



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

**INFORME FINAL DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE LA PESQUERA**

YEFERSON CAÑIZARES ORTIZ
Cod: 1007167547

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES
PAMPLONA N.S
COLOMBIA
2018**

DQS is member of:



Formando líderes para la construcción de



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

**INFORME FINAL DE LA PRACTICA INTEGRAL DOCENTE
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE LA PESQUERA**

YEFERSON CAÑIZARES ORTIZ
Cod: 1007167547

Trabajo de Grado

Leydi Consuelo Ortiz Vera
Magister
Asesora

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES
PAMPLONA N.S
COLOMBIA
2018

DQS is member of:



Formando líderes para la construcción de

AGRADECIMIENTOS

Es indudable el apoyo recibido por Dios en todo mi proceso formativo y por ello se hace necesarias estas palabras que escritas con el mayor modismo o incumplimiento de la reglas de la gramática tienen un mismo significado para éste escritor, que busca en este espacio ser sincero consigo mismo y argumentar todos aquellos momentos en los cuales fue bendecido por un poder inmensamente grandioso para soportar y sobrepasar las adversidades que en momentos azotan nuestra tranquilidad y energías, arrastrándonos a un abismo del cual no podemos salir por nuestra propia fuerza y es solo él quien llena nuestra alma de fe y esperanza para ponernos de pie y ayudarnos a salir de ese profundo lugar.

A mi familia quienes han creído en lo que puedo hacer y llegar a ser, especialmente a mi madre ROSALBA ORTIZ y mi padre JACINTO A. CAÑIZARES a los que he llenado de preocupación en momentos que no he sabido actuar pero que en los mismos jamás me abandonaron sino que fueron la base principal y fundamental para superar los golpes que me hicieron crecer. También a mis hermanos y hermanas que son apoyo incondicional.

A todos mis amigos especialmente a DUVAN TORRES y JORGE A. RONDON porque cada uno puso de sí mismo algo que me ayudo profundamente a estar hoy donde estoy y como estoy.

Gracias a cada docente de educación física y a los de otros programas que me orientaron desde un inicio y que nunca dejaron de hacerlo. Por su gran labor profesional y en algunos casos como referentes para amar esta gran profesión.

ÍNDICE

Inducción A La Práctica.....	7
Capitulo I	8
Misión	8
Visión	9
Organigrama.....	9
Cronograma.....	10
Plan De Estudios	11
Símbolos Institucionales	12
Bandera	12
Himno.....	13
Lema.....	14
Manual De Convivencia.....	14
Derechos, Deberes Y Garantías De Los (Las) Estudiantes	14
Responsabilidad De Los Docentes	21
Deberes.....	23
Estímulos.....	24
Presentacion Personal.....	24
Tiempos Escolares.....	26
Jornada Laboral	27
Jornada Academica	27
Planta Física	27

Material Para La Práctica Deportiva	29
Competencias Para La Asignatura De Educación Física	30
Horario Asignado Para El Estudiante Practicante	33
Diagnostico	34
Debilidades.....	35
Fortalezas	35
Capitulo II	36
Diseño De La Propuesta Pedagógica	36
2.1 Título De La Propuesta	36
2.2 Objetivo General	36
2.3 Objetivos Específicos	36
2.4 Descripción Del Problema	36
2.5 Justificación.....	37
2.6 Población.....	38
2.7 Marco Teórico	39
La Danza	39
Ritmo.....	41
Folclore	42
Origen Tri-Étnico Del Folclor Colombiano	43
Geografía Del Folclor Colombiano	44
Zonas Aborígenes.....	46
Origen De Las Danzas Folclóricas Colombianas.....	46
La Coreografía.....	47

Clasificación De Las Danzas.....	48
El Vestuario Y Los Adornos En Las Danzas	51
Danzas Por Regiones.....	52
2.8 Marco Legal	52
De La Recreación Y El Aprovechamiento De Tiempo Libre	52
De La Educación Física.....	53
De La Cultura	53
Capítulo III	55
3.1 Diseño	55
3.2 Planteamiento	55
3.3 Cronograma De Actividades	55
3.4 Ejecución.....	56
3.5 Metodología	56
3.7 Evaluación.....	63
3.8 Resultados	63
Anexos De La Propuesta	64
Capítulo IV	67
Capítulo V	75
Conclusiones	83
Bibliografía	84
Anexos.....	85

INDUCCIÓN A LA PRÁCTICA

La práctica profesional correspondiente al contenido que debe ejercer el estudiante de 10° semestre del programa de educación física recreación y deportes de la universidad de pamplona empezó el día martes 17 de julio del año en curso a las 08:00 am con la inducción dirigida por las docentes y coordinadoras de practica LUCY AMPARO JAIMES y LEIDY ORTIZ quienes a partir del acuerdo No.032 del 19 de julio del 2004 por el cual se aprueba el reglamento de la práctica integral docente para los programas de licenciatura de la universidad de pamplona orientaron en el proceso, aspectos a tener en cuenta como la metodología de trabajo, presentación de informes (contenidos, organización, fechas) y recomendaciones en general en busca de facilitar al estudiante practicante su buen desenvolvimiento en la institución donde ha de realizar su labor.

El día miércoles 18 se recibió la información correspondiente a la redacción de las competencias que son componentes importantes para la presentación de planeaciones pero que además permite tener claro lo que se quiere alcanzar con una clase determinada, este contenido fue presentado por el docente ULPIANO NIÑO quien además de lo anterior recalcó la ética personal que debe considerar cualquier profesional que interactúa constantemente con otros seres humanos dándole vital importancia a nuestra labor de licenciados el cual debía cumplir con componentes como compromiso, responsabilidad, esfuerzo continuo, esfuerzo perfecto y amor; a lo que él mismo decidió llamar a quien cumpliera con todos estos requisitos como el “maestro ideal”

La inducción dio final el día 19 con la asignación de lugares de trabajo y entrega de la carta correspondientes para cada practicante e institución que confirma que el docente en formación puede realizar las prácticas y la cual debe ser firmada por el supervisor y rector de dicha institución para luego ser nuevamente entregada al asesor BENITO CONTRERAS

CAPITULO I

OBSERVACIÓN Y DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL



MISIÓN

La Institución Educativa San José de La Pesquera imparte una educación en los niveles de preescolar, básica y media a través del diseño y aplicación de proyectos pedagógicos que permitan adquirir aprendizajes significativos y prepara al educando para que alcance las destrezas y competencias que lo lleven a propiciar el emprendimiento, el conocimiento científico, tecnológico, artístico, deportivo, humanístico, consolidar valores para la convivencia social, el trabajo, el cuidado del medio ambiente y contribuya al progreso de su comunidad.

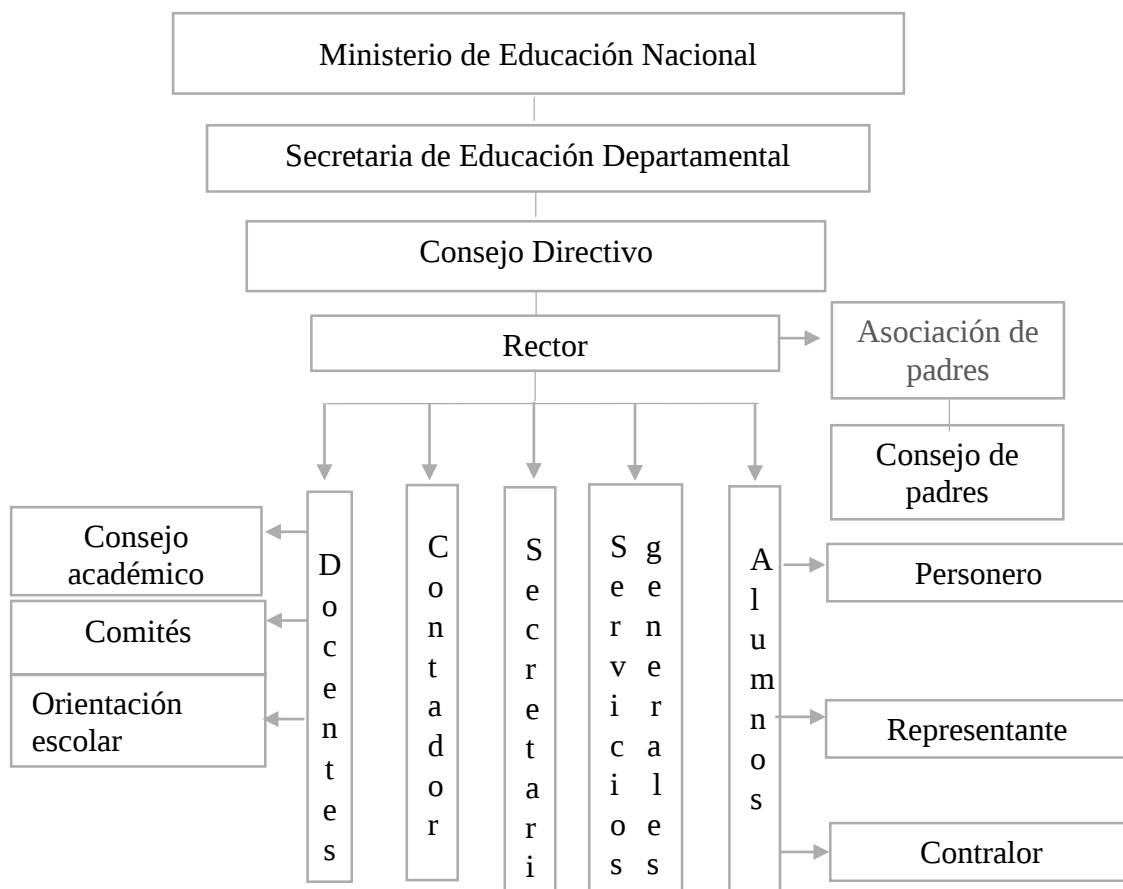


VISIÓN

La Institución Educativa San José de la Pesquera pretende para el año 2020 ser el mejor escenario de formación rural en el municipio de Arauquita, apoyada en los Proyectos Pedagógicos Productivos y articulada en una granja demostrativa que permita preparar al estudiante en todas sus dimensiones.



ORGANIGRAMA



CRONOGRAMA

Evento	ene	feb	m ar	ab r	ma y	ju n	ju l	ag o	se p	o ct	no v	di c
Desarrollo institucional	22-28		26-30	1		25-30	1		8-14			10-14
Reunión pta		6,13,17	20									
Izada de bandera		5	16	23			19	8		16	9	
Día del colegio		5										
Día de la mujer			8									
Reunión padres de familia		14	23	26			19			9		
Elección personero estudiantil			8									
Elección contralor y diputado			8									
Elección consejo estudiantil												
Finalización periodo académico				13		24			21			9
Reunión consejo académico				17		25			25			3
Subir notas a plataforma				19-23		26-29				1-3	28-3	
Reunión comisiones de evaluación				18-20		26-29			26-28			4-6
Día excelencia educativa				13								
Entrega boletines académicos				26			19			9		11
Festival de valores celebración día amor y amistad									14			
encuentro de colonias											1,2	
Día de la madre					31							
Día del alumno						8						
Día de la familia												
Día de la tierra				22								
Día del agua			22									
Día del profesor												
Clausura básica												
Grados undécimo												

Feria de reciclaje y emprendimiento												
Centro literario												
Receso estudiantil	1-28		26-30			25-30	1-15			8-14		10-31
Día internacional de la paz												
Día mundial de las matemáticas												
Día del árbol										12		
Feria agropecuaria										12		
Día saludable		19	16	18	18	18	18	17	18	18	16	
Día de los humedales		2										
Juegos intercalases			15									
Pruebas saber												
Día del medio ambiente						5						
Jornada vacunación mascotas												
Día de la actividad física												
Simulacros pruebas												
Jornada deportiva			8, 17									
Reunión consejo directivo												
Día del idioma				23								

PLAN DE ESTUDIOS

DIMENSIONES	Cognitiva	Comunicativa	Ética y valores	Estética	Corporal	Total
Transición	5	5	4	4	2	20

Grados	Matemáticas	Lenguaje	Sociales	Naturales	Ética y valores	Arte	Ed. Física	Religión	Informática	Agropecuaria	Química	Filosofía	Física	Economía	Total
Primero	5	7	3	2	1	1	1	2	1	1	1	--	--	--	25
Segundo	5	5	4	3	1	1	1	2	1	1	1	--	--	--	25

Tercero	5	5	4	3	1	1	1	2	1	1	1	--	--	--	--	25
Cuarto	5	5	4	3	1	1	1	2	1	1	1	--	--	--	--	25
Quinto	5	5	4	3	1	1	1	2	1	1	1	--	--	--	--	30
Sexto	4	5	4	3	1	3	1	2	1	2	2	1	--	1	--	30
Séptimo	4	5	4	3	1	3	1	2	1	2	2	1	--	1	--	30
Octavo	4	5	4	3	1	3	1	2	1	2	2	1	--	1	--	30
Noveno	4	5	4	3	1	3	1	2	1	2	2	1	--	1	--	30
Decimo	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	2	3	3	3	3	30
Undécimo	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	2	3	3	3	3	30

SÍMBOLOS INSTITUCIONALES

BANDERA



Consta de tres franjas oblicuas de color amarillo, blanco y verde respectivamente y en el centro el escudo de la institución. La franja de la izquierda sale de

la esquina superior de color amarillo que simboliza los conocimientos e infraestructura del plantel, en el centro la blanca que es la más grande donde vemos el escudo de la

escuela como símbolo de paz y al final la franja verde que representa la parte ecológica y agrícola de la institución. Autora: Isabel Sierra

ESCUDO

El escudo está diseñado con tres círculos concéntricos: en el primero están escritos los nombres de la Institución Educativa y del municipio. En el segundo los valores que a diario se fomentan en la institución (trabajo, ciencia y honradez) y en el tercero un cuaderno abierto y una mano sosteniendo un lápiz como una antorcha encendida que representa la iluminación de la imaginación y el deseo de aprender.



Autor: Carlos Rico C.

HIMNO

Donde con gran entusiasmo
Vamos todos a estudiar.

Coro

I

San José de la Pesquera,
Colegio de mis saberes,

Futuro de nuestra vida,
Diáfana te vemos brillar,

Esperanza que florece
Como lirio en un altar.

II

Letra: Ana Isabel Sierra

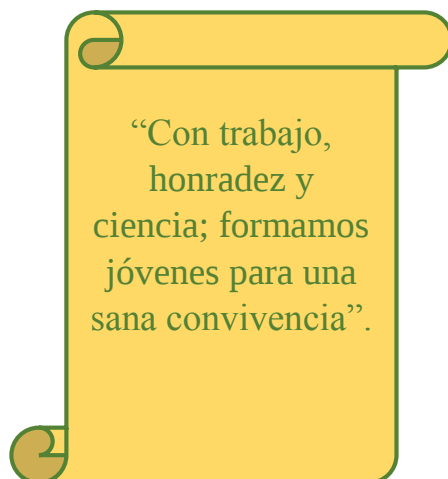
Queremos !oh; lindo colegio
Ofrendarte el corazón,
Para que el día de mañana

Crezca nuestra institución.

III

Colegio de mis ensueños,
Peldaño de mi futuro,
Surges altivo y gracioso
En esta inmensa llanu

LEMA



MANUAL DE CONVIVENCIA

DERECHOS, DEBERES Y GARANTIAS DE LOS (LAS) ESTUDIANTES

Derechos integrales. Todo alumno tiene derecho a:

- ~ Ser llamado por su nombre
- ~ Ser respetado tanto por sus docentes como por sus compañeros (as).

- ~ Recibir la educación necesaria para la formación integral, orientada a desarrollar su personalidad con el fin de prepararse para una vida adulta activa, inculcándole el respeto por los derechos humanos y el cuidado del medio ambiente natural con espíritu de paz, tolerancia, honradez y solidaridad.
- ~ Protegido(a) contra la explotación económica y el desempeño de cualquier trabajo que pueda ser peligroso para salud física y mental (código del menor art. 14).
- ~ Expresar su opinión libremente y a conocer sus derechos; a ser escuchado (a) directamente por su representante legal de acuerdo al conducto regular establecido por la institución (código del menor artículo 10).
- ~ Al ejercicio de la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión, bajo la dirección de sus padres (código del menor artículo 11).
- ~ A ser protegido (a) contra sustancias que le produzcan dependencia (código del menor, artículo 15).
- ~ Que se le conceda permiso para ausentarse del plantel por tiempo limitado siempre que exista justa causa y que no corra riesgos fuera del plantel
- ~ Igualdad de oportunidades para participar en los diferentes procesos de formación, actividades, eventos y programas del colegio sin discriminación de sexo, orientación sexual, clase social o credo.
- ~ Disfrutar imparcialmente de los estímulos que ofrece la institución de acuerdo a los parámetros establecidos.
- ~ Elegir y ser elegido democráticamente en el consejo directivo, gobierno escolar y organizaciones estudiantiles en la que participe siempre y cuando sus actitudes de convivencia se lo permitan.
- ~ A vivir y ser formado bajo la libertad religiosa y de culto.
- ~ Disfrutar de un descanso durante la jornada escolar
- ~ Participar en los diferentes eventos programados en la institución.
- ~ Representar a la institución en actividades culturales, deportivas, recreativas entre otras.

