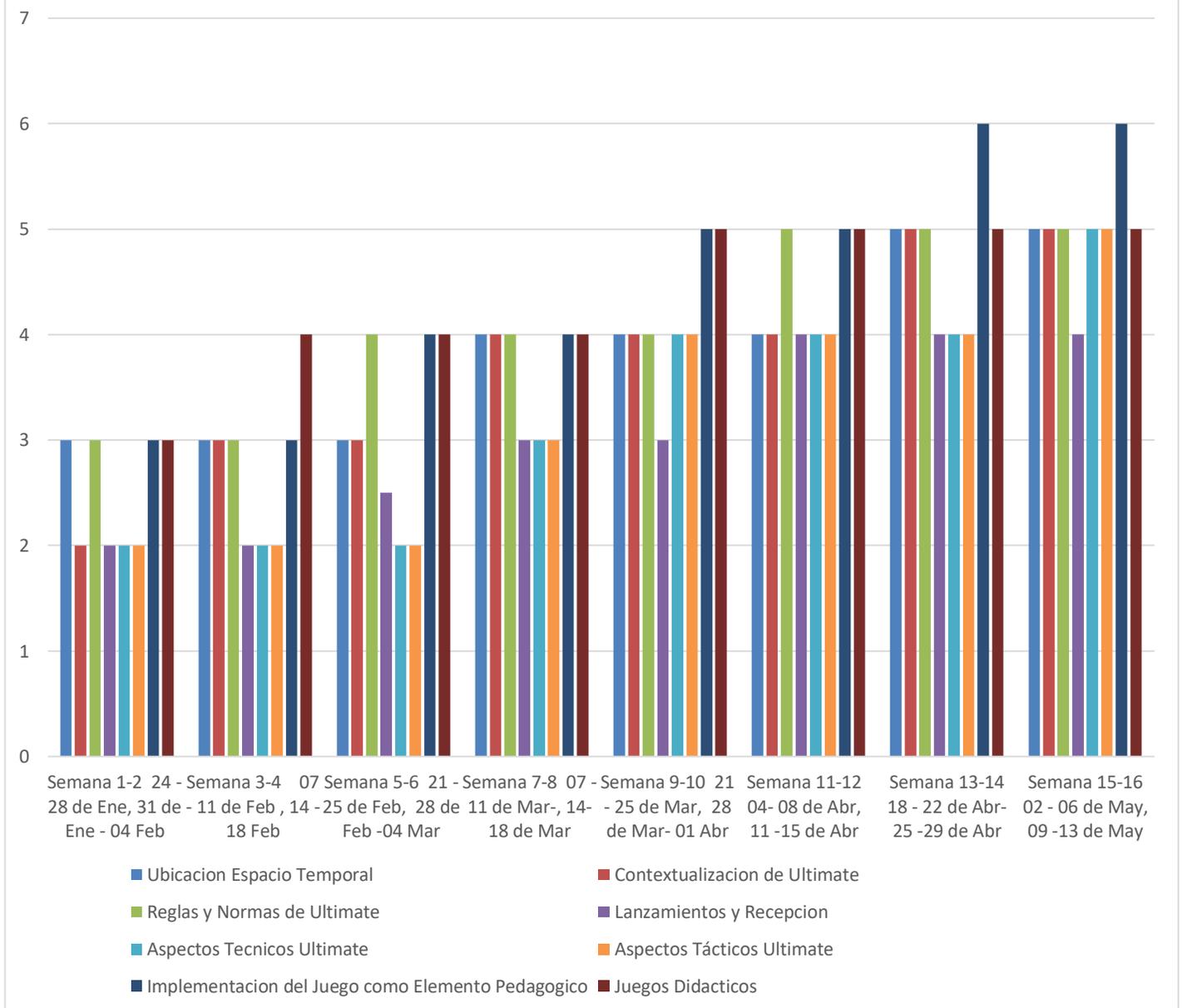




ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



TEMAS DE APRENDIZAJE





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



3.2 Ejecución.

ACTIVIDADES SEMANA 1-2 24 DE ENERO AL 28 DE ENERO 31 DE ENERO AL 04 DE FEB.		
NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
UBICACIÓN ESPACIO-TEMPORAL	<p>Encontramos dos niveles en la estructuración espacio-temporal:</p> <ul style="list-style-type: none">- Experiencia vivida: ajuste global del espacio-tiempo, que conduce a una buena orientación espacio-temporal por medio de la motricidad.- Estructuración espacio-temporal: cuando se pasa al plano mental e intelectual los datos de la experiencia vivida.- Adquisición de la orientación en el espacio y el tiempo. Permite que se desarrolle la conciencia que se tiene del propio cuerpo, las partes de este y lo que podemos llegar a hacer con nuestro cuerpo todo esto a través de lo adquirido en experiencias vividas.	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



