



PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE ESCUELA BETHLEMITAS BRIGHTON

ALUMNO-MAESTRO: DIEGO ALEJANDRO ARCINIEGAS PEÑALOZA
COD. 1094277300

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
EDUCACION FISICA, CON EFANSIS EN EDUCACION BASICA
RECREACION Y DEPORTES
PAMPLONA
2017

DQS is member of:



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



PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

ESCUELA BETHLEMITAS BRIGHTON

ALUMNO-MAESTRO: DIEGO ALEJANDRO ARCINIEGAS PEÑALOZA

COD: 1094277300

SUPERVISOR(a): EMMA SUAREZ CONTRERAS

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACION

**EDUCACION FISICA, CON EFANSIS EN EDUCACION BASICA
RECREACION Y DEPORTES**

PAMPLONA

2017

DQS is member of:





INDICE

Contenido	
1. DEDICATORIA	6
2. AGRADECIMIENTOS	7
CAPITULO I	8
3. INFORME DE LA OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO	8
3.1. ASIGNACION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE	8
3.2. OBSERVACION INSTITUCIONAL COLEGIO BRIGHTON SEDE PRIMARIA	10
3.3. POLÍTICA DE CALIDAD	10
3.4. OBJETIVOS DE CALIDAD	10
3.5. RESEÑA HISTORICA	11
3.5.1. ¿QUÉ NOS HACE BETHLEMITAS?.....	14
4. COMPONENTES TEOLOGICOS	16
4.1. VISION	16
4.2. MISION	16
4.3. HIMNO DEL COLEGIO	17
5.1. LA BANDERA	18
5.2. EL ESCUDO	19
6. DIAGNOSTICO DE LA ESCUELA	20
6.1. COMPONENTES ADMINISTRATIVOS	21
6.2. HORARIO PRACTICANTE	22
6.3. AREA DE EDUCACION FISICA	23
CAPITULO II	25
PROPUESTA PÉDAGOGICA	25
7. INTRODUCCION	26
8. JUSTIFICACIÓN	27
9. OBJETIVOS	29



9.1.	GENERAL.....	29
9.2.	ESPECÍFICOS.....	29
10.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	30
11.	ANTECEDENTES DEL PROBLEMA	31
12.	MARCO CONCEPTUAL.....	33
13.	MARCO TEÓRICO	55
14.	MARCO REFERENCIAL	60
15.	MARCO LEGAL	65
16.	FUNDAMENTOS HISTORICOS.....	66
17.	RESTRICCIONES.....	69
18.	ACTIVIDADES A DESARROLLAR	69
18.1.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD A REALIZAR.....	70
18.2.	MATERIALES A UTILIZAR:.....	70
18.3.	METODOLOGÍA.....	70
19.	CRONOGRAMA.....	72
19.1.	PREMIACION	74
CAPITULO III.....		78
20.	INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES.....	78
20.1.	JUSTIFICACIÓN.....	78
20.2.	NATURALEZA DE LA EDUCACION FISICA	79
20.3.	ESTRUCTURA DEL AREA.....	80
20.4.	ENFOQUE METODOLOGICO.....	81
20.5.	METODOLOGÍA.....	82
20.6.	EVALUACIÓN	83
20.7.	METAS DE CALIDAD PARA EL AREA	83
20.8.	PLAN DE CLASE.....	84
CAPITULO IV		87



21. INFORME DE ACTIVIDADES INTRAINSTITUCIONALES	87
CAPITULO V	91
22. INFORME DE EVALUACION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE	91
22.1. ARTÍCULO 16- DE LA EVALUACIÓN	91
22.2. ARTÍCULO 17.- DE LOS ASPECTOS DE CALIFICACIÓN Y PORCENTAJES	91
22.3. AUTOEVALUACION DE LA PRACTICA DOCENTE	92
22.5. EVALUACION DEL SUPERVISOR DE PRACTICA INTEGRAL: POR EL ALUMNO-MAESTRO.....	95
23. ANEXOS	96
24. CONCLUSIONES	97
25. BIBLIOGRAFIA.....	98



1. DEDICATORIA

Dedico este trabajo principalmente a Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional cumpliendo hasta el momento una a una mis metas propuestas.

A mi madre Omaira López por ser la persona que siempre ha estado para mí en los momentos de alegría y tristeza dándome un ejemplo para así seguir adelante.

A mi hermano Julian Peñaloza por ser el ejemplo a seguir y darme los ánimos para demostrarle que cada día se puede ser mejor.

A todo el resto de familia y amigos que de una u otra manera me han llenado de sabiduría y apoyo culminar esta etapa.

DQS is member of:





2. AGRADECIMIENTOS

En primera medida agradezco a Dios, a mi madre y hermano porque siempre han estado a mi lado para apoyarme y guiarme a lo largo de la vida, por enseñarme a ser una buena persona y a luchar cada día por alcanzar las metas propuestas.

Agradezco a la Institución Educativa Bethlemitas Brighton en su Sede Primaria por permitirme realizar mis prácticas profesionales. A mi supervisora Maria Emma Suarez Contreras por guiarme en este proceso y aconsejarme para ser una mejor docente corrigiendo a diario cualquier detalle.

A la Universidad de Pamplona por haberme aceptado y a los profesores de la misma por brindarme todos los conocimientos y experiencias necesarias para mi formación como persona y como alumno-docente.

DQS is member of:





CAPITULO I

3. INFORME DE LA OBSERVACION INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO

3.1. ASIGNACION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

La asignación de la práctica integral inicio con la inducción del día 17 de julio de 2017 con el profesor Benito contreras y la profesora Lucy Amparo Jaimes desde las 8 am, donde iniciamos con la entrega de documentos al docente.

A partir de las 10:00am, seguimos con la apertura de la inducción de la práctica docente bajo el acuerdo No.032 el 19 de julio de 2014, donde se dio inicio a la socialización del nuevo pensum del programa para inicio del segundo semestre académico del 2017, a su vez del reglamento de prácticas y se hizo vigente. Cada uno de los acuerdos a cumplir dentro de la institución, luego se continuó con la asignación de la institución donde se realizaría la práctica integral.

El día 17 de julio a las 10:00am en el departamento de educación física se entregó la carta de práctica a cada estudiante-docente con la cual quedaríamos vinculados al colegio y poder empezar a laborar.

Se dio paso a la inducción en la institución, el día 18 de julio del 2017 iniciando con la entrevista con la hermana rectora a cargo de esta escuela, la hermana Flor Elba Torres y la profesora Emma Suarez supervisora de mi practica integral a partir de las 7:00 am, partiendo de acá mi supervisora me asigno brevemente la hora de encuentro al otro día y así hasta culminar la primera semana de observación que manejaría en mi practica integral, la cual sería en la escuela Betlemithas Brighton los días lunes, martes, miércoles, jueves y viernes con educación física con los grados; primero, segundo, tercero, cuarto y quinto. Iniciando allí con una serie de rondas infantiles y dinámicas rompe hielos para diagnosticar los grupos en esta semana de observación.

Toda esta semana fue de observación a los docentes y de reconocimiento de grupos, de esta manera pudimos observar metodología con los grupos de la escuela Betlemithas Brighton.



En esta misma observación fuimos realizando una breve presentación nuestra de tal manera de ir relacionándonos poco a poco con los estudiantes y docentes de la institución en general.

El día lunes 24 de Julio se dio apertura a la presentación en cada uno de los cursos con los cuales efectuare mi trabajo.

N ^o	ETAPAS DE LA PRÁCTICA DOCENTE	SEMANAS	VALOR %
1	OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO	3	15%
2	DISEÑO DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA	2	15%
3	EJECUCIÓN Y EVALUACIÓN DE SECUENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN	8	60%
4	ACTIVIDADES INTRA INSTITUCIONALES INFORME FINAL Y SOCIALIZACIÓN	3	10%
	TOTAL	16	100%

3.5. RESEÑA HISTORICA

“A lomo de mulas y desafiando lo escabroso de camino llegaron a Pamplona las Hermanas Bethlemitas hijas del Sagrado Corazón de Jesús, era el 13 de abril de 1896, venían a formar el hogar de la sagrada familia dedicado a la educación de niñas huérfanas. Encontraron en la ciudad entre alegres repiques de campanas música y manifestaciones de júbilo. Venían invitadas por el ilustre señor canónigo" Numa J. Calderón tesorero de la Arquidiócesis.

Fue en 1887 cuando se realizó la fundación del colegio sagrado corazón de Jesús. La madre Concepción Rubiano Religiosa muy eficiente y muy preocupada por la existencia del reino de Dios hecho de ver la necesidad de un nuevo colegio para señoritas, -ya existía el colegio de la presentación- pues el número de niñas y jóvenes en edad escolar así lo exigían. Alma de esta fundación fue también Monseñor Calderón. Durante varios años el colegio fue dirigido por la Madre Concepción “y próspero notablemente llegando a contar no solo con niñas de la ciudad sino de poblaciones vecinas “a continuación se vivieron años de grandes dificultades económicas y las hermanas debieron sobrellevar estrecheces y hasta desconocimiento de sus sacrificios y esfuerzos.

En abril de 1924 fue reconocida institutora señora Reyes Mantilla de Hernández clausuro su afamado instituto comercial de la Inmaculada Concepción y paso por consejo d padre Calo todos los poderes y documentos al Colegio Sagrado Corazón de Jesús. Se reinició así una regeneración del establecimiento. Se vincularon a la institución destacados profesores en el año 1928 y se expidieron títulos en comercio.

El gobierno de la madre Magdalena Restrepo iniciado en 1938 dio comienzo a lo que se podría bien llamarse edad de oro de la institución. Se adoptaron los programas oficiales y fueron aprobados los estudios de bachillerato por la resolución N° 2341 DE 1946.

A lo largo de más de un siglo el colegio se ha empeñado en ofrecer una educación integral. Se ha buscado no solo la calidad académica sino que se ha dado impulso tanto al aspecto artístico como lúdico. La música fue objeto de especial atención durante los primeros años, eran notables y concurridas las audiciones musicales programadas y preparadas por la Madre María del



Carmen Núñez. El colegio a impulsado siempre el gusto por las artes literarias y cuando se celebró en 1948 el quinto centenario de Don Miguel De Cervantes ocupó el primer y segundo puesto en poesía y el primero en biografía. Pasaron por las cátedras de español y literatura los destacados poetas pamploneses Augusto Ramírez Villamizar y el padre Jesús del grillo Martínez el colegio a sobresalido siempre en los eventos deportivos.

Como timbre de orgullo para la institución se deja memoria del Padre José Rafael Faria quien por muchos años fue profesor de religión y colaboró eficazmente en la formación espiritual del alumnado. Se hace mención, así mismo, de los padres Eudistas quienes como capellanes del colegio dejaron en él una huella de virtud, de ciencia y de inquietud por la universalidad del conocimiento" <tomado de: " Levantaron sus tiendas en Colombia" Madre Soledad Hernandez 1987.

A partir de 1990 se recibieron niños para Primaria si bien, desde los años cincuenta se recibían para pre-escolar y desde 1998 pasaron a básica secundaria. La primera promoción mixta de bachilleres fue en el 2003.

El Colegio Sagrado Corazón de Jesús, regentado por la comunidad de las Hermanas Bethlemitas, está celebrando 120 años de fundación en Pamplona.

Con actos culturales, religiosos, recreativos y de integración, están recordando el hecho.

El 13 de abril de 1896, llegaron a la población a lomo de mula, un grupo de cinco religiosas con el propósito de crear el Hogar de la Sagrada Familia, que tenía inicialmente la misión de ofrecerles educación a las niñas huérfanas y pobres de la región.

Un año después se produjo la fundación del colegio femenino Sagrado Corazón de Jesús, por gestión de la monja Concepción Rubiano.

Aunque existían en la ciudad otras instituciones educativas de carácter católico, se constituyó en pilar de la educación religiosa, recibiendo estudiantes de diferentes partes de Colombia y de Venezuela.

Con el auge de la educación se le llegó a conocer a Pamplona como la ciudad colegio del oriente del país, por existir instituciones de primaria y de secundaria que ofrecían los servicios de internado.



Después de más de 10 colegios de calidad, que estaban orientados por principios religiosos, en la actualidad solo queda el Sangrado Corazón de Jesús, de carácter mixto.

Permanecen

La rectora, Flor Elba Torres, dijo que esta fecha se constituye en un punto de encuentro con la comunidad educativa y también para recordar que hace 120 años empezó la comunidad Bethlemitas a contribuir con el desarrollo de Pamplona.

En la actualidad hay tres religiosas activas prestando los servicios educativos; están acompañadas por 37 profesores que atienden a 519 estudiantes de preescolar, primaria y de bachillerato.

“Trabajamos día a día para mantener la calidad y cumplir con las exigencias del Ministerio de Educación”, afirmó.

Sobre la programación que se desarrolla, afirmó que hay concursos académicos, desfile de faroles, obras de teatro alusivas a los 120 años de la institución, lunada histórica, festival artístico, banquete de amor, desfile de carrozas de la familia Bethlemitas y el domingo 21 de mayo, a las 10 de la mañana, finalizarán las actividades con una misa en la catedral Santa Clara.

Sobre los últimos acontecimientos en donde las comunidades educativas Nuestra Señora del Rosario y La Presentación, abandonaron la ciudad, la rectora aseguró que el Colegio Sagrado Corazón permanecerá en Pamplona por muchos años más y que ojalá en el futuro se pueda festejar el bicentenario.

Para que la institución se siga manteniendo, según Carvajal, se necesita contar con el apoyo de las comunidades pamplonesas.

3.5.1. ¿QUÉ NOS HACE BETHLEMITAS?

Somos en la Iglesia un instituto religioso de derecho pontificio dedicado a obras de apostolado, con un carisma fundacional y una espiritualidad que nos lleva a vivir el amor que el Padre nos revela en su Hijo Jesucristo y a manifestarlo en entrega, apertura y servicio a los hermanos". (Const. N° 79). Los fundadores, el Santo Hermano Pedro de Betancur y la Beata Madre María Encarnación Rosal encontraron en la labor educativa un medio, el más eficaz, para contribuir a la extensión del Reino de Dios, siendo fermento en la masa, semilla de hombres nuevos y con una visión del hombre como hijo de Dios y como fruto de la redención.

El Santo Hermano Pedro en su labor evangelizadora contrata maestros para la enseñanza de la ciencia y reserva "para el la enseñanza de las materias que dominaban su intuición o sea, la piedad y el ejercicio de la virtud" (Biografía de la Humildad. David Vela). a su vez, la Beata Madre Encarnación junto con la enseñanza de la doctrina ve la necesidad de formar a las niñas y alas jóvenes en disciplinas intelectuales y científicas; mediante premios y estímulos la motiva para buscar la excelencia.

Ellos iluminan su labor de formación integral desde el evangelio y, sobretodo, desde la identificación con los sentimientos y actitudes de Jesús en el misterio de Belén y en el de la Pasión y Muerte en la Cruz. La identidad de nuestra acción educativa parte del conocimiento propio, del reconocimiento del otro como hijo de Dios y hermano nuestro, del agradecimiento por el don de la vida y, por ende, de la exigencia del "donde sí mismo" a los demás, mediante la creación de espacios que favorezcan la interrelación, la valoración, la expresión del sentimiento y la lectura de la realidad.

Nuestro sueño en relación con la identidad de la educación Bethlemita es el de lograr que sean presencia continua y universal del pensamiento cristiano en todo cuanto tienda a promover la cultura, la formación a fin de que lleguen a ser "insignes por el saber, preparados para desempeñar funciones de responsabilidad en la sociedad y a testimoniar su fe ante el mundo". (SS. Juan Pablo II)

La identidad de nuestra educación halla su fundamento y razón en:

- La MISIÓN, VISIÓN, POLÍTICA DE CALIDAD de la formación y servicio que ofrecemos.