- ~ Ser protegido en la integridad personal, en consecuencia, no podrá ser sometido a tratos crueles o degradantes (dolores o sufrimientos graves a nivel físico o psicológico).
- ~ Dar sugerencias que tiendan al mejoramiento de la institución para lo cual se adecuará un espacio donde se presentarán éstas y se darán a conocer de manera pública, siempre y cuando se hagan en forma respetuosa, coherente, con un fin claro, serio y respaldado con la firma del ponente.
- ~ A garantizar el ingreso al sistema educativo de todas las personas con discapacidad, en condiciones de accesibilidad, adaptabilidad, flexibilidad y equidad con los demás estudiantes y sin discriminación alguna. A que se les dé la posibilidad de participar activamente en todas aquellas experiencias para el desarrollo del estudiante, para facilitar su autonomía y su independencia.

Derechos académicos. Los (las) estudiantes tienen derecho a:

- ~ Conocer la filosofía, la visión, la misión, el horizonte institucional, la estructura y organización interna y el manual de convivencia.
- ~ Ser elegido como representante de grupo o como monitor de grupo, cuando sus resultados sean acordes a la exigencia institucional.
- ~ Recibir una orientación eficiente por parte de los docentes de acuerdo al proceso curricular que conduzca a una educación integral.
- ~ A ser recibido en todas las clases y a participar del proceso enseñanza – aprendizaje de acuerdo a la jornada laboral.
- ~ A un mobiliario acorde a sus necesidades y las posibilidades de la institución.
- ~ Recibir información oportuna, completa y clara sobre la situación académica y disciplinaria y las actividades que se utilizan para ayudar a superar las dificultades así como asesoría de los docentes para la realización de sus trabajos y otras actividades programadas por la institución

- ~ A crear, organizar y participar en comités de estudio, grupos culturales y deportivos que conduzcan al logro de los objetivos educacionales y que estén de acuerdo con sus intereses personales.
- ~ A que se le revisen sus evaluaciones y se les rectifique en tal caso.
- ~ A utilizar todos los materiales educativos, ayudas y otros recursos existentes en el plantel, que contribuyan a su formación académica
- ~ Pedir y recibir explicación de lo no entendido; siempre y cuando su interés lo amerite.
- ~ A desarrollar sus conocimientos y habilidades de tipo cultural, social, académico, religiosos, deportivo y otros que contribuyan a su formación integral, programados dentro y fuera de la institución.
- ~ Contar con un seguimiento académico y disciplinario para mejorar la calidad de su educación integral.
- ~ Ser evaluado mediante el uso de las pruebas SABER, de comprensión, de análisis, de discusión, de crítica general y apropiación de conceptos con base en las competencias. Interpretativa, argumentativa, y propositiva de acuerdo con los parámetros del proyecto pedagógico.
- ~ A una adecuada racionalización de los trabajos y evaluaciones a fin de que pueda responder a ellos con calidad.
- ~ Recibir adecuada preparación, para que al terminar el grado undécimo, pueda desempeñarse eficientemente en las competencias ciudadanas y laborales.
- ~ A una formación integral en sus dimensiones: afectiva, ética, cognitiva, corporal, estética, espiritual, sociopolítica y comunicativa de acuerdo con el bien común y los principios Joseista.
- ~ A conocer el plan de estudios y la estructura curricular que forma parte del proyecto Educativo Institucional. Dichos documentos pueden consultarse en la secretaria o rectoría de la institución.

- ~ A conocer las pautas académicas como guías didácticas de trabajo para cumplirlas cabalmente.
- ~ A conocer los resultados de las evaluaciones del proceso de aprendizaje, dentro de los tres días hábiles siguientes a la realización de las mismas, con posibilidades de objetar por escrito dentro de los tres días hábiles siguientes de su notificación, antes de ser reportadas al titular. El docente tendrá tres días hábiles contados a partir de la presentación de la objeción para resolverlo.
- ~ A que se tengan en cuenta las excusas justificadas por ausencias. El estudiante debe presentar la excusa justificada en el momento de hacer uso de la ausencia, de lo contrario asumirá las consecuencias que de ellas se deriven.
- ~ A ser atendido en la solicitud de certificados, constancias de estudio y otros documentos, dentro del tiempo establecido por la ley.

De los deberes y obligaciones. Se consideran como deberes y obligaciones de los (las) estudiantes:

- ~ Asistir puntualmente y permanecer en clases de acuerdo al horario establecido, con uniforme correspondiente limpio que muestre adecuados hábitos de higiene y los útiles necesarios para el desarrollo de ellas.
- ~ Respetar los toques del timbre reglamentarios.
- ~ Cumplir eficazmente con las tareas, trabajos y actividades concernientes a la labor educativa, incluidas las de los Proyectos Pedagógicos Productivos.
- ~ Atender con interés a las clases y conferencias que se realicen, tomando parte activa en ellas sin perturbar su normal desarrollo.
- ~ Elaborar y a su debido tiempo los trabajos, lecciones, evaluaciones y otros en forma clara y ordenada ajustados a los procesos curriculares vigentes.
- ~ Tener el mínimo del porcentaje de asistencia a clases reglamentarias para tener derecho a la respectiva promoción de acuerdo a las normas curriculares vigentes.

- ~ Respetar a sus compañeros, personal directivo, docente, administrativo y de servicios.
- ~ Presentar las quejas y/o reclamos respectivos en forma respetuosa y cordial siguiendo los canales establecidos por las normas.
- ~ Asistir, participar y observar buen comportamiento en todas las actividades curriculares, actos cívicos, culturales, sociales, y deportivos que la Institución programe.
- ~ Portar adecuadamente el uniforme dentro y fuera de la institución.
- ~ Evitar usar el uniforme fuera del plantel en jornadas extra clase a menos que las directivas se lo soliciten.
- ~ Respetar los símbolos patrios y del Plantel.
- ~ Utilizar correctamente y responder por todos los utensilios, elementos y materiales del trabajo que le sean suministrados.
- ~ Presentarse a la Institución y actos de comunidad vestidos de acuerdo a la ocasión.
- ~ Todos los estudiantes vestirán el uniforme de Educación física en las jornadas correspondientes y en los demás actos el de diario.
- ~ Ayudar con diligencia al mantenimiento y conservación de la planta física de la institución educativa.
- ~ Observar las normas de higiene elementales para la vida en comunidad.
- ~ Mantenerse a paz y salvo con todas las dependencias y servicios de la Institución.
- ~ Cumplir y acatar las disposiciones estipuladas en el presente MANUAL y las demás emanadas de la Dirección del Plantel.
- ~ Respetar las creencias religiosas, orientación sexual, condición física, opiniones ajenas e ideologías políticas.
- ~ Elevar día a día la moral y el buen nombre de la institución educativa
- ~ Dejar en completo orden y aseo las aulas para el día siguiente.
- ~ Enaltecer la Institución y a sus maestros tanto de palabra como de obra.
- ~ Asistir a las formaciones y mantener buen comportamiento en las mismas.

- ~ Mantener buen comportamiento en los actos cívicos, públicos y sociales.
- ~ Asistir puntualmente a las actividades de refuerzo programadas por la institución.
- ~ Representar prioritariamente en las actividades culturales, sociales, cívicas, deportivas y recreativas a su institución.
- ~ Cultivar hábitos de lectura e investigación que contribuyan a su crecimiento personal.
- ~ Obtener sus resultados académicos con esfuerzo, trabajo, y dedicación evitando los fraudes, chantajes y mentiras.
- ~ Saludar cordialmente, solicitar cortésmente un servicio, escuchar con atención y agradecer el servicio prestado.
- ~ Hacer buen uso del Vocabulario que lo acredite como estudiantes dentro y fuera de la Institución.
- ~ No traer, armas corto punzantes, juguetes y elementos de valor (la institución no se hace responsable por la pérdida). Además, serán decomisados y entregados el día de la clausura.
- ~ Cuidar y conservar la planta física de la institución, así como el mobiliario, libros, materiales y animales. Cualquier daño causado por un estudiante deberá responder su acudiente.
- ~ Abstenerse de consumir bebidas alcohólicas, drogas alucinógenas y otras sustancias nocivas para la salud.
- ~ Solicitar comedidamente las explicaciones adicionales que necesite sobre los temas vistos, siempre y cuando la dificultad no se deba a indisciplina o inasistencia no justificada.
- ~ Actuar con veracidad, honradez y rectitud en todo tipo de evaluaciones y en la realización de tareas y trabajos.
- ~ Cumplir con todos los requisitos exigidos para optar el título que otorga la institución.

RESPONSABILIDAD DE LOS DOCENTES

En la convivencia escolar y formación de los derechos humanos, educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar

Además de las que establece la normatividad vigente y que son propias, Los docentes de la institución, tendrá las siguientes responsabilidades en el sistema:

- ~ Identificar, reportar y realizar el seguimiento a los casos de acoso escolar, violencia escolar y vulneración de los derechos humanos, sexuales y reproductivos que afecten a los estudiantes de la Institución Educativa San José de La Pesquera, de acuerdo con la normativa vigente y los protocolos establecidos en la ruta de atención Integral para la convivencia escolar. Reportar al Comité de Convivencia la situación de la que tiene conocimiento.
- ~ Transformar las prácticas pedagógicas para que contribuyan a la construcción colectiva de estrategias para la resolución de conflictos y el respeto a la dignidad humana, a la vida, la integridad física y la moral de los estudiantes.
- ~ Participar en los procesos de actualización, de formación docente y de la evaluación del clima escolar de la institución educativa San José de La Pesquera.
- ~ Participar revisión y ajuste del proyecto educativo Institucional, manual de convivencia y el sistema institucional de evaluación anualmente.
- ~ Reportar a las autoridades competentes los casos en que detecte posible abuso sexual de los y las estudiantes.

El presente manual se fundamenta legalmente en el cumplimiento de deberes, derechos, tareas y funciones concernientes a los maestros, se observan los principios del Estatuto Docente, tal como él mismo los propone (Dec. ley 2277 de 1979).

Parágrafo: Los maestros vinculados a la educación a partir del 19 de junio de 2002 se acogerán al decreto 1278 de la misma fecha.

Objetivos:

General: Establecer los derechos, deberes, prohibiciones, estímulos, inhabilidades e incompatibilidades del docente Joseísta para lograr un mejor desempeño y armonía en la institución.

Específicos:

- ✓ Conocer las disposiciones que reglamentan actualmente la carrera del docente.
- ✓ Aceptar y cumplir las normas que rigen la profesión docente.

Derechos de los docentes: Además de los contemplados en la constitución (art. 37, 57, 58, 59, 60, 61 del dec. 1278, dentro, dentro de la institución los docentes tendrán derechos a:

- ~ Ser escuchado por parte del director
- ~ A elegir y ser elegido en los respectivos comités y gobierno escolar.
- ~ A no ser tratado soezmente por parte del director, padre de familia u otro compañero.
- ~ Solicitar permiso para no asistir al plantel cada vez que el docente justificadamente lo requiera con la debida anticipación.
- ~ Solicitar permiso durante la jornada de clases para solucionar algún impase extracurricular.
- ~ Utilizar el colegio en jornadas contrarias a la de clases para la recreación, capacitación y/o consultas. Sin acarrearle sobrecostos a los servicios públicos.
- ~ Ser tratados de igual forma sin discriminación de raza, sexo, ideología o religión
- ~ A gozar de un ambiente limpio y sano.
- ~ A que se le garanticen los elementos de trabajo en el aula.

- ~ A participar en las actividades recreativas que fomenten la integración y armonía entre la comunidad educativa.
- ~ Una biblioteca con libros y textos actualizados.
- ~ Realizar reuniones de profesores en lo posible en la jornada extra laboral.
- ~ Derecho a la defensa y al debido proceso.

DEBERES

Además de los contemplados en el art. 41 del decreto. 1278 y decreto 734 de febrero 5/2002.

- ~ Ser ejemplo de la presentación personal de los (las) estudiantes y permanecer toda la jornada laboral en la institución.
- ~ Dirigirse en tono amable a sus compañeros (as) y no denigrar de ellos.
- ~ Cumplir puntualmente con la jornada de trabajo establecida.
- ~ Acatar las observaciones con un sentido constructivo.
- ~ Cumplir con los compromisos adquiridos.
- ~ Entregar dentro de las fechas establecidas las parcelaciones, logros, sugerencias y planillas.
- ~ Dar buen trato, escuchar y respetar las opiniones y el trabajo de los alumnos y compañeros de trabajo.
- ~ Asistir puntualmente a las reuniones programadas.
- ~ Atender a los padres de familia en el horario establecido.
- ~ Cumplir con la dirección de grupo y las responsabilidades que ésta conlleva.
- ~ Preparar responsablemente las clases y hacerlas dinámicas y amenas.
- ~ Mostrar cariño y disponibilidad para el trabajo.
- ~ Querer y cuidar el Colegio.
- ~ Tener sentido de pertenencia hacia la institución.

- ~ Estar dispuesto a orientar actividades de superación cuando sean solicitados por los comités de evaluación, alumnos y/o padres de familia.
- ~ Programar y ejecutar actividades que conlleven a la proyección de la institución.
- ~ Participar activamente en eventos culturales, artísticos, entre otros, exaltando la labor docente.
- ~ No fumar dentro de la institución.
- ~ No presentarse en estado de embriaguez.
- ~ Dar información oportuna a los alumnos y compañeros.

ESTÍMULOS

- ~ A que se le reconozcan sus logros en el desempeño de sus funciones.
- ~ Integración anual a un sitio recreativo dentro o fuera del departamento.
- ~ Condecoración por méritos: por participar en concursos pedagógicos, científicos, culturales y deportivos.

INHABILIDADES E INCOMPATIBILIDADES

Las que le confiera la procuraduría a todos los servidores públicos.

Todas las previstas en el decreto 2277 del 79.

PRESENTACION PERSONAL DE LOS ESTUDIANTES, UNIFORMES, TIEMPOS ESCOLARES

PRESENTACION PERSONAL

Portar diariamente en las clases y en actividades extracurriculares en forma adecuada, es decir mostrando correctos hábitos de higiene y presentación personal.

Uniforme de diario para las estudiantes será el siguiente:

- ~ Camisa blanca manga corta con el escudo en el bolsillo vestida por dentro de la falda.
- ~ Falda azul según modelo y estilo establecido, a la altura de la rodilla.
- ~ Corbata del color de la falda (solo en actos especiales)
- ~ Zapatos tipo colegial negros de lustrar.
- ~ Media blanca a media pierna, sin adornos.
- ~ Ganchos, coleros o diademas de color azul, negro o blanco.

Uniforme de diarios para los estudiantes es el siguiente:

- ~ Pantalón de lino azul oscuro, con sus respectiva correa, bota recta como mínimo de 16 cm. de ancho.
- ~ Camisa blanca manga corta con el escudo en el bolsillo y pisada por dentro del pantalón.
- ~ Zapatos tipo colegial negros de lustrar.
- ~ Medias oscuras canilleras (azul oscuro o negro) sin estampados.
- ~ Corbata del mismo color del pantalón.(solo en fechas especiales)

Uniforme de Educación Física para los (as) estudiantes.

- ~ Camiseta blanca con vivos verdes con el escudo en la parte superior izquierda, vestida por dentro de la sudadera.
- ~ Pantalón verde con vivos blancos.
- ~ Medias blancas sin adornos
- ~ Tenis colegiales color blanco con cordones.
- ~ Sudadera verde con vivos blancos y las iniciales del plantel, con bota recta como mínimo de 16 cm. de ancho
- ~ Para las niñas ganchos, coleros o diademas de color verde o blanco.

- ~ Durante la clase de educación física, se permitirá el uso de una cachucha adecuada para protegerse del sol.

Uniforme de Labores Agropecuarias:

- ~ Camiseta de color rojo con vivos azules y el respectivo escudo de la institución, vestida por dentro del pantalón.
- ~ Pantalón jean azul índigo, cómodo y clásico.
- ~ Botas preferiblemente para invierno.
- ~ Tenis de colores oscuros para la época de verano.