<p>PASAR LA PELOTA</p>	<p>Para recordar direcciones y situaciones.</p> <ul style="list-style-type: none">- La actividad consiste en Colocar a un niño frente a diversas personas u objetos para que vaya diciendo, los nombres de los niños que están a su derecha, de los que están a su izquierda, de los que están enfrente, etc. Se puede "complicar" cuanto se quiera, cambiando sus posiciones de ellos, o las de otras personas u otros objetos.	
<p>EL ROBOT</p>	<p>practica de la reversibilidad.</p> <ul style="list-style-type: none">- La actividad consiste en que el niño debe dirigir los pasos de un adulto o de otro niño hasta llevarlo a la meta. Para ello, debe ir describiendo los movimientos que debe hacer la otra persona. Se puede complicar jugando "al contrario": es decir, la orden hay que interpretarla al revés, con lo que el niño tendrá que pensar primero la dirección correcta y después decir la contraria.	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



INTRODUCCION AL ULTIMATE FRESBEE

Se implementa da a conocer a los estudiantes información relevante sobre el Ultimate Fresbee como deporte.

¿Qué es Ultimate Fresbee?

- El Ultimate Frisbee es una modalidad de deporte que se practica con un disco volador

El Ultimate Frisbee, o simplemente Ultimate, es un deporte de no-contacto, auto arbitrado jugado con un disco volador de 175 gramos de peso, y 27,5 cm de diámetro.

Dos equipos de siete jugadores compiten en un campo de juego de dimensiones aproximadas a las de un campo de fútbol, pero más estrecho. En cada extremo del campo hay una zona de anotación o endzone. Cada equipo defiende una zona. Se marca un gol si un jugador coge un disco en la zona opuesta.



COMO SE JUEGA ULTIMATE FRESBEE

- Se explica a los estudiantes como el jugador con el disco es el lanzador.

- El lanzador no puede correr con el disco. El disco, sin embargo, se mueve pasándolo en cualquier dirección a un compañero de equipo.

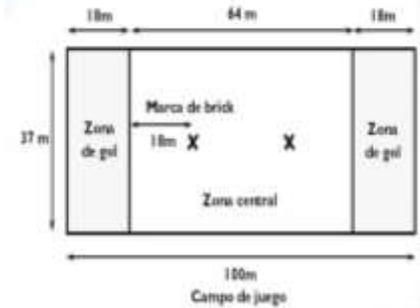




ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



- El equipo defensor toma la posesión del disco si un pase no es atrapado por un jugador del equipo del lanzador. Entonces el equipo defensor se convierte en el equipo atacante y puede intentar anotar en la zona opuesta.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



ACTIVIDADES SEMANA 3-4

07 DE FEB AL 11 DE FEB

14 FEB AL 18 DE FEB

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
REGLAS BASICAS DE ULTIMATE FRESBEE	<p>Se dirige al estudiante a la cancha del plantel y se procede a explicar las reglas del juego las cuales consisten en:</p> <p>El Pull</p> <p>Cada punto empieza con un lanzamiento desde la línea de gol (pull). Todos los jugadores deben permanecer en su zona hasta que el pull sea realizado. Al principio del partido se sortea qué equipo lanzará el primer pull. Después de marcar un punto se para el juego. El equipo que ha marcado se queda en esa zona y lanza el pull convirtiéndose así en el equipo que defiende. De esta manera, los equipos cambian la dirección de ataque en cada punto. Si el pull cae fuera del campo, el lanzador puede empezar desde la línea por donde salió el pull, o desde la marca de 'brick' más cerca de su propia zona. El lanzador indica la opción de 'brick' levantando la mano sobre su cabeza y diciendo 'brick'.</p> <p>Dentro y fuera del campo</p>	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



Un disco está dentro del campo cuando el receptor se encuentra dentro del campo cuando coge el disco. Si coges el disco saltando en el aire, tu primer punto de contacto debe ser dentro del campo. Las líneas laterales no forman parte del campo. Si coges el disco dentro del campo, pero la inercia te hace salir, debes volver al punto por el que saliste después de coger el disco. Está permitido lanzar el disco de manera que vuele por fuera del campo y luego vuelva siempre y cuando no toque nada fuera del campo y sea cogido dentro del mismo. Si el disco sale fuera, es un cambio de posesión o turno ver. No importa qué equipo fue el último en tocar el disco. La jugada continúa desde el lugar por donde abandonó el terreno de juego.

