



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



INFORME FINAL DE PRACTICA PROFESIONAL DOCENTE  
INSTITUCION EDUCATIVA "MARCOS GARCIA CARRILLO"  
LA DONJUANA-BOCHALEMA

IMPLEMENTACIÓN DE JUEGOS DEPORTIVOS NO CONVENCIONALES EN CASA, PARA FORTALECER LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LOS NIÑOS DE LA BÁSICA PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARCOS GARCÍA CARRILLO DEL MUNICIPIO DE BOCHALEMA.

JOSE LUIS MENDOZA JAIMES

1004991241

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACION

LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES

MODALIDAD PRESENCIAL

PAMPLONA

2020



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



INFORME FINAL DE PRACTICA PROFESIONAL DOCENTE  
INSTITUCION EDUCATIVA "MARCOS GARCIA CARRILLO"  
LA DONJUANA-BOCHALEMA

JOSE LUIS MENDOZA JAIMES

1004991241

SUPERVISOR

DOC: HUGO TORRES PORTILLA

ASESOR

DOC: ROSA ESMERALDA CARVAJAL

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACION

LICENCIATURA EN EDUCACION BASICA CON ENFASIS EN EDUCACION  
FISICA, RECREACION Y DEPORTES

MODALIDAD PRESENCIAL

PAMPLONA

2020



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## TABLA DE CONTENIDO

### Contenido

INTRODUCCION.....	5
CAPITULO I.....	6
RESEÑA HISTORICA INSTITUCION.....	6
MARCO LEGAL.....	7
PRINCIPIOS INSTITUCIONALES.....	8
VISION.....	9
MISION.....	9
FILOSOFIA.....	10
PERFILES.....	11
ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL.....	12
CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.....	13
SIMBOLOS INSTITUCIONALES.....	14
MANUAL DE CONVIVENCIA.....	15
DERECHO DE LOS ESTUDIANTES.....	17
DEBERES DE LOS ESTUDIANTES.....	18
PERFILES DE LOS DOCENTES.....	19
PERFILES PADRES DE FAMILIA.....	19
LEY DEL MENOR.....	20
UNIFORMES.....	20
INVENTARIO DE LA INFRAESTRUCTURA.....	21
SALON DE DEPORTES.....	21
HORARIOS.....	22
MATRIZ DOFA.....	23
CAPITULO II.....	25
TITULO DE LA PROPUESTA.....	25
OBJETIVO GENERAL.....	25
OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	25
DESCRIPCION DEL PROBLEMA.....	26
JUSTIFICACION.....	27
POBLACION.....	28



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



MARCO TEORICOS.....	28
Deporte Formativo .....	28
Lúdica.....	29
Juego .....	29
Recreación .....	29
Aprendizaje.....	30
Enseñanza.....	30
CAPITULO III.....	31
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	31
EJECUCION DE ACTIVIDADES .....	32
Juego de mesa: el dominó .....	32
Juego de mesa: el tangram.....	35
Juego de mesa: Bingo .....	37
Juego de mesa: Memórame.....	41
Juego de mesa: Rompecabezas .....	44
CAPITULO IV .....	48
ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES.....	48
ANEXOS .....	49
GUIA DE BALONCESTO.....	49
GUIA DE ATLETISMO.....	51
GUIA DE BALONMANO .....	52
GUIA DE VOLEIBOL .....	54
GUIA DE FUTBOL DE SALON .....	56
CAPITULO V .....	58
FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL.....	58
SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS.....	58
CONCLUSIONES .....	65
BIBLIOGRAFIA.....	66
ANEXOS .....	67



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## INTRODUCCION

El presente trabajo se encuentran plasmadas las actividades de apoyo pedagógico dirigida a los estudiantes de la institución educativa “Marcos García Carrillo” de la Donjuana- Bochalema, como complemento a la actividad deportiva y lúdica desde el estudio en casa.

Estas actividades de apoyo pedagógico “deportes no convencionales- juegos de mesa”, surgen de la necesidad de implementar en sus casas actividades lúdico-deportivas enfocadas a fortalecer las relaciones interpersonales dentro de los miembros de las familias y aprovechamiento del tiempo libre.

Además fue posible orientar a los estudiantes sobre la forma de elaborar fácilmente los implementos necesarios de algunos juegos de mesa de igual manera como poner en práctica dichos juegos en su vida cotidiana.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## CAPITULO I

### RESEÑA HISTORICA INSTITUCION

La Institución Educativa "Marcos García Carrillo" del corregimiento de La Donjuana, Municipio de Bochalema, fue creado hacia el año 1975, por iniciativa del párroco José Antonio Montañez Flórez, la Junta de Acción Comunal y varios líderes de la comunidad como Fernando Jáuregui, Sinforoso Colmenares, Hugo Estupiñán, Familia Olejua y Familia Brand, con el fin de darle continuidad al proceso educativo de los estudiantes de primaria del sector urbano y rural.