Parágrafo. Si algún estudiante no puede realizar la clase de educación física por enfermedad o motivos personales deberá permanecer con el uniforme, adjuntando la respectiva certificación médica o excusa del padre o acudiente.

Parágrafo. Si algún estudiante por motivos de orientación sexual requiere el uso del uniforme del sexo opuesto, deberá presentar solicitud por escrito del acudiente a las directivas de la institución.

Parágrafo. Los y las estudiantes podrán usar por factores de clima o enfermedad sacos de colores asociados a uniformes, sin adornos exagerados.

Los y las estudiantes que no porten los uniformes aquí establecidos deberán, presentarse con sus acudiente a la institución donde se firmaran los acuerdos respectivos sobre su presentación.

TIEMPOS ESCOLARES

- ~ Grado preescolar
De 6:45 a 11:00 con 30 minutos de pausa pedagógica.
- ~ Básica primaria
6:45 a 12:15 con 30 minutos de pausa pedagógica (Jornada A)

~ Básica secundaria y media

De 6:45 a 12:15 con 30 minutos de pausa pedagógica (Jornada A)

De 6:45 a 1:15 con 30 minutos de pausa pedagógica (Jornada B)

JORNADA LABORAL

Los docentes cumplirán 8 horas diarias de trabajo, de las cuales, 6 horas corresponden a la jornada académica incluyendo el recreo y las 2 horas restantes las cumplirán en actividades propias de su cargo dentro o fuera de la institución según el artículo 9 del decreto 1850 de 2002 . Los directivos convocaran a los docentes en contra jornada para monitorear los avances y ajustes a la propuesta de construcción de estructura curricular y pedagógica, actualizar los procesos de calidad y evaluación, asimismo todos los docentes cumplen funciones de titulación, de orientación escolar, formación de estudiantes, atención a padres de familia y vigilancia de estudiantes en los recreos o pausas pedagógicas

JORNADA ACADEMICA

Los docentes cumplen con asignación de:

- ~ Preescolar: 20 horas semanales
- ~ Básica primaria: 25 horas semanales
- ~ Básica secundaria y media: 22 horas semanales.
- ~ Los directivos cumplirán la jornada laboral de 8 horas diarias.

PLANTA FÍSICA

La institución educativa san José de la pesquera en su carácter de institución rural y agropecuaria cuenta con la siguiente infraestructura ubicada dentro de un terreno de 14 hectáreas.

- ~ 14 salones
- ~ 1 salón para profesores
- ~ 1 salón de rectoría
- ~ 1 salón de deportes
- ~ 1 salón dividido para biblioteca y herramientas agropecuarias
- ~ 1 salón de informática
- ~ 1 salón de química ocupado por grado 6B
- ~ Restaurante y comedor
- ~ Cafetería
- ~ Baños
- ~ Purificador de agua
- ~ Cancha múltiple (fútbol de sala y de salón, baloncesto y voleibol) cubierta
- ~ Salón de psicología (en construcción)
- ~ Salón de radio (en construcción)
- ~ Galpón para pollos
- ~ Lombricultura (creación de abono a partir de la lombriz)
- ~ Amplio terreno para las labores agropecuarias como la siembra de pasto, cacao, arroz, maracuyá, entre otros



MATERIAL PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA

Para el debido conteo de todos los materiales se reorganizó el lugar designado para ello y en el cual sólo se incorporarán solo aquellos en buenas condiciones debido a que existían implementos en pésimo estado y con los cuales no se podía realizar la práctica.

Implemento	Cantidad
Balones fútbol	4
Balones voleibol	5
Balones baloncesto	12
Balones futbol de salón	2
Balones medicinales	4
Pelotas de caucho	1
Jabalinas	4
Discos	2
Martillos	2
Guantes de boxeo	2 pares
Protectores de box como casco,	4
Colchonetas	21
Conos	22
Lazos	6
Mallas	6
Postes para voleibol	2
Tacos	12
Ajedrez	6
Futbolito	1
Petos	10



COMPETENCIAS PARA LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA

LOGROS POR GRADOS PARA LA ASIGNATURA DE EDUCACION FISICA

GRADOS	PERIODOS			
	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO	CUARTO
PRIMERO	Crea con agrado posibilidades de movimiento en juegos y rondas utilizando sus segmentos corporales	Diferencia y controla movimientos de relajación y tensión de los músculos de acuerdo a ejercicios y actividades cotidianas.	Diferencia y controla adecuadamente su segmento lateral predominante en actividades y juegos propuestos.	Propone con agrado movimientos de coordinación dinámica general de manera secuencial y continua manteniendo un ritmo
SEGUNDO	Propone con agrado movimientos de coordinación dinámica general de manera secuencial y continua manteniendo un ritmo	Crear movimientos, ejercicios y formas jugadas que le permiten mejorar la independencia segmentaria y la coordinación óculo-pédica y manual.	Controla la respiración en la ejecución de tareas motrices que conlleven a mejorar el equilibrio dinámico y estático.	Demuestra de forma creativa el concepto espacio-tiempo sobre pruebas prácticas de velocidad.
TERCERO	Crea movimientos, ejercicios y formas jugadas que le permiten mejorar la independencia segmentaria y la coordinación óculo-pédica y manual.	Domina destrezas gimnásticas de control corporal e Independencia segmentaria en la ejecución de pequeños esquemas gimnásticos individuales.	Demuestra con interés su control corporal en la ejecución de saltos de altura y longitud.	Elaborar con agrado coreografías sencillas en grupo de joropo y cumbia y las expone frente a sus demás compañeros.

CUARTO	Proponer variantes de juegos o ejercicios que contribuyan a mejorar la eficiencia en carreras, saltos y lanzamiento de pelota.	Crear con responsabilidad figuras gimnásticas estáticas o de locomoción variando el número de participantes y grado de dificultad.	Crea con interés y responsabilidad juegos que combinen conducción, pases y lanzamientos derivados del baloncesto.	Demostrar con agrado y respeto el paso y las figuras básicas del joropo en pequeños grupos.
QUINTO	Ejecuta con agrado carreras de relevos con obstáculos a distintas velocidades, distancias y alturas demostrado eficiencia en su ejecución.	Presentar creativamente a través de un esquema en grupo las destrezas gimnásticas con bastón	Confronta con agrado las habilidades básicas del voleibol a través de un encuentro deportivo con otros grados.	Crea con agrado actividades motrices que combinen la carrera corta y el lanzamiento de pelota.
SEXTO	Aplica con fluidez, precisión y ritmo patrones básicos de locomoción en la práctica de actividades deportivas.	Demostrar habilidad y control de movimiento en diferentes espacios al desplazarse y manipular objetos en varias disciplinas deportivas	Resuelve problemas motrices relacionados con la ejecución de pruebas atléticas de pista y de campo en competencias individuales y grupales.	Domina con responsabilidad destrezas gimnásticas de piso a través de pruebas y esquemas sencillos de gimnasia.

	1 PERIODO	2 PERIODO	3 PERIODO	4 PERIODO
PRIMERO	Identifica y ubica sus segmentos corporales y el de sus compañeros. - Crea posibilidades de movimiento con	Controla eficazmente movimientos de tensión y relajación de los músculos en	Diferencia lado derecho e izquierdo de su cuerpo y el de sus compañeros en juegos, rondas y	Ejecuta movimientos coordinados en juegos rítmicos y tareas motrices.

	sus segmentos corporales	ejercicios y actividades propuestas.	actividades propuestas.	
SEGUNDO	Ejecuta movimientos coordinados manteniendo u ritmo -Sigue normas e instrucciones dadas en la clase.	Demuestra control en su independencia segmentaria al realizar ejercicios. Posee habilidad al ejecutar pases y recepciones en juegos de pelota.	Controla adecuadamente su respiración al ejecutar tareas motrices. Participa con dinamismo en las clases.	Relaciona fácilmente el concepto espacio-tiempo al ejecutar carreras de velocidad.
TERCERO	Ejecuta con precisión y seguridad movimientos utilizando elementos como: aro, sogá y bastón. Disfruta de las actividades y juegos propuestos para la clase.	Controla sus segmentos corporales en la ejecución de tareas motrices. Ejecuta con precisión pequeños esquemas gimnásticos de forma individual.	Demuestra habilidad para ejecutar saltos de altura y longitud.	Ejecuta con facilidad una coreografía sencilla del baile joropo.
CUARTO	Ejecuta con fluidez pruebas del triatlón como carreras cortas, salto de longitud y lanzamiento de pelota. Participa regularmente en pruebas físicas para probar su capacidad.	Demuestra habilidad para ejecutar figuras gimnásticas o de locomoción. Participa regularmente en las actividades propuestas en clase.	Participa con agrado en juegos derivados del baloncesto. Presenta habilidad para pasar, lanzar y conducir un balón en juegos y actividades propuestas.	Posee habilidad para ejecutar los pasos básicos de joropo.
QUINTO	Disfruta y propone actividades que involucran carreras de relevos con y sin obstáculos como medio para mejorar sus habilidades básicas.	Posee habilidad para la ejecución de destrezas gimnásticas con bastón.	Ejecuta adecuadamente los fundamentos básicos del voleibol saque, golpe de	Se le facilita combinar una carrera corta con lanzamiento de pelota en juegos y actividades motrices.

	Establece diferencias entre las actividades motrices de mayor y menor dificultad.		antebrazo y voleo de dedos.	
SEXTO	Ejecuta tareas motrices de locomoción (marchar, correr, saltar, rodar) con fluidez y precisión en actividades deportivas Reconoce la importancia de evitar lesiones físicas al realizar un calentamiento adecuado.	Realiza las pruebas asignadas de manipulación con dominio y control. Muestra disciplina y esfuerzo por superar las destrezas.	Identifica algunas pruebas del atletismo y mejora sus capacidades físicas a través de la práctica. Maneja conceptos teóricos transversales con Biología	Controla destrezas gimnásticas básicas de piso (arco, invertidas, rollos).

HORARIO ASIGNADO PARA EL ESTUDIANTE PRACTICANTE

La siguiente tabla muestra el horario que me fue asignado por el supervisor RAUL EDUARDO MORENO, es importante explicar que en la institución en la cual ejercí mi práctica profesional trabaja el horario con una metodología llamada <Jornadas> la cual consiste en un trabajo consecutivo de las labores académicas de la cual no se pierde clase en días específicos como “lunes festivos.” De este modo si por ejemplo un martes no hubo clases por alguna razón el miércoles se convertiría en jornada 2 la cual concernía al día anterior.

Hora	Lunes (jornada 1)	Martes (jornada 2)	Miércoles (jornada 3)	Jueves (jornada 4)	Viernes (jornada 5)
06:45 - 07:40	2A°	Pre-escolar	4°	Pre-escolar	1°
07:40 - 08:35			4°		2A°
08:35 - 09:30	3°	6A°	3°		2B°
09:30 - 09:55	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso	Descanso
09:55 - 10:50		6A°	1°	5°	
10:50 - 11:45	5°		2B°		6B°
11:45 - 12:40					6B°

DIAGNOSTICO

La Institución Educativa San José de la Pesquera se encuentra ubicada en el centro poblado la pesquera en el municipio de Arauquita departamento de Arauca aunque su terreno se propague en su gran medida a la Vereda vecina llamada la Osa; debido a su gran terreno allí se facilita el trabajo perteneciente al área de agropecuaria en la cual se realizan labores como el de la limpieza, fumigo, galpones de pollo, siembra y producción de algunos cultivos como el de cacao, pasto, arroz, maracuyá, cilantro, pepino, plátano, yuca, entre otros.

De las labores anteriormente nombradas los grupos recogen fondos para sus gastos en salidas pedagógicas, culturales y deportivas; de este modo se logran cubrir una gran cantidad de recursos económicos que no son solventados por las entidades como ministerio y secretarías de educación.

Dentro de esta institución se alberga alrededor del 20-30% de los cupos para los estudiantes que viven en veredas circundantes a ésta, y en la que la mayor parte de ellos son hijos de padres campesinos que consiguen su sustento de la tierra y del río Arauca.

Existe poco reconocimiento de la institución por estar ubicada en zona rural y aunque se cuenta con un grupo cultural de danzas folclóricas con vestuarios y sonido se ha observado que los participantes han perdido el sentido, la emoción y la alegría de ser partícipes de estos eventos en gran medida porque su mayoría de profesores viven en lugares lejanos y no pueden realizar los ensayos correspondientes y desde hace cerca de dos años no se ha participado en eventos que desde mucho tiempo atrás se participaba.

DEBILIDADES

Algunos aspectos que hacen vulnerables a los estudiantes en su proceso académico son su nivel estrato económico que sufre algunos altibajos dependiendo de si es verano o invierno, que azotan los cultivos y hasta sus propias viviendas si del segundo se trata, de la subienda y bajanza del pescado que en tiempos no se dan, estos cambios climáticos también afectan el transporte de quienes viven alejados de la institución y provoca deserción por desmotivación para asistir a las jornadas académicas. Otros aspectos tales como la indisciplina, irrespeto e irresponsabilidad de los estudiantes por cumplir con sus obligaciones han llevado para que los docentes decidan quitarles horas importantes de educación física para dar charlas y llevar profesionales en áreas como la psicología y otras de la salud en busca de remediar tales situaciones; también ha llevado a retirarlos de grupos deportivos y culturales que representan a la institución en eventos interinstitucionales.

FORTALEZAS

Por ser de carácter rural y agropecuario los padres de familia son base fundamental en el mantenimiento y mejoramiento de las tierras de la institución donde se forman jóvenes con espíritu de trabajo y amor por la tierra que a diario sustenta necesidades vitales.

A demás se cuenta con el apoyo de algunos docentes para hacer crecer integralmente a estudiantes que muestran interés y talento para los deportes y la cultura en busca de ofrecerles una disciplina que no solo sirva para representar a una institución, un municipio o un departamento. Sino para que también sea una posibilidad de vida en un futuro venidero.

CAPITULO II

PROPUESTA PEDAGÓGICA

DISEÑO DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA

2.1 TÍTULO DE LA PROPUESTA

Danzas Folclóricas Como Medio De Reconocimiento Personal Y De Representación De La Institución Educativa San José De La Pesquera

2.2 OBJETIVO GENERAL

Promover a través de la danza folclórica la participación y mejoramiento de la actividad académica de los estudiantes en representación de la Institución Educativa san José de la Pesquera.

2.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ~ Seleccionar a los participantes que desean vincularse en el grupo y que cumplen con los requisitos para ello.
- ~ Organizar el cronograma de sesiones que se aplicará para los respectivos ensayos del grupo en representación de la Institución Educativa San José de la Pesquera.
- ~ Crear las coreografías correspondientes para cada género (bambuco, gaita y joropo) que se quiere representar.
- ~ Realizar los ensayos estipulados en el cronograma siguiendo los contenidos necesarios en cada sesión.
- ~ Presentar el grupo en los eventos intrainstitucional e interinstitucional a los cuales sea invitado la institución a ser partícipe.

2.4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En la búsqueda por pertenecer a grupos sociales los jóvenes pueden tomar decisiones que no son las correctas y llevarlos por el camino de drogas y acciones sin prejuicios con

la perspectiva de que es lo que todos los de su alrededor hacen para lo que según ellos, es diversión, sin pensar que las decisiones que se deciden hacer en muchas ocasiones perjudica no solo su propio bienestar sino también el de su familia, amigos y sociedad.

El uso inadecuado del tiempo libre de los estudiantes favorece a aquellos que esperan la oportunidad para inducir y engañar con fantasías a un tipo de población que se encuentra expuesta a caer en redes de consumo de sustancias psicoactivas. En algunos casos acceden a ellas por el afán de ser el centro de atención y/o ser reconocidos por los demás sin importar por qué medio, otros consideran que es un recurso para escapar de los problemas que afectan su integridad física, emocional o espiritual, y es que no podemos juzgar a estos adolescentes si no cuentan con espacios, apoyo profesional y actividades (recreativas y culturales) para escapar de sus problemas que entendiendo el contexto en el que habitan se les excluye en la toma de las decisiones que los pone como población total en años posteriores.

2.5 JUSTIFICACIÓN

La puesta en práctica de esta propuesta persigue la solución a las necesidades que tienen los estudiantes de darle mayor valor al tiempo disponible cuando no están en sus labores académicas e invertirlo en el desarrollo de su expresión, coordinación, mejorar las relaciones sociales y también para representar la institución en la cual se educan. De esta forma podemos evitar la deserción escolar por estudiantes que deciden no volver más al colegio porque cayeron en nuevos vicios nocivos para su salud mental y física

También es importante recalcar la importancia que tiene este trabajo sobre el rendimiento académico siendo un requisito el poseer un promedio alto de las notas en todas las asignaturas, mejor comportamiento dentro y fuera de la institución ya que los padres deciden si sus hijos son partícipes del grupo o no. Esto significaría una motivación externa para formar jóvenes integrales con gran sentido de cultura y representación de las

etnias que hemos heredado de nuestros ancestros que son muestra de la gran multiculturalidad que identifica a Colombia.