No correr con el disco

No está permitido correr con el disco (travel). Después de coger el disco en carrera, debes pararte lo antes posible. Una vez parado, debes mantener un pie fijo, pero puedes mover el otro: esto se conoce como pivotar.

Regla de los 10 segundos

El lanzador tiene 10 segundos para lanzar el disco. El defensor puede colocarse enfrente de ti (recuerda:





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



sin contacto) y contar en alto hasta diez en intervalos de un segundo. Si el disco todavía se encuentra en tu mano en la 'd' de 'diez', el otro equipo gana la posesión del disco.

Cambios de posesión (Turnovers)

El equipo defensivo gana la posesión del disco (turnover) si el ataque falla al coger un pase, si lo cogen fuera del campo, o si el disco es interceptado o tirado por un jugador defensivo.

Los cambios de posesión también suceden cuando:

La marca llega a 'diez' antes de que el disco sea lanzado.

El disco es dado de un jugador a otro sin ser lanzado.

El lanzador coge un pase propio sin que hubiera tocado antes a otro jugador.

El equipo en ataque intenta coger un pull pero se le cae el disco.

Tras un cambio de posesión sucedió dentro del terreno de juego, el otro equipo debe inmediatamente reanudar el juego en el punto donde el disco paró o fue cogido.

Faltas, violaciones e infracciones

Ultimate es un deporte de no-contacto. El contacto físico debe ser siempre evitado.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



El contacto peligroso o que afecte el desarrollo de una jugada es una falta.

El lanzador no puede ser defendido por más de un jugador a la vez (Double team).

La marca no puede estar más cerca del lanzador del diámetro de un disco (Disc space).

La marca no puede golpear ni quitar el disco de la mano del lanzador. Sin embargo, puede intentar bloquearlo con sus manos o pies un disco haya sido lanzado.

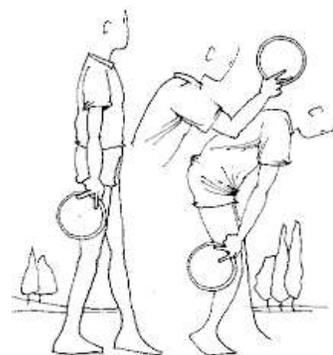
Si jugadores opuestos cogen el disco a la vez, el ataque gana la posesión del disco.

Los jugadores no pueden provocar encontronazos, interferencias o bloqueos para obstaculizar el camino de los jugadores defensivos (pick).

Pitar faltas, violaciones o infracciones.

Si consideras que un oponente te ha hecho una falta puedes pitar 'falta'. Si el disco está en el aire, la jugada continúa hasta que la posesión sea establecida (un disco cogido o un cambio de posesión). Si tu equipo consigue la posesión, la jugada continúa (ley de la ventaja), de lo contrario se para inmediatamente.

Después de para una jugada, se explica qué falta se cometió y se





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



discute con el otro jugador envuelto en la misma. Si el oponente no está de acuerdo dirá 'contesto' (contest) y el disco volverá al lanzador previo. Si está de acuerdo en que hubo falta, dirá 'no contesto' (uncontested) y normalmente ganarás la posesión del disco. La jugada se reanuda con un chequeo, la marca toca el disco de la mano del lanzador y dice 'disco en juego'.

Puntuación

Marcas un gol si coges el disco en la endzone que estás atacando. Si estás en el aire, tu primer punto de contacto debe ser la zona. Si tu pie toca la línea de gol, no es un gol. Después de un gol, la jugada ara y los equipos intercambian las zonas que están defendiendo. El primer equipo en anotar 15 goles en un tiempo límite de 90 minutos gana, pero esto puede cambiar en función del nivel de la competición.

Sustitución de jugadores

Después de cada punto puedes cambiar tantos jugadores como quieras. Durante el punto un jugador solo puede ser sustituido debido a una lesión. Después de una lesión la jugada se para y el otro equipo tiene derecho, si lo desea, a cambiar también a un jugador.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



APRECIACIÓN DE DISTANCIAS. "VEO, VEO.

Para relacionar situaciones y distancias de varios objetos.