Don Marcos García Carrillo líder comunitario propietario del terreno, lo donó a la Junta de Acción Comunal siendo presidente Don Luis Gabriel Brand, para construir vivienda comunitaria, dejando una parte para la posible construcción del colegio.

Inició sus labores en la Casa Cural, con permiso de la Curia Diocesana, con licencia de funcionamiento reconocida mediante Ordenanza Departamental No. 004 de 1976, nombrándose como primer rector al Presbítero José Antonio Montañez Flórez, iniciándose con un grupo de 35 niños de sexto grado.

Hacia el año 1985 inició labores en la sede actual que fue construida con aportes de las administraciones Departamentales y Municipales.

Empesando la década de los 80 se prestó el servicio de Educación para Adultos que se ha venido desarrollando con los diferentes programas del gobierno y actualmente se implementa el Proyecto Ser Humano.

En el año 2001 mediante decreto 1071, se fusionó con la Escuela Integrada La Donjuana brindándose el servicio educativo de preescolar, básica y media académica.

En la actualidad tiene reconocimiento de aprobación de estudios por parte de la Secretaría de Educación del Departamento mediante Resolución 2169 del 2018.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



### MARCO LEGAL

La IE se fundamenta en la Constitución Política de Colombia, la Ley 115 – Ley General de Educación y del Decreto 1075 del 2015, los cuales reglamentan la prestación del servicio educativo.

La Institución Educativa se legaliza mediante los siguientes actos administrativos:

Creación de la Institución: Ordenanza 04 de septiembre de 1976

Decreto 767 del 30 de septiembre de 2002, por el cual se crea una nueva Institución fusionando el Colegio Departamental Integrado Marcos García Carrillo y la Escuela Rural Integrada la Donjuana en cumplimiento del convenio de desempeño del plan de reorganización escolar.

Acto Administrativo de registro del PEI: Resolución No. 02253 / 19 octubre 2007

Acto de Aprobación de Estudios: Resolución No. 004444 / 14 de noviembre 2008

Acto de Aprobación de Estudios: Resolución N° 02169 / 07 de mayo de 2018

Según la Constitución Política Colombiana en el Artículo 67 plantea: “La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura. La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente. El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, que será obligatoria entre los cinco y los quince años de edad y que comprenderá como mínimo, un año de preescolar y nueve de educación básica. La educación será gratuita en las instituciones del Estado, sin perjuicio del cobro de derechos académicos a quienes puedan sufragarlos. Corresponde al Estado regular y ejercer la suprema inspección y vigilancia de la educación con el fin de velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la mejor formación moral, intelectual y física de los educandos; garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo. La Nación y las entidades territoriales participarán en la dirección, financiación y administración de los servicios educativos estatales, en los términos que señalen la Constitución y la ley”



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

- a. Contribución al desarrollo de las competencias en los estudiantes y a su formación integral.
- b. Orientación basada en factores de desarrollo científico, cultural, económico, político y ético que respondan a las necesidades actuales del contexto y que armonicen entre sí formando ciudadanos enmarcados dentro de los parámetros del respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia.
- c. Formación integral basada en la corresponsabilidad de familia, contexto social y escuela, siendo ésta la encargada de asesorar, animar, dinamizar el proceso de enseñanza aprendizaje.
- d. Fortalecimiento del desarrollo humano que redunde en mejorar la calidad de vida de la comunidad con la ayuda de los semilleros de investigación creados en la institución.
- e. Aplicación de estrategias con las TIC que permitan un alto desempeño de los estudiantes en las pruebas internas y externas, facilitándole así oportunidades para el ingreso a la educación superior y/o su desarrollo dentro de la sociedad.
- f. Ajuste permanente del servicio educativo siguiendo los parámetros del Ministerio de Educación Nacional respondiendo así a las exigencias del tercer milenio.
- g. Actualización permanente del personal docente y administrativo desarrollando propuestas y proyectos que mejoren el servicio educativo.
- h. Sostenimiento de la cobertura brindando calidad y eficiencia.
- i. Compromiso en la conservación y protección del medio ambiente.
- j. Contribución al fortalecimiento del tejido social, generando opciones de desarrollo sobre la base de inclusión, además de la solidaridad, la justicia y la participación.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



### VISION

En el año 2022, La Institución Educativa "Marcos García Carrillo", será líder en inclusión dentro de la comunidad, ofreciendo un servicio de alta calidad a nuestros estudiantes, fortaleciendo su desarrollo humano, a través de un desarrollo de competencias básicas, basadas en valores de convivencia, participación y solidaridad.