En este sentido, la Danza se puede presentar como un elemento que dinamiza la vida del hombre y la mujer de múltiples formas; entre ellas:

- ~ Validar y reflejar la organización social.
- ~ Sirve como vehículo para la expresión secular o religiosa.
- ~ Como diversión social o actividad de Recreación.
- ~ Como declaración de valores estéticos y éticos.
- ~ Para lograr propósitos educacionales.
- ~ Para poder conocer una cultura en particular. (Gardner1991,83)

2.6 POBLACIÓN

La población que se tuvo en cuenta para la aplicación de la propuesta pedagógica fueron los estudiantes de los grados de básica media y básica secundaria de la Institución Educativa San José De La Pesquera.

Genero	Nombre	Edad	Grado	Cantidad	
Femenino	Isabel Romero Barrera	12	8°	8	
	Dana Rojas Giraldo	15	9°		
	Duvis torres Zuleta	15	10°		
	Andrea Reyes de la cruz	15	10°		
	Damaris Ayala Noriega	14	8°		
	Karen Reyes de la Cruz	13	6°		
	Laura Valentina Larios	13	7°		
	Yessica Requiniva	12	7°		
Masculino	Wilson Alexis Sanmartin	15	8°	7	
	Santiago Rangel	13	7°		
	Alfredo Enrique M	14	7°		
	Javier Gonzales	16	10°		
	Alfonzo Acuña	13	7°		
	Jader del Villar	15	8°		
	Jonathan Torres Zuleta	17	11°		
				Total	15

2.7 MARCO TEÓRICO

LA DANZA

"Siempre he pensado que la danza es mágica en muchos aspectos tanto para los que disfrutan de su contemplación como para los que viven y trabajan en su mundo".(Fontein de Arias)

A lo largo de la historia, la danza ha estado inmersa en todas las culturas del mundo, siendo una de las bellas artes más estudiadas por hombres y mujeres, quienes se han interesado por ese hechizo que embruja a todos sus participantes y espectadores; por tal motivo, la tradición de la danza es una fuerza extraordinariamente eficaz para estudiar el devenir de las culturas.

Han (citada por Gardner, 1991,83), la define como "secuencias de movimientos corporales, no verbales con patrones determinados por las culturas, que tienen un propósito y que son intencionalmente rítmicos con un valor estético a los ojos de quienes la presencian".

Por su lado Adolfo Salazar expresa que: " la DANZA es una coordinación estética de movimientos corporales. Movimientos corporales coordinados existen utilitariamente en determinados trabajos del hombre: el movimiento cadencioso de los remeros, la curva airosa de los segadores y el ritmo de los aventadores de mies. El de los majadores de cáñamo o del lino, contiene en sus grandes líneas plásticas elementos que pueden ser incorporados a la danza; pero solamente son eso: elementos, gestos plásticos elementales, la geste auguste du semeur (el gesto gracioso del sembrador).

Le Boulch (1998,130) habla de la forma como la danza pertenece a la expresión, es decir: "manifiesta un estado vivido". Es una comunicación viva y natural del bailarín que no está condicionado por movimientos rígidos e impuestos por un agente externo; de tal

modo que el observador pueda percibir esa descarga de energía en afectos, emociones y sentimientos. O sea, una serie de actitudes en mímicas, miradas y gestos expresivos. De otra forma, si la mecanización domina en la formación y el cuerpo del artista es condicionado con rigor por el profesor para producir un fragmento completo, la expresión se empobrece y se manifiesta en un estilo académico, preciso, alejado del valor emocional y viviente de la obra. "Por fortuna, la dimensión actual de la danza ha recuperado su lugar expresivo" Le Boulch (1998,131)

RELACIÓN DE LA DANZA CON EL BAILE

"La música y el baile son dos artes que se complementan y forman la belleza y la fuerza que son la base de la felicidad humana". Sócrates.

El baile como tal, sugiere en el individuo un deseo interno por comunicar algo de sí que lo caracterice; puede ser a través de la expresión de su forma de vida, como sus pensamientos y sus emociones; puede ser a través de la expresión de las costumbres y saberes de sus antepasados, o por la necesidad lúdica del hombre.

Ahora bien, ¿qué motiva al individuo a realizar la acción de bailar? La necesidad de crear con su cuerpo una serie de imágenes y percepciones en sí mismo y en los demás para dar a entender una idea; pues como lo asume Fast (1990, 20) "hay expresiones que todo ser humano hace y que de algún modo comunica una imagen y un significado a todos los otros seres humanos cualquiera sea su raza, sexo, credo o cultura"; estas expresiones se pueden dar a conocer, según el mismo autor, por medio del baile.

Puesto que la imagen creada a través del cuerpo, puede ser expresada en el baile, esta implica una relación directa con la percepción simbólica de los sujetos; en tal sentido, cuando el hombre y la mujer crean un conjunto de símbolos e imágenes expresados por

movimientos rítmicos, están dando una connotación de baile como medio de comunicación entre los seres humanos, pueblos y sociedades.

Desde esta perspectiva, se evidencia como el individuo necesita expresar todo lo que siente no sólo a través de la palabra sino con la expresión propia de su ser. Por ello, el baile se ubica dentro de las artes, ya que su eje central es el de comunicar una idea o un sentimiento por medio de expresiones, consideradas estas "como todo aquello que concierne a lo que la persona vive con sus afectos y con sus emociones". Le Boulch(1998,32).

RITMO

No puede haber danza, en el sentido estético de la palabra, sin la presencia del ritmo. La danza se estructura en base a éste, cuya exteriorización corre a cargo del cuerpo humano, pero cuya esencia reposa tanto en el acompañamiento instrumental o el canto, como en el discurrir de los movimientos. “La palabra ritmo deriva del griego *rythmós* (movimiento regulado y acompasado) y este proviene de *rhéin*, que quiere decir fluir, correr, manar. Ritmo significa, pues, una persistencia que resulta de la reiteración de partes iguales o semejantes. La importancia del ritmo se basa en el valor que resulta de alterar la tensión y relajación, como trabajo y descanso, sueño y vigilia, día y noche. El ritmo sugiere, la exacta periodicidad de cada fase de la vida, cualquiera que esta sea... Cada artista, cada pueblo y cada época producen una característica clase de ritmo. Podemos decir que el ritmo en los movimientos coreográficos, dejando aparte su contenido emocional, es la organización y revaloración del factor tiempo, unido a la práctica del movimiento. El ritmo es un constante principio de acción muscular, lo cual es movimiento reposo y es la única forma en la cual la acción muscular tiene lugar... En la danza, el ritmo significa mucho más que la mera acción de guardar el compás o la regularidad de determinados movimientos hábiles. Los movimientos adecuados no constituyen por sí solos un arte; en este caso equivale a decir que no constituyen la danza. En sí mismos carecen de

emoción. Pero cuando están condicionados y asociados con los ritmos del pensamiento y el sentimiento, pueden llegar a ser verdaderamente emotivos y a través de la fuerza de la sugestión despiertan el estado sentimental que tienen por misión reflejar. Los movimientos técnicos dirigidos a excitar el sentimiento requieren el empleo del ritmo en su más completa significación..." (Margaret N.H. Doubler. Universidad de Wisconsin).

FOLCLORE

La definición más clara y completa pertenece al Dr. Paulo de Carvalho-Neto, publicada en su libro "Concepto de Folklore": "Folklore es el estudio científico, parte de la Antropología Cultural, que se ocupa del hecho cultural de cualquier pueblo, caracterizado, principalmente, por ser anónimo y no institucionalizado y, eventualmente, por ser antiguo, funcional y pre-lógico, con el fin de descubrir las leyes de su formación, de su organización y su transformación en provecho del hombre". Andrés Pardo Tovar, insigne musicólogo colombiano, en su opúsculo "Hacia una labor tecnificada en el campo del folklore", se refiere al folklorista argentino Carlos Vega recordando que: "en el mundo de la cultura algo se pierde, mucho se conserva y todo se transforma". En este proceso corresponde al folklore precisamente, asumir "La permanencia del pasado". Y luego adopta su definición: "el folklore se ocupa de la obra o manifestación que tenga carácter vernáculo, así se trate de algo producido por un autor individual, pero desconocido, o de una realización que, sobre la base de la creación individual primitiva, ha sufrido un proceso de transformación a manos de muchas generaciones sucesivas".

"Folklore es el saber popular", esto es, el resumen de los conocimientos del pueblo. Lo que el pueblo "cree, piensa, dice y hace" dice Guillermo Abadía en su "Compendio general del Folklore Colombiano". – Otra definición muy valiosa es la que da el sociólogo francés André Varagnac: "El folklore está constituido por las creencias colectivas sin doctrina y las prácticas colectivas sin teoría".

ORIGEN TRI-ÉTNICO DEL FOLCLOR COLOMBIANO

Colombia es el resultado de la fusión de tres razas: la blanca (europea); la negra (africana) y la india (asiática), cuyos aportes ancestrales presentan notables diferencias. Los primeros habitantes, de procedencia asiática, llegaron al territorio que hoy ocupa nuestro país en el transcurso de las migraciones caribes, que así se denominaban los pobladores que bordeaban el Mar Caribe, en una época que se remonta a los 10.500 años AC. Era una prolongación del poblamiento iniciado 30.000 años antes con el paso por el Estrecho de Bering de nómades mongoles, que en oleadas más o menos sucesivas buscaban nuevas tierras y lugares propicios para recolección de frutos silvestres, la caza y la pesca. Otros grupos desembarcaron en las costas del Océano Pacífico, procedentes de la Polinesia que fueron más tarde identificados como Arawaks.

Cartagena de Indias fue el principal puerto negrero de América por mucho tiempo. Allí tenía lugar el comercio de "piezas", que eran despachadas por caminos y vías fluviales al Chocó, Valle del Cauca, Cauca y Nariño. Cuando fue promulgada la Ley de Manumisión de los Esclavos en 1851, los núcleos negreros se dispersaron por todo el Litoral Pacífico y las hoyas hidrográficas del Patía, San Juan, Cauca, Mira, Naya, Magdalena, Sinú, San Jorge, etc. Unos se quedaron en las minas, pero la mayoría se volvieron pescadores, navegantes, peones de siembra y servicio y en las tierras planas, jornaleros de menesteres desempeñados al aire libre.

La raza "civilizadora" tuvo sus ejecutores en los conquistadores españoles. La corriente europea trajo el idioma, la religión, las leyes, las técnicas de trabajo, las artes del Viejo Continente y las costumbres y por lo tanto, la cultura blanca. Los pobladores peninsulares, aún desde el momento del descubrimiento, se mezclaron con los indígenas y más tarde con los negros, iniciándose así el proceso del "mestizaje", que sería el punto de partida del "criollismo". Todas las artes llegadas de Europa, desde la culinaria

hasta la arquitectura y la música, fueron asimiladas por los nativos y luego surgieron adaptaciones y modificaciones.

Pero, ¿quiénes eran los criollos? Don Jorge Juan y don Antonio de Ulloa, en sus "Noticias Secretas de América", explicaban: "Los europeos o chapetones que llegan a aquellos países, son por lo general de un nacimiento bajo en España o de linajes poco conocidos, sin educación ni otro mérito alguno que los haga muy recomendables..." Y más adelante agregan: "Los criollos no tienen más fundamento para observar esta conducta que el decir que son blancos; y por esto, en siendo europeos sin otra más circunstancia se juzgan merecedores del mismo obsequio y respeto que se hacen a los más distinguidos que van allá con empleos" (El subrayado es nuestro). Recibieron el nombre de "criollos" los hijos de españoles, quienes aunque conservaban sus apellidos y blasones, derivaban sus rentas y ventajas de los privilegios heredados y de su asimilación al medio ambiente productivo. El mismo nombre, al parecer, lo recibieron también ciertos mestizos "de buena sangre" (hijos de español con india), ligados por afinidades no sólo familiares, sino educativas a los españoles y cuyo comportamiento se identificaba con el de los blancos.

GEOGRAFÍA DEL FOLCLOR COLOMBIANO

El país se divide en cinco zonas folclóricas de características definidas, cuya estructura histórica tuvo comienzos en las distintas formas regionales que asumió el mestizaje. El espacio geográfico de cada zona es así:

ZONA ANDINA

Comprende los departamentos que cubren las tres cordilleras: Oriental, Central y Occidental, con sus ramificaciones y los valles intermedios: Boyacá, Cundinamarca, Santander es, Antioquia, Caldas, Risaralda, Quindío, Tolima y Huila, Valle, Cauca y Nariño. Se exceptúa de éstos tres últimos la franja entre la Cordillera Occidental y el

Océano Pacífico. Dentro de esta zona se encuentran localizadas algunas tribus indígenas como los Catíos y Chamíes en Antioquia, Viejo Caldas y Risaralda, los Guambianos, los Paeces y Calderas en el Cauca y el Huila; Quillacingas, Quaker y Sibundoyes en Nariño, cuyas culturas se clasifican como aborígenes.

ZONA DEL LITORAL ATLÁNTICO

Incluye los departamentos de Sucre, Bolívar, Córdoba, Atlántico, Magdalena, Cesar y Guajira Occidental. También en esta zona subsisten grupos indígenas, como los Cuna-Cuna, en el Darién, Golfo de Urabá frontera con Panamá e islas adyacentes; los Ijka, Koguis y Arhuacos en la Sierra Nevada de Santa Marta, los Motilones (Bari-Yuko) en la Sierra de Perijá; los Guajiros, en el sector occidental de la península de la Guajira.

ZONA DEL LITORAL PACÍFICO

Abarca el departamento de Chocó y la franja litoral entre la cordillera occidental y el mar, correspondiente a los departamentos de Valle del Cauca, Cauca y Nariño. Habitan allí también algunos grupos Emberá (Cholos) hacia el sur, Yurumanguí (Valle del Cauca); Noanamá (Chocó).

ZONA DE LOS LLANOS ORIENTALES

Está conformada por el departamento de Meta y las intendencias de Casanare y Arauca, extendiendo su influencia hacia las llanuras abiertas a la ganadería que bordean la comisaría del Guainía y el Guaviare. Los indios Guahibos participan activamente en algunos aspectos de folclor llanero.

ZONAS ABORÍGENES

A más de los núcleos indígenas mencionados entre las Zona Andina, Atlántica y Pacífica, están conformadas por pobladores de la Orinoquía y la Amazonía, llegando hasta las fronteras con Venezuela, Brasil, Perú y Ecuador. Hacia el Atlántico, se tiene en cuenta la Península de la Guajira.

ORIGEN DE LAS DANZAS FOLCLÓRICAS COLOMBIANAS

Las más antiguas, entre nosotros, son las que ejecutaban los indios pobladores del Continente antes de la Conquista. Eran y aún siguen siendo en su mayoría, danzas colectivas, es decir, realizadas sólo en grupo y de sentido mágico, religioso o celebratorio, referidas, a la siembra o recolección de las cosechas, a la iniciación, al matrimonio, la caza, la pesca, los preparativos de guerra, etc.

Los españoles aportaron a los pueblos conquistados los bailes que ellos traían de Europa, en la mayor parte de los cuales predominaba la actuación por parejas, modalidad que no conocían los indígenas. Nos transfirieron las figuras elaboradas por las costumbres y las exigencias del Viejo Continente, resultado de la mezcla de muchas razas en muy distintas épocas de la historia.

Así nos llegaron otras maneras de usar el espacio sobre el suelo, como la figura del “ocho”, que es en la práctica la unión de dos círculos en un punto; los “giros” sobre un pie; los dibujos con los brazos hechos al aire, en conjunción infinita; los movimientos combinados de hombre y mujer, como el “molinete”, “el abrazo”, “el espaldeado”, “la vuelta”, “el careo”, el uso del pañuelo como forma de coqueteo, invitación o saludo, el vuelo de las faldas.

Las danzas europeas impusieron otros modos de manejar los pies, los brazos, el torso, la cintura y la cabeza, introduciendo estilos y medidas muy vistosas y complicadas, frente a la sencillez y espontaneidad de los bailadores indígenas. Algunas de estas danzas

desaparecieron totalmente y fueron olvidadas, pero otras han subsistido a través de sus influencias, como el “valse” (o “strauss”) que popularizado como “valse redondo”, “capuchinada” en Bogotá, se reprodujo en “el pasillo”, dejando huellas también en el joropo, el bambuco, etc.

Otros tipos de danzas, muy distintas, arribaron a nuestras tierras en los aportes de los esclavos africanos. En ellas el sentido del ritmo era mucho más profundo y diferente. Los tambores, las marimbas, las maracas, los elementos percutidos, marcaban la medida para bailar. Eran danzas caracterizadas por tener un ambiente “de aire libre”.