Se da la oportunidad al niño de observar los objetos del salón. Después, hacerle preguntas como:

dime dos objetos que estén a la misma distancia, uno que esté más lejos, más cerca, más arriba, más abajo, más a la izquierda, más a la derecha, etc.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



ACTIVIDADES SEMANA 5-6 21 DE FEB AL 25 DE FEB 28 DE FEB AL 04 DE MARZO		
NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
LANZAMIENTO Y RECEPCION EN UTIMATE FRESBEE	<p>Se procede explicar a los estudiantes los tipos de lanzamientos existentes</p> <p>Existen básicamente 2 formas de lanzar el disco, el backhand o revés y el forehand o derecho. Al combinar estas técnicas el jugador obtiene la libertad necesaria para desarrollar un juego de Ultimate</p> <p>El backhand o revés</p> <p>Este es el lanzamiento más común, y se podría decir que toda persona que haya realizado alguna vez un lanzamiento con un disco volador lo ha hecho utilizando los principios de esta técnica.</p> <p>Consiste en tomar el disco firmemente por la orilla y realizar un movimiento del brazo de medio círculo frente al pecho y soltar el disco apuntando hacia donde se desee que el disco vuele.</p> <p>Cabe señalar que el movimiento más importante, no solo en este tipo de lanzamiento, es el que realiza la muñeca, este es similar</p>	 





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



al que se realiza cuando se reparten barajas o se da un toallazo.

El Forehand o derecho

Este tipo de lanzamiento es muy diferente al anterior, primero porque el disco se toma diferente: con dos dedos por la parte de adentro, uno recargado en la orilla del disco y el otro hacia el centro sosteniéndolo, el pulgar por el lado opuesto forma la presión necesaria para que el disco no se caiga.

Se realiza de frente al objetivo y se hace un leve movimiento del brazo hacia el frente, finalizando con un fuerte impulso de la muñeca hacia el frente.

Recepción

Existen tres tipos de recepciones básicas en el Ultimate: la de trampa, la de dos manos a la orilla y una mano. La atrapada más espectacular es el horizontal o aventada. Pero mientras se atrape el disco cualquier estilo o técnica es válido.

Trampa o hotcake

Se realiza con las dos manos, una colocada sobre la otra en posición de aplauso, se permite que el disco pase entre ellas y se presiona. Esta forma de atraparlo es la más





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



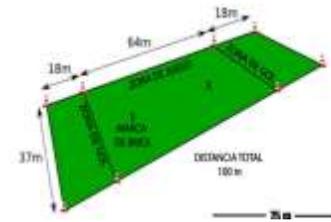
segura y la más recomendable, pero solamente es útil dentro de un rango de altura ya que si el disco viene volando muy alto o muy bajo resulta muy difícil utilizar esta atrapada.

Dos manos a la orilla

Esta forma de atrapar el disco consiste en buscar la orilla del disco con ambas manos y cerrar la mano aprisionando el disco con los dedos de ambas manos. Esta técnica tiene sus variantes, cuando el disco viene volando bajo se colocan los dedos de las manos bajo el disco y los pulgares arriba, en cambio si viene por arriba de la cabeza los pulgares van bajo el disco y el resto de los dedos la parte superior del disco. No es muy recomendable tratar de atrapar el disco de esta forma cuando este viene volando a la altura del pecho, donde más bien se intentaría agarrar mediante la técnica de la trampa.

Una mano

Se aplica la misma técnica que cuando se va a recibir con dos manos a la orilla, se busca de igual forma la orilla del disco y se atrapa cerrando la mano sobre de este aprisionándolo con los dedos, este tipo de recepción es un poco insegura debido a que siempre existe la posibilidad de no atraparlo





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



por completo y que el disco caiga o salga rebotado, pero en algunos casos es el único recurso que queda, por ejemplo cuando el disco va muy alto o muy lejos del cuerpo y el estirar un solo brazo resulta la forma ideal de atrapar al disco.

Un tip para que este tipo de recepción sea más eficaz es cerrar la mano antes que el disco golpee la palma, o de lo contrario lo más seguro es que el disco salga rebotado

Los horizontales o aventadas

Este tipo de jugadas o técnicas son las más espectaculares, consiste en lanzar el cuerpo horizontalmente para atrapar o bloquear el disco que viaja lejos del cuerpo. Algunos jugadores literalmente vuelan dos o tres metros.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



ACTIVIDADES SEMANA 7-8 07 DE MARZO AL 11 DE MARZO 14 DE MARZO AL 18 DE MARZO		
NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
ASPECTOS TÉCNICOS DE ULTIMATE FRESBEE	<p>Tipos de agarre del disco:</p> <p>Es el tipo de agarre más corriente, con él se efectúan la práctica totalidad de los lanzamientos de revés. El dedo índice se coloca a lo largo del borde externo del disco, con el pulgar en la parte superior y el resto de los dedos en la inferior.</p> <p>En uve o dos dedos:</p> <p>Se colocan los dedos índice y corazón en la parte inferior del disco. El dedo corazón se apoya en el borde interno y el índice se coloca hacia el centro del disco. El pulgar se coloca en la parte superior para sujetar el disco.</p> <p>De pulgar:</p> <p>Se coge el disco como si fuese un abanico, el dedo pulgar se apoya en el borde interno y el resto de los dedos en la parte superior.</p>	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