### MISION

La Institución Educativa "Marcos García Carrillo" del corregimiento de La Donjuana, Bochalema, ofrece a los niños, niñas, adolescentes y adultos, un ambiente escolar agradable en los niveles de preescolar, básica y media, de carácter académico, inclusiva, con enfoque constructivista, estimulando el interés por el conocimiento y desarrollo de competencias básicas, para que participe en las transformaciones que exige su entorno, con responsabilidad social y ambiental, mejorando su calidad de vida, la de su familia y la de su comunidad.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## FILOSOFIA

La Institución Educativa Marcos García Carrillo en su enfoque inclusivo busca formar ciudadanos con valores cognitivos, éticos, sociales, tecnológicos e investigativos, además, desarrolla en los educandos actitudes de aprendizaje, autoformación del carácter y participación cívica de su entorno social. Teniendo en cuenta el contexto sociocultural de nuestra Comunidad Educativa, los principios filosóficos que rigen el tipo de educación que brindamos son:

- a. La educación es un proceso que señala caminos para la autodeterminación personal y social.
- b. La relación alumno maestro se concibe como un proceso de dialogo, cooperación y apertura permanente que conlleva al desarrollo integral del educando.
- c. La institución en su modalidad busca formar un estudiante que se interese y se involucre con la ciencia, la tecnología, la cultura, el desarrollo de competencias comunicativas, la investigación y la productividad.
- d. Un estudiante respetuoso de la vida y de los derechos humanos, participativo de la vida social, política y económica que reconozca los valores de su comunidad y se integre a ella.
- e. Que el alumno de la institución se concientice por la conservación y prevención del medio ambiente, la salud y la higiene.
- f. La implementación de Proyectos Pedagógicos y transversales permitirá la formación integral, en los valores del respeto, la tolerancia, el conocimiento, la ética y la estética.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



### PERFILES

- Cree en la educación inclusiva como estrategia fundamental para acceder al conocimiento y al desarrollo.
- Confía en la capacidad de todos los estudiantes para aprender y lidera la búsqueda y puesta en marcha de estrategias pedagógicas innovadoras y pertinentes.
- Es proactivo y flexible (se permite cambiar, innovar y afrontar la complejidad).
- Tiene un elevado grado de compromiso y motivación.
- Estimula y reconoce el buen desempeño de estudiantes y docentes.
- Dirige sus esfuerzos a los aspectos en los que puede incidir. No se siente impotente ante los problemas que no puede solucionar.
- Usa datos e información para tomar decisiones de manera responsable.
- Planea su trabajo y lidera la formulación, ejecución y seguimiento de planes y proyectos.
- Sabe que debe aprender continuamente para tener más y mejores herramientas teóricas y metodológicas para ejercer su labor.
- Promueve el sentido de pertenencia al establecimiento educativo.
- Moviliza conocimientos y esquemas de acción para solucionar los problemas.
- Construye el sentido y la razón de ser del establecimiento o centro educativo que dirige.
- Fomenta el trabajo en equipo. Lidera sus equipos directivo, docente y administrativo para que se involucren en la construcción y desarrollo de la identidad institucional, el PEI y los planes de estudio y de mejoramiento.
- Logra que cada persona que trabaja en el establecimiento o centro educativo se sienta parte del equipo y comparta sus principios y formas de actuar.
- Verifica el cumplimiento de las funciones y tareas de cada una de las personas a su cargo.
- Evalúa periódicamente el desempeño de docentes, directivos y personal administrativo, y les da retroalimentación pertinente y oportuna para que puedan superar sus dificultades.
- Conoce las características de los estudiantes, sus familias y el entorno de la institución educativa, así como su evolución en el tiempo.