- Los valores cristianos y la axiología que se derivan de la fé.
- El perfil ideal del egresado y egresada.
- El seguimiento personal del estudiante como acompañamiento a la persona que pasa por la experiencia vital de crecer y formase integralmente.
- El humanismo cristiano que brota del misterio del Hijo de Dios hecho hombre en pobreza, humildad, misericordia, paz, servicio y donde sí mismo.

DQS is member of:





4. COMPONENTES TEOLOGICOS

4.1. VISION

La Institución Educativa Bethlemitas Brighton será reconocida en la sociedad como una entidad con proyección hacia el liderazgo en la innovación educativa, investigativa, pedagógica y técnica, de carácter e inclusiva, consolidada en sus procesos de formación integral de personas altamente calificadas.

4.2. MISION

Somos una Institución Educativa que a la luz de la Filosofía Bethlemitas busca la participación, actualización y el servicio en la evangelización.

Contribuimos en la formación integral brindando una educación de calidad e inclusiva, fundamentada en principios éticos, científicos, técnicos, investigativos, medioambientales y participativos.

Contamos con la fuerza de Dios, el legado de los Santos Fundadores, las políticas del Estado y el compromiso de la Comunidad Educativa.



4.3. HIMNO DEL COLEGIO

¡Honor! ¡Virtud! ¡Deber!
En nuestro en nuestro Corazón;
La mente hacia el saber
Y arriba Gloria a Dios, Gloria a Dios, (bis)

I

Amando nuestros claustros forjamos la virtud
Y el corazón de Cristo, nos muestra
Lauro y cruz lauro y cruz.

II

El libro luminoso es nuestro gran deber,
Sus páginas son llamas, son llamas,
que enseñan a ascender.

III

Y envuelve nuestra estirpe, la seda del honor,
del honor el blanco y rojo manto,
de nuestro pabellón, pabellón.

IV

Sea un Himno nuestra vida,
sea un salmo nuestra voz, nuestra voz,
Para entonar un coro: ¡Deber! ¡Virtud! ¡Honor!.

Letra: Doctor Augusto Ramírez Villamizar

Música: Manuel Espinel

5. SIMBOLOS DE LA INSTITUCION

5.1. LA BANDERA

El color blanco símbolo de la integridad, honestidad, sencillez, sinceridad con que se quiere llevar el mensaje valores que se propone sembrar en la mente y corazón de cada uno de los estudiantes. Dos triángulos rojos para afirman que el valor primordial es el Amor, distintivo del Corazón de Cristo y vínculo de unión, servicio y solidaridad para con el hermano.



5.2. EL ESCUDO



Escudo moderno en forma de cuadrilátero, con los ángulos inferiores redondeados por un cuarto de arco; punta terminada por dos cuartos de arco. Borde blanco enrollado a diestra y siniestra en la parte superior, al modo de un pergamino. En la parte superior sobre campo blanco se lee el nombre de Bethlemitas, de Bethlemen, en arameo “casa del pan”; como quien dice dispensadores del pan de la acogida, del servicio, del amor, de la palabra. Dentro de este mismo borde se lee el nombre de la Institución: Institución Educativa Bethlemitas Brighton. Dentro de este borde en su escudo interior una banda de diestra a siniestra que lo divide en dos cuarteles y en la que se lee “VIRTUS ET SAPIENTIA” – “VIRTUD Y SABIDURIA”.

En el cuartel superior, en la parte siniestra y sobre campo de oro un corazón en gules =rojo, rodeado de espinas y rematado por una cruz, representa el amor del Corazón de Jesús Patrono de la Institución. El oro el campo simboliza en Heráldica: Nobleza, Magnanimidad, Riqueza, Poder.

En el cuartel inferior lado diestro, sobre campo de azur = azul una lámpara en metal blanco. El azur del campo simboliza en Heráldica: Justicia, Celo, Verdad, Lealtad, Caridad, Hermosura. La lámpara encendida y en metal Blanco es símbolo de Integridad, Firmeza, Vigilancia, Obediencia, Sabiduría



6. DIAGNOSTICO DE LA ESCUELA

ESCENARIOS DEPORTIVOS: La Institución Educativa Bethlemitas Brighton en su sede Primaria cuenta con una infraestructura adecuada para el desarrollo recreativo y deportivo estos son:

- Dos patios donde se pueden desempeñar las diferentes actividades referentes al área de educación física.
- Un salón de juegos acondicionado para los días de lluvia, ya que la cancha principal se inunda en estos días.
- Canchas de fútbol de salón y baloncesto.

Al ingresar a la institución y luego de realizar un recorrido por todas las instalaciones se pudo apreciar que las aulas de clase están en óptimas condiciones por lo tanto las clases dentro de las aulas serán muy amenas para los niños, pero al momento de visitar el salón de deportes encontramos lo siguiente:

- La mayoría de implementos deportivos se encuentran en mal estado por lo que se dificulta trabajar adecuadamente
- No existen domos y los balones que hay muchos están en mal estado.

INFRAESTRUCTURA: La Institución Educativa Bethlemitas Brighton en su sede Primaria cuenta con aulas adecuadas para los diferentes grados desde preescolar hasta quinto grado, también cuenta con un aula de informática, un salón de profesores, un salón para las hermanas asignadas, zonas verdes muy amplias, varios patios, el cuarto donde tienen los útiles de aseo, varios baños y una capilla.

6.1. COMPONENTES ADMINISTRATIVOS

RECTOR(a):	Flor Elba Torres
COORDINADORA:	Luz Dary Villamizar

21 docentes distribuidos de la siguiente manera	
GRADO	TITULAR
Transición 01	Ligia Esperanza Gelvez
Transición 02	María Enit Gamboa Tulande
Transición 03	Martha Parada Carvajal
Primero 01	Flor Suarez de Jaimes
Primero 02	Ana Dolores Diaz Cañas
Primero 03	Karym Zulima Ortiz Garcia
Primero 04	Virgelma Solano Guerrero
Segundo 01	Consuelo Cristancho Ruiz
Segundo 02	Elba Sianeth Sanguino
Segundo 03	Gloria Pilar Torrez
Segundo 04	Maria Yolanda Jaimes
Tercero 01	Nubia Estela Perez
Tercero 02	Cruzdelina Portilla
Tercero 03	Martha Cecilia Torres
Cuarto 01	Luis Orlando Albarracin
Cuarto 02	Martha Stella Mogollon
Cuarto 03	Beatriz Angarita
Cuarto 04	Monica Serrano Tarazona
Quinto 01	Martha Liliana Bustos
Quinto 02	Ligia Ayala Barrera
Quinto 03	Anais Diaz Quintana

Jornada escolar: de 7:00 am a 12:10 pm de lunes a viernes



6.2. HORARIO PRACTICANTE

HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
7:15 a 8:10				4°-01	
8:10 a 9:05			3°-02		5°-03
9:05 a 10:00	2°-01	2°-02	3°-03		4°-04
10:00 a 10:30	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso
10:30 a 11:20		4°-02	4°-03		1°-02
11:20 a 12:10	1°-02	1°-04			1°-03

6.3. AREA DE EDUCACION FISICA

6.3.1. **INVENTARIO:** al realizar el inventario se encontró

IMPLEMENTOS:	NUMERO:
CONOS	25
PLATILLOS	10
BALONES DE BALONCESTO	37
BALONES DE MICROFUTBOL	5
BALONES DE FUTBOL	4
BALONES DE VOLEIBOL	10
BALONES DE CAUCHO	3
GRABADORA	1
TABLA ESTATURA	1
BASTONES	70
AROS	41
BANDERAS	4
PESAS DE MADERA	17
CUBOS DE MADERA	12
PESOS	2
CUERDAS	19
PELOTAS DE SOFTBOL	3



En las últimas dos hileras están ubicados los balones dañados.





CAPITULO II

PROPUESTA PÉDAGOGICA

APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN LOS DESCANSOS, IMPLEMENTANDO EL FUTBOL DE SALON COMO HERRAMIENTA PARA MEJORAMIENTO DEL JUEGO LIMPIO Y COOPERATIVO DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA BETHLEMITAS BRIGHTON

DQS is member of:



7. INTRODUCCION

El recreo o receso es un período de tiempo entre lecciones durante la jornada de un centro educativo, en la que los alumnos pueden realizar libremente actividades tales como estudiar, leer, escuchar música, charlar, comer, ir al baño, jugar, descansar. Los recreos sirven como ámbito de interacción social, de recreación, y de descanso. Los centros educativos suelen tener patios de recreo. En otros casos, por ejemplo en escuelas rurales, se permite que los alumnos salgan del centro educativo al entorno circundante.

Los recreos suelen durar entre 10 y 40 minutos. Los que ocurren a la hora del almuerzo suelen ser más largos, a veces para dar tiempo a los alumnos de comer en sus propias casas o en sitios cercanos al centro, o incluso en el propio centro de estudios. En escuelas y liceos de Alemania, hay dos recreos cortos de mañana y uno largo para el almuerzo. En la educación primaria y secundaria del Reino Unido, Australia, y Estados Unidos, hay una única pausa corta de mañana y una larga al mediodía. En la educación terciaria, los recreos son menos frecuentes y reglamentados, ya que en esos tiempos los alumnos suelen quedarse en los corredores, o suelen ir a la biblioteca o a la cafetería.

En algunos centros educativos se prescinden de los recreos para disminuir el largo de la jornada, lo cual redundaría en mayor tiempo libre para alumnos y trabajadores, y asimismo en menor largo de la jornada laboral, con su consecuente menor costo en salarios y electricidad. Algunos especialistas critican esta medida, con el argumento de que las actividades en los recreos son parte fundamental del proceso de aprendizaje de los alumnos, y ayudan a mejorar el clima de trabajo durante las horas de clase.

Lo que se busca realizar en la Institución Educativa Bethlemitas Brighton en su Sede Primaria es la ejecución de la propuesta de aprovechamiento del tiempo libre en los descansos, implementando el fútbol de salón como herramienta para mejoramiento del juego limpio y cooperativo de los estudiantes de primaria de la institución educativa bethlemitas Brighton.

8. JUSTIFICACIÓN

Como todos sabemos el juego es la principal actividad de las personas durante la infancia, además de necesaria placentera durante toda la vida. Jugando se fortalece el desarrollo físico y emocional, al mismo tiempo que se estimulan las capacidades intelectuales y perceptivas, jugando nos divertimos, disfrutamos en compañía de otros y compartimos con los demás esos momentos y espacios.

Un juego se define como la actividad que realiza uno o más jugadores, empleando su imaginación o herramientas para crear una situación con un número determinado de reglas, con el fin de proporcionar entretenimiento o diversión. Existen juegos competitivos, donde los jugadores tienen que lograr un objetivo, y juegos no competitivos, donde los jugadores buscan simplemente disfrutar de la actividad. Los juegos normalmente se diferencian de los trabajos por el objeto de su realización. Sin embargo, en muchos casos éstos no tienen una diferencia demasiado clara. Asimismo, el juego se utiliza como herramienta educativa, pues en la mayoría de los casos funcionan estimulando habilidades prácticas y psicológicas. También un juego es considerado un ejercicio recreativo sometido al concurso de reglas.

La primera referencia sobre juegos que existe es del año 3000 a. C. Los juegos, son considerados como parte de una experiencia humana y están presentes en todas las culturas. Probablemente, las cosquillas, combinadas con la risa, sean una de las primeras actividades lúdicas del ser humano, al tiempo que una de las primeras actividades comunicativas previas a la aparición del lenguaje.

Se debe pensar en un ambiente escolar dinámico que convoque a los estudiantes y que los retenga, no desde el autoritarismo de los currículos forzados, sino desde espacios alternativos de aprendizaje. En la experiencia grupal se aprende más que en ritmo normal de las clases como por ejemplo la práctica deportiva porque allí se aprende a trabajar en grupo, coordinar puntos de vista con los demás, a asumir responsabilidades, resolver conflictos, pero también se fortalece la autoestima y el sentido de pertenencia de los estudiantes.

La implementación de esta propuesta es importante porque permite a los niños desarrollar actividades lúdico- recreativas y se diviertan jugando en espacios



diferentes al aula de clase, es por ello que los docentes acompañan y orientan dichas actividades que propenden para bienestar del estudiante. Por lo tanto el juego es una actividad que se considera como una parte fundamental en el descanso de actividades académicas. El juego nos permite relajarnos y preparar nuestro cuerpo y nuestra mente para continuar con las labores de estudio. Cuando se presenta el receso escolar o descanso se cambia de una actividad de tensión, de concentración y de mayor exigencia a una actividad de relajación, de esparcimiento y de menor exigencia mental. Es por esto que en nuestra institución queremos implementar el recreo pedagógico como una herramienta de esparcimiento, tranquilidad y respeto por el espacio de otros, además controlamos el problemas más importante de esta institución que son los accidentes en la hora de descanso ya que se venían presentando muy a menudo, y adicionalmente la integración entre los diferentes cursos logrando una amistad entre todos los estudiantes.

DQS is member of:





9. OBJETIVOS

9.1. GENERAL

Propiciar los espacios recreativos, para el aprovechamiento del descanso en la Institución Educativa Bethlemitas Brighton por medio de Fútbol de Salón como un ámbito lúdico y deportivo con el fin de lograr estudiantes más física y socialmente activos en un ambiente de sana convivencia.

9.2. ESPECÍFICOS

- Fomentar la sana convivencia entre los estudiantes de la institución, mediante el juego.
- Permitir la interacción entre los diferentes cursos de la Institución logrando así acabar cualquier enemistad entre todos.
- Disminuir la conducta agresiva y descontrolada entre los estudiantes teniendo como base fundamental el juego limpio por encima de todo.
- Crear espacios que le permitan al estudiante el desenvolvimiento natural, poniendo en práctica sus habilidades físicas y creativas.



10. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Esta propuesta va orientada a mejorar la convivencia de los niños de la Institución Educativa Bethlemitas Brighton en su Sede Primaria.

A pesar que en esta institución educativa cuenta con varias canchas, el número de estudiantes supera la capacidad de estas mismas, las canchas en la hora de descanso están asignadas por grados, pero hay ciertos niños que no acatan estas normas y se dirigen hacia las otras canchas en donde pueden sufrir o causar daño a su integridad o la de sus compañeros, por eso esta propuesta se basa en el aprovechamiento ideal que se le puede dar a la cancha de microfútbol, jugando sus respectivos partidos por curso asignados en la planilla oficial colgada en el tablero de anuncios de esta institución.

Durante los descansos se podía observar cómo los niños se dividían de acuerdo a su grado a jugar en su mayoría futbol, otros estaban corriendo, otros jugando y otros solo miraban a los demás lo que hacían, y muchas veces incluso se presentaban accidentes por el brusco juego de los niños, incluso en el sector de la gradería de la cancha de futbol sala

Se observaba también la discordia que había entre estudiantes de diferentes grados por diversos motivos como era pelear por el territorio, por el balón, por un jugador, por la derrota, entre muchos otros motivos, que hacían que ese espacio que supone era de esparcimiento se convirtiera en un momento de disgustos y discusiones.

11. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

El recreo se refiere a los momentos del día apartados para que los estudiantes de la escuela primaria tomen un descanso de sus tareas de clase, juegan con los compañeros y participan en actividades independientes y no estructuradas. La programación y la duración del recreo varían, pero tradicionalmente las escuelas han apartado tiempo para el recreo en la mañana o en la tarde (y a veces en ambas) además de tiempo extra para el recreo durante el período del almuerzo. Una encuesta de superintendentes estatales de la educación llevada a cabo por la National Association of Elementary School Principals (Asociación Nacional de Directores de Escuelas Primarias, o NAESP) en 1989 halló que las escuelas en el 90% de los distritos escolares tenían al menos un período de recreo durante el día (Pellegrini, 1995).

En años recientes, muchas escuelas primarias han eliminado o han reducido significativamente los descansos para el recreo de los niños durante el día escolar. Esta tendencia ha suscitado un debate sobre el mantenimiento o el rechazo del recreo como una parte normal del programa diario de la escuela primaria. Este reportaje identifica las cuestiones principales que rodean este debate, resume alguna de la literatura relacionada con el tema del recreo, y guía al lector a recursos adicionales sobre el recreo.

La reducción de descansos para el recreo en las escuelas es una tendencia creciente en la educación primaria. Según indica un grupo de abogacía, "Casi el cuarenta por ciento de los 16.000 distritos escolares de la nación o ha modificado, ha quitado o está considerando quitar el recreo" (citado en NAECs/SDE, 2001, p. 1). "Distritos escolares en Atlanta, New York, Chicago, New Jersey, y Connecticut van optando por eliminar el recreo, aun hasta el punto de construir nuevas escuelas en sus distritos sin jardines de recreo" (Johnson, 1998, p. A1). Exigencias crecientes de subir las notas de exámenes y enseñar currículos más desafiantes se hallan entre los motivos mencionados por distritos escolares para eliminar el recreo. Algunas escuelas empiezan a implementar políticas de "no recreo" de acuerdo con la creencia que el recreo gasta tiempo que se emplearía mejor en actividades académicas (Johnson, 1998).

Además de la idea que la eliminación del recreo puede proveer tiempo adicional que los maestros pueden utilizar para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes, algunas escuelas han eliminado el recreo por motivos de responsabilidad civil. Les preocupan las heridas y los pleitos



legales que pueden resultar del juego al aire libre. Muchos administradores también se preocupan por el acceso de personas desconocidas a niños en las áreas de las escuelas y notan la escasez de maestros y voluntarios para vigilar el recreo (Svensen, 2000). Una conciencia creciente de la intimidación durante el recreo es otro factor causante que las escuelas consideran cuando disminuyen las oportunidades de los estudiantes de actividades no supervisadas (Svensen, 2000).

DQS is member of:



12. MARCO CONCEPTUAL

HISTORIA DEL FUTBOL DE SALÓN

La creación de este deporte se remonta a 1930 en Uruguay. La selección de Uruguay había ganado el Campeonato del Mundo y la medalla de oro en los Juegos Olímpicos, viviéndose por ello en el país una auténtica fanatización por el fútbol. Debido a la falta de campos libres en las calles de Montevideo, los niños comenzaron a jugar fútbol en campos de baloncesto. El fútbol de salón nació el 8 de septiembre de 1930 en Montevideo de la mano del profesor Juan Carlos Ceriani. Él, utilizando los salones de gimnasio de la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA), dibujó con tiza las porterías en la pared, para luego comenzar a utilizar las porterías de waterpolo. El Fútbol de Salón se basó en el balonmano, el baloncesto, e incluso el waterpolo, para redactar las primeras reglas de un nuevo deporte. Algunas de las que se adoptaron fueron: cinco jugadores en el campo (baloncesto), duración del partido de 40 minutos (baloncesto), un balón que rebotara poco, porterías pequeñas (balonmano), medidas del campo (balonmano) y reglamentación relacionada con los porteros (waterpolo). Inicialmente se le llamó "fútbol de salón" y causó sensación en Uruguay, pasando posteriormente al resto de Sudamérica para extenderse poco a poco por todo el mundo. En 1965, se creó la Confederación Sudamericana de Fútbol de Salón, primera organización internacional de este deporte. Ese año también se disputó el primer campeonato sudamericano de selecciones. La Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA), fue fundada en 1971 en São Paulo, Brasil. Esta organización realizó en 1982 el primer mundial del deporte y posteriormente otros seis más. La FIFUSA se mantuvo como organización independiente hasta su disolución en el año 2002. Hacia fines de 1985, y ante el crecimiento exponencial del fútbol sala y su mejora económica), Joseph Blatter, en esa época Secretario General de la FIFA, tomó la decisión junto al entonces Presidente de la FIFA Joao Havelange, de intentar incorporar el fútbol sala a la organización de la FIFA. Desde entonces co-existen dos entes rectores de este deporte: la FIFA y la FIFUSA (reemplazada luego por la AMF). En el 2000, problemas internos en la FIFUSA hicieron que sus federaciones y confederaciones miembros la abandonen para intentar la unificación con la FIFA, acuerdo que no prosperó.



Posteriormente decidieron formar la Universidad de Pamplona Pamplona - 2 de 38 Asociación Mundial de Futsal en el 2002, con sede central en Asunción, Paraguay, la nueva organización continuó con los mismos miembros, similares actividades, reglamentos y competencias que la FIFUSA. En los últimos años, la FIFA y la AMF han realizado esfuerzos y han puesto en marcha estrategias para que esta disciplina sea incluida en los Juegos Olímpicos. Pero fue la AMF la que a través de la Federación Colombiana de Fútbol de Salón ha logrado la inclusión del fútbol sala como deporte de exhibición en los próximos Juegos Mundiales de 2013 que se celebrarán en Colombia y que son avalados por el Comité Olímpico Internacional.

HISTORIA DEL FUTBOL DE SALÓN EN COLOMBIA

Al borde de los años 60, en el cono sur se difunde profusamente en Misiones, Corrientes y Formosa, y de esta manera se populariza en la Argentina en muy corto tiempo, sobre todo por los resonantes éxitos obtenidos por sus vecinos en enero de 1965, cuando Paraguay se corona campeón del primer suramericano celebrado en Asunción. De allí viaja a Portugal y se extiende por el continente del viejo mundo, mientras en América sigue su expansión veloz por todos los países, llegando a las fronteras colombianas en la misma década de los años 60, época en que el señor Santiago "Morocho" Morales, hace un intento por afianzarlo en nuestro suelo, pero que fracasa debido al empuje que presentaba otro deporte balón - pédico más pequeño llamado "banquitas". Sin embargo, poco tiempo después un personaje apodado "El Pantalónudo", amante del Fútbol y dedicado a él, toma por suyo el desarrollo del FUTSAL en Colombia, y hasta terminar el siglo, desde el año de 1966, cuando lo crea, le dedica su vida con tal de extenderlo por todo el país, hecho que logra al llegar a la Federación, la cual preside desde sus inicios, el 8 de Noviembre de 1974, fecha de creación de la Federación con un total de 26 ligas y 3 comité pro-liga, a pesar de los ataques de los futbolistas, quienes en todo Colombia tildaban a este deporte como el "antifútbol", llegando a decir, inclusive, que esta disciplina iba a acabar con el Fútbol. En 1967 el Instituto de los Seguros Sociales, en la ciudad de Bogotá, le da el impulso definitivo al Fustal, al organizar un evento con la participación de 597 equipos, récord inimaginado para la época, que



marcó además el comienzo ulterior del campeonato Interbarrios en Bogotá y que sirvió para que el 20 de agosto de 1973 se creara la primera liga de Colombia, como lo fue la de Bogotá. Con este despegue, hacia 1983 aparece también el primer Reglamento que se publicó en español con origen en algunos trabajos ya elaborados y de la traducción hecha del portugués por el Ingeniero Albano Ariza. El nacimiento de las ligas es rápido, y sirve para que apenas en el año de 1974 se funde la Federación Colombiana de Fútbol de Salón, que hoy en día cuenta con el reconocimiento de los entes del deporte correspondientes y figura en Los Juegos Deportivos Nacionales. Actualmente el Fútbol de Salón alcanza una gran madurez en sus aspectos de popularidad, afición, sistemas de juego y figuras deportivas. Termina el siglo con algunos intentos de semiprofesionalización, y se cree que en los comienzos del siglo XXI pueda haber equipos profesionales y torneos de esta categoría, hecho que no se ha podido dar debido a la recesión económica que afectó al país el fin de siglo. No obstante, el FUTSAL ha tenido enemigos en Colombia. Como consecuencia, hoy se presenta un movimiento en torno a la Federación de Fútbol, para acabar con el Fútbol de Salón que una vez atacaron, pero esta vez es para apropiárselo, reviviéndolo dentro de sus estatutos, con el nombre de Fútbol Sala, hecho contradictorio para quienes lo atacaron cuando se inició en Colombia, y una vez comprobado que podría tener éxito, ahora intentan ser sus amos, lamentablemente con el apoyo de estamentos que, a pesar de ver el robo, lo esconden en lo más mínimo de las normas, en lo más delgado de las leyes, como COLDEPORTES y el COC.

DQS is member of:



MEDIDAS DE LA CANCHA

El campo de juego es rectangular, con un largo **entre 38 y 42 metros** y un ancho entre 18 y 25 metros y cada portería está rodeada de un "área penal". Las porterías son de tres metros de ancho por dos de alto. Las vallas o porterías deberán situarse centradas respectivamente y longitudinalmente sobre las líneas de fondo. Los postes serán de madera, metálicos, o sintéticos, de sección cuadrada o circular de 8 cm de lado o diámetro respectivamente. Deberán estar pintados totalmente de blanco o franjas alternativos de 2 colores, que se distingan claramente del fondo del recinto. Sus medidas interiores entre los postes verticales, serán de 3m y de 2m entre el larguero horizontal y el suelo de la cancha. Estarán dotadas de redes de malla elástica que recojan el balón y la marcación del gol en cada portería

MEDIDAS DEL BALÓN

- Será esférico
- Será de cuero u otro material adecuado
- Tendrá una circunferencia no superior a 70 cm y no inferior a 68 cm
- Tendrá un peso no superior a 450 g y no inferior a 410 g al comienzo del partido
- Tendrá una presión equivalente a 0,6 – 1,1 atmósferas (600 – 1100 g/cm²) al nivel del mar.

REGLAMENTO DEL FUTBOL DE SALON

REGLA 1: EL TERRENO DE JUEGO

1. La superficie de juego se marcará con líneas; dichas líneas pertenecerán a las zonas que demarcan.
2. Las dos líneas de marcación más largas se denominarán líneas laterales y las dos más cortas, líneas de meta. Todas las líneas tendrán un ancho de 8 cm.
3. La superficie estará dividida en dos mitades por una línea media, denominada línea de medio campo.
4. El centro de la superficie estará indicado con un punto de 10 cm. De diámetro situado en el centro de la línea de medio campo, alrededor del cual se trazará un círculo con un radio de 3 mt.
5. La superficie de juego tendrá a su alrededor 1m. Libre de obstáculos.

Área penal.

El área penal, situada a ambos extremos del campo de juego, se demarcará de la siguiente manera: Se trazará dos líneas imaginarias de 6 metros de longitud desde el exterior de cada poste de meta y perpendiculares a la línea de meta; al final de estas líneas se trazará un cuadrante en dirección al lateral más cercano que tendrá un radio de 6 mt, cada uno, desde el exterior del poste.

La parte superior de cada cuadrante se unirá mediante una línea de 3 mt y 16 cm. De longitud, paralela a la línea de meta entre los postes.

Punto penal.

Se dibujará un punto de 10 cm. De diámetro a 6 mt. De distancia del punto medio de la línea entre los postes y equidistante de éstos.

Segundo punto penal

Se dibujará un segundo punto de 10 cm. De diámetro a 9 mt. De distancia del punto medio de la línea entre los postes y equidistante de éstos. La zona de sustituciones.

Es la zona en la línea lateral ubicada frente (lados) a los bancos de los equipos que los jugadores utilizarán para entrar al y salir del campo de juego. La misma tendrá 3 mt. De largo y estará delimitada en cada extremo por dos líneas perpendiculares de 80 cm. de largo (40 cm al interior y 40 cm. al exterior) y 8 cm. de ancho.

El área situada frente (lados) a la mesa del cronometrador, 3 mt. A cada lado de la línea del medio campo, permanecerá libre.

Las metas.

Serán colocadas en el centro de cada línea de meta. Consistirán en dos postes verticales, de madera o metal, cuadrados o redondos, equidistantes de las esquinas y unidos en la parte superior por un travesaño similar horizontal. La distancia (medida interior) entre los postes será de 3 mts. Y la distancia del borde inferior del travesaño al suelo será de 2 mts. Los postes y el travesaño tendrán el mismo ancho y espesor: 8 cms. Las redes que deberán ser de cáñamo, yute o nailon se engancharán en la parte posterior de los postes y el travesaño, y la parte inferior estará sujeta a tubos encorvados o a cualquier otro soporte adecuado. La profundidad de la meta, del lado interno de ambos postes hacia el exterior de la superficie de juego, será de al menos 80 cms. En su parte superior y de 100 cms. a nivel del suelo. Seguridad. Se podrá utilizar metas portátiles, pero éstas no deberán fijarse firmemente en el suelo.

REGLA 2: EL BALÓN.

El balón.

1. Será esférico.
2. Será de cuero u otro material adecuado.
3. Para las categorías mayores (masculinas y femeninas) tendrá una circunferencia mínima de 58 cms. y máxima de 62 cms. y un peso comprendido entre 440 g y 450 grs.
4. Para las categorías de 12 a 16 años (masculinas y femeninas) tendrá una circunferencia mínima de 55 cms. y un máximo de 58 cms. y un peso comprendido entre 400 grs y 430 grs.
5. Para las categorías menores de 12 años tendrá una circunferencia mínima de 53 cms. y un máximo de 55 cms. y un peso comprendido entre 320 grs. Y 350 grs.
6. Tendrá la siguiente condición aerodinámica: al soltarse desde una altura de 2 mts, el primer rebote no deberá exceder de los 35 cms. y el segundo de los 15 cms.
7. Tendrá una calibración de 9 libras. Si el balón se dañara durante un juego, éste se interrumpirá reanudándose posteriormente a través de balón a tierra con un nuevo balón y en el lugar donde el primero se dañó. (Salvo dentro del área). Si el balón se dañara en un momento en el que el mismo no está en juego (saque inicial, saque de meta, saque de esquina, tiro libre, tiro penal o saque de banda) el juego se reanudará con un nuevo balón, conforme a estas Reglas. El balón no podrá reemplazarse durante el partido sin la autorización del árbitro. Antes del inicio del juego, se deberá presentar al árbitro, 2 (dos) balones en condiciones reglamentarias (Un balón por equipo). Publicado por REGLAS DE JUEGO FUTSALON AMF

REGLA 3: NÚMERO DE JUGADORES.

1. Cada equipo se compondrá de cinco jugadores en el campo de juego, incluyendo al portero y uno de ellos ejercerá la función de capitán.
2. Al capitán le corresponderá las siguientes funciones:
 - Representará a su equipo, siendo responsable de la conducta de sus jugadores antes, durante y después del encuentro.
 - Firmará el acta al comienzo del juego, garantizando que todos los inscriptos estén presentes en el campo.
 - Será la única persona en dirigirse a los Árbitros para recibir información esencial, siempre en términos corteses.
 - Será la única persona que podrá avisar al anotador y/o cronometrador las sustituciones de jugadores o cambio de posición del portero, cuando el Director Técnico y sus sustitutos hayan sido expulsados.
 - Estará identificado con un brazalete bien visible en uno de sus brazos, debiendo nominar igualmente al capitán que le sustituirá en el campo de juego en caso de ser reemplazado.
3. No se podrá iniciar un juego sin que los equipos presenten un mínimo de cuatro jugadores, tampoco proseguirá el mismo si alguno de ellos quedara reducido a menos de esa cantidad, en cuyo caso el Árbitro dará por finalizado el juego.
4. Cada equipo podrá inscribir un máximo de 12 (doce) jugadores en el acta de juego, de los cuales cinco comenzarán y los restantes permanecerán sentados en el banco de suplentes junto a los integrantes del cuerpo técnico debidamente autorizados e identificados.