LA COREOGRAFÍA

Se suele usar la palabra “coreografía” para indicar los procedimientos técnicos y artísticos que se aplican en el desarrollo de una danza, cuando ésta obedece a un plan o “montaje”. Cuando hablamos de folclor se designa como coreografía la estructura de las danzas, tal como vienen de la tradición. Dicha palabra se deriva del griego “Chorela”, baile, y “Grapho”, trazar o describir. Es decir que “coreografía” es el arte de la danza o bien el oficio de representar un baile por medio de figuras o dibujos.

Toda danza o movimiento acompasado que haga el cuerpo humano se desenvuelve en dos planos: 1) Sobre la superficie del suelo, en sentido horizontal, o planimetría; 2) Hacia el espacio en sentido vertical, o estereometría. En ambos casos, el cuerpo hace dibujos o figuras con los elementos con que se exprese: pies, torso, brazos, cadera, cabeza. Los movimientos planimétricos se plasman, teóricamente, en el suelo, a manera de huella, como sucede, por ejemplo, con los círculos o filas; los que son estereométricos, como la rotación de la cabeza, un arco hecho con los brazos, en fin, presentan una visualidad momentánea y se esfuman en el proceso continuado de las actitudes.

Si esos “dibujos” o “figuras” y la manera de hacerlos reproducen los modelos o estilos que a través del tiempo han sido aceptados y practicados por los bailadores autóctonos de acuerdo a la tradición que ilustra su comportamiento, entonces se pueden calificar esos dibujos o figuras como folclóricos. Cualquier cambio que se haga por fuera del espontáneo gusto popular altera el contenido tradicional y desvirtúa, por lo tanto, su valor y autenticidad.

En las danzas folclóricas todo movimiento o gesto, todo elemento físico o expresivo, tiene un significado, porque resume en el tiempo y simboliza, en alguna forma, un hecho que el hombre realizó o sigue realizando con un propósito social, religioso, mágico o laboral. No hay que olvidar que la danza es un camino estético para darle dimensión corporal al ritmo, como ya se ha dicho y esta condición le permite sublimar con lenguaje propio realidades que se escapan a la fijación de la historia.

CLASIFICACIÓN DE LAS DANZAS

A continuación se presenta una aproximación hacia la gran complejidad de formas de danzas organizadas en diferentes grupos según sus características.

❖ Por el tipo de agrupación

También es preciso tener en cuenta que son muy diversas las formas de agrupación que se usan para bailar.

Colectivas: Son comunitarias, interviene un grupo por lo general numeroso, bien mixto o sólo de hombres o mujeres. Ejemplos: los “negritos” del Litoral Pacífico, el “fandango” del Litoral Atlántico; el “abozao” del Chocó.

Por grupos: Los bailarines actúan en grupos comúnmente de tres o más, que se conservan durante el baile o se hacen y se deshacen periódicamente. Ejemplos: la

“contradanza” chocoana; el “tres” de Boyacá, a ritmo de torbellino; el “torbellino” del norte del Cauca; la “bámbara” negra del Litoral Pacífico.

Por Parejas: La disposición de los bailarines se hace “por parejas” compuestas por lo común de un hombre y una mujer, que se mantienen durante la danza, se intercambian o se modifican. Ejemplos: el “joropo”; la “polka” del Litoral Pacífico; la “cumbia”; la “guabina”.

❖ Por los **objetivos**

Así mismo, en cuanto al propósito o finalidad de cada danza o la circunstancia que la motiva, intentamos una clasificación, mencionando en cada caso algunos ejemplos, siendo de advertir que las palabras puestas entre paréntesis indican los nombres de las tribus indígenas.

Festivas: Destinadas a pura diversión comunitaria tradicional. Ejemplos: el “fandango” del Litoral Atlántico; la “cumbiamba” del bajo Magdalena; la “jota chocoana”; el “sanjuanero”.

De enamoramiento: El tema principal es el acercamiento de la pareja. Ejemplos: el bambuco; “la moña”. O “el moño”; danza de la Zona Andina; las “vueltas” de Antioquia; el pasillo.

De laboreo: Reproducen o simbolizan, en alguna forma, un trabajo específico o un aspecto del mismo o varios a la vez. Ejemplos: la “manta” de Boyacá; la “manta jilada” del Tolima; las “maestranzas” del Litoral Atlántico; el “pilón” o las “pilanderas”; la “caña”, el “trapiche”, las “cintas”, “Farotos” o “tejido de la palma”; la “casa” (Guambianos).

Ceremoniales o conmemorativas: A veces estas dos motivaciones se confunden en un solo acto. Tienen su origen en alguna celebración de tipo religioso o social. Ejemplos: “los estandartes” y “la custodia” del Tolima; “los matachines” del mismo

departamento; “los cabildantes” o “cabildos” del Litoral Atlántico; “los novios” (Guambianos).

Pantomímicas: Remedan o simulan gestos o costumbres de animales o personajes típicos. Suelen ser carnavalescas. Ejemplos: “el venado” (Guahibo); “la cabrita” (Guajiros); “los monos” del Tolima; “los coyongos”, Mompóx; “los goleros” o “gallinazos”, Litoral Atlántico, Tolima, Huila, Antioquia; “el makerule” del Chocó; “sacurí-que-te-pica” de Quinamayó (Cauca).

De iniciación o fertilidad: Se refieren, exaltan o celebran la época de iniciación de los jóvenes al matrimonio o la simbolizan. Ejemplos: “el bullerengue”, Costa Atlántica; “la chichamaya” (Guajiros); “el aconijari” (Cholo); “el matrimonio” (Guambianos).

Funerarias: Tienen lugar con motivo de entierros, velaciones o recordatorios funerales. Ejemplos: “los bundes” de velorio, Costa Pacífica; “El gualí” del Chocó; “el bunde” de Quinamayó (Cauca).

De carnaval: Se acostumbran con motivo de carnaval o festividades similares, durante las cuales se usan disfraces al aire libre y la actuación de los oficiantes tiende a ser completamente libre, sin un esquema coreográfico particular. Ejemplos: “los negritos” del Litoral Pacífico; “Los congos” del carnaval de Barranquilla; “el hojarasquín del monte”, Guapi, Cauca; “las farotas” del bajo Magdalena.

Eróticas: Representan o simbolizan los impulsos de atracción entre hombre y mujer, en sentido natural o en sentido crítico o burlesco. Ejemplos: “la caderona”, “el abozao”, “el rabito” y “la jota” del Chocó; “el mapalé” de la Costa Atlántica; “la viborona”, el bunde de Quinamayó.

Nupciales: Solemnizan la celebración de las bodas. Ejemplos: “el matrimonio” (Guambianos); “la pelazón” (Ticuna); el “yaiga-nagadi” (Cunas).

De cosecha: Se realizan con motivo de la recolección de siembras o acopio de frutos, en fechas marcadas por una motivación cosmogónica. Ejemplos: “juacke” (Huitoto), “fikkaba” (Muinane); “humarí” (Boras).

De libación: Tienen lugar con motivo de las reuniones destinadas a libación, con sentido social, mágico o religioso. Ejemplos: “el chontaduro” (Bora, Muinane); “chachirí” (Macuna, Piratapuyo); “guaya” (Catis).

De conjuro: Se relacionan con procedimientos de carácter mágico o conjuraciones de sentido religioso. Ejemplos: “nasabasa” (Macuna); “cantajai” (Noanamá).

EL VESTUARIO Y LOS ADORNOS EN LAS DANZAS

Requisito indispensable para que se cumplan las leyes de la autenticidad, es que los ejecutantes, miembros de comparsas u oficiantes de las danzas folclóricas lleven los trajes y adornos (parafernalia) que exigen los modos imperantes en cada lugar, no sólo por la forma y estilo adecuados, sino por la calidad e índole de los materiales que se emplean en su confección, considerando en este orden, por ejemplo, los colores de las telas, las aplicaciones ornamentales, el diseño de los sombreros, calzados, cinturones, pañuelos, monteras, flores, alpargatas, mantos, pañolones, cintas, moños, lazos, etc.

En el folclor no se trata de conseguir apariencias o disimulos, sino de realizar lo que impone la costumbre practicada por cada grupo humano. Desde luego son esenciales las medidas o tamaños de los trajes y elementos, en razón de que a través de ellas se encuentra el gusto y el sentimiento de una época o costumbre determinada. El que algo, una falda para citar un caso, sea más larga o más angosta, no es gratuito; si lo es así, quizá esté reflejando un período histórico, una exigencia del clima o una prohibición de carácter religioso.

DANZAS POR REGIONES

Cada una de las zonas explicadas entre las paginas 50-51 cuentan con muchas danzas que representan la conformación de todo su territorio; se nombrarán algunas de las más conocidas por colonia como se muestra en la siguiente tabla.

Colonia	Danzas y juegos coreográficos	
Andina	Bambuco Torbellino Guabina Pasillo	La vuelta La caña El chotís La escoba Sanjuanero
Atlántico	Cumbia Porro Gaita La puya	El merengue Mapalé Fandango El bullerengue La cuadrilla
Pacífico	Caderona El abozao Makerule Mazurka	Contradanza Danza chocuana La jota El chocolate La moña
Llanos orientales	El joropo La vaca El galerón El araguato	Las cuadrillas de san Martín Las negreras La llora o velorio de santo El paloteo
Indígenas, la Amazonía y la Orinoquia	El “Carnavalito” de los Inganos Rito de “bailar el muerto” de los Indios Guahibo	Danza del “Chontaduro” de los Huitoto La “chichamaya” de los Guajiro

2.8 MARCO LEGAL

DE LA RECREACIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DE TIEMPO LIBRE

Art. 6 En función obligadas de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover ejecutar dirigir y controlar actividades de recreación,

elaborar programas de desarrollo y estímulo de estas actividades de conformidad con el plan nacional de recreación. La responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al estado y a las cajas de compensación familiar. Además, con el apoyo de Coldeportes impulsaran y desarrollaran la recreación, las organizaciones populares.

Art. 7 los entes deportivos departamentales y municipales coordinan y promoverán la ejecución de programas de programas recreativos para la comunidad, con la asociación con entidades públicas y privadas.

Art. 9 El ministerio de educación Nacional, Coldeportes y entes propiciarán el desarrollo de la educación extraescolar de la niñez y de la juventud:

1. Fomentar la formación de educadores en el campo extraescolar y la formación de líderes juveniles que promueven la creación de asociaciones y movimientos de niños y jóvenes.

DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Art. 10: Define educación física la disciplina científica cuyo objetivo de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos con sujeción a lo dispuesto en la ley 115 de 1994.

Art. 11: Corresponde al (MEN), la responsabilidad de dirigir, orientar capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de Educación. Física de los niveles de preescolar, básica primaria Ed. Secundaria e Instituciones escolares especializadas para personas con discapacidad física psíquica y sensorial.

DE LA CULTURA

En la constitución política de Colombia de 1991 se establece en los artículos 7 y 8:

Artículo 7. El estado reconoce y protege la diversidad étnica y cultural de la Nación colombiana.

Artículo 8. Es obligación del Estado y de las personas proteger las riquezas culturales y naturales de la Nación.

Ley 397 de 1997 (agosto 7)

Por la cual se desarrollan los artículos 70, 71 y 72 y demás artículos concordantes de la Constitución Política y se dictan normas sobre patrimonio cultural, fomentos y estímulos a la cultura, se crea el Ministerio de la Cultura y se trasladan algunas dependencias.

Entre otras definiciones del artículo 1. Podemos resaltar las siguientes:

1. Cultura es el conjunto de rasgos distintivos, espirituales, materiales, intelectuales y emocionales que caracterizan a los grupos humanos y que comprende, más allá de las artes y las letras, modos de vida, derechos humanos, sistemas de valores, tradiciones y creencias.
2. La cultura, en sus diversas manifestaciones, es fundamento de la nacionalidad y actividad propia de la sociedad colombiana en su conjunto, como proceso generado individual y colectivamente por los colombianos. Dichas manifestaciones constituyen parte integral de la identidad y la cultura colombianas.
3. El Estado impulsará y estimulará los procesos, proyectos y actividades culturales en un marco de reconocimiento y respeto por la diversidad y variedad cultural de la Nación colombiana.
13. El Estado, al formular su política cultural, tendrá en cuenta tanto al creador, al gestor como al receptor de la cultura y garantizará el acceso de los colombianos a las manifestaciones, bienes y servicios culturales en igualdad de oportunidades, concediendo especial tratamiento a personas limitadas física, sensorial y síquicamente, de la tercera edad, la infancia y la juventud y los sectores sociales más necesitados.

CAPITULO III

INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 DISEÑO

El diseño de la propuesta pedagógica fue estructurado a partir de las instrucciones dadas por la coordinadora de prácticas Leidy Ortiz en la inducción al proceso; tratando de cumplir al máximo con estas estipulaciones. Además de lo anterior fue presentada al docente y supervisor Edgar Eduardo Moreno quien aconsejó y aceptó dicha propuesta que busca con su aplicación dar respuesta a las necesidades planteadas en el diagnóstico realizado en días previos.

3.2 PLANTEAMIENTO

La propuesta pedagógica presentada por el estudiante- docente en prácticas profesionales Yeferson Cañizares Ortiz consiste en la organización, formación y presentación de un grupo cultural de danzas folclóricas.

3.3 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividad	Septiembre	Octubre	Noviembre
Conformación	04-20		
Inducción/pautas	04		
Diagnostico	06-20		
Ritmo	06-11-18-25		
Coordinación	13-18-20		28-29
Coreografía	25-27	02-04-18-24-25	28-29
Expresión corporal		04-16-17-18-25	29
Simulación de presentación		17-18-19- 26	29
Presentación		18-19-26-27	16-29-30

En el apartado se plasma la información correspondiente a las actividades que fueron aplicadas para el desarrollo de la propuesta pedagógica, que se inició el día martes 04 de noviembre del 2018 a las 01:30 pm en la cancha múltiple de la institución educativa. En

donde se organizó los días y hora para los ensayos los cuales se aplicarían los días martes y jueves a partir de las 01:30 pm hasta las 03:00 pm. Es preciso aclarar que hubo días previos a las presentaciones donde se ensayaron otros días distintos a los designados para los ensayos.

3.4 EJECUCIÓN

Las actividades que fueron presentadas en el cronograma se aplicaron en su totalidad, respetando los compromisos previos a los que se habían llegado como el respeto mutuo, responsabilidad, actitud, aptitud, compromiso, disponibilidad, entre otras.



3.5 METODOLOGÍA

Para la ejecución de algunos de los siguientes puntos existió un avance más rápido con respecto a otros dado que algunos de los estudiantes ya habían participado en este tipo de actividades folclóricas lo que permitió un proceso de enseñanza y de aprendizaje mucho más asequible.

Organización Del Grupo

El día miércoles 03 de noviembre se informó a cada uno de los grados de sexto (6) hasta undécimo (11) para que asistieran a la convocatoria el día jueves 04 de septiembre a la 01:30 pm, si deseaban participar en el grupo cultural folclórico que sería liderado por el practicante Yeferson Cañizares.

A la convocatoria asistió un aproximado de 18 estudiantes en la que su mayoría eran mujeres, a los que se les dio la inducción de la metodología que se llevaría a cabo durante las prácticas. Durante los siguientes días exactamente hasta el 20 del mismo mes se estuvo aceptando a nuevos participantes.

Diagnostico

Debido a que el objetivo de la propuesta era conformar un grupo para representar a la Institución Educativa San José de la Pesquera y habían asistido más de la cantidad a la cual se estaba limitado el



grupo (max 14. 7 hombres y 7 mujeres); se realizó un diagnóstico de diferentes ritmos musicales para determinar las posibilidades de movimiento rítmico y de expresión corporal que tenía cada sujeto.

Ritmo

Se eligieron ritmos tales como Joropo, Bambuco y Gaita. Cada uno de ellos fue demostrado y explicado con el método inductivo para hombres y mujeres por separado.

❖ La gaita

Pertenece al ámbito de la cumbia, siendo un toque de carácter rítmico, sin canto, ni melodía definida, destinado exclusivamente para bailar. Se acompaña con el mismo instrumental de la cumbia, a compás lento y pausado, similar al porro. La denominación que se le da a este ritmo de “porro palitiao” se debe a que en la ejecución del bombo, en el momento de las pausas, se dan sobre la madera del mismo golpes repicados con palo (a veces dos), a manera de adorno sonoro, muy característico.