SC-CER96940

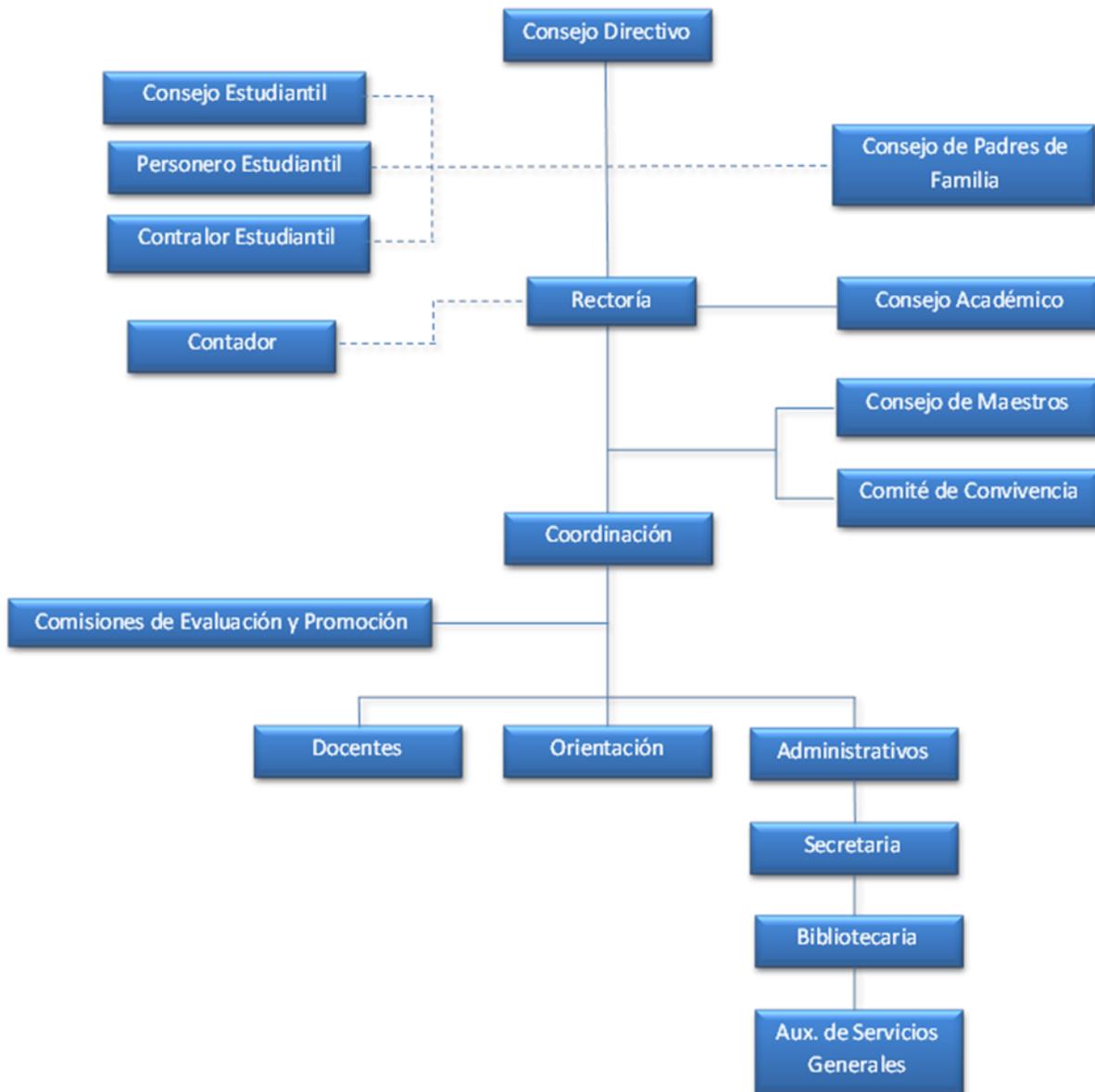


*"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"*

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL





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



## CRONOGRAMA INSTITUCIONAL

La institución educativa se rige por el calendario académico emado de la secretaria de educación del departamento y donde se especifica las principales actividades de la organización interna como las siguientes:

1. Izadas de bandera (20 de Julio, 7 de agosto, Día del Idioma y La Tierra, entrega de banderas)
2. Celebraciones eucarísticas
3. Día de la Mujer y del Hombre
4. Día de la familia
5. Día del amor y la Amistad
6. Día del estudiante
7. Inauguración de Interclases
8. Feria de la Ciencia, Tecnología y Artes.
9. Día de la canción en inglés
10. Novenas navideñas
11. Agapes familiares
12. Escuela familiar
13. Elección del gobierno escolar
14. Circuitos teatrales
15. Actividades culturales y religiosas del Municipio



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## SIMBOLOS INSTITUCIONALES BANDERA Y ESCUDO



## HIMNO

Coro

Salve a ti sacro santo colegio  
paladín de la ciencia y verdad  
son tus aulas los huertos sagrados  
que cultivan la ciencia y la paz.

I

Tu bandera, tu escudo, tus normas  
te juramos colegio guardar  
hasta que llenes de gloria tu nombre  
con el alma queremos llegar.

De tus aulas llevaré el recuerdo  
de mi vida de joven vivaz  
de tus libros llevaré las normas  
para aprender a pensar y a obrar.

III



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



Sigue, sigue, marchando en el mundo

Esparciendo semillas da amor

Porque Dios te dará en recompensa

Bendiciones, cariño y valor.

## MANUAL DE CONVIVENCIA

Tiene el carácter de Constitución escolar es decir el conjunto de normas que la escuela construye participativamente, y que dista de un reglamento. Promueve y facilita la posibilidad de concertación para la vivencia de los deberes y derechos humanos. Este documento contiene los siguientes capítulos.