DE LOS ÁRBITROS, ANOTADOR Y/O CRONOMETRADOR.

1. En cada juego, la indumentaria utilizada por los árbitros deberá ser uniforme, teniendo en consideración las siguientes características: camisetas mangas cortas o largas de un determinado color, con cuello y puños de color diferente; pantalones largos blancos, cinturón blanco, medias y zapatillas blancas. Las Asociaciones Nacionales podrán determinar diseños especiales para competiciones a nivel Nacional e Internacional, autorizados por la AMF.
2. Las camisetas del anotador y/o cronometrador deberán ser de color gris o, excepcionalmente, de color similar al de los Árbitros conservando el resto del uniforme y calzado de color blanco.
3. Cuando algún equipo utilice camisetas que puedan confundirse con el color del uniforme de los Árbitros, éstos deberán cambiarlo, pudiendo ser similar al del anotador y/o cronometrador conservando el resto del uniforme.
4. Los Árbitros llevarán en el pecho, en el lado izquierdo de la camiseta, el escudo de la entidad a la que pertenecen. Los Árbitros de las Asociaciones Continentales o de la AMF utilizarán el escudo respectivo de estas instituciones.
5. En temporadas de invierno o verano o en zonas de climas extremos, se permitirá a los Árbitros, al anotador y/o cronometrador, utilizar uniformes acordes con la temperatura conservando las características básicas de su diseño original.

REGLA 5: SUSTITUCIONES DE JUGADORES.

1. Cada equipo podrá efectuar cambios y sustituciones de jugadores en número ilimitado estando el juego interrumpido, previo aviso al anotador, sin mediar ninguna otra acción o demora por este hecho.
2. El jugador sustituido podrá volver al campo de juego mediante una posterior sustitución.
3. El jugador expulsado durante el juego podrá ser sustituido y no deberá permanecer en el banco.
4. El cambio de posición entre el portero y otro jugador de campo, no se considerará como sustitución. El hecho deberá realizarse cuando el balón no esté en juego y deberá ser autorizado por el Árbitro.
5. No se permitirá el cambio posicional o sustitución del portero en caso de incurrir en tiro penal, salvo caso de lesión grave verificada por el Árbitro y comprobada por un médico. (Esta norma no aplica para el doble penal).
6. El jugador sustituto deberá informar previamente al anotador y aguardar la detención del juego para efectuar la sustitución; no podrá ingresar al campo de juego antes de que el jugador sustituido haya salido completamente de éste.
7. En el caso de jugadores lesionados, el tiempo máximo a utilizarse será de 15 (quince) segundos; excedido el mismo o atendido el jugador, el Árbitro ordenará la sustitución obligatoria del mismo.
8. La sustitución de jugadores se realizará únicamente cuando el juego esté detenido, debiéndose entrar y salir por la zona de cambio señalada, con excepción de jugadores sustituidos por lesión.
9. Si el jugador sustituido es el capitán, le corresponderá a éste designar un nuevo capitán, informando al Árbitro y al anotador; deberá ceder el brazalete identificatorio al nuevo responsable de esta función en el campo de juego.

10. Conforme a la Regla 3, en el banco de cada equipo destinado a los suplentes y al cuerpo técnico, sólo podrá permanecer un máximo de siete jugadores en condiciones de participar en el juego, y nunca, más de cinco integrantes del cuerpo técnico acreditados e identificados debidamente. (Técnico, ayudante técnico, preparador físico-kinesiólogo, médico y delegado oficial).

11. Considerando que las funciones de los Árbitros comenzarán desde el momento de su entrada al recinto deportivo, éstos tendrán facultad y autoridad para advertir a cualquier jugador o técnico que adoptan actitudes indecorosas, o incluso de amonestarlos según la naturaleza de la infracción cometida. Un jugador o técnico expulsado antes del inicio del juego podrá ser sustituido.

REGLA 6: EL JUEGO.

1. Tendrá una duración de 40 (cuarenta) minutos cronometrados de juego efectivo, dividido en 2 (dos) periodos iguales de 20 (veinte) minutos con un descanso de 10 (diez) minutos entre ambos. Estos tiempos de juegos y descanso regirán para las siguientes categorías: juvenil, mayor, seniors y femenino (mayor de 16 años). En las categorías menores de 16 años de edad en ambos sexos, la duración total será de 30 (treinta) minutos cronometrados, dividido en 2 (dos) periodos de 15 (quince) minutos cada uno, con el mismo tiempo de descanso entre ambos: diez (10) minutos.

2. La duración de cualquiera de ambos periodos será prorrogada para permitir la ejecución de un tiro penal o doble penal sin posibilidad de remate, posterior al ser efectuado el tiro por el ejecutor.

3. Los pedidos de tiempos serán concedidos en este orden de prioridad: - Al delegado oficial o al técnico, quien podrá solicitarlos al anotador. - Al capitán, quien los solicitará al Árbitro.

4. Los equipos tendrán derecho a solicitar 1 (un) minuto de tiempo muerto en cada uno de los períodos, respetando las siguientes disposiciones: - los técnicos de los equipos estarán autorizados a solicitar 1 (un) minuto de tiempo muerto al anotador.

- El anotador concederá el tiempo muerto cuando el balón esté fuera del juego, utilizando un silbato o una señal acústica diferente de la usada por los árbitros.

5. La facultad del técnico de dar instrucciones a sus jugadores no le permitirá entrar al campo de juego, aunque los jugadores podrán salir del mismo para recibirlas, tan sólo durante el minuto de tiempo concedido y en la zona de su banco respectivo.

6. Si un equipo no solicitara el tiempo muerto que le corresponde en el primer período, seguirá disfrutando únicamente del (un) minuto de tiempo muerto en el segundo período.

7. A los efectos de solicitud de tiempo muerto en el caso de disputarse prórroga o tiempo extra de juego, éste será considerado como continuación del segundo período reglamentario del partido.

8. Estará permitido al técnico hablar y dirigir a sus jugadores durante el juego sentado o levantándose ocasionalmente, sin permanecer constantemente de pie, siempre que lo haga de modo discreto y sin perturbar el desarrollo del juego. En esta actuación no podrá rebasar la zona delimitada ni llegar a interferir o molestar las funciones de los Árbitros, anotador y/o cronometrador.

9. El técnico expulsado podrá ser sustituido por otro integrante del cuerpo técnico del mismo equipo, quien deberá estar debidamente acreditado (ayudante técnico o preparador físico).

10. A los jugadores del equipo que quedará sin técnico por cualquier causa, en ocasión de pedido de tiempo muerto, les será permitido acceder al banco para recibir instrucciones únicamente de su capitán de equipo.

11. En caso de exceder el tiempo reglamentario de sustituciones y haber agotado el tiempo muerto permitido, se sancionará disciplinariamente al/los causantes/s de la demora.

12. Cada equipo podrá disponer hasta 15 segundos la posesión del balón para traspasar la línea central del campo, si antes no fuera tocado por algún jugador del equipo adversario.

DESCUENTOS DE TIEMPO POR ACCIDENTES.

1. Los tiempos de detención del juego serán descontados mediante paralización del cronómetro en ocasión de: advertencias o medidas disciplinarias a jugadores y técnicos, tiempo muerto para instrucciones o del propio árbitro, accidentes, lesiones o cualquier otra paralización del juego siempre determinada por el árbitro.

2. Si durante el juego se produjera accidente o lesión de un jugador, los Árbitros continuarán hasta que la jugada concluya. En caso de paralización del juego por gravedad del o los lesionados para prestar asistencia médica, el juego se reanudará con balón a tierra.

3. En caso de lesión de un jugador no se permitirá la atención prolongada en el campo de juego, disponiéndose de 15 (quince) segundos para retirar al lesionado, efectuar la sustitución o reincorporación de inmediato del mismo. Se exceptuará la lesión del portero mereciendo atención especial, limitándose ésta hasta 1 (un) minuto de tiempo neutralizado por decisión del Árbitro.

4. Los Árbitros tendrán la facultad de solicitar tiempo muerto cuantas veces sea preciso, pero sólo deberán decidirse justificadamente estando el balón y el juego detenidos por acciones comunes del mismo.

5. Si se presentara simulación de lesión o cualquier tentativa de retraso premeditado para ganar tiempo, los Árbitros continuarán el juego sancionando disciplinariamente al o a los infractor o infractores.

6. El juego no deberá ser detenido para recomponer la vestimenta de los jugadores, esto se efectuará fuera del campo de juego, o en el momento de estar paralizado el mismo por acciones comunes.

REGLA 7: EL INICIO Y LA REANUDACIÓN DEL JUEGO

1. Antes de iniciarse el partido, el Árbitro realizará un sorteo, mediante lanzamiento de moneda al aire entre los capitanes, para decidir el equipo que elegirá un lado del campo y el que efectuará el saque inicial para comenzar el juego.
2. El juego será iniciado, mediante la orden del árbitro, por un jugador del equipo determinado por sorteo, quien pondrá en movimiento el balón hacia el campo opuesto haciendo un pase a uno de sus compañeros.
3. Al comienzo del juego cada equipo ocupará su medio campo; los jugadores del equipo adversario al que efectúa el saque inicial, deberán encontrarse por lo menos a 3 mts. Del balón, hasta que éste haya sido puesto en juego o, recorrido una distancia igual a la longitud de su circunferencia.
4. El jugador que ejecutara el saque inicial no podrá adelantarse al balón ni reiterar su contacto hasta que éste haya sido tocado por otro jugador. La infracción (el no cumplimiento) a esta norma determinará la repetición del saque inicial y la sanción disciplinaria correspondiente al jugador.
5. Después de conseguir un gol, el juego se reanudará, en forma idéntica, por un jugador del equipo adversario.
6. Tras el descanso intermedio reglamentario los equipos mantendrán sus respectivos bancos de suplentes en su zona de ataque y el saque corresponderá al equipo adversario al que inició el juego.
7. En caso de alargue se procederá de la misma manera que al inicio de un juego realizándose un nuevo sorteo.
8. Tras cualquier interrupción del juego, estando el balón dentro del campo, por motivos excepcionales no citados en estas reglas, el Árbitro ordenará la reanudación del juego mediante balón a tierra en el punto en el que se encontraba el balón al interrumpirse la jugada. (Excepto dentro el área), Ningún jugador podrá situarse a menos de 1 m. del punto de contacto del balón

con el suelo. Si estas disposiciones no se cumpliesen el Árbitro repetirá la acción.

9. El balón estará fuera de juego si: - Traspasa completamente una línea lateral o de meta, ya sea por tierra o por aire. - El juego se detiene por orden del árbitro. - Golpea el techo.

10. El balón estará en juego en todo otro momento, incluso si: - Rebota en los postes o el travesaño y permanece en el campo de juego. - Rebota en cualquiera de los árbitros situados dentro del campo de juego. Decisión. Si el juego se desarrolla en superficies techadas y el balón lanzado por un jugador golpea accidentalmente el techo o cualquier obstáculo que esté dentro del campo, éste se reanuda con un lanzamiento lateral que será ejecutado por un jugador del equipo adversario en el punto más cercano a la línea lateral, donde ocurrió el hecho.

11. Las informaciones sobre el tiempo restante de juego para el término de cualquiera de los periodos deberán ser solicitadas al cronometrador por el delegado oficial o técnico de cada equipo, únicamente, en el momento en que el balón no esté en juego. En caso de ausencia del cuerpo técnico, lo realizará el capitán a los Árbitros en las mismas circunstancias reglamentarias.

CONCEPTUALIZACIÓN

Fundamentos Técnicos Del Fútbol De Salón

Mentalidad táctica: es la capacidad que debe poseer el jugador de fútbol sala, para analizar con rapidez las acciones del juego durante un encuentro. De esta manera podrá asumir la responsabilidad de realizar gestos técnicos tanto cuando tiene el control del balón, como cuando no lo tiene, lo tenga o no su propio equipo.

Técnica individual: es aquella que está relacionada con todos los gestos técnicos que puede aprender, desarrollar y perfeccionar de forma individual un jugador para su puesta en práctica.

Técnica colectiva: Son las acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando siempre el beneficio del conjunto mediante una eficaz finalización de la jugada. Para ello, es necesario un entendimiento entre los miembros del equipo desde la técnica individual propia de cada uno. Si el ámbito individual funciona bien en unos, pero no en otros compañeros, estaremos dotando al juego de acciones inconexas y discontinuas faltas de sentido y coherencia. Una 'Estrategia' es un conjunto de acciones planificadas sistemáticamente en el tiempo que se llevan a cabo para lograr un determinado fin o misión.

El Control: Como su propia palabra indica, es hacerse con el balón, dominarlo y dejarlo en posición y debidas condiciones para ser jugado inmediatamente con una acción posterior.

Parada: es el control que inmoviliza totalmente un balón raso o alto, sirviéndonos generalmente de la planta del pie. Dada la lentitud que imprime esta acción al juego, se encuentra prácticamente desterrada del mismo, salvo raras excepciones.

Semi-parada: es una acción en donde el balón no se inmoviliza totalmente realizándose con cualquier superficie de contacto del pie: interior, exterior, empeine, planta, etc., del pecho y de la cabeza.

La Conducción: Es la técnica que realiza el jugador al controlar y manejar el balón en su rodar por el terreno de juego. Mediante la conducción, se progresa con el balón en los pies de un lado a otro de terreno del jugo. Una buena ejecución técnica permite conducir el esférico sin mermar la velocidad de desplazamiento, y además tener un buen campo visual para poder adoptar la mejor solución posible y, en cualquier momento, pasar, chutar, o driblar.

La Finta: Ciertos movimientos o acciones realizadas por el jugador con el propósito de engañar, confundir, o distraer al adversario de la verdadera acción que se pretende hacer. Como premisa fundamental, debe existir engaño (finta), pero con la facultad y finalidad de decidir la posesión del balón, estando con la pelota o sin ella.

El regate: Se utiliza para superar a uno o varios adversarios sin perder el dominio del balón. Se puede realizar sin finta previa, con un cambio de ritmo brusco, para desequilibrar al defensor y sortearlo sin que tenga tiempo para reaccionar, o bien, con finta previa, en el que el jugador que está en posesión del balón realiza el regate en función de la reacción que previamente tiene en la defensa.

El tiro: Es un golpeo que se hace con el pie al balón con la finalidad de meter gol. Se puede tirar de diferentes formas; Punta: Se usa para chutar con la máxima potencia o para hacer vaselinas. Interior: Se usa para ajustar más el balón al lugar que quieres que vaya, así el tiro no irá tan rápido que cuando chutas de punta. Empeine: Se realiza con la parte anterior del pie. Tacón: Se usa para sorprender al portero. Se debe de tirar a distancias próximas, porque si tiras de una distancia lejana no llegas.

La Entrada: Es la acción físico-técnica defensiva que tiene por objeto ir al encuentro del jugador oponente que está en posesión del balón, con el fin de interceptar e impedir de este modo que progrese en el terreno o bien sea dueño del juego. La premisa fundamental para que realicemos la entrada es que el balón lo tiene que tener el contrario, pudiendo realizar dicha acción con relación al poseedor: de frente y lateral. Las acciones deben ser realizadas, fundamentalmente, cuando el poseedor del balón pierde por un momento su

control. En las acciones laterales, el jugador suele tirarse al suelo deslizándose, como último recurso, para conseguir la interceptación.