❖ El joropo

Se baila por igual en Colombia y en Venezuela, sin variaciones notables, en el área que cubren las grandes llanuras. En lo fundamental, se divide en tres partes: 1) Valsiao o valseado; 2) Escobillao; 3) Zapateado. Tiene también variantes regionales, como sucede con el “joropo toriao”, figura que sirve de base argumental para el antiguo baile de “la vaca”. Hay memoria de otras figuras como la llamada “corrida” y la “silueta de joropo” ya olvidadas

El hombre y la mujer van “agarrados” unas veces, en abrazo muy abierto, o bien, tomados de las manos, a distancia. La entrada se hace con “valsiao”, a paso de valse. Las parejas se desplazan girando o recorriendo el salón a paso de rutina ligando vueltas breves a la vez.

Coordinación

Se trabajaron ejercicios en los cuales se necesitaba de total concentración para crear una correcta relación entre los sistemas nervioso central y muscular mejorando la coordinación intramuscular e intermuscular.

También para la correcta relación entre los participantes que debían coordinar con su pareja y con todos los demás.

Un ejemplo de estos ejercicios es el de movimiento de miembros superiores el cual consiste en 7 movimientos.

1. izquierdo arriba y derecha a la misma altura y en prolongación de la línea de los hombros.
2. derecho cambia hacia adelante, izquierda mantiene posición.
3. izquierdo baja en dirección a la misma lateral, derecho queda igual.
4. izquierdo queda en la misma dirección del derecho mientras que este sube.
5. los dos brazos quedan separados a las laterales izquierda y derecha con brazo correspondiente.
6. dos brazo adelante.
7. brazos abajo.

Otro ejemplo de ejercicios de coordinación los cuales fueron aplicados fue el siguiente, que consiste en realizar en orden:

1. aplauso
 2. chasqueo de los dedos
 3. aplauso
 4. golpear con las palmas las piernas
- Luego se cambia el chasqueo por tocar las orejas con manos cruzadas o tocar la nariz e ir sumando los anteriores.

Coreografía

La estructura de cada una de las danzas se creó respetando los orígenes ancestrales y culturales de aquellos quienes la crearon y han modificado con el pasar del tiempo, pare ello se ubicaba cada uno en su lugar específico, luego se regresaba al paso anterior y nuevamente se añadía uno nuevo.

Coreografía del bambuco. Versión de Jacinto Jaramillo

I. Invitación

El hombre y la mujer se hallan frente a frente al empezar la música. Él se



dirige hacia la mujer y la invita. Vienen luego al centro, siempre danzando. El hombre regresa de espaldas.

II. Los ochos

Esta figura se realiza así: una vez en el centro, los bailarines se cruzan, describiendo sobre el suelo la figura de un “ocho”, que se repite dos o tres veces.

Se tocan con las espaldas al llegar al punto central, o sea en el momento en que se enlazan las líneas.

III. Los codos

Al terminar la última vuelta del ocho y al llegar al centro se colocan los bailarines las manos en la cintura y danzan en círculo, tocándose con los codos derechos; luego giran sobre sí mismos y continúan danzando esta vez tocándose con los codos izquierdos y así la figura se repite tres o cuatro veces.

IV. Los coqueteos

Se separan los bailarines danzando de lado y van hacia los extremos nuevamente, ejecutando el paso saltado, rutina que se verifica así: saltando sobre un pie y colocando enseguida el otro pie tras el primero, apoyándolo en la puntera detrás del talón del otro pie y retrocediendo un paso igual a la posición opuesta.

Al segundo o tercer encuentro de los bailarines, él se inclina sobre ella haciendo ademán de besarla. La mujer esquivo el beso, amagando un golpe con la palma de la mano, que él escapa.

V. La perseguida

La mujer huye describiendo un círculo, en paso de rutina y volviendo el rostro a lado y lado, hacia atrás. El hombre la persigue en paso de rutina saltado y picado, con los brazos en alto, tratando de pisarle el ruedo de la falda que ella recoge a cada salto, al volver el rostro.

VI. El pañuelo

Luego la mujer es quien entra a perseguir al hombre. Este danza en paso de rutina retrocediendo de espaldas; ella lo persigue en paso igual. El hombre la burla con el pañuelo y ella sigue los movimientos de giros que el hombre le marca con el pañuelo. Haciendo luego ademán de retirarse, se va la mujer a un extremo y el hombre al otro.

VII. La arrodillada

Avanzan al centro. Esta vez el hombre le ofrece la mano derecha; ella la toma y él la hace girar bajo su brazo; retroceden nuevamente a los extremos y al regresar él le da la mano izquierda y la mujer la misma; el hombre torna a hacerla girar bajo el brazo e inmediatamente se arrodilla; la mujer, entonces, danza a su alrededor sin soltarse de la mano; luego de una vuelta o dos el hombre la toma por la cintura con la mano derecha.

VIII. El abrazo

Abrazados danzan, haciéndose arrumacos en amplio círculo y así termina la danza, llevándola él al puesto de donde la tomó.

Expresión Corporal

Por ser de gran importancia como cada uno de los anteriores pero que además añade el espíritu y elegancia a cada presentación, se dedicaron sesiones específicas para dicho proceso en el que la mirada al parejo y pareja, la sonrisa, el coqueteo, la malicia, la elegancia, la simulación del trabajo duro entre otros aspectos fueron corregidos durante estas sesiones y durante toda la preparación coreográfica.



Simulación De Presentación

En este punto se retocaba todo lo preparado para ejecutar una buena presentación, se añadieron los vestuarios para la mujer como el vestido que juega un papel importante, también se incluyeron canastas y bastones. El sombrero, la pañoleta, el bastón y materiales de trabajo fueron los instrumentos que el hombre debió aprender a manejar y coordinar con su baile.



Presentación



Después de todo el interés, actitud, tiempo y esfuerzo que se invirtió en la preparación de las danzas para una buena presentación, no había más nada que ponerlo en escena, a lo cual se respondió sin duda a como se debía.

3.7 EVALUACIÓN

El tipo de evaluación a aplicar durante todo el proceso fue meramente formativa, ya que no se obtenía algún tipo de notas por participar en el grupo cultural, sino que se alentaba en la mejora de sus posibilidades de actuación en la sociedad y grupos de representación de instituciones incluso superiores en un futuro, para esto se orientaba en la excelencia y la gratificación de presentar buenos espectáculos en los que el trabajo duro y disciplinado pagaba sus esfuerzos.

Ya afirma McMillan (2007) y confirmando a lo anterior en lo que define a la evaluación formativa como la retroalimentación que se le da al estudiante para que tome acciones correctivas sobre su desempeño, encaminadas hacia el mejoramiento. Esta retroalimentación puede incentivar la motivación y aprendizaje de los estudiantes ya que ésta se da según sus necesidades.

3.8 RESULTADOS

Lo obtenido durante el proceso de la práctica profesional fue notoriamente positivo ya que además de la satisfacción emocional por lo aprendido por los estudiantes, se pudo llevar el grupo a presentaciones en dos municipios del departamento (Saravena y Arauca) representando a la Institución Educativa San José De La Pesquera lo cual significa que se cumplió con el objetivo de la propuesta que se encaminaba a promover la representación de la institución ante otras ubicadas en zonas urbanas.

ANEXOS DE LA PROPUESTA







CAPÍTULO IV

ACTIVIDADES INSTITUCIONALES

Para la presentación de este capítulo que corresponde al quehacer dentro de las instalaciones o de la propia institución se tendrá en cuenta la fecha, la actividad ejecutada y la evidencia de la misma, como también se hará un pequeño resumen de la labor que tuve que cumplir como docente en formación.

Fecha: 24 Julio 2018	Actividad: Día departamental del llanero
Evidencia El día real del llanero se celebra el 25, dado que no habría clases en esa fecha, se adelantó. Mi participación para la actividad fue de coordinador y ayuda para algunos docentes en el buen orden de los grupos durante la salida por las calles. Además ensayé una pareja de joropo que se presentó.	

Fecha: 07 Agosto 2018	Actividad: Izada de bandera día nacional de la batalla de Boyacá
Evidencia Fui de apoyo para la organización de las filas e hileras de los estudiantes ya que se realizaron obras de teatro con relación a la Batalla que marcaría un gran cambio en nuestra Nación.	

Fecha: 18 Agosto 2018	Actividad: Evento organizado por el grado 8 y 10
Evidencia Se realizaron carreras a diferentes distancias y de varias categorías las que apoyé con la logística en la zona de la carretera en la que había que señalar con conos el lugar por donde correrían los participantes, detener el tráfico vehicular, también estuve a cargo de la línea de meta en carreras de corta distancia.	

Fecha: 31 Agosto 2018	Actividad: Día de las cometas
Evidencia Se organizó a los estudiantes para salir a la playa del rio que se encuentra cerca ya que allí había un buen espacio para elevar las cometas. No asistí a la playa ya que me tuve que quedar con unos grupos en las instalaciones del colegio.	

Fecha: 14 Septiembre 2018	Actividad: Día del amor y la amistad
Evidencia Fuimos al centro de convivencia ya que allí el lugar es amplio y con un buen clima gracias al aire acondicionado. Participé con los grados 10 y 11 en el amigo secreto.	 

Fecha: 21 Septiembre 2018	Actividad: Semifinales y finales de futbol de salón
Evidencia La actividad se ejecutó en un día en el cual no hubo jornadas académicas en el que mi papel para ello fue dirigir como árbitro para darle dinamismo a los partidos en los cuales el juego limpio fue recalcado constantemente. 	  

Fecha:03 Octubre 2018	Actividad: Clausura del programa semana de salud sexual
Evidencia Dado que estaba en clases con el grupo 6B y que se necesitaba el espacio de la cancha para el evento tuvimos que ceder el lugar y fuimos partícipes como espectadores del evento que estuvo a cargo por profesionales de la salud provenientes del hospital Moreno y Clavijo de Arauquita.	 
	

Fecha: 24 Octubre 2018	Actividad: Simulacro de terremoto
Evidencia Pedido por el MEN en concordancia con las secretarías de educación y el cual deben cumplir las Instituciones, se realizó el simulacro de terremoto a las 09:00 am en el cual debíamos desplazarnos hacia un lugar indicado previamente. Por pertenecer a la comunidad institucional y estar en sus instalaciones realicé lo pedido por el docente Carlos Rico, jefe de evacuación quien me ordenó llegar al lugar.	

Fecha: 31 Octubre 2018	Actividad: Jornada deportiva día del niño
Evidencia Al observar que la jornada académica transcurría con normalidad en un día tan importante para los niños y niñas y conociendo la importancia de la recreación, decidí en concordancia con las licenciadas de primaria en realizar después del recreo unos partidos de futbol de salón en el que los estudiantes se divirtieran.	    

Fecha: 02 Noviembre 2018

Actividad: Entrega de símbolos

Evidencia

El día anterior a la entrega de los símbolos que hace el grado de once a estudiantes del grado decimo, se realizó una simulación para coordinar la formación que cada grupo debía mantener durante la actividad. Colaboré en la formación de los grupos y en la distribución ascendente por la altura de cada estudiante en las dos ocasiones.

Día 1



Día 2.



CAPITULO V

FORMATOS DE EVALUACIÓN

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Facultad de Educación
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - PROFESOR: JEFFERSON CAÑIZARES ORTIZ
SUPERVISOR: RAUL MORENO
INSTITUCIÓN: SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
GRADO Pre-escolar FRECHA: 19 noviembre 2018
1°-2°-3°-4°-5°-6°A-6°B

ETAPAS	OBSERVACIÓN	%	NOTA	%
1 Administrativa		30%	4.9	14.7
2 Docente y Evaluativa		50%	5.0	25
3 Actividades extracurriculares		20%	5.0	10
	NOTA DEFINITIVA	100%		49.7

Supervisor: _____

Alumno - Profesor

JEFFERSON CAÑIZARES ORTIZ

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - PROFESOR: YEFERSON CANIZARES ORTIZ
ASESOR: [Signature]
INSTITUCIÓN: SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
CURSO: Ple-escolar FRECHA: 19 Noviembre 2018
7°-2°-3°-4°-5°-6°A-6°B

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	4.9	1.47
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	5.0	2.5
III. EXTRACURRICULAR	20%	5.0	1.0
NOTA DEFINITIVA			4.97

OBSERVACIONES

ESPECIALES:

Alumno - Profesor: YEFERSON CANIZARES ORTIZ

Supervisor: [Signature]

DQS is member of:



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad de Educación
Departamento de Cultura Física, Recreación y Deportes

FICHA DE EVALUACIÓN DEL PLAN DE CLASE. PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - PROFESOR: YEFERSON CARRERA ORTIZ
SUPERVISOR: DAVID MORALES CORDERO
PERIODO ACADÉMICO: 2018-2
FECHA: 19 de noviembre 2018

Aspectos Evaluables	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1. Precisa los contenidos básicos que debe dominar el alumno para recibir el nuevo conocimiento (conducta de entrada).	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5
2. Los objetivos explícitos están bien formulados (Medibles, Observables y Alcanzables)	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
3. Los contenidos tienen secuencia lógica, se adaptan al nivel del alumno y sintetizan la totalidad del tema.	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
4. Describir las actividades del aprendizaje.	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
5. Seleccionar los medios de acuerdo al contenido, actividades de aprendizaje y logro del objetivo	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5
6. Los mecanismos de evaluación concuerdan con objetivos, temas y actividades de aprendizaje.	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
TOTALES	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. Rol en la Institución

- Pertenencia con la institución
E
- Da a conocer sus inquietudes
E
- Cumple y respeta los conductos regulares
E
- Interactúa y se relaciona con facilidad y adecuadamente
E
- Su presentación personal es acorde a las situaciones de trabajo
E

2. Planeación

- Proyecta estrategias de ejecución con objetivos precisos
E
- Es autónomo en sus decisiones
B
- Visiona y gestiona acciones futuras
E
- Su proyecto de área es acorde con el PEI
E

3. Organización

- Elabora y presenta su proyecto de desarrollo de área
E
- Lleva los diarios de campo-planes de unidad de clase
E
- Su comunicación es fácil y asertiva
E
- La comunicación requerida es presentada con orden, pulcritud y estética
E

4. Ejecución

- La metodología propuesta es coherente con su plan de desarrollo
E
- Es puntual en el cumplimiento de sus obligaciones laborales
E
- Se integra a los grupos de trabajo con facilidad
E
- Es líder en desarrollo del trabajo de su área
E

5. Control

- Hace seguimiento continuo a las actividades desarrolladas
E
- Soluciona las dificultades encontradas en el desarrollo del proceso
E

Nombre Del Asesor: Raul Moreno C
Firma Del Alumno Maestro: JEFFERSON CAPRARES ORTIZ
Fecha: 19 Noviembre 2018

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - PROFESOR: YEFERSON CANIZALES ORTIZ
SUPERVISOR: Raul Moreno C
INSTITUCIÓN: SAN JOSE DE LA PESQUERA
FECHA: 19 Noviembre 2018

ACTIVIDADES	PUNTAJE MAXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	5
2 Unifica criterios y aclara de conceptos y dudas	5	5
3 Emplea y domina el aspecto pedagógico y metodológico	4	4
4 Usa el lenguaje técnico de la materia	2	2
5 Dosifica el tiempo	3	3
6 Lleva el material didáctico	2	2
7 Emplea bien el material didáctico	4	4
8 Emplea bien el tablero y consigna lo principal	4	3
9 Refuerza a sus alumnos	3	3
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11 Dirige y redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	3
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3
14 Se cumplió el objetivo	4	4
15 Presentación personal excelente	2	2
TOTAL	50	49

OBSERVACIONES: _____

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL ALUMNO - MAESTRO

NOMBRE ESTUDIANTE: JEFFERSON CANIZARES ORTIZ
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: RAUL MORENO C

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. De la Institución de Práctica

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

2. De la Universidad

- 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. B
- Las asesorías del supervisor de prácticas fueron importantes en el desarrollo de la práctica. NA

3. Formación profesional y personal.

- A través de la práctica tuve mayor conocimiento de mis debilidades y fortalezas. E
- La practica 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

SAUGERENCIAS:

Darle mayor importancia al área de educación física por parte de los docentes que toman esta hora para reforzar en contenidos de otras asignaturas. Creando en sus estudiantes apatía por la practica de actividades recreativas y deportivas.

Firma Del Alumno – Maestro: YEFERSON CAÑIZABES ORTIZ

Fecha: 19 Noviembre 2018

CONCLUSIONES

La propuesta pedagógica “Danzas Folclóricas Como Medio De Reconocimiento Personal y De Representación De La Institución Educativa San José De La Pesquera” se cumplió en su totalidad según el cronograma de actividades y objetivos previstos, ya que se pudo lograr con ella que los estudiantes y la institución se diesen a conocer presentando dos danzas folclóricas “la gaita y brisas del pamplonita” en diferentes municipios del departamento de Arauca. Además se consiguió reformar el grupo que seguirá representando en eventos intrainstitucionales e interinstitucionales.