### 1. PRINCIPIOS GENERADORES DE LA CONVIVENCIA ESCOLAR EN LA COMUNIDAD EDUCATIVA

- 1.1. Deberes de los Estudiantes y/o beneficiarios
- 1.2. Derechos de los estudiantes y/o beneficiarios
- 1.3. Deberes de los Docentes y tutores
- 1.4. Derechos de los Docentes, Tutores y Directivos
- 1.5. Deberes de los Padres de Familia
- 1.6. Derechos de los Padres de Familia
- 1.7. Deberes del Rector
- 1.8. Deberes del Coordinador
- 1.9. Derechos Directivos
- 1.10. Deberes de los Administrativos
- 1.11. Derechos de los Administrativos

### 2. PAUTAS Y ACUERDOS DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA PARA GARANTIZAR LA CONVIVENCIA ESCOLAR Y EL EJERCICIO DE LOS DDHH, SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

- 2.1. Higiene Personal, Salud Pública y Presentación Personal
- 2.2. Utilización y/o conservación de los bienes de uso personal y colectivo
- 2.3. De los Uniformes
- 2.4. Prohibiciones a Rectores, Coordinadores, Docentes y Tutores



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



2.5. Aplicabilidad del manual de convivencia para beneficiarios del proyecto SER HUMANO

2.6. Acciones del componente de promoción

2.7. Acciones del Componente de Prevención

3. CLASIFICACIÓN DE LAS SITUACIONES QUE AFECTAN LA CONVIVENCIA ESCOLAR

3.1. Situaciones tipo I

3.1.1. Tipificación de las situaciones tipo I

3.1.2. Protocolos para la atención de situaciones tipo I

3.1.3. Acciones pedagógicas para situaciones tipo I

3.2. Situaciones tipo II

3.2.1. Tipificación de las situaciones tipo II

3.2.2. Protocolos para atención de situaciones tipo II

3.2.3. Acciones pedagógicas para situaciones tipo II

3.3. Situaciones tipo III

3.3.1. Tipificación de situaciones tipo III

3.3.2. Protocolos para atención de situaciones tipo III

3.3.3. Acciones pedagógicas para situaciones tipo III

3.4. Debido proceso

3.5. El conducto regular

4. RUTAS DE ATENCIÓN INTEGRAL DE LA CONVIVENCIA ESCOLAR

4.1. Ruta de Atención En Caso De Accidente Escolar

4.2. Ruta de Atención En Caso De Estudiantes con discapacidad

4.3. Ruta de Atención a Casos de estudiantes con bajo rendimiento escolar

4.4. Ruta de atención a casos de consumo de sustancias psicoactivas.



## ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



### DERECHO DE LOS ESTUDIANTES.

- Respetar la integridad física, moral, sexual y reproductiva de cada miembro de la comunidad educativa.
- Demostrar un crecimiento en valores, un excelente rendimiento académico y un buen comportamiento social que le permita recibir estímulos.
- Asumir la filosofía institucional, cumplir con todos los aspectos contemplados en el Manual de Convivencia y con las orientaciones de las directivas y docentes encargados de la formación.
- Asistir y participar en todas las actividades que se realicen en la institución o en representación de ésta dentro o fuera del horario escolar.
- Proyectar una buena imagen de la institución, portando el uniforme en forma correcta según la ordenanza departamental y observando un comportamiento digno en todo tiempo y lugar.
- Cumplir con las responsabilidades que implica el ser elegido(a) como integrante de los organismos del Gobierno Escolar y participar con responsabilidad y rectitud en las jornadas de elección.
- Participar de forma dinámica y permanente en los procesos académicos y de convivencia.
- Mantener y conservar el ambiente escolar libre de elementos y factores que afecten en el normal desarrollo.
- Hacer uso adecuado de los servicios de bienestar estudiantil que la institución le brinda dentro de los horarios establecidos.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



### DEBERES DE LOS ESTUDIANTES

- Ser respetado en su integridad física, moral, sexual y reproductiva.
- Recibir trato justo, respetuoso, cordial, tolerante, así como buen ejemplo dentro y fuera de la institución de parte de toda la comunidad educativa.
- Recibir de forma pública o privada estímulos o reconocimientos por los esfuerzos realizados.
- Conocer la filosofía, la estructura y organización interna de la institución y el Manual de Convivencia.
- Conocer de forma oportuna el cronograma de actividades, el horario y todo cuanto sea de su incumbencia.
- Solicitar los certificados y documentos que se expiden en la institución y recibirlo puntualmente.
- Participar en certámenes y grupos de tipo cultural, social, académico, religioso, deportivo, ambiental, artístico y otros programados dentro y fuera de la institución.
- Participar dentro y fuera de la institución en proyectos sociales que estimulen el espíritu de solidaridad y servicio de la comunidad.
- Participar directamente o a través de representantes en los diferentes estamentos del gobierno escolar; elegir y ser elegido para fortalecer la convivencia escolar.
- Conocer los criterios de evaluación establecidos para cada asignatura periódicamente.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## PERFILES DE LOS DOCENTES