<p>ASPECTOS TÉCNICOS DE ULTIMATE FRESBEE</p>	<p>De Pinza:</p> <p>Se forma una pinza con el pulgar por un lado y el índice y el corazón por el otro, agarrando el borde del disco. El dedo pulgar se apoya en el borde interno y los otros dos en el externo</p>	
<p>ASPECTOS TÉCNICOS DE ULTIMATE FRESBEE</p>	<p>Invertido:</p> <p>Igual que el agarre normal pero el disco se coge al revés, de modo que el pulgar esté en la parte inferior, el índice se dispone en el borde externo y los demás dedos en la parte superior.</p>	
<p>EL BALÓN SILENCIOSO</p>	<p>Esta actividad, aunque parezca sencilla de realizar, pone a prueba la capacidad de los niños de seguir órdenes. Se juega así: los niños deben dispersarse por todo el patio. Luego, deberán pasarse entre ellos uno o más balones (dependiendo de la cantidad de jugadores) con la condición excluyente de que no pueden hablar.</p>	

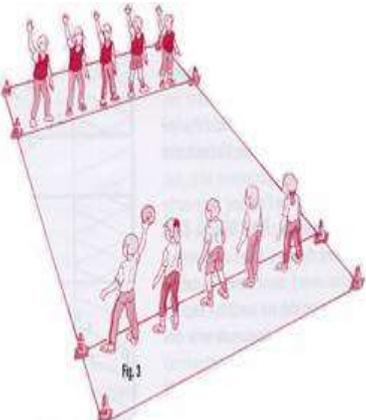
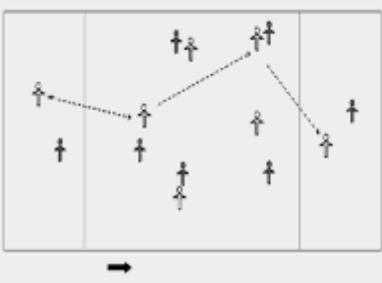




ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



ACTIVIDADES SEMANA 9-10
 21 DE MARZO AL 25 DE MARZO
 28 DE MARZO AL 01 DE ABRIL.

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
<p>ASPECTOS TÁCTICOS DE ULTIMATE</p>	<p>El defensor del jugador con disco determina cuál es la zona abierta de lanzamiento, esto permitirá a sus compañeros anticiparse en la zona que supuestamente este jugará. Este concepto básico se denomina forzar (force).</p> <p>Es necesario determinar antes de iniciar el punto cuál es el lado que se forzará o bien estar atentos a cuál es la posición que adopta el marcador del jugador con disco.</p> <p>El defensor, aparte de elegir el lado por el cual forzará el lanzamiento, inicia la cuenta (stalling). Lo hace en voz alta para que lo sientan sus compañeros: "CONTANDO, UNO, DOS, TRES, ¡CUATRO... up!" El atacante tiene 10 largos segundos para elegir el pase que efectuará.</p> <p>El defensor que marca al jugador del disco siempre gritará "up" cuando el atacante se desprenda del disco con el fin de avisar a sus compañeros de que el disco está en el aire.</p>	 





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



Hay dos posiciones básicas en el juego:

Handlers: jugadores con muy buen manejo del disco, lo cual necesitan para moverlo entre ellos hasta que haya una opción de pase hacia delante.

Stack o Pistones: jugadores con menos capacidad de pase, pero más físicos, ya que tienen que hacer cortes continuamente para dar opciones de pase a los handlers para avanzar el disco. Cuando estos jugadores se disponen en fila (vertical)

se llama stack y cuando forman una línea horizontal (respecto a la dirección del ataque) se llama pistones.