El Pase: Se puede decir que es la acción de entregar el balón a otro jugador, con la mayor precisión posible. Pueden ser cortos, medios o largos, en función de la distancia. Según su trayectoria, serán ascendentes, descendentes, parabólicos, o al ras de suelo y según su dirección: en profundidad, lateral, retrasados y en diagonal. Por lo tanto, se pueden diferenciar diferentes tipos de pases como son: El pase entre líneas que consiste en colocar con suavidad y precisión un servicio entre dos o más adversarios. Puede ser también denominado pase filtrado. Pase al espacio. Consiste en entregar el servicio de acuerdo a la predicción del movimiento del receptor, es decir que el futbolista que va a recibir el pase se mueve sin balón a un espacio vacío y el emisor solo lo tiene que entregar ahí. Pase-asistencia que es cuando el jugador se enfila para marcar el gol y prefiere pasar a un compañero mejor colocado, pero mientras tanto él ya logró la desatención del rival. No hay que olvidar que también se pueden diferenciar: pases altos, a media altura o rasos. Y se pueden realizar los pases con el empeine, el talón, la punta o la parte interna del pie.

La Recepción: Es una acción muy utilizada durante un partido, con el objetivo de recibir el balón, controlarlo y ponerlo a su servicio para desarrollar en buenas condiciones una acción posterior. La recepción en parada es aquella en la que se consigue controlar totalmente el balón en los pies, perdiendo el componente de velocidad, pero aumentando la precisión en el manejo posterior del esférico. La recepción en semiparada, se utiliza para conseguir que el balón pierda parte de su valor inicial. La recepción de amortiguamiento se utiliza para controlar balones aéreos, con trayectoria descendente, y se produce una amortiguación de la aceleración con el que se llega la pelota. **SALIDA RAPIDA:** son movimientos de ataques por los laterales o por el centro realizados por un pase sorpresa o por lanzamientos realizados por el portero o por lanzamientos realizados luego de controlar el balón

ROTACION: Intercambio de posición de los jugadores, de un equipo con el fin de engañar al adversario y profundizar hacia portería.

GIROS: movimiento de vital importancia en fútbol sala, se usa esto para recibir después de un pase en movimiento

JUGADOR LATERAL: su función es marcar a los laterales, cerrar espacios por dentro o por fuera, y proveer cualquier balón que entre en su posición.

APOYO: acción que realiza un jugador con el fin de facilitar la acción del compañero que está en posesión de balón

BALANCE: defensivo es el movimiento que realiza un jugador cuando no participa directamente de una maniobra ofensiva estableciendo siempre el movimiento defensivo.

JUGADOR LIBERO: También "libre". Jugador de características fundamentalmente defensivas que, libre de realizar marcajes concretos, se ocupa de cubrir los huecos dejados por otras defensas y de intentar finalizar la jugada del rival cuando desborda a sus compañeros. Además, el libre suele ser el encargado de organizar los contraataques de su equipo y de ser la primera salida del balón en los ataques estáticos desde la propia portería. EL

JUGADOR PIVOT es el jugador más próximo a la portería contraria para meter gol lo que sería en fútbol 11 el delantero. El pívot normalmente suele ser el jugador más grande del equipo porque el pívot se caracteriza por su juego de espaldas para que le lleguen ayudas para intentar marcar gol y predomina su juego rematador y finalizador.

SISTEMAS: táctica y estrategia que utiliza un equipo de manera habitual y que le confiere un carácter de juego determinado.

TACTICA: Es la ejecución de una o varias acciones técnicas individuales o colectivas para responder una situación o problema que presente durante un juego

JUEGOS TACTICOS MENORES: son gran aporte para desarrollar y visualizar de nuestros jugadores, después de previamente tener un dominio motriz y un



buen acondicionamiento físico y técnico para poder acceder al avance académico dentro del microfútbol.

SUPERFICIES DE CONTROL: partes anatómicas que con mayor frecuencia y de manera normal se usa en el manejo de balón

AMORTIGUAR: acción inversa al golpe pues si en este se da velocidad al balón con determina superficie de contacto en el amortiguamiento se reduce la movilidad mediante el retroceso de la parte de cuerpo a plantar.

CONDUCCION: consiste en desplazarse por toda la cancha con el balón

ZONA CON PRESION AL BALON: marcación que se realiza encimado al jugador que tiene el balón mientras que los compañeros se encargan de cubrir los demás sectores del campo

HOMBRE A HOMBRE CON PRESION AL BALON: marcación que se realiza en jugadores de alto nivel de técnica y táctica, se puede realizar en 3 cuartos y media cancha, pero presionando el balón y referenciando cada uno de los jugadores contrarios.

HOMBRE a HOMBRE TOTAL: marcación rígida y específica y se realiza por todo el campo los cambios de marca se dan cuando un compañero es driblado y hay que tomar su marca.

ABERTURA maniobra ofensiva del equipo atacante con el fin de abrir espacios para realizar un pase que nos lleve a un buen desenvolvimiento.

DESENVOLVIMIENTO fase entre la apertura y conducción dándose pasamientos defensivos buscándose crear espacios ubicando al jugador indicado en ellos para la conclusión

CONTRAATAQUE situación en la que el equipo que estaba a la defensiva recupera el balón y con rapidez aprovecha la posible descompensación del equipo que está atacando y pierde el balón



LINEA DEL BALON: es estar siempre detrás de la línea imaginaria que divide la cancha cuando el balón es defensivo con un equipo y el contrario realiza la defensiva.

MOVIMIENTO DEFENSIVO: es aquel previamente diseñado y estudiando y trabajado para contrarrestar la propuesta defensiva del contrario de una forma ordenada.

DQS is member of:



13. MARCO TEÓRICO

Un descanso de 15 minutos o más en el día escolar puede jugar un papel en la mejoría del aprendizaje, el desarrollo social y la salud de los niños en la escuela primaria", dice el estudio, que fue publicado en la revista Pediatrics.

Para llegar a esa conclusión, la investigadora principal, Romina Barros, analizó a 11.000 niños de 8 y 9 años de tercer grado en E.U. Los dividió en dos categorías: los que no tenían ningún recreo o menos de 15 minutos de receso escolar al día y los que tenían más de ese tiempo de descanso entre las clases.

Además, midió la frecuencia y duración de los recesos (para los que sí tenían), así como las relaciones de los hijos con sus padres y la escuela. Posteriormente, a través de cuestionarios con los profesores, evaluó el comportamiento de los niños.

Cada vez, menos tiempo

Sobre el tema, la Academia Americana de Pediatría asegura que el tiempo libre permite a los niños desarrollar sus relaciones emocionales en las distintas etapas de la vida, los ayuda a estar sanos y les baja los niveles de estrés.

A pesar de esas consideraciones, la investigación advierte que cada vez los niños tienen menos tiempo libre.

En el caso de E.U., por ejemplo, desde el 2001, y a partir de una ley llamada No Child Left Behind (Ningún niño se quedará atrás), se les quitó este tiempo a los estudiantes. "Muchas escuelas respondieron a la norma reduciendo el tiempo de receso, las artes creativas y la educación física en un esfuerzo por centrarse en la lectura y las matemáticas", dijo Barros.

En ese país, al menos el 83 por ciento de los niños en las escuelas tiene recreo, pero el número de descansos por día y la duración de estos han ido bajando.

Incluso, según la institución, desde la década del 70 hasta ahora, los niños han perdido al menos 12 horas por semana de tiempo libre.

En el caso de Colombia no existe una reglamentación para los recreos sino que cada colegio decide cuántos recesos hace y con qué duración.

Sin embargo, en promedio, las instituciones del país tienen dos recreos escolares de media hora cada uno, durante una jornada de ocho horas.

Por falta de espacio en algunos planteles o para evitar accidentes o malos tratos de los estudiantes mayores, es común en el país que se hagan por turnos: los niños de preescolar salen a una hora y los de primarios 15 minutos después, por ejemplo. También es común que los profesores usen este tiempo para realizar actividades dirigidas como partidos de fútbol y desarrollar habilidades deportivas.

"El recreo es un espacio que debería considerarse parte del currículo. Sirve para hacer evaluaciones en contexto porque nos permite ver cómo los niños socializan de una forma natural sin estar bajo la presencia de los maestros", dice Víctor Vergara, director de la Asociación Nacional de Preescolar.

Los estudiantes más pobres, los que tienen menos descanso

"Comparados con los niños que sí tienen periodos de descanso en su jornada educativa, se establece que los escolares que no gozan de este tiempo o a quienes solo se les da un corto tiempo de descanso son especialmente de la raza negra, provenientes de familias de escasos recursos económicos y bajo nivel educativo, que asisten a escuelas públicas", dice el Colegio de Medicina Albert Einstein.

Según el estudio, es necesario hacer un mayor esfuerzo con estos estudiantes, pues para ellos el recreo escolar puede ser su "única oportunidad de practicar sus habilidades sociales con otros niños".

La investigación finalmente llama la atención de los gobiernos para que den importancia al recreo dentro del sistema educativo. Y sugiere que si las escuelas no tienen suficiente espacio para que los niños disfruten de actividades al aire libre, al menos deben dejarlos descansar dentro de las mismas escuelas.

El Recreo mejora el aprendizaje y las relaciones emocionales de los niños, además reduce el estrés

Dice estudio del Colegio de Medicina Albert Einstein de E.U.

Los descansos en el colegio pueden ayudar a los niños y jóvenes a mejorar sus habilidades de socialización, dicen los expertos.

Así lo confirmó un estudio del Colegio de Medicina Albert Einstein de la Universidad Yeshiva, en Nueva York, según el cual a mayor tiempo de recreo, mejor se comportan los niños y logran aprender más.

La característica más obvia del recreo es que constituye un descanso en la rutina diaria. Para las personas de todas las edades y especialidades, los descansos se dan por esenciales para sentirse satisfecho y alerta. La investigación experimental sobre la memoria y la atención (p. ej. Toppino, Kasserman y Mracek, 1991) halló que cuando se aprende en periodos separados, la capacidad de recordar mejora, más que cuando se presenta toda la información en un solo periodo. Los hallazgos son compatibles con lo sabido sobre el funcionamiento cerebral: esto es, que la atención requiere la novedad periódica, que el cerebro precisa de periodos de descanso para reciclar químicos esenciales para la formación de memorias de largo plazo y que la atención sigue patrones cíclicos de 90 a 110 minutos durante el día (Jensen, 1998).

EL RECREO Y EL DESARROLLO SOCIAL

El recreo podría ser la única oportunidad que tienen algunos niños para participar en interacciones sociales con otros niños. En muchos salones de clase se permite muy poca interacción. Además, los niños cuyas madres trabajan, que se cierran con llave en la casa después de la escuela con la tele y los juegos de computadora como compañeros, muchas veces no tienen interacciones con otros niños después de la escuela. Muchas actividades de los niños durante el recreo, abarcando la transmisión de la cultura folclórica (Bishop y Curtis, 2001), la toma de decisiones y el desarrollo de las reglas para el juego, implican el desarrollo de habilidades sociales. Según unas observaciones durante el recreo de una escuela primaria (Jarrett et al., 2001), los niños organizan sus propios juegos, escogiendo las reglas y determinando cual equipo va primero o quien será "eso". Los juegos pueden llevarse a cabo tanto en el salón de clase como en el patio de recreo; sin embargo, según indican Hartup y Laursen (1993), los juegos dentro del salón de clase generalmente se hacen en una "situación cerrada" donde los niños no pueden retirarse del juego. El recreo les ofrece una "situación" mas "abierto" donde los niños son libres para abandonar el juego. En situaciones abiertas, los niños tienen que aprender a resolver los conflictos para seguir adelante con el juego,

lo cual resulta en bajos niveles de agresión en el patio de recreo. Ya que el recreo es uno de los pocos momentos durante el día escolar cuando los niños pueden relacionarse libremente con los compañeros, es un tiempo valioso cuando los adultos pueden observar los comportamientos sociales de los niños, sus tendencias a pelear, además de sus comportamientos pro sociales y de liderazgo (Hartle et al., 1994). La observación de las maneras en que sus estudiantes interactúan socialmente puede ayudar a los maestros y a otras personas responsables durante el recreo a intervenir en las situaciones de agresión o aislamiento social. Se han desarrollado programas exitosos de intervención para enseñar inclusión y deportividad (Gallegos, 1998). Otros programas de intervención se han valido de los niños como líderes en el recreo (Calo e Ingram, 1994), directores de resolución de conflictos (Evans y Eversole, 1992) o como compañeros de juego para ayudar a estudiantes individuales a controlar sus propios comportamientos (Nelson, Smith y Colvin, 1995). Hay cierta evidencia que las intervenciones en el recreo tienen un efecto general de mejoramiento del comportamiento en otras situaciones (Nelson, Smith y Colbyn 1995)

EL RECREO Y LA SALUD INFANTIL

La inactividad física representa una amenaza a la salud tanto para los niños como para los adultos. La inactividad, según la investigación citada en Waite-Stupiansky y Findlay (2001), se asocia con la multiplicación por tres de la obesidad infantil desde 1970, acompañada por aumentos en problemas de salud como la presión sanguínea elevada y altos niveles de colesterol. ¿Hasta qué grado son activos los niños durante el recreo? Kraft (1989) halló que los niños de la escuela primaria participaban en actividad física durante el 59% del tiempo del recreo, el 21% en actividad física vigorosa--un poco más del 15% que ocurría en las clases de educación física (physical education o PE). Investigaciones más recientes citadas en Pellegrini y Smith (1998) revelan tendencias parecidas. Aunque no todos los niños están activos durante el recreo, la tendencia de los niños a escoger actividad física en el patio de recreo cuando más la necesitan, se refleja en altos niveles de actividad en el patio de recreo después que el recreo fue retrasado (Pellegrini y Davis, 1993; Pellegrini, Huberty y Jones, 1995); en mayores niveles de actividad en niños que suelen estar distraídos en el salón de clase (Pellegrini y Smith, 1993) y en altos niveles de actividad inicial, que disminuyen después de los primeros 6-7 minutos en el



patio de recreo (Pellegrini y Davis, 1993). Si los niños no tienen la oportunidad de estar activos durante el día escolar, no suelen compensar la falta después que este termina. La investigación experimental halló que los niños estaban menos activos después de la escuela en los días en que no participaron en el recreo ni en las clases de PE durante la escuela (Dale, Corbin y Dale, 2000). Puede PE servir como sustituto para el recreo? La National Association for Sport and Physical Education (Asociación Nacional de Deporte y Educación Física) dice que "No". En su declaración recomienda las clases de PE y el recreo: PE aporta un "programa instructivo secuencial" relacionado a la actividad y el logro físicos y el recreo aporta un tiempo para el juego no estructurado en que los niños "tienen opciones, desarrollan las reglas para jugar...y practican o utilizan las habilidades desarrolladas en educación física" (Council for Physical Education and Children, 2001)

DQS is member of:



14. MARCO REFERENCIAL

FUNDAMENTOS TEORICOS

El objeto de estudio de la Pedagogía es la educación, tomada ésta en el sentido general que le han atribuido diversas legislaciones internacionales, como lo referido en documentos de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura (UNESCO), la Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI) y los propios de cada país (como las leyes generales o nacionales sobre educación). También es posible encontrar la palabra formación como objeto de estudio de la Pedagogía, siendo educación y formación vocablos sinónimos en tal contexto (existe un debate que indica que son términos diferentes). La Pedagogía estudia a la educación como fenómeno complejo y multirreferencial, lo que indica que existen conocimientos provenientes de otras ciencias y disciplinas que le pueden ayudar a comprender lo que es la educación; ejemplos de ello son la Historia, la Sociología, la Psicología y la Política, entre otras. «La Pedagogía comprende un conjunto de proposiciones teóricas y metodológicas, enfoques, estrategias y técnicas que se articulan en torno al proceso educativo, formal e informal, con la intención de comprenderlo e incidir efectiva y propositivamente sobre él. Es la Pedagogía la Ciencia de la Educación».1 En este contexto, la educación tiene como propósito incorporar a los sujetos a una sociedad determinada que posee pautas culturales propias y características; es decir, la educación es una acción que lleva implícita la intencionalidad del mejoramiento social progresivo que permita que el ser humano desarrolle todas sus potencialidades. Lúdica proviene del latín ludus, Lúdica/co dícese de lo perteneciente o relativo al juego. El juego es lúdico, pero no todo lo lúdico es juego.