- Un(a) docente de alta calidad humana, con profundo sentido de formación y de liderazgo social.
- Un profesional con una presencia intensamente humana y afectuosa frente a sus alumnos, que vibre, escuche, guste; que conviva y viva y reflexione sobre su interacción social.
- Que despierte admiración por su sinceridad y coherencia entre su discurso y acción.
- Que lea y escriba, investigue y actualice sus saberes y sea capaz de reconocer su ignorancia y pueda aprender a aprender.
- Que tenga sentido crítico del entorno educativo y aporte su conocimiento e iniciativas para la convivencia y las metas institucionales.
- Que exprese y ejercite su pensamiento crítico para cuestionar, liderar y proponer acciones que mejoren la calidad de vida de los miembros de la comunidad educativa.

## PERFILES PADRES DE FAMILIA

El representante del núcleo familiar será el directo responsable de la matrícula de alumna(a) de la Institución educativa Marcos García Carrillo del Corregimiento de a Donjuana; el cual debe propiciar al niño y al joven un ambiente de valores.

- Ofrecer a sus hijos modelos de formación en el respeto, el diálogo y acatamiento de las normas establecidas.
- Brindar ambientes propicios de convivencia con base a la tolerancia.
- El desarrollo de la convivencia y el aprecio hacia los demás en la interacción permanente.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## LEY DEL MENOR

La LEY 1098 de 2006, está contemplada en el contenido del manual de convivencia de la institución y tiene como finalidad garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión. Prevalecerá el reconocimiento a la igualdad y la dignidad humana, sin discriminación alguna respetando los derechos fundamentales del menor para una formación integral.

## UNIFORMES

La Institución Educativa utilizará dos uniformes, uno para uso diario y otro para educación física. Los uniformes estarán diseñados según la ordenanza del Departamento Norte de Santander N° 044 del 27 de diciembre de 2002 de la Asamblea Departamental y la circular N° 002 de febrero 16 de 2003 de la Secretaría de Educación del Departamento.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## INVENTARIO DE LA INFRAESTRUCTURA

Sede Primaria	Sede Principal
14 salones distribuidos así: 2 sala de materiales 1 biblioteca 1 sala de informática 1 sala de docentes 8 aulas de Clase 1 portería 1 restaurante escolar 1 cancha de m1 zona de juegos para preescolar	35 salones distribuidos así: 9 salas de materiales 1 biblioteca 2 salas de informática 1 sala de docentes 11 aulas de clase 3 laboratorios 1 sala de orientación 1 sala de implementos deportivos 2 salones de audiovisuales 1 rectoría 1 coordinación 1 secretaría 1 portería 1 cancha de micro

### SALON DE DEPORTES

El salón de de deportes de la institución cuenta con los siguientes recursos, los cuales son utilizados para las clases de educion física y otras actividades de la institución

Balones de voleibol, futbol de salón, baloncesto

Cuerdas

Conos

Mallas

Juegos de mesa

Cronómetros

Aros

Platillos

Conos

Pelotas



## ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

*Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!*



### HORARIOS

La institución desarrolla una jornada laboral de lunes a viernes

El nivel pre-escolar labora de 7 a.m – 11 a.m con descanso en el intermedio de la jornada laboral, laborándose 20 horas clase semanales

La básica primaria labora de 7 a.m – 12 meridiano con descanso a la mitad de la jornada laboral, se laboran 25 horas clase semanales

La básica secundaria trabaja de 7 a.m – 1 p.m con descanso a la mitad de la jornada laboral, se laboran 30 horas clase semanales.

Las horas clase son de 55 minutos.

Las áreas fundamentales se desarrollan en el transcurso de la semana teniendo en cuenta la intensidad horaria de cada área.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

**MATRIZ DOFA**



La población de La Donjuana se caracteriza por la baja vinculación en diversos aspectos culturales y deportivos, que los motive a proyectar una mejor calidad de vida. Aun cuando existan programas asequibles a la comunidad, ésta no se apropia de las mismas. Por ejemplo, se cuenta con cursos de danzas, teatro, música, artes plásticas, escuelas de patinaje, microfútbol, entre otras, y en las cuales su participación es mínima. A nivel académico, un número reducido de jóvenes accede a continuar sus estudios, debido a factores económicos y/o personales.