Los stacks recogerán los pases de los handlers para ir avanzando dentro del campo. Un stack bien estructurado facilita el juego tanto para los que pasan como para los que cortan.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



LA VENGANZA DEL PROFESOR

Esta actividad consiste en distribuir a los alumnos por todo el patio. De igual modo, se dispondrán balones de espuma por todo el lugar. El profesor debe dar la orden y correr hacia los balones para intentar golpear a los niños (por debajo de la cintura) con ellos. El niño que no logre esquivar un tiro deberá cumplir una pena, que puede ser similar a las del juego anterior.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



ACTIVIDADES SEMANA 11-12

04 DE ABRIL AL 08 DE ABRIL

11 DE ABRIL AL 15 DE ABRIL.

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
COORDINACION DINAMICA- GENERAL	<p>La coordinación dinámica general debe agrupar movimientos que requieran de una acción conjunta de todas las partes del cuerpo. De esta forma se está exigiendo al cuerpo una gran intervención de unidades neuromotoras y desarrollando, entre otros aspectos, el control postural, el tono muscular, el sistema nervioso, etc.</p> <p>Comenzamos explicándoles a los niños que la coordinación dinámica general es hacer muchas cosas diferentes una detrás de otra (saltar, girar, desplazarse, lanzar, trepar, etc.)</p>	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



CIRCUITO DEL CONO

En esta actividad procedemos a dividir el grupo en partes iguales dependiendo de la cantidad de estudiantes. Un grupo se llamará A y el otro B. Cada equipo deberá estar separado y ubicado uno detrás de otro compañero. Consistirá en salir uno por uno hasta donde está ubicado el docente que tiene dos conos en cada mano. A la orden del docente deberá salir corriendo un integrante de cada equipo y llevar el cono hasta donde esté situado el equipo completo. El equipo de tenga más conos cuando el docente detenga el juego será el equipo ganador



TRIQUI TRIQUI

Para esta actividad común procederemos a realizar el común triqui de cuaderno. Pero llevado a cabo en una actividad lúdica-recreativa, con el objetivo de mejorar la coordinación





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



ACTIVIDADES SEMANA 13-14

18 DE ABRIL AL 22 DE ABRIL

25 DE ABRIL AL 29 DE ABRIL.

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
<p>IMPLEMENTACION DEL JUEGO COMO ELEMENTO PEDAGOGICO</p>	<p>plantea la necesidad de incorporar a la educación aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que contribuyen al desarrollo integral de la persona y a la mejora de la imagen corporal y la forma física, así como en la utilización constructiva del ocio mediante actividades deportivas.</p> <p>Es por ello, que las habilidades atribuidas al frisbee son de gran importancia para el alumnado, siendo esencial su presencia en el área de Educación Física. Las habilidades básicas son necesarias en el desarrollo del niño puesto que si este no adquiere un cierto nivel de conocimiento y control de las mismas no podrá desarrollar de forma íntegra sus respuestas motrices ante situaciones diversas. Por este motivo, el frisbee resulta un recurso muy sugestivo tanto para el profesorado, por las mejoras que este supone para el cuerpo (coordinación, lateralidad...), como para el alumnado, ya que este deporte resulta muy motivante para la gran mayoría.</p> <p>Ejercicios generales de activación: trote suave, cambios de ritmos, de</p>	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



	<p>dirección, saltos, entre otros.</p> <p>Ejercicios de movilidad articular, con especial incidencia en hombros, brazos, y manos.</p> <p>Ejercicios de estiramientos con especial incidencia en las extremidades superiores.</p>	
<p>APLICACIÓN DEL ESPIRITU DE JUEGO A LA COTIDIANIDA</p>	<p>Parejas, uno frente al otro, con un disco. Repasan los lanzamientos de revés: normal, flotante, con rebote, con trayectoria curva, y las formas de recepción ya ejercitadas.</p> <p>En fila, cada uno con su disco. Lanzamientos de derecha con el pulgar.</p> <p>Mismo ejercicio, hacen lanzamientos con dos dedos.</p> <p>Igual al anterior, pero con lanzamientos en “v” verticales.</p> <p>Grupos de tres con un disco; uno en el centro. Los de los extremos se pasan el disco tratando de alcanzar al que está en el centro, que procurará esquivarlos. Después el del centro es relevado por uno de los lados.</p> <p>Variante: tríos dispuestos en forma de triángulo, se pasan el disco de diversos modos. Se van aumentando las distancias.</p> <p>Lanzamientos de precisión. Dispuestos en fila, uno frente a otro a 6 m, un aro grande colocado sobre un ladrillo, o un cuadrado formado por picas. Realizan varios</p>	 





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



intentos tratando de pasar el disco entre el aro. Se puede ir aumentando la distancia desde la que lanzan.