En tanto a la ejecución de las clases propias de la educación física que era el otro gran contenido que se debía desarrollar durante el proceso de las prácticas profesionales y de igual importancia al de la propuesta pedagógica se pudo constatar que al final de toda esta experiencia se obtuvieron unos resultados altamente favorables en varias vertientes de las cuales cabe señalar entre otros.

- ✓ Entusiasmo por realizar la clase debido a que antes hacían siempre lo mismo “jugar balón”
- ✓ Actitud positiva y siempre a la expectativa de actividades nuevas.
- ✓ Mayor participación, menos apatía por una gran cantidad de estudiantes que en su mayoría niñas no querían realizar ningún tipo de actividad física.
- ✓ Mejora notable de capacidades de coordinación óculo-manual y óculo pedal.
- ✓ Iniciación en minideportes que eran totalmente desconocidos para ellos.
- ✓ Respeto por el adversario y admiración por el ganador.
- ✓ Ganancias en la aplicación de los patrones básicos de locomoción.

La puesta en práctica tanto de la propuesta pedagógica como la del desarrollo de las clases fue un proceso de constante aprendizaje donde la responsabilidad, la actitud y aptitud, el compromiso y el amor por esta profesión tan maravillosa fueron pilares muy importantes para el buen desempeño como docente en formación. De igual forma el crecimiento personal fue sumamente positivo.

BIBLIOGRAFÍA

- Vega Mateo, Ariadna. (2015) *La danza como herramienta para la integración y el aprendizaje integral del alumnado con Necesidades Educativas Especiales en Educación Física*. [PDF toxit] recuperado de: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/12902/1/TFG-B.688.pdf>
- Ministerio de la cultura (2010) *lineamientos del plan nacional de danzas- para un país que baila* [PDF foxid] recuperado de: <http://www.mincultura.gov.co/areas/artes/danza/Documents/LineamientosPlanDanza2aEdicion.pdf>
- Echeverry J, Luis Guillermo- Murcia Peña, Napoleón. (2002). *La danza y el baile* [revista digital] tomado de: <http://www.efdeportes.com/efd46/baile.htm>
- Marulanda Morales, Octavio. (1984). *El folclor de Colombia- Práctica de la identidad cultural* [PDF File] recuperado de: <http://babel.banrepcultural.org/cdm/ref/collection/p17054coll10/id/2398>
- Institución educativa San José de la pesquera. (2018). *Manual de convivencia escolar*. [archivo en Word]
- Constitución Política De Colombia, 1991 (con reforma de 1997)
- Ley 397 de 1997 (Ley general de cultura). (07 agosto 1997). [PDF] recuperado de: <https://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/es/ley-397-de-1997-ley-general-de-cultura>
- https://www.google.com.co/search?q=balon+voleibol&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwj_osnhj77eAhVCt1MKHXuYAkQ_AUIDigB&biw=1280&bih=650#imgdii=nJ6rEqDkCHueEM:&imgrc=RSq6GAJvtpZKYM



ANEXOS

CARTA DE PRESENTACIÓN



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

Pamplona, 17 de Julio del 2018

Especialista
EDGAR DUVAN SEPULVEDA CRUZ
Rector
Institución Educativa San José de la Pesquera
Cerrito Santander

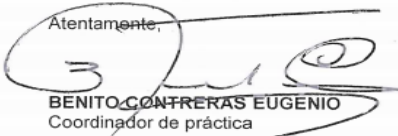
Estimado Rector:

La Universidad de Pamplona a través del programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes le presenta un cordial y caluroso saludo y éxitos en su gestión.

Dentro del plan de estudios de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes aparece la asignatura Practica Integral, en el cual los estudiantes como su nombre lo indica cumplen con las competencias, habilidades, destrezas, actitudes y visiones entre otras que le permitan vincularse de forma activa y participativa a la institución donde va a realizar su práctica, por lo anterior agradezco el haber dado permiso para la realización de la misma en la institución que usted dirige.

Así mismo le estoy enviando para su conocimiento la programación de la Práctica Integral que debe realizar el alumno maestro en el primer semestre del 2018, dentro de la cual debe desarrollar 12 horas semanales de clase, debe permanecer 4 horas diarias en la institución la cual se iniciará el 23 de Julio, y su terminación será el 23 de Noviembre y la socialización el 30 de Noviembre.

Espero se le preste toda la colaboración posible para que el objetivo propuesto se pueda lograr, en sus dimensiones académicas, administrativas y de proyección social.

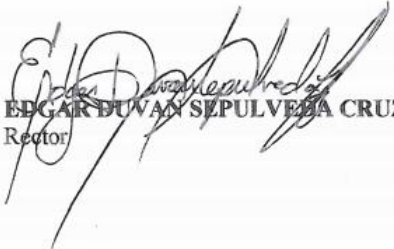
ESTUDIANTE Yefferson Cañizares Ortiz Atentamente,  BENITO CONTRERAS EUGENIO Coordinador de práctica Copia a: Supervisor	SUPERVISOR Lic. Raúl Eduardo Moreno Cordero 
---	--

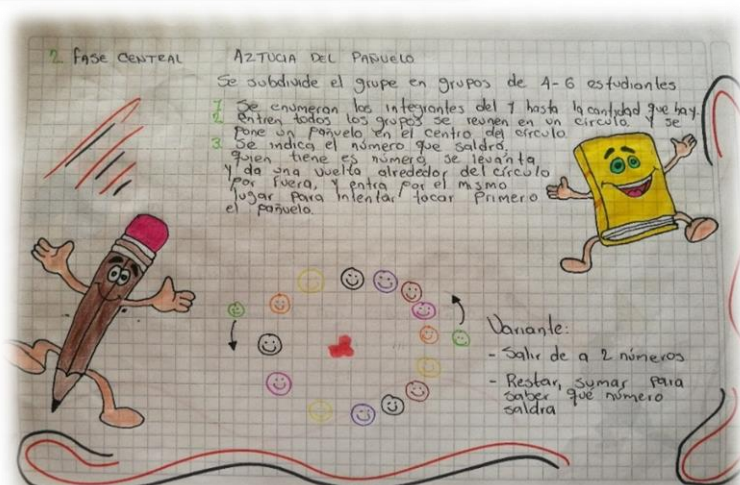
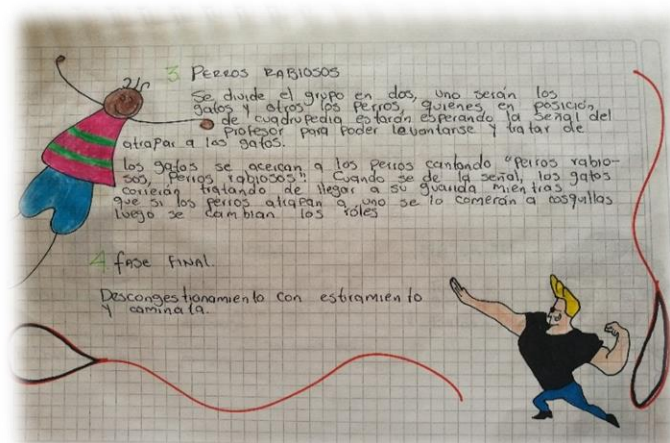
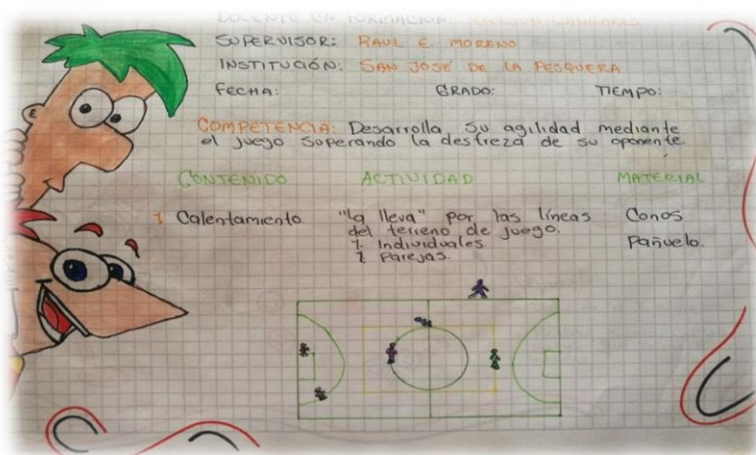
Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

5

CARTA DE RECOMENDACIÓN

	REPUBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DE ARAUCA MUNICIPIO DE ARAUQUITA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOSE DE LA PESQUERA REGISTRO DANE 281065002611 NIT 834.001.788-5 APROBADA POR RESOLUCION 1548 DEL 18/06/2010 Y 4001 DEL 24/11/2011 PREESCOLAR BASICA Y MEDIA	
A QUIEN CORRESPONDA Por medio del presente me permito hacer de su conocimiento que el Sr. Yeferson Cañizares Ortiz identificado con CC.: 1007167547 laboró bajo mis órdenes en la Institución Educativa San José De La Pesquera, de lo cual me consta su responsabilidad y competencia de trabajo. Por lo anterior puedo recomendarlo ampliamente para desempeñar su labor como docente en el área de Educación Física ya que en virtud de su integridad y ánimo de superación constante ejerce bien su trabajo. Se extiende la presente los efectos legales que al interesado convenga. Se expide a los 16 días del mes de noviembre de 2018 en San José de la Pesquera - Arauquita		
 EDGAR DUVAN SEPULVEDA CRUZ Rector		

PLANEADORES



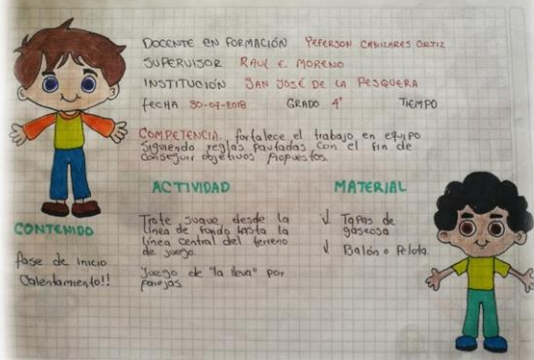
DOCENTE EN FORMACIÓN: PETERSON CARRASCO ORTIZ
SUPERVISOR: RAUL E. MORENO
INSTITUCIÓN: SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
FECHA: 30-01-2018 GRADO: 4º TIEMPO:

COMPETENCIA: Fortalece el trabajo en equipo siguiendo reglas pactadas con el fin de conseguir objetivos propuestos.

CONTENIDO
Fase de inicio
Calentamiento!!

ACTIVIDAD
Junto a la línea de fondo, la línea central del terreno de juego.
Juego de "la dona" por parejas.

MATERIAL
✓ Tapas de gaseosa
✓ Balón o pelota.



fase central
Se divide a todo el grupo en dos subgrupos o equipos.
Uno es el equipo atacante y otro el defensor. Quienes atacan deberán armar una torre de tapas dentro de una zona demarcada en la cual no pueden ingresar ningún defensor, solo los porteros, porteros y jugadores con su balón siempre de las rodillas para abajo.
Cada 5 minutos se cambia el rol del equipo. Cuando un equipo consigue armar la torre debe decir: "¡GOL!" y así confirmará su punto.
El jugador pateado o congelado lo pone en juego de nuevo un compañero que le pase la pelota por encima de su cabeza.

fase final
Descongelamiento con caminata.



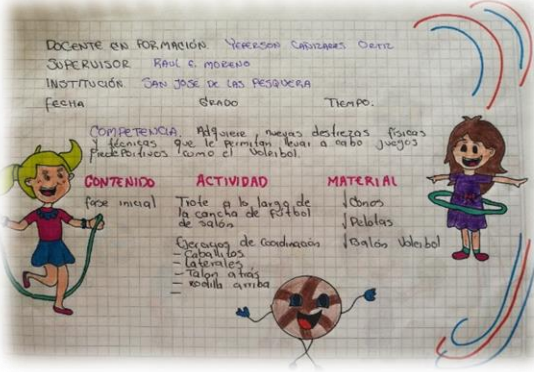
DOCENTE EN FORMACIÓN: PETERSON CARRASCO ORTIZ
SUPERVISOR: RAUL E. MORENO
INSTITUCIÓN: SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
FECHA: GRADO: TIEMPO:

COMPETENCIA: Adquiere nuevas destrezas físicas y técnicas que le permitan llevar a cabo juegos recreativos como el voleibol.

CONTENIDO
Fase inicial

ACTIVIDAD
Junto a la línea de la cancha de fútbol de salón.
Ejercicios de coordinación:
- Caballos
- Laterales
- Talones
- Rodilla arriba

MATERIAL
✓ Balón
✓ Pelotas
✓ Balón Voleibol



fase central
Organizados en dos hileras, uno al frente del otro se dará inicio a la metodología del juego de voleibol.
Para esto, uno golleará un cono entre los brazos mientras intenta sacar una pelota lanzada por su pareja dentro del cono.
Se debe adoptar una posición de flexión de las piernas y los brazos extendidos adelante.
También se juega a no dejar caer un globo utilizando el mismo golpe.

fase final
Estiramiento e hidratación.



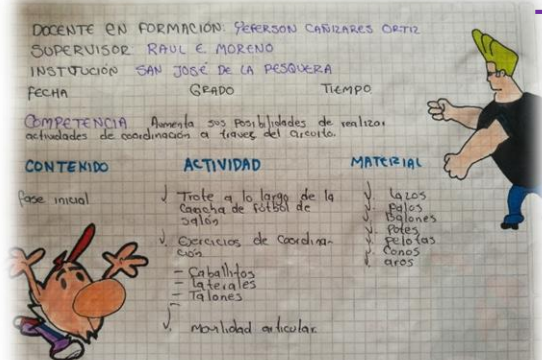
DOCENTE EN FORMACIÓN: PETERSON CARRASCO ORTIZ
SUPERVISOR: RAUL E. MORENO
INSTITUCIÓN: SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
FECHA: GRADO: TIEMPO:

COMPETENCIA: Aumenta sus posibilidades de realizar actividades de coordinación a través del circuito.

CONTENIDO
Fase inicial

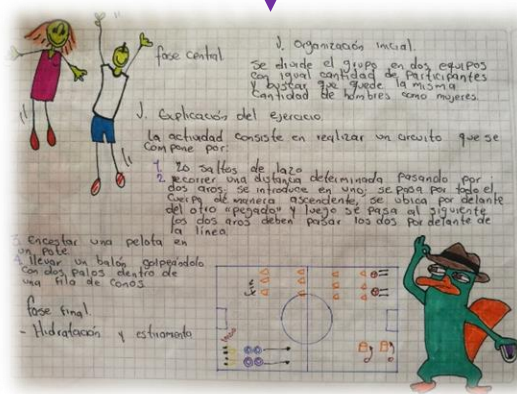
ACTIVIDAD
✓ Trote a lo largo de la cancha de fútbol de salón.
✓ Ejercicios de coordinación:
- Caballos
- Laterales
- Talones
✓ Movilidad articular.

MATERIAL
✓ Los
✓ Pelos
✓ Balones
✓ Pelotas
✓ Conos
✓ Aros



fase central
1. Organización inicial.
Se divide el grupo en dos equipos con igual cantidad de participantes y bastantes que quede la misma cantidad de hombres como mujeres.
2. Explicación del ejercicio.
La actividad consiste en realizar un circuito que se compone por:
1. Los saltos de lazo.
2. Recorrer una distancia determinada pasando por dos aros. Se introduce en uno se pasa por debajo del otro se pasa al siguiente y luego se pasa al siguiente por dos aros deben pasar los dos por delante de la línea.
3. Encostar una pelota en un palo.
4. Llevar un balón golpeándolo con dos palos dentro de una fila de conos.

fase final
- Hidratación y estiramiento.



DOCENTE EN FORMACIÓN: YEFERSON CABIZARES OANTE
SUPERVISOR: RAUL E. MORENO
INSTITUCIÓN: SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
FECHA: 07-08-2018 GRADO: Pre-escalar TIEMPO: 45 min

COMPETENCIA	ACTIVIDAD	MATERIAL
Conoce nuevas rondas que permiten compartir con sus compañeros espacios propios para la recreación.	Se integran Variables Como Carrera, coordinación, equilibrio y movilidad articular mediante la realización de la ronda "Cuando un Pirata baila".	
Fase inicial		
Fase Central	Se procede a aprender la letra de la ronda de la "sandra" explicándole a los niños que deben responder después de mi todo lo que yo diga. Habla una Sandra Grande Gorda Jorda!	