**INSTITUCION EDUCATIVA MARCOS GARCIA CARRILLO**

MATRIZ DOFA	DESCRIPCIÓN	IMAGEN O EVIDENCIAS
<p><b>DEBILIDADES</b></p>	<p>Estructuras no adecuadas para el desarrollo de actividades, ausencia de oferta de programas en modalidades por edades y disciplinas.</p>	
<p><b>FORTALEZAS</b></p>	<p>la mayoría de los estudiantes les gusta practicar deportes: fútbol y microfútbol, tanto hombres como mujeres y las familias los apoyan</p>	
<p><b>OPORTUNIDADES</b></p>	<p>Estimular tanto individual como públicamente todo acto de mejoramiento que represente pertenencia y reconocimiento a la INSTITUCION EDUCATIVA.</p>	
<p><b>AMENAZAS</b></p>	<p>Jóvenes-estudiantes inconscientes, destrucción del mobiliario y el paternalismo del “todo me lo tienen que dar.”</p>	



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



## CAPITULO II

### TITULO DE LA PROPUESTA

Implementación de juegos deportivos no convencionales en casa, para fortalecer los procesos de enseñanza-aprendizaje en los niños de educación básica primaria de la institución educativa Marcos García Carrillo del municipio de Bochalema.

### OBJETIVO GENERAL

Diseñar una metodología lúdico-deportiva adecuada al estudio en casa, para fortalecer los procesos de enseñanza-aprendizaje en los niños de la educación básica primaria de la institución educativa “Marcos García Carrillo” del municipio de Bochalema.

### OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Diseñar la metodología para la elaboración de los implementos deportivos.
- Elaborar el material deportivo no convencional.
- Aplicar la metodología lúdica con el uso de los implementos deportivos no convencionales.
- Evaluar la metodología lúdico deportiva a través de esta estrategia con implementos deportivos no convencionales.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Presentándose en la actualidad de la pandemia covid-19 se hace necesario diseñar e implementar una metodología lúdico-deportiva, para fortalecer las diferentes capacidades físicas, recreativas, emocionales y cognitivas; debido a la situación actual que se está viviendo y por ende una de las mayores dificultades que presentan los estudiantes de básica primaria de la Institución Educativa “Marcos García Carrillo” del municipio de Bochalema.

Una de las necesidades que presentan los estudiantes de la institución es que vuelvan a tener ese interés por los juegos recreativos, juegos de mesa, entre otros y que en estos tiempos de pandemia compartan con sus familiares en sus diferentes hogares, el aprovechamiento del tiempo libre, teniendo como base la fundamentación de estos juegos recreativos, de igual manera los diferentes movimientos musculares. Los estudiantes deben desarrollar sus diferentes actividades desde su estudio en casa.

Cabe resaltar que algunos estudiantes no cuentan con herramientas tecnológicas y que esto hace difícil la comunicación hacia ellos, la idea es que estos estudiantes tengan acceso a través de guías, documentos impresos para que puedan desarrollar las diferentes actividades que se realizan, y tengan como fundamentación lo que se está trabajando.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## JUSTIFICACION

Se hace necesario que para aprovechar el estudio en casa de los estudiantes como consecuencia de la pandemia covid-19, ellos desarrollaran las practicas expuestas en los diferentes ejercicios lúdico-deportivos, que fortalecerán las diferentes capacidades físicas, recreativas, emocionales y cognitivas; teniendo como principios fundamentales la aplicabilidad de de las diferentes actividades prácticas en relación a los juegos de mesa y los movimientos articulares.

Este trabajo investigativo se desarrollara con los alumnos de básica primaria de la Institución Educativa “Marcos García Carrillo” del municipio de Bochalema; estos aprovecharan los kits de juego de mesa que la institución les entrego como material didáctico de apoyo para el desarrollo de la actividad en casa.

De igual manera se les hará entrega de guías impresas las cuales facilitaran la comunicación con los estudiantes solucionando la deficiencia del uso de las Tic.

Es importante resolver en forma pedagógica el problema de los factores que afectan a los niños y niñas de estos hogares comunitarios, como son: ausencia afectiva, situaciones económicas, la falta de calidad de vida, el tiempo para inculcar hábitos educativos y de valores. Por estas razones, la comunidad educativa, mediante los juegos didácticos está presente en lo tecnológico y creativo en el que se resalta la posibilidad de aumentar el nivel de asimilación de los conocimientos.

Está contribución da sentido a lo fundamentado por los autores Valdés (2002) y Alfaro (1994), donde se desarrollan capacidades mediante la participación activa y afectiva de los estudiantes, por lo que en este sentido el aprendizaje creativo le transforma en una experiencia feliz.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## POBLACION

GRUPOS	NIÑOS	NIÑAS	EDAD
3°"A"	7	10	7 a 8 años
3°"B"	11	6	7 a 8 años
4°	7	16	8 a 9 años
5°	10	17	9 a 11 años

## MARCO TEORICOS

### Deporte Formativo

Es el deporte que niños y jóvenes practican con el objetivo de competir al máximo nivel cuando alcancen la adultez. Este tipo de entrenamiento y competición se puede realizar a nivel de clubes, instituciones educativas o selecciones nacionales provinciales.