Juego: “Disco contacto”. Dos grupos, cada uno en un campo que tendrá el tamaño del de baloncesto o la mitad del campo de balonmano- jugarán el mismo juego. Un disco para cada grupo. Repartidos por el terreno, dos van pasándose el disco al tiempo que se acercan a los demás y tratan de tocarlos con el disco, que estará sujeto con la mano en el momento del contacto. El que sea tocado ayudará a los dos anteriores y así todos los que son tocados. El ganador será el último en ser tocado. No se puede lanzar el disco para tocar a los jugadores que no han sido alcanzados; hay que tocarle con el disco cogido, se puede correr con el disco en la mano persiguiendo a algún jugador un máximo de cinco o seis pasos o metros.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



ACTIVIDADES SEMANA 15-16
02 DE MAYO AL 06 DE MAYO
09 DE MAYO AL 13 DE MAYO.

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	IMAGEN
ULTIMATE FRISBEE GENERALIDADES	<p>Encontramos dos niveles en la estructuración espacio-temporal:</p> <ul style="list-style-type: none">- Experiencia vivida: ajuste global del espacio-tiempo, que conduce a una buena orientación espacio-temporal por medio de la motricidad.-Estructuración espacio-temporal: cuando se pasa al plano mental e intelectual los datos de la experiencia vivida.- Adquisición de la orientación en el espacio y el tiempo. Permite que se desarrolle la conciencia que se tiene del propio cuerpo, las partes de este y lo que podemos llegar a hacer con nuestro cuerpo todo esto a través de lo adquirido en experiencias vividas.	 





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



PASAR LA PELOTA

Para recordar direcciones y situaciones.

- La actividad consiste en Colocar a un niño frente a diversas personas u objetos para que vaya diciendo, los nombres de los niños que están a su derecha, de los que están a su izquierda, de los que están enfrente, etc. Se puede "complicar" cuanto se quiera, cambiando sus posiciones de ellos, o las de otras personas u otros objetos.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



3.3 EVALUACIÓN CULITATIVA

En las dieciséis semanas de mi práctica, tuve la oportunidad de interactuar con los estudiantes de 7° y 11° grado, en las primeras secciones, se implementaron estrategias del tipo de aprendizaje por descubrimiento, con la ayuda de mi tutor el profesor Ivan David Ortiz Pimienta , pudimos interactuar como guía y realizar propuestas para que los estudiantes acerca del Ultimate Fresbee y que a su vez se integraran en el nuevo ejercicio de la ejecución del deporte, por parte de una pequeña porción de estudiantes de los grados superiores obtuvimos un menos interés al momento de dar a conocer de que trataba el Ultimate, a medida que se ejecutaba la didáctica e interactuábamos en las clases los estudiantes empezaron a interesarse notoriamente por el ultimate lo cual les motivo a integrarse e incrementar su interés por el desarrollo de su aprendizaje receptivo por medio del ultimate, Durante la unidad didáctica se realizaron diversos agrupamientos, juegos de integración, implementamos el disco como recurso primordial para la ejecución y aprendizaje del Ultimate. Los indicadores que tuvimos en cuenta para la evolución de los estudiantes en el desarrollo del proceso se aplicó hacia el conocimiento del origen del deporte, dando a conocer como elemento principal del ultimate disco volador o fresbee, y su diversidad de usos en el juego, tanto individual como colectivo, también en segunda instancia se tuvo en cuenta las reglas principales aplicadas al deporte se implementaron técnicas básicas de manejo del disco en la práctica de actividades o juegos, y se plantearon diversas alternativas de forma creativa y divertida, en la participación se inculco el respeto hacia las normas y la cooperación por parte de los estudiantes en las actividades y juegos propuestos en el transcurso de mi práctica.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



al pasar las semanas los estudiantes se notaban menos agitados o cansados, mejorando su capacidad física y de diversas habilidades que le permitieron mejorar su desempeño en el deporte se deduce que el impacto generado por las rutinas semanales estaba siendo beneficioso en el desarrollo de los niños.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



III. CAPITULO, ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

FECHA	ACTIVIDAD	EVENTO – EVIDENCIA
08 MARZO 2022	CELEBRACION DEL DIA DE LA MUJER	
08 DE ABRIL 2022	JUEGOS INTERCLASES DEL COLEGIO CABECERA DEL LLANO	
19 DE MARZO 2022	DIA DEL HOMBRE	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



<p>22 DE ABRIL 2022</p>	<p>DIA DE LA TIERRA</p>	
<p>29 DE ABRIL 2022</p>	<p>DIA DEL NIÑO</p>	





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



CONCLUSIONES

El desarrollo de la propuesta de trabajo se llevó a cabo sin algún inconveniente, el trabajo fue bastante eficiente y eficaz los niños los jóvenes y todos quienes integran el plantel , trabajaron de la mejor manera todos aportaron a mi crecimiento como profesional y también aprendí de ellos que día a día se aprende mucho más, la aplicación del juego motivo y a su vez ayudo a lo niños a crecer de manera personal, emocional y física, incentivo el gusto por el Ultimate siento esta una gran actividad recreacional y de enriquecimiento personal.