RECREACIÓN

El concepto de recreación surge como una necesidad debido a que la complejidad creciente de la vida moderna exige que la recreación y trabajo se complementen, a fin de que el individuo pueda rendir una fructífera jornada de trabajo sin que tenga que agotarse física y moralmente.

La palabra recreación se deriva del latín: recreativo y significa "restaurar y refrescar la persona". Tradicionalmente la recreación se ha considerado ligera y pasiva y más como algo que repone al individuo del peso del trabajo. No

obstante, hoy en día, se conceptualiza a la recreación como cualquier tipo de actividad agradable o experiencias disfrutables (pasivas o activas), socialmente aceptables, una vida rica, libre y abundante, desarrolladas durante el tiempo libre (ya sea individualmente o colectivamente), en la cual el participante voluntariamente se involucra (se participa por una motivación intrínseca), con actitudes libres y naturales, y de la cual se deriva una satisfacción inmediata, son escogidas voluntariamente por el participante en su búsqueda de satisfacción, placer y creatividad; el individuo expresa su espontaneidad y originalidad, puesto que las ha escogido voluntariamente, y de las cuales él deriva un disfrute o placer.

Si nos referimos a la recreación, como el proceso de cambio y superación permanente del hombre, recrearse es hacerse más humano y más perfecto en cada actividad de la diaria. Y entonces ese recrearse es un objetivo, que integra todos los actos de la vida humana, si hablamos de la recreación como proceso lúdico, nos estamos refiriendo, ya no al todo, sino a una parte de la actividad humana; cuyo objeto es ser instrumento o medio para conseguir la recreación integral mencionada. En palabras de Meléndez Brau, Nelson (1999) la función más importante de la recreación es procurar al individuo bienestar, expresión, sano desarrollo de sus capacidades creativas, expansión de sus horizontes personales. En consecuencia, la misión fundamental del profesional de la recreación es educar para el tiempo libre.

Tercedor, F. M, (1998) la define como: “La actividad o actividades (incluyendo la inactividad) cuando es escogida libremente, en las que se involucra el individuo durante su tiempo libre. El tiempo libre es un período de tiempo, la recreación es un contenido de este tiempo (en actividad), aun cuando están íntimamente relacionados no son sinónimos”.

Importancia de la recreación

- Mantiene el equilibrio entre la rutina diaria y las actividades. Placenteras, para evitar la muerte prematura de la juventud.
- Enriquece la vida de la gente.
- Contribuye a la dicha humana.
- Contribuye al desarrollo y bienestar físico.
- Es disciplina.

- Es identidad y expresión.
- Como valor grupal, subordina intereses egoístas.
- Fomenta cualidades cívicas.
- Previene la delincuencia.
- Es cooperación, lealtad y compañerismo.
- Educa a la sociedad para el buen uso del tiempo libre.
- Proporciona un medio aceptable de expresión recreativa.

BENEFICIOS DE LA RECREACIÓN

Hablar de beneficios de la recreación es referirse a desarrollo humano y calidad de vida. El desarrollo humano es un término absolutamente de moda, y se le intenta explicar desde diversos puntos de vista. En sentido general, desarrollo significa el tránsito de una condición inferior a otra superior. En lo humano ello infiere superiores condiciones desde lo concreto en el campo educacional, cultural, habitacional, laboral, sanitario, poder adquisitivo y acceso a modernas tecnologías, así como otros aspectos que definen la peculiaridad del bienestar (bien-estar, o estar mejor). En todo caso, el desarrollo humano es una condición que exige la posibilidad de las personas para el ejercicio de su libertad, lo cual significa responsabilidad y compromiso social con plena capacidad para la toma de decisiones.

En cuanto a la calidad de vida, tiene que ver con estilos de vida saludable, la satisfacción personal, la alegría de vivir, el disfrute de la existencia. Es un indicador de desarrollo humano, aunque no siempre este infiera estilos de vida de la mayor calidad. La modernidad enajenante que caracteriza a las sociedades de consumo, si bien puede ser expresión de determinados niveles de desarrollo desde el bienestar en lo material, conspira contra la calidad de la vida al desencadenar la pérdida de valores, la devastación ecológica, la degradación moral y la destrucción física de la propia Humanidad.

BENEFICIOS DE LA RECREACIÓN

Individuales: Las oportunidades para vivir, aprender, llevar una vida satisfactoria y productiva, así como para encontrar caminos donde experimentar placer y salud, con adecuado balance entre trabajo y juego, el fortalecimiento de la autoestima y la autorrealización, la creatividad y la adaptabilidad, la honestidad, la solución de problemas y la toma de decisiones, el bienestar psicológico, el sentido de aventura y el valor personal, entre otros aspectos.

Comunitarios: Las oportunidades para interactuar con la familia, grupos de trabajo, vecindario, comunidades y la sociedad en general, de lo cual se derivan el fortalecimiento de las relaciones intergeneracionales, la integración familiar, la estructuración del vínculo social, el sentido de pertenencia, la cooperación, la aceptación de las diferencias culturales y entre grupos de edades, sexo y raza, la solidaridad, así como la disminución de las diversas formas de violencia y de las conductas antisociales y delictivas en sentido general.

Ambientales: Las oportunidades para actuar sobre el medio ambiente, la creación y conservación de parques y demás espacios públicos, la reducción del estrés social, la protección del ecosistema con acciones dirigidas a la flora y la fauna, el respeto a la vida en todas sus manifestaciones, las relaciones afectivas con animales domésticos, la creación y mantenimiento de ambientes que propicien mayores niveles de calidad de vida, entre otros factores.

Económicos: La reducción de costos en el tratamiento de enfermedades que pueden evitarse mediante actividades sanas, la prevención de conductas de riesgo social que exigen inversiones para acciones penales, la elevación de la productividad laboral, el nivel de competencia y la creatividad en las personas desde un mayor compromiso social, la estimulación al turismo nacional e internacional por un mayor efecto de seguridad pública y la existencia de un vasto campo de ofertas recreativas, principalmente. La concepción de proyectos recreativos mediante beneficios requiere que, tanto en la formulación del problema en el punto de partida, como en la evaluación de las metas en el punto de llegada se emplee la información necesaria para validar la marcha del proceso.

Particularidades de la Recreación Física como Vía de Salud

Hacer ejercicio es la forma más eficaz de cuidar nuestra salud y mejorar nuestro estado o acondicionamiento físico. Los siguientes son diez de los beneficios más importantes que el ejercicio aporta:

1. Previene la enfermedad coronaria, principal causa de mortalidad.
2. Ayuda a prevenir, controlar y tratar la hipertensión arterial, leve y moderada.
3. Previene la diabetes no insulino dependiente.
4. Controla la osteoporosis.
5. Previene la obesidad en adultos y niños.
6. Ayuda combatir la depresión y la ansiedad.
7. Actúa en la prevención de lesiones lumbares.
8. Ayuda a prevenir la incidencia de accidentes cerebro vasculares.
9. Disminuye la incidencia de ciertos tipos de cáncer.
10. Mejora el descanso nocturno y el sueño.

15. MARCO LEGAL

- Ley general de educación 115 de 1994, artículo 14 es una actividad dentro del plan de estudios que de manera planificada ejercita al educando en la solución de problemas cotidianos, seleccionados por tener relación directa con el entorno social, cultural, científico y tecnológico del alumno; cumple la función de correlacionar, integrar, y hacer activos los conocimientos habilidades, destrezas, actitudes de los niños, niñas jóvenes y adolescentes.
- El aprovechamiento del tiempo libre encuentra su fundamento legal en la ley 115 de 1994 sobre educación en sus diferentes artículos 5 (numeral 1), (numeral b) y 22 (numeral)
- Artículo 5. Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo al siguiente fin:
 1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
- Artículo 14: Enseñanza obligatoria. En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatorio en los niveles de la educación preescolar, básica y media, cumplir con:
 1. El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo
 2. El decreto 1850 del 15 de agosto del 2005 define, en Colombia, sin dejar nada a la interpretación que la Jornada escolar es “el tiempo diario que dedica el establecimiento educativo a sus estudiantes en la prestación directa del servicio público educativo, de conformidad con las normas vigentes sobre calendario académico y con el plan de estudios”.

16. FUNDAMENTOS HISTORICOS

El recreo escolar, o descanso pedagógico, ha sido motivo de múltiples reflexiones. En ellas han intervenido reconocidas autoridades e instituciones que a través de la experiencia y de la investigación han encontrado en el tiempo del recreo un espacio de gran utilidad para el desarrollo de los procesos formativos de los estudiantes.

El profesor Diego Armando Jaramillo, en su documento "El recreo: escenario de mundos posibles" habla del descanso como un espacio de libertad y de encuentro con los sueños, por lo mismo afirma: "En el recreo se es lo que se quiere ser y lo que se sueña ser". Además, un estudio del colegio de medicina Albert Einstein de la universidad de Yeshiva de Nueva York, sostiene que el recreo mejora el aprendizaje y las relaciones emocionales de los niños, y concluye que a mayor tiempo de recreo, mejor se comportan los niños y se enriquecen los aprendizajes. En la misma investigación se afirma que son los niños de los estratos pobres quienes disfrutan de menos tiempo de recreo, eso en virtud de que los tiempos de la escuela pública son más cortos, todo por la inmensa congestión que se ocasiona en las metas de cobertura exigidas por las autoridades.

Podríamos referirnos a múltiples investigaciones y documentos que pregonan la importancia del recreo escolar. Para ilustración técnica solo he querido hacer referencia a estas dos citas que son un par de ejemplos de lo que las comunidades académicas afirman en tal sentido. De ahí que invito a todos los lectores para que traigan a sus mentes esos momentos de la escuela cuando sonaba la campana o vibraba el timbre y nos anunciaba que había llegado el recreo, creo que todos podemos estar de acuerdo con que era el ruido más sonoro, era melodía para nuestros oídos y era el llamado más agradable que podíamos escuchar durante la jornada escolar; el mismo, además de invitarnos a cerrar el diccionario de español o el cuaderno de matemáticas, nos exhortaba a abrir el diccionario de la amistad y el cuaderno de la vida.

En el recreo, protagonizamos o fuimos testigos de historias de vida que hoy se recuerdan con diáfana frescura; el recreo, entonces, lo añoramos como un aula de amores, un laboratorio de amigos, una sala de sueños, un patio de diversión, un espacio de encuentro con la vida misma; ring...ring...ring... se escucha el mismo timbre que sonó hace 20 minutos, pero ya nos dice que

regresemos a clase y que debemos abrir de nuevo el diccionario. Sorpresivamente, el mismo timbre produce un efecto contrario, ese ring...ring... ya no es tan agradable, ya no es tan alentador, se cierra el aula de la vida y se abre de nuevo el aula de la clase. Podríamos entonces hacer muchas más apologías que reivindican el recreo escolar como un espacio vital del estudiante; nos agotaríamos en citas académicas, casuísticas en anécdotas y en experiencias que aseguran la bondad pedagógica de este momento de la escuela.

EVOLUCION DEL RECREO ESCOLAR

“En los patios juegan, corren, saltan, se ríen como todos pero sin excesos. No se atropellan, no se arrojan al suelo, no se estropean la ropa. A Sarita le gusta mucho saltar a la cuerda y dar vueltas a ésta para que salten sus compañeras, mientras que algunas prefieren el ¡Pescador, pescador...me dejará pasar!”(Pablo Pizzurno, Prosigue: libro segundo de lectura corriente, 1925).

El tiempo y los espacios para el recreo no existieron siempre. En lugares cerrados o abiertos, chicos o grandes, de baldosas o tierra, los juegos infantiles pasaron de generación en generación. Algunos sufrieron modificaciones, otras no tantas, muchos fueron olvidados.

Antes del Iluminismo, en el siglo XVIII, no existía una concepción de infancia como período especial o propio en el desarrollo del hombre, como tampoco una concepción sobre la psicología del aprendizaje, del papel del juego, la fantasía o la imaginación, de la necesidad de organizar los grados según la edad y la complejidad de los conocimientos. Las actitudes ante la existencia humana seguían dominadas por la preocupación por el pecado y la necesidad de salvación. El compañero constante de la infancia era el temor a la vara. De un concepto negativo del niño como hombre pequeño, innatamente malo, con el pensamiento ilustrado se pasaría a un concepto positivo “la infancia buena” de Rousseau (siglo XVIII) o la infancia neutra, “tabula rasa” de Locke (siglo XVII). Durante el siglo XIX este concepto de infancia se articuló con el desarrollo de la ciencia pedagógica (Pestalozzi, Herbart, Fröbel) y con una nueva realidad social, política y económica (Revolución Industrial, Revolución Francesa, el capitalismo como modo de producción y la construcción de los Estados nacionales). La metáfora más utilizada en este siglo, era la del niño como capullo por abrirse. En este contexto, a fines del siglo XIX, triunfaba la

generalmente el niño no podía decidir con quién sentarse, en el patio podía elegir con quién jugar; el aula es un espacio cerrado, el patio es abierto; en el aula el control es casi total, en el patio es difuso. El recreo significaba la libertad de poder ser tal cual se era.

17. RESTRICCIONES

La Institución Educativa Bethlemitas Brighton en su Sede Primaria cuenta con espacios para la recreación como son una cancha de fútbol salón apta para hacer la actividad (campeonato), pero no son viables a la correcta realización del proyecto ya que estos procesos lúdicos se ven interrumpidos por los demás estudiantes que en sus juegos se atraviesan en el campo de juego y arriesgan tanto su integridad como la de sus compañeros, esto se ve reflejado en las pocas canchas que hay en esta institución con respecto al número de estudiantes que se encuentran en descanso dentro de la cancha.

18. ACTIVIDADES A DESARROLLAR

Cuando se presenta el receso escolar o descanso se cambia de una actividad de tensión, de concentración y de mayor exigencia a una actividad de relajación, de esparcimiento y de menor exigencia mental.

La actividad que se va a desarrollar en la institución está enfocada al aprovechamiento del tiempo libre.

Teniendo en cuenta que la actividad escogida (fútbol de salón) tiene gran interés e impacto en los niños se podrán así desenvolver espontánea y libremente.

Se busca implementar descansos recreativos como una herramienta de esparcimiento, tranquilidad y respeto por el espacio de otros.