Velázquez, (1989) define el deporte formativo como: Un proceso intencional que tiene por objeto desarrollar las capacidades cognitivas, motrices, de equilibrio personal, de relación interpersonal y de integración social de las personas, a través de actividades de distinto tipo y naturaleza relacionadas con el hecho deportivo (espectáculo deportivo, práctica deportiva, consumo de productos y servicios deportivos) con la finalidad de contribuir desde el campo del deporte a que puedan conducir sus vidas con autonomía y responsabilidad, disfrutando y participando plenamente de su cultura deportiva y colaborando de forma activa y crítica en la conservación y desarrollo de dicha cultura, en el marco de la sociedad democrática y de los valores que ella comporta.

Para este autor dice que el deporte formativo es algo muy fundamental en el proceso de la educación de básica primaria ya que ayuda a la formación de los alumnos íntegros, mejores personas, que se puedan relacionar con cualquier tipo de población.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## Lúdica

Bernasd (2009). Plantea que los entornos lúdicos potencian el aprendizaje, al considerar que: Aprendemos el 20 % de lo que escuchamos, el 50% de lo que vemos y el 80% de lo que hacemos. A través del entorno lúdico en base a la metodología experiencial que Potenciamos 80% de la capacidad de aprendizaje.

Lo que nos quiere decir este autor que la gran parte del conocimiento que adquiere el alumno lo hace a través de la lúdica que es un proceso de enseñanza muy importante para el aprendizaje que nos ayuda a mejorar la forma de ver los procesos educativos.

## Juego

Wallon: considera que el juego se confunde bastante bien con la actividad entera del niño, mientras esta siga siendo espontánea y no reciba sus objetivos de las disciplinas educativas. Por tanto, la escuela debe buscar en el juego infantil un medio y no condicionarlo a finalidades educativas cerradas.

Según wallon nos quiere decir que el juego es de vital importancia en la etapa de crecimiento o etapa escolar del niño, esto lo ayuda a estimular su participación con en diferentes actividades lúdico recreativas que se hagan dentro de cualquier entorno.

## Recreación

La recreación ha sido definida por Butler citado en Fernández (1999) como “cualquier forma de experiencia o actividades a que se dedica un individuo para el goce personal y la satisfacción que le produce directamente”

Podemos decir que la recreación es una forma de divertirnos en diferentes entornos tanto físico como mental, aprovechando nuestro tiempo libre



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## Aprendizaje

Vygotski (1836-1934), se refiere al origen social de los procesos psicológicos superiores. Este nivel histórico-cultural justifica “los cambios producidos en los procesos mentales humanos, como consecuencia de la aparición de transformaciones en la organización social y cultural de la sociedad”, como afirma De Pablos (1998, 462).

Es la adquisición de destrezas y habilidades, para desarrollar diferentes objetivos propuestos por el ser humano, este aprendizaje es algo que lo vamos adquiriendo etapa por etapa, estas etapas pueden ser la aprobación de los diferentes grados académicos.

## Enseñanza

La enseñanza es comunicación en la medida en que responde a un proceso estructurado, en el que se produce intercambio de información (mensajes entre profesores y alumnos), según Zabalza (1990).

Según Zabala nos quiere decir que la enseñanza transición de conocimientos a través de diferentes medios y técnicas para que otras personas desarrollen diferentes tipos de habilidades, estas habilidades pueden ser tanto individuales con grupales.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



### CAPITULO III

#### CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

	ACTIVIDAD	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4	SEMANA 5
Domino	1. Conceptualización 2. Reglamentación 3. Diseño y creación del juego 4. Ejecución	X				
Tangram	5. Conceptualización 6. Reglamentación 7. Diseño y creación del juego 8. Ejecución		X			
Bingo	9. Conceptualización 10. Reglamentación 11. Diseño y creación del juego 12. Ejecución			X		
Memórame	13. Conceptualización 14. Reglamentación 15. Diseño y creación del juego 16. Ejecución				X	
Rompecabeza	17. Conceptualización 18. Reglamentación 19. Diseño y creación del juego 20. Ejecución					X

## EJECUCION DE ACTIVIDADES

<b>Institución:</b> Marcos García Carrillo
<b>Docente en formación:</b> Jose Luis Mendoza Jaimes
<b>Grados:</b> 3°- 4°- 5°
<b>Juego de mesa:</b> el dominó

### ACTIVIDAD