La apropiación de los niños por el juego fue bastante creativa y positiva ya que les llamó la atención saber que pueden contar con personal capacitado en la temática que los dirija a un mejor horizonte en el cual se puedan cumplir sus sueños y metas.





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



Referencias Bibliográficas

- Andrade, D. S. (s.f). *La Educación Física, el Deporte y la Recreación*. (D. A. Aguirre, Ed.)Sangolqui, Ecuador: Comisión Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Recuperado el 10 de Octubre de 2021, de <http://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/13760/1/978-9942-765-06-2%20LA%20EDUCACI%C3%93N%20F%C3%8DSICA,%20EL%20DEPORTE%20Y%20LA%20RECREACI%C3%93N.pdf>
- Bernate, J., Fonseca, I., Betancourt, M., García, F., & Sabogal, H. (2019). Competencias Ciudadanas en la Educación Física Escolar. *Revista Acción Motriz*(23). Recuperado el 11 de Octubre de 2021, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7112441>
- Betancourt, M., Bernate, J., Fonseca, I., & Rodriguez, L. (2020). Revisión documental de estrategias pedagógicas utilizadas en el área de la educación física, para Fortalecer las Competencias Ciudadanas. *Revista Retos*(38), 845-851. Recuperado el 10 de Octubre de 2021, de https://www.researchgate.net/profile/Ph-D-Jayson-Bernate/publication/343679042_Revision_documental_de_estrategias_pedagogicas_utilizadas_en_el_area_de_la_educacion_fisica_para_fortalecer_las_competencias_ciudadanas/links/5f3866d892851cd302fa9063/Revision-
- Cagigal, J. M. (1984). ¿La Educación Física, ciencia? *Educación Física y Deporte*, 6. Recuperado el 11 de Octubre de 2021, de JM Cagigal - Educación física y deporte, 1984 - dialnet.unirioja.es
- Calzada, A. (2004). Deporte y Educación. *Revista de Educación*(335), 45-60. Recuperado el 11 de Octubre de 2021, de <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/67974/00820053000155.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Congreso de la República de Colombia. (8 de Febrero de 1994). *Ley 115 de Febrero 8 de 1994*. Recuperado el 10 de Octubre de 2021, de Ministerio de Educación





ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE

¡Seguimos avanzando!



Nacional de Colombia: https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

García, A., Balaguera, E., & Ruiz, A. C. (2017). *Implementar Elementos Didácticos para Mejorar el Interés en el Área de Educación Física de los Alumnos del Grado Segundo de la Básica Primaria de la Sede Vetas Central de C.E.R Serpentino del Municipio de Tibú del Departamento Norte de Santander*. Recuperado el 12 de Octubre de 2021, de Repositorio de la Institución Educativa Escuela Normal Superior de Ocaña:

Perilla, D. Y. (2017). *Sistematización de la Práctica Pedagógica de la Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación de la Universidad Pedagógica Nacional Centro Valle de Tenza en los Años 2009 y 2010*. Recuperado el 12 de octubre de 2021, de Repositorio Universidad Pedagógica Nacional:

<http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2960/TE-20791.pdf?sequence=1&isAllowed=y>DÍAZ PÉREZ, J.J. Y CASTRO PÉREZ, A. (2009) Unidad Didáctica: 'Juguemos con el Frisbee'. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, N° 136. <http://www.efdeportes.com/efd136/unidad-didactica-frisbee.htm>

NICOLAS MARIN, A. y GARCÍA CANTÓ, E. (2008). Unidad didáctica: me divierto con los deportes alternativos. *Lecturas: Educación Física y deportes*. Buenos Aires, 13, 127. <http://www.efdeportes.com/efd127/unidad-didactica-deportes-alternativos.htm>

ORTEGA HERNÁNDEZ, C. (2009) Diviértete con el frisbee. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, N° 133. <http://www.efdeportes.com/efd133/diviertete-con-el-frisbee.htm>

<http://www.enso.edu.co/biblionline/archivos/2711.pdf>

https://fedv.es/es_es/reglasdelultimate

<http://ultimateargentina.com.ar/que-es-el-ultimate>

· <https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=https://d36m266ykvepgv.cloudfront.net/uploads/meia/rpAQblqzjq/o/wfdf-rules-of-ultimate-2021-2024-esp-universal-v2.pdf>

· <https://fecodv.com.co/ultimate-frisbeemod>