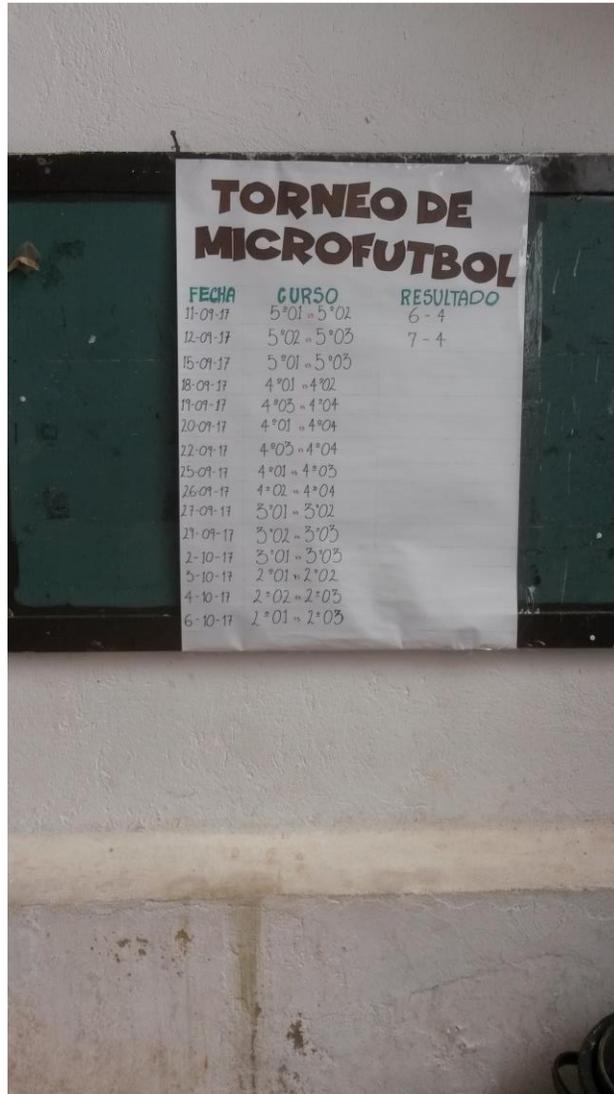
El proceso de investigación-acción comienza en sentido estricto con la identificación de un área problemática o necesidades básicas que se quieren resolver. Ordenar, agrupar, disponer y relacionar los datos de acuerdo con los objetivos de la investigación, es decir, preparar la información a fin de proceder a su análisis e interpretación. Ello permitirá conocer la situación y elaborar un diagnóstico.

La Planificación (desarrollo de un plan de acción, críticamente informado, para mejorar aquello que ya está ocurriendo). Cuando ya se sabe lo que pasa (se ha diagnosticado una situación) hay que decidir qué se va a hacer. En el plan de acción se estudiarán y establecerán prioridades en las necesidades, y se harán opciones entre las posibles alternativas.

La Acción (fase en la que reside la novedad). Actuación para poner el plan en práctica y la observación de sus efectos en el contexto en que tiene lugar. Es importante la formación de grupos de trabajo para llevar a cabo las actividades diseñadas y la adquisición de un carácter de lucha material, social y política por el logro de la mejora, siendo necesaria la negociación y el compromiso.

Reflexión en torno a los efectos como base para una nueva planificación. Será preciso un análisis crítico sobre los y procesos, problemas restricciones que se han manifestado y sobre los efectos lo que ayudará a valorar la acción desde lo previsto y deseable y a sugerir un nuevo plan.

19. CRONOGRAMA



FECHA	CURSO	RESULTADO
11-09-17	5°01 - 5°02	6 - 4
12-09-17	5°02 - 5°03	7 - 4
15-09-17	5°01 - 5°03	
18-09-17	4°01 - 4°02	
19-09-17	4°03 - 4°04	
20-09-17	4°01 - 4°04	
22-09-17	4°03 - 4°04	
25-09-17	4°01 - 4°03	
26-09-17	4°02 - 4°04	
27-09-17	3°01 - 3°02	
27-09-17	3°02 - 3°03	
2-10-17	3°01 - 3°03	
5-10-17	2°01 - 2°02	
4-10-17	2°02 - 2°03	
6-10-17	2°01 - 2°03	

La propuesta tuvo una gran acogida con parte de los niños y de los docentes ya que después de realizar las diferentes actividades los estudiantes se fueron integrando más con sus compañeros olvidando la diferencia de edad y el grado en que cada uno está.

La mayoría de niños participaron en los juegos que se llevaron a cabo en los descansos muchos de ellos llegaban súper animados y contentos por que



llegaba el descanso y su equipo era el que jugaba, incluyendo a las niñas ya que ellas animaban al equipo de su curso.

Se observó que los estudiantes respetaron cada una de las reglas de juego logrando así una sana convivencia y esparcimiento y sobre todo se hizo respetar el juego limpio.

Logre captar y me transmitían a diario el gran entusiasmo que los jóvenes tienen para con la actividad, y que sus ideales son buenos, también el gran aprecio que le tienen a la institución ya que se sintieron importantes y se dieron cuenta que podían aportar cosas para el bien de todos, se divirtieron.

Todos querían participar de la actividad y todos querían ser campeones y daban todo de sí para cumplir el objetivo final que era salir campeones.

DQS is member of:



19.1. PREMIACION

Se premió a cada curso campeón con sus respectivas medallas.





Campeones de 5º grado



Campeones de 4º grado



Campeones de 3º grado



Campeones de 2º grado



CAPITULO III

20. INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

20.1. JUSTIFICACIÓN

En los actuales momentos, resulta un reto social la implementación de programas y actividades tendientes a la mejor utilización del tiempo libre y al mejor aprovechamiento del parque recreacionales, así como del ambiente natural, lo que será fundamental para mantener una sociedad físicamente activa. Estas ocupaciones son elementos fundamentales en la eliminación de tensiones provocadas por el estrés ya que permite alcanzar un equilibrio psicofísico, social y fisiológico.

En este sentido, se necesita una programación que promueva la formación integral del ser humano como base del desarrollo de las conductas motrices para influir de esta manera, normativa, sobre el individuo actuante en todas las expresiones de su personalidad durante toda la vida.

La estructuración de los contenidos, presentados en forma sistemática y evolutiva, se concibe atendiendo a la madurez y desarrollo bio- sico-fisiológico de los estudiantes, iniciando con primer grado y llevado hasta el noveno grado de la educación básica general, continuando en el nivel de la educación media, en sus formas.

Cada día se necesita promover más la práctica de diversas actividades físicas, a fin de que se atender los intereses de la población. Existe una causa común en la población, en intereses. La misma se refiere a la motivación por tener un cuerpo funcional y un nivel de destrezas psicomotoras, que les permitan interaccionarse adecuadamente dentro de la sociedad en que se desenvuelven. Esto es posible, a través de una adecuada educación basada en el cultivo de la práctica de actividades físicas, deportivas, gimnásticas, de danzas y de bailes, así como de disfrutar de la naturaleza.

Una formación académica que desconozca la necesidad de promover entre los alumnos la práctica de actividades físicas, propias de lo que conocemos como educación física y que hoy, en el mundo científico se conoce como la

ciencia de la actividad física, el deporte y la recreación, estaría promoviendo un individuo amorfo, y donde solo le aporte que dicho individuo pudiera hacer a la causa laboral y no lo que favorezca su adecuada inserción en la sociedad y las satisfacciones personales por su propio funcionamiento orgánico.

20.2. NATURALEZA DE LA EDUCACION FISICA

La connotación global que el concepto “educación física “es muy amplia y escurridiza para definirla o delimitarla según los intereses socio-económicos políticas y culturales del contexto donde se aplique o se defina; sin embargo cuando se aborda con una perspectiva tridimensional de los potencialidades y a la vez necesidades de desarrollo de las personas, como entes activos, dinámicos y transformadores de su realidad, no podemos desvincularla de la praxis educativa en general, esto quiere decir, que su finalidad, enfoque y objetivos deben articularse con los objetivos curriculares de las educación nacional.

La educación física como disciplina científico-pedagógica, se vale del movimiento corporal en todas sus manifestaciones para potencializa el desarrollo morfo funcional y brindar conocimientos, habilidades y destrezas psicomotoras, sociales y culturales, en donde se conjuga el sentir, el hacer, el pensar y el querer, con el movimiento corporal, funcionando de esta manera como un todo en la actividad; de esta forma se desarrolla lo que se conoce como conciencia corporal o corporeidad.

El cuerpo puede analizarse en dos perspectivas, en primer lugar como vehículo de ser corporal, en segundo lugar como vehículo que está en el mundo y se relaciona con él y, consecuentemente, como emisor y trasmisor de vivencias como pensamientos, emociones acciones, de esta forma se sintetiza la realidad humana, donde el cuerpo y el movimiento son los componentes vitales en la vida de las personas.

Se nace con un cuerpo, que a través del movimiento se adapta, desarrolla y conforma como corporeidad. Esta conformación se determina mediante el movimiento por la acción y por la percepción sensorial de los órganos de los sentidos. Este proceso se va desarrollando a lo largo de nuestra vida, desde que estamos en el vientre sentimos la necesidad de movernos, de manera que vamos cambiando y conociéndonos según la imagen corporal que se percibe sí mismo y de nuestra imagen que nos hacemos al interpretar el mundo exterior a lo largo de la vida. De ahí la importancia de la educación física como disciplina curricular que aborda tópicos referidos a la comprensión y desarrollo de la corporeidad.

20.3. ESTRUCTURA DEL AREA

ACTIVIDADES INSTRUMENTALES	1º	2º	3º	4º	5º
Rondas	X	X	X		
Juegos y dinámicas	X	X	X	X	X
Esquema corporal	X	X	X		
Ajuste postural	X	X	X	X	X
Coordinación	X	X	X	X	X
Gimnasia educativa	X	X	X	X	X
Danzas			X	X	X
Valencias físicas				X	X
Fundamentación deportiva			X	X	X
Juegos pre deportivos			X	X	X
Deporte					
Motricidad fina	X	X	X	X	X
Deporte dirigido	X	X	X	X	X

20.4. ENFOQUE METODOLOGICO

EL movimiento es ley, principio y función del mundo en general y va desde el movimiento externo a la naturaleza inanimada hasta el auto movimiento en el ser humano. Scmicpz, 1970.

La educación física no puede faltar en la vida del ser humano puesto que su desarrollo intelectual relacionado con el proceso de su desarrollo corporal que incide en el comportamiento biopsicosocial programas curriculares ED. Física 1980. M.E.N.

La educación física tiene como finalidad estudiar el movimiento, características e incidencias en los procesos de desarrollo del niño en el orden cognoscitivo, social, afectivo y motor, contemplando el alumno como totalidad y eje del aprendizaje.

En este mundo moderno donde se acentúa la influencia de la ciencia y la tecnología, para lo cual debemos apoyarnos para su desarrollo, análisis y resultados en varias áreas afines como: morfología, biomecánica, biología psicología sociología, medicina, fisioterapia y las teorías del entrenamiento entre otras.

En esta perspectiva nuestros jóvenes deben lograr el conocimiento a través de varios procesos mentales que se desarrollan con la observación, análisis, formulación de modelos, hipótesis, teorías, la crítica, la deducción y la comparación entre otros. Formando además jóvenes para un sociedad moderna con nuevos retos y expectativas frente a su propia vida formando con buenos valores como: respeto, responsabilidad, alegres, divertidos emprendedores, ágiles comunicativos, competitivos, creativos, veraces, trabajadores, tolerantes y con sentido de pertenencia hacia su institución educativa.

A través de un proceso ordenado, secuencial y cronológico siguiendo algunos pasos como la explicación ubicación demostración ejercitación practicas individuales y por parejas, en pequeños grupos, correcciones y vuelta a la

calma, desarrollan habilidades y destrezas formando jóvenes con excelentes cualidades físicas deportivas de medio, alto nivel y alumnos comprometidos con la recreación en actividades para el buen uso del tiempo libre, contribuyendo al desarrollo social de la institución educativa, del barrio, del municipio y de la nación.

20.5. METODOLOGÍA

- La metodología está basada en la inducción y deducción llevando al estudiante a trabajar de todo a las partes de las partes al todo en una forma articulada y secuenciada para un mejor logro del aprendizaje, buscando una persona íntegra, autónoma, honesta y llena de valores
- Entre los principios metodológicos del reconocimiento universal podemos mencionar y aplicar:
 - Principio de conciencia y actividad: conocimiento por parte del alumno del por qué y cómo, y la participación activa de las realizaciones.
 - Principio de sistematización: relaciones con los demás temas entre las clases y con otras áreas.
 - Principio de elevación gradual de la existencia: desarrollo de la progresión entre las clases y entre los niveles
 - Principio de accesibilidad: fundamenta el trabajo al alcance del estudiante, la facilitación para su práctica
 - Principio de fomento de la creatividad: participación, imaginación y producción
 - Principio de recreación: que pone un espacio de dinámica participativa y recreativa
 - Principio de aplicabilidad: que se extiendan y sean dados para su vida.
- Para el desarrollo de las clases se tendrán en cuenta las siguientes etapas: iniciación, parte central y una fase final que puede ser activa o pasiva según el desarrollo del tema central.

20.6. EVALUACIÓN

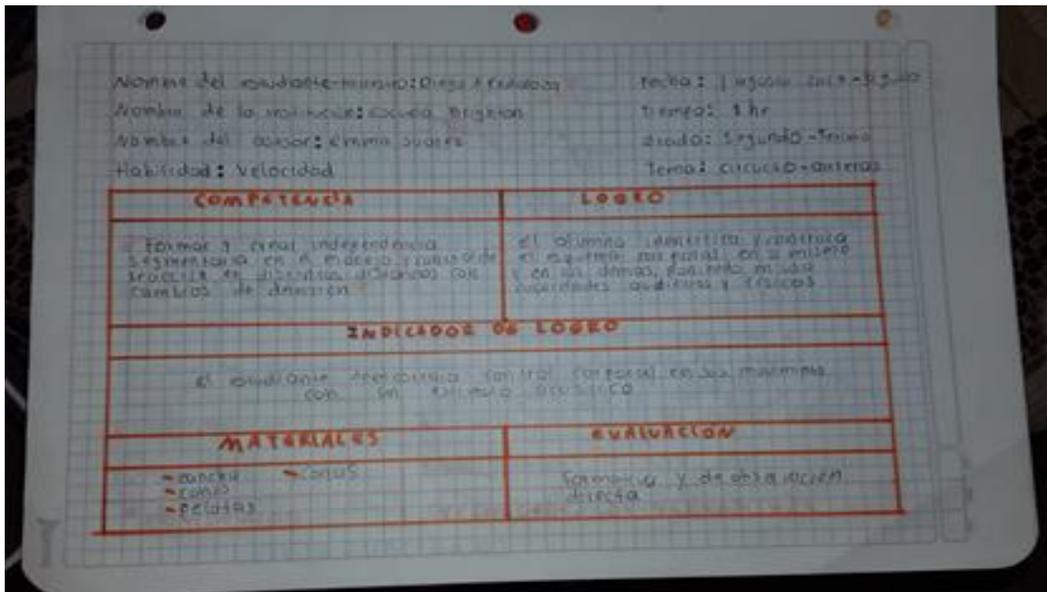
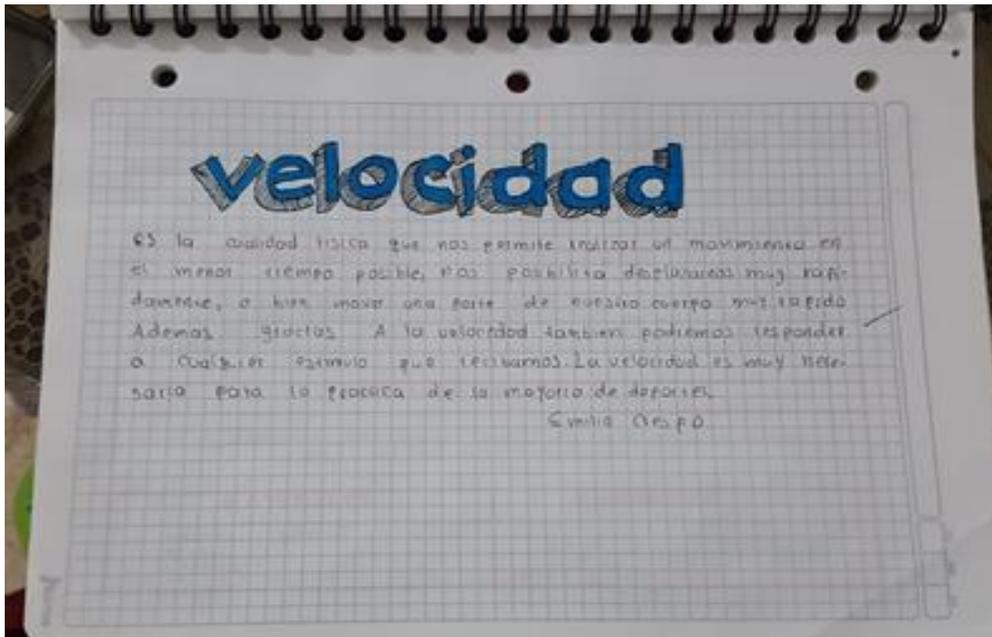
La evaluación debe ser integrada en forma permanente a la acción motriz y orientada a los cambios