Continuación: ¡Que se crea la mas bella del mundo!
¡Y, para el mundo conquistarl!
¡Sua sua! aprendio a:
De quien adelante se le agrega una habilidad como correr, nadar, volar etc. y se hace el gesto. Se inicia la ronda con cada una y con acumulativas.

La siguiente es la ronda del "animal particular"
Con las mismas reglas de la anterior el profesor empieza contando:
¡En la selva yo me encontré!
¡un animal muy particular!
¡Con una mano así!... que hacia así, así, así!

Se van realizando movimientos con cada parte del cuerpo que se va añadiendo a la ronda.



DOCENTE EN FORMACIÓN: YEFERSON CABIZARES
SUPERVISOR: RAUL E. MORENO
INSTITUCIÓN: SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
FECHA: 24-07-2018 GRADO: TIEMPO:

COMPETENCIA:	CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIAL
Interactúa con sus compañeros mediante juegos recreativos fortaleciendo lazos personales con ellos y el nuevo profesor.	Calentamiento	Juego la "lleva"	Pañuelo
		1. En parejas, quienes la llevan intentan tocar a otra pareja para pasar a ellos la responsabilidad no se pueden soltar. 2. Inician dos tomados por las manos e intentan ir tocando a sus amigos sueltos para ir agrandando la cadena sin salir del lugar delimitado.	




CENTRAL La cola del dragón:
El juego consiste en hacer una hilera tomados por la cadena en donde el primero de la hilera tratará de agarrar un pañuelo que lleva en su espalda el último participante. Cuando este lo tome pasa a ser la cola de la mitad del dragón hacia delante cubriéndolo a la cabeza que es quien toma el pañuelo mientras que la otra mitad intenta no dejar quitárselo.

VÍDEO PANCHITO - CAUCHERO
Se divide al grupo en dos subgrupos, formando dos ejes una al frente de la otra, de espaldas deciden cual decisión tomar. La Panchito le gana a la Cauchero, Olla Cauchero es victorioso contra el conejo panchito que la panchito le gana a la Cauchero.

BOB E MORENO
YEFERSON CABIZARES





FINAL Descongestionamiento con estiramientos y caminata.

Observaciones:



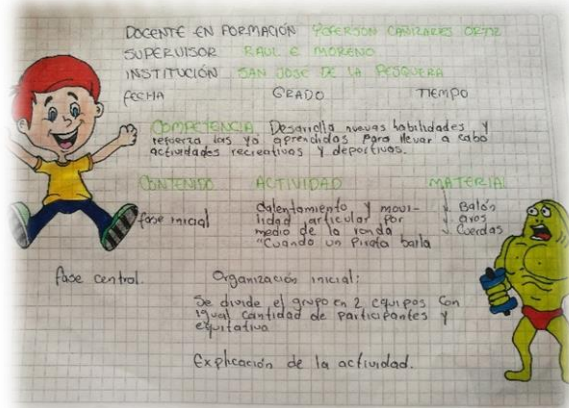
DOCENTE EN FORMACIÓN: PETERSON CARRANZA ORTIZ
SUPERVISOR: RAUL E MORENO
INSTITUCIÓN: SAN JOSE DE LA PESQUERA
FECHA: _____ GRADO: _____ TIEMPO: _____

COMPETENCIA: Desarrolla nuevas habilidades y repertorio las ya aprendidas para llevar a cabo actividades recreativas y deportivas.

CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIA
Fase inicial	Calentamiento y movilidad articular por medio de la ronda "Cuando un Pirata baila"	2 Balas 1 Aro 1 Cuerda

Fase central: Organización inicial:
Se divide el grupo en 2 equipos con igual cantidad de participantes y equitativa.

Explicación de la actividad.



Consiste en hacer puentes por equipo tumbando un poste puesto sobre un cono con un balón, pero para ello primero deberá subir por los siguientes:

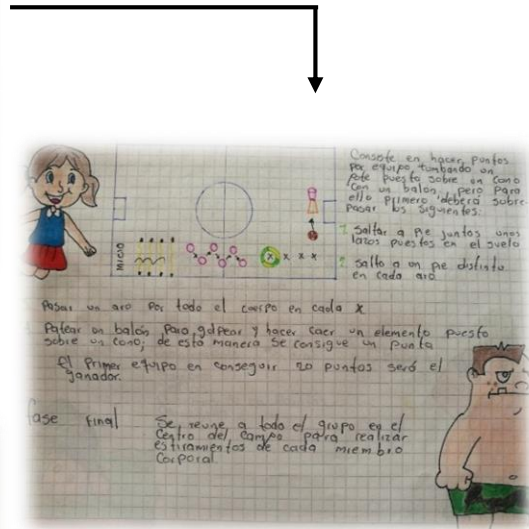
1. Saltar a pie juntos unos lateros puestos en el suelo
2. Salto p en pie distinto en cada aro

Para un aro por todo el cuerpo en cada X

Pasar un balón para golpear y hacer caer un elemento puesto sobre un cono, de esta manera se consigue un punto.

El primer equipo en conseguir 20 puntos será el ganador.

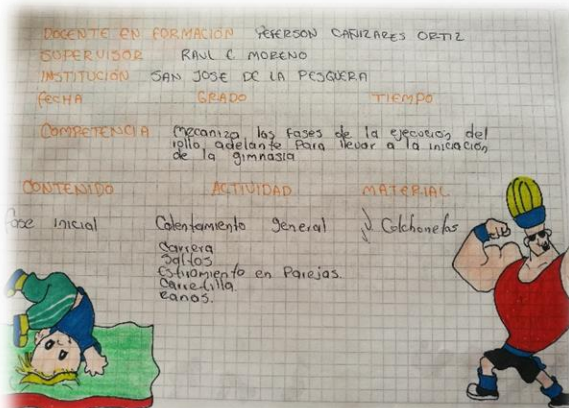
Fase final: Se reúne a todo el grupo en el Centro del campo para realizar estimaciones de cada miembro corporal.



DOCENTE EN FORMACIÓN: PETERSON CARRANZA ORTIZ
SUPERVISOR: RAUL E MORENO
INSTITUCIÓN: SAN JOSE DE LA PESQUERA
FECHA: _____ GRADO: _____ TIEMPO: _____

COMPETENCIA: Mecaniza las fases de la ejecución del rollo adelante para llevar a la iniciación de la gimnasia.

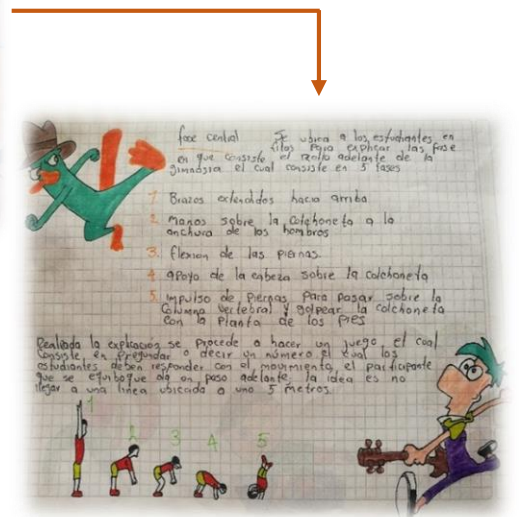
CONTENIDO	ACTIVIDAD	MATERIA
Fase inicial	Calentamiento General Saltos Estiramiento en Parejas. Cuerda, la canoa.	Colchonetas



Fase central: Se ubica a los estudiantes en fila para explicar las fases en que consiste el rollo adelante de la gimnasia el cual consiste en 5 fases:

1. Brazos extendidos hacia arriba
2. Manos sobre la colchoneta a la anchura de los hombros
3. Flexión de las piernas
4. Arco de la cabeza sobre la colchoneta
5. Impulso de piernas para pasar sobre la Gimnasia Celestial y golpear la colchoneta con la planta de los pies

Realizada la explicación se procede a hacer un juego el cual consiste en, preguntar a decir un número al cual los estudiantes deben responder con el movimiento, el participante que se equivocó al no pasar adelante la idea es no llegar a una línea ubicada a una 5 metros.



El grupo se ubica en una sola hilera para pasar y ejecutar el rollo con todas las bases y cuidando a cada sujeto por parte del docente para prevenir cualquier tipo de accidentes.

Se debe hacer mucha énfasis en el apoyo de la cabeza sobre la colchoneta ya que en esta base es donde pueden haber problemas para los niños que están empezando el proceso.

Cada participante deberá pasar al final de la hilera cuando realice el rollo.

Fase final: Estiramiento e hidratación.



DOCENTE EN FORMACIÓN YERSON CANIZARES ORTIZ
SUPERVISOR RAUL C. MORENO
INSTITUCIÓN SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
FECHA GRADO TIEMPO

COMPETENCIA Inicia los procesos de mecanización en el fundamento básico del driblar en el baloncesto.

CONTENIDO Fase inicial Calentamiento

ACTIVIDAD Trote hasta la mitad del terreno
Desplazamiento lateral aplaudiendo arriba
Elevación de piernas
movilidad articular en general

MATERIAL Balón
Conos




fase central Se divide el grupo en dos equipos del cual formará una hilera cada uno. el balón lo tendrá el primero de cada hilera, a la señal del profesor deberá pasar el balón por el medio de las piernas hasta llegar al último quien lo tomará y saltará porbandolo hasta el cono del frente, regresa y se ubica de primero para pasar por debajo el balón para que el último realice lo mismo.

Variantes 1. Pasar el balón por arriba de sus cabezas
2. pasar el balón por un lado izquierdo o derecho
3. el último quien toma el balón pasará por el medio de sus compañeros haciendo un 2A-2B
4. pasar por debajo de las piernas de sus compañeros
5. driblar con otra mano.

fase final Hidratación y estiramiento




DOCENTE YERSON CANIZARES ORTIZ
SUPERVISOR RAUL C. MORENO
INSTITUCIÓN SAN JOSÉ DE LA PESQUERA
FECHA GRADO

COMPETENCIA Fortalece sus capacidades físicas de coordinación, fuerza, velocidad y resistencia mediante un circuito.

CONTENIDO Calentamiento

ACTIVIDAD 1. Para iniciar el trabajo de la sesión se realizarán las siguientes actividades
2. Trote por 3 minutos
3. En parejas ubicados en la línea del fondo uno le tocará la palma de la mano y sale corriendo hacia la otra línea sin dejarse atrapar
4. movilidad articular.

MATERIAL Conos
Cachonetas
Aros
Lazos




CENTRAL

Se divide el grupo en 6 subgrupos para que realicen cada ejercicio los cuales son:

1. Abdominales en cachonetas
2. Saltos en conos, a un pie y a dos
3. cuchillas
4. Saltar valla con impulso
5. En posición de flexiones, estar y salir alternando los brazos en el aro
6. Carrera de velocidad

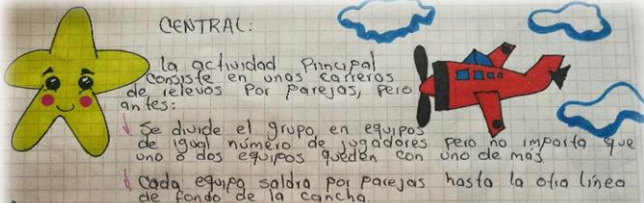
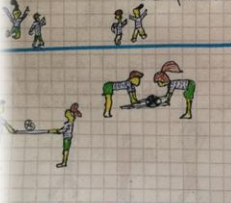





CENTRAL:

la actividad Principal consiste en unos carreros de relevos Por Parejas, Pero antes:

- Se divide el grupo en equipos de igual número de jugadores pero no importa que uno o dos equipos queden con uno de mas
- Cada equipo saldra por parejas hasta la oña linea de fondo de la cancha.
- la pareja tomara dos bastones cada uno por sus res Pechuos puntas Para llevar Sobre ellos un balón hasta la linea y volver a entregar esto a la siguiente pareja del mismo grupo.
- el equipo que consiga hacer dos rondas por cada Pareja ganara.
- "Al equipo que se les carga el balón lo pueden tomar, subir sobre los palos y seguir."
- los demas deberán esperar en la linea Para recibir sin hacerlo fuera de este lugar.

DOCENTE YEFERSON CANIZARES
SUPERVISOR RAUL C MORENO
INSTITUCIÓN SAN JOSÉ DE LA PESQUERA

fecha _____ GRADO _____

COMPETENCIA
Mejora la interacción con el grupo a través de trabajos de coordinación/ equilibrio en parejas

CONTENIDO Calentamiento

ACTIVIDAD Dando Vueltas alrededor de la cancha el grupo deberá realizar el movimiento que haga el primero que luego de un momento pasará al final para que el siguiente tome su posición y ejecute su nuevo movimiento.

MATERIAL

- Balones
- Bastones
- Palos de escoba
- Colechoneta





Variantes

- uno se desplazara de espaldas con relación a su compañero(a)
- los dos deberán quedar de espaldas de tal forma que queden viendo en sentidos opuestos
- subiran los palos a la altura de pecho, cadera y cabeza
- Todos las anteriores Pero ahora llevarán el balón sobre una pequeña colechoneta.

final)

Vuelta a la calma, recoger todo el material, y estiramiento. Principalmente de segmentos superiores, hidratar, lavarse las manos y acomodar el uniforme.





EJECUCIÓN DE LAS CLASES

Fecha: 01 Agosto 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Actividad musical. Iniciación en el conocimiento de los instrumentos musicales.	      

Fecha: 13 Agosto 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Iniciación a la gimnasia. Rollo adelante agrupado	
	
	
	

Fecha: 22 Agosto 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Se ejecutó una actividad donde los estudiantes realizaban diferentes tareas las cuales se iba cambiando al momento en que el primero terminaba su recorrido. Esta actividad que involucraba trabajos de fuerza, velocidad, coordinación y equilibrio se ejecutó con los grados 3 - 4 y 5 de primaria.   	 

Fecha: 27 Agosto 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Para ésta práctica se realizó una competencia por equipos donde salía un participante a realizar el recorrido que consistía en lanzar un aro y meterlo en un cono, llevar un balón medicinal de 3 kg pasando por encima de un objeto, hacer rollo adelante y luego volver a tomarlo, dejarlo en el suelo y cambiarlo por una pelota para introducirla en un pote, traer corriendo sin pasar por los obstáculos y entregarlo al compañero.	 
	

Fecha: 03 Septiembre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Trabajo realizado al grado 11. Actividad deportiva y recreativa futbol-tenis, esta fue una clase recibida con buen entusiasmo dado que los estudiantes no habían practicado algo como esto; debido a ello se le explicaron las reglas concernientes a la actividad.	    

Fecha: 11 Septiembre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Carrera de obstáculos por equipo. Saltar dentro de aros a uno y dos pies. Salto adelante, atrás y adelante sobre un obstáculo bajo. Pasar por debajo de una valla. Rollito adelante en colchoneta. Vuelta a un cono en las dos direcciones.	

Fecha: 20 Septiembre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Iniciación al voleibol	     

Fecha: 26 Septiembre 2018

Actividad: Desarrollo de las clases

Evidencia

Bolos.

Consiste en tumbar unos conos ubicados a cierta distancia con un balón.

A medida que quedan menos conos de pie, la distancia es acortada.

El lanzamiento puede ser diferentes formas como, de frente a ras de suelo o lanzamiento directo el cual no puede tocar el suelo antes que el cono.

O de espalda al ras de suelo por el medio de las piernas.



Fecha: 04 Octubre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Gimnasia rítmica motriz. Esquema de revista con el grado quinto, trabajando lateralidades, giros desplazamientos, figuras, coordinación y manejo de bastón.	   

Fecha: 04 Octubre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Circuito de trabajo compuesto por fuerza, polimetría, velocidad y resistencia.	    

Fecha: 16 Octubre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Metodología y aplicación de contenidos de atletismo. Lanzamiento de jabalina.	     

Fecha: 22 Octubre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Competencia por equipos en la cual se tomará un aro y se pasará en zig-zag por una hilera de conos, luego se lanza el aro para lograr atrapar un cono dentro de él.	
  	 

Fecha: 01 Noviembre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Ronda cuando un pirata baila que proporciona en su contenido actividades de saltar, correr y gesticular cualquier sin número de movimientos corporales	    

Fecha: 06 Noviembre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Competencia por parejas y por equipos en carreras de velocidad de relevos y suma de a uno hasta completar la totalidad de sus participantes.	
  	 

Fecha: 14 Noviembre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Aplicación del yoyo test con el grado decimo para medir la capacidad aeróbica.	    

Fecha: 15 Noviembre 2018	Actividad: Desarrollo de las clases
Evidencia Competencia por equipos en el cual el objetivo es tumbar una torre de conos para así marcar un punto. Se deba pasar sobre unas bases, zancadas dentro de aros, hacer rollo adelante y por ultimo patear un balón para derribar el objetivo.	    