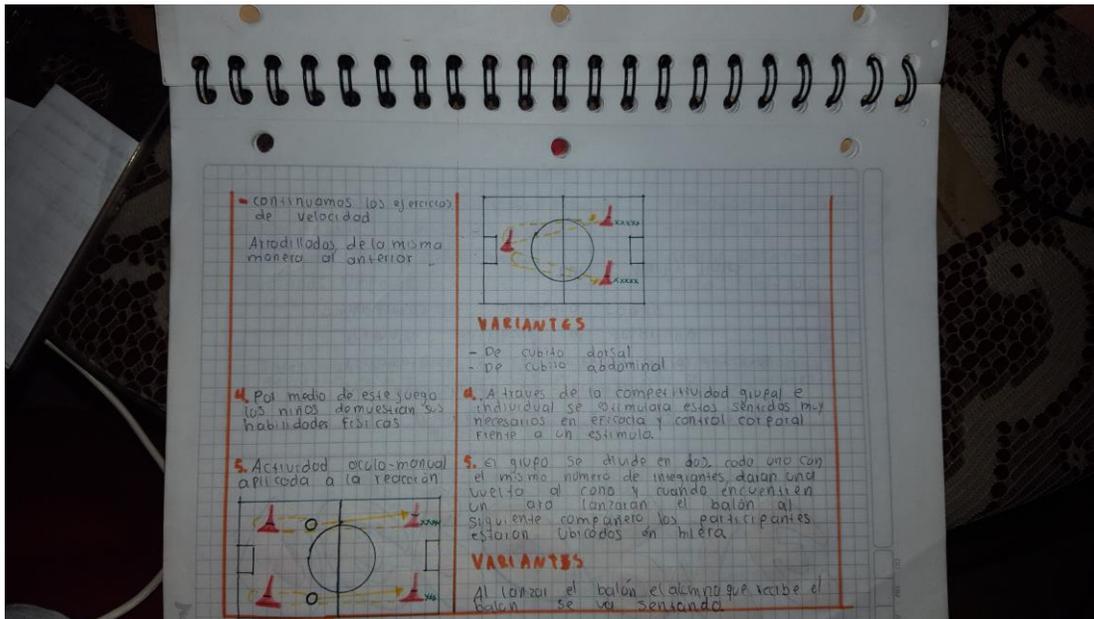
La evaluación debe mostrar tanto el dominio de práctica y conceptos como el proceso de desempeño en las clases y actividades. Por ello debe ser integral, permanente, participativa, formativa, descriptiva, afectiva cognoscitiva y psicomotora, teniendo en cuenta el decreto 230 de 2002

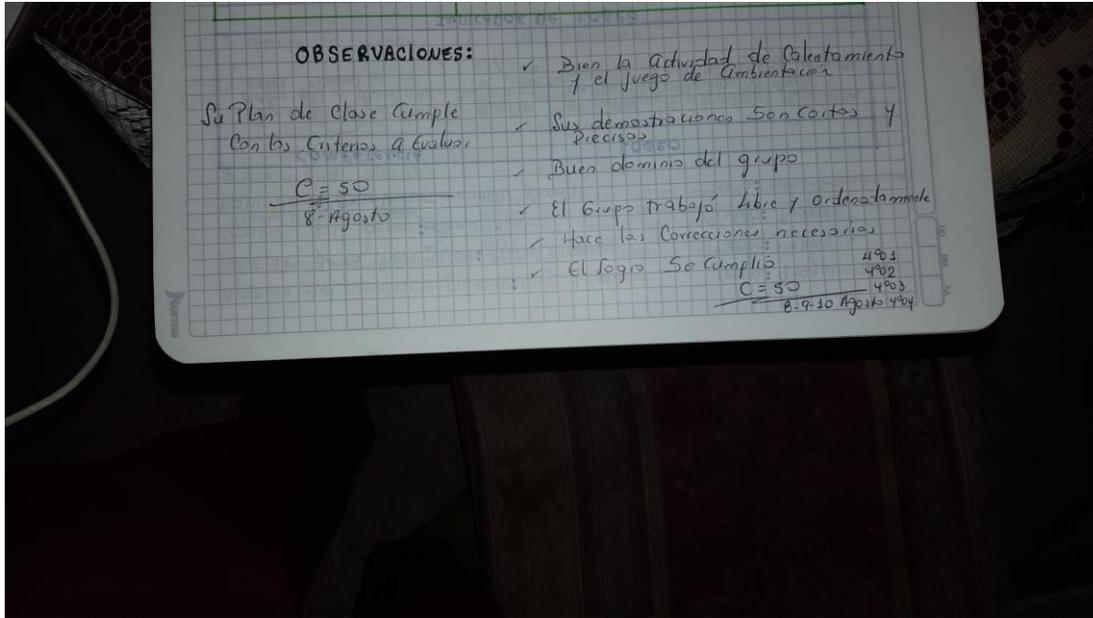
20.7. METAS DE CALIDAD PARA EL AREA

- Crear conciencia sobre la importancia del ejercicio físico para mejorar la salud y por ende la calidad de vida
- Dar pautas para el desarrollo armónico de los diferentes segmentos y sistemas del cuerpo humano
- Despertar el espíritu deportivo con miras a mejorar la competencia de alto rendimiento y el aprovechamiento del tiempo libre
- Lograr un mejor relación interpersonal a través de la interpretación y aplicación de los reglamentos deportivos.

20.8. PLAN DE CLASE







CAPITULO IV

21. INFORME DE ACTIVIDADES INTRAINSTITUCIONALES

Día del niño: apoyo en la sesión de aerobics, distribución de las diferentes estaciones distribuidas en todo el colegio, aplicación de actividades lúdicas.



Entrega de símbolos por parte de 4^o a 5^o grado, enseñanza de la formación utilizada en esta entrega de símbolos



Simulacro nacional de evacuación, jefe de salón y líder de la evacuación de tercer grado.



Culminacion del 5º festival SER CON VALORES, apoyo disciplinario a las profesoras responsables de este acto.



Izada de bandera de amor y amistad, enseñanza del baile de transición con pedazos de tela



Actividad de CENS- supervisión de este evento



Izada de bandera por excelencia académica, enseñanza de la marcha de entrada y salida al patio central de los grados primero.



Izada de bandera por “la pareja bethlemita”, coreografía empleada por las parejas de este día.





CAPITULO V

22. INFORME DE EVALUACION DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

22.1. ARTÍCULO 16- DE LA EVALUACIÓN

La evaluación de la Práctica Integral Docente comprende los aspectos formativos, expresados conceptualmente en observaciones y recomendaciones para la cualificación de los procesos de desempeño pedagógico y la valoración cuantitativa, correspondiente al resultado de los desempeños efectivos en el diligenciamiento de documentos y procesos pedagógicos.

La calificación de la Práctica Integral Docente, se hace mediante valoración numérica en la escala de 0 a 5. La nota mínima aprobatoria es de 3.5.

22.2. ARTÍCULO 17.- DE LOS ASPECTOS DE CALIFICACIÓN Y PORCENTAJES

Son objeto de calificación todas las actividades y procesos relativos a los contenidos de que trata el Artículo 5° del presente Reglamento, en los porcentajes establecidos para cada aspecto, diferenciados de la siguiente manera:

Etapa Uno: Observación institucional y diagnóstico.

Etapa Dos: Diseño y presentación de la Propuesta Pedagógica.

Etapa Tres: Ejecución y evaluación de la propuesta y sus correspondientes secuencias de aprendizaje.

Etapa Cuatro: Actividades interinstitucionales
informe final- socialización.



22.3. AUTOEVALUACION DE LA PRACTICA DOCENTE

FORMATO DE AUTO EVALUACIÓN ALUMNO – MAESTRO

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: Diego Alejandro Araníegas Peñaloza
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: Escuela Bethlemitas Brighton
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Emma Suarez Contreras

INSTRUCCIÓN PARA EVALUAR

ASIGNE: E = EXCELENTE
B = BUENO
R = REGULAR
D = DEFICIENTE
NA = NO SE APLICA

1. De la institución de práctica:

- El espacio de trabajo ofrecido por la institución da una buena oportunidad de aprendizaje para los alumnos maestro del área de educación física recreación y deportes. E
- Se le brindan facilidades administradoras y físicas para el desarrollo de la práctica. E
- El supervisor de práctica fue un apoyo constante en el desarrollo de la propuesta pedagógica. E
- Se le da la importancia que merece el área de educación física recreación y deportes en la institución. E
- Los recursos asignados fueron suficientes, adecuados y oportunos. E

2. De la universidad:

DQS is member of:





- La asignatura de taller pedagógico le dio una pauta general de la práctica profesional. E
- Las asignaturas del plan de estudio visto le proporcionaron apoyo formativo y complementario en el desempeño profesional. E
- Las asesorías del supervisor de prácticas fueron importantes en el desarrollo de la práctica. E

3. Formación profesional y personal

- A través de las practicas tuve mayor conocimiento de mis debilidades y fortalezas. E
- La práctica me ayudo a ser autónomo en mis decisiones E
- Logre un sentido de pertenencia con la institución E
- Las relaciones personales e interpersonales fueron provechosas y productivas E
- Los objetivos propuestos se cumplieron a cabalidad E
- La práctica fue importante en el crecimiento y desarrollo personal y profesional E

SUGERENCIAS: _____

FIRMA DEL ALUMNO-MAESTRO: Diego A Penaloza

FECHA: 15-NOV-2017



22.4. COEVALUACION DE LA PRACTICA DOCENTE: REALIZADA ENTRE ESTUDIANTES Y ALUMNO-MAESTRO

Su desempeño fue Excelente ya que cumplió todos los objetivos propuestos por la Institución, fue puntual y ordenado en sus clases, se acoplo a la Institución impartiendo los valores Bethlemitas como la Responsabilidad y Disciplina siempre por delante, Realizo el campeonato de Futbol de Salón a cabalidad y le resultado exitoso

DQS is member of:





22.5. EVALUACION DEL SUPERVISOR DE PRACTICA INTEGRAL: POR EL ALUMNO-MAESTRO

Durante la práctica integral la supervisora Emma Suarez Fue de gran ayuda en cada uno de sus correcciones y consejos especialmente en el manejo de la Disciplina de grupo ya que los grados eran muy numerosos siempre estuvo pendiente de que todo se cumpliera y estaba siempre pendiente de cada una de mis clases.

Gracias a estos consejos pude mejorar día a día y ejecutar mejor las clases.

DQS is member of:



23. ANEXOS



24. CONCLUSIONES

En la interacción con los estudiantes, la actitud del maestro a la hora de intervenir, la motivación que imprima a los aprendizajes, la creatividad, el material, la forma y el tipo de actividades, influyen de manera significativa en el presente y futuro de los estudiantes.

La escuela representa un espacio fundamental para el desarrollo socio afectivo de los estudiantes, pues es el lugar donde pasan la mayor parte del tiempo, donde se crean los primeros vínculos de afecto y el estilo de las relaciones que establecerán con el entorno

El uso adecuado del tiempo libre se convierte en un reto tanto para educadores como para los padres de familia, puesto que les permite a los niños y niñas la interacción con los demás, el fortalecimiento de valores fundamentales para una convivencia pacífica.

La práctica pedagógica es un componente fundamental dentro de la formación docente, ya que es en ella en donde se aplican los conocimientos adquiridos durante los periodos académicos y es en donde se desarrolla en casi su totalidad el perfil del futuro egresado. Además, el rol de la institución y universidad juega un papel decisivo en la formación de los docentes, porque estos son los lugares propios para la construcción y reflexión del conocimiento, y son las entidades que brindan respuesta a los retos contemporáneos orientados hacia la formación, investigación y proyección social.

Para realizar un buen trabajo es necesario organizarse de manera correcta por medio de una planificación didáctica ya que nos indica los objetivos y las actividades que debemos realizar para lograrlo.

25. BIBLIOGRAFIA

- Programa de educación física Primero a quinto primaria
- Conferencias del C.E.P de cucuta
- Salto y lanzamiento: Roch.K.Carrero
- Clases de educación física para la escuela primaria, paschel. Konnan.
- Juegos infantiles de Arriete Colombiana Leon, Rey Jose Antonio
- Juegos con balón, cebolla lopez Fermin
- Fundamentos de la educación física, gimnasia, baile y recreación. Mantinelly, Geovanny.
- Juegos para campo y bosque, REynavo Lank y Marie
- Manual de recreación física. Jesus Ñorales Cordoba
- Danzas colombianas. Alberto Londoño
- Misión pedagógica Alemana. Tomo 2, 3, 4 y 5
- Marco general: programas curriculares de educación física recreación y deportes M.E.N

CIBERGRAFIA

- <http://es.slideshare.net/educaralfuturo/propuesta-pedagogica-13412705>
- <http://luiscarlosgalanpiedecuesta.jimdo.com/proyectos/proyecto-de-aprovechamiento-y-buen-uso-del-tiempo-libre/>
- <http://es.slideshare.net/coluisorjuela/proyecto-deporte-recreacin-y-ldica-en-el-tiempo-libre>
- <http://www.monografias.com/trabajos102/programa-actividades-fisica-recreativas-aprovechamiento-del-tiempo-libre/programa-actividades-fisica-recreativas-aprovechamiento-del-tiempo-libre.shtml>
- http://www.ehowenespanol.com/organizar-torneo-voleibol-como_56608/



- <http://www.revistaseguridadminera.com/comportamiento/motivacion-y-recreacion-su-efecto-en-los-trabajadores/>
- http://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/hermesoft/portallG/home_1/recursos/tesis/contenidos/tesis_septiembre/05092007/la_historieta_como_estrategia.pdf
- <http://redie.uabc.mx/redie/article/viewFile/200/345>
- <http://www.azc.uam.mx/socialesyhumanidades/03/reportes/eco/lec/vlec019.pdf>
- <http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001897/189713sb.pdf>
- http://www.ice.deusto.es/RINACE/reice/Vol3n1_e/Vergara.pdf
- http://www.psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/2_el-sentido-de-la-practica-docente.pdf
- [file:///C:/Users/ACER_471/Downloads/467mACIEL%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ACER_471/Downloads/467mACIEL%20(1).pdf)

DQS is member of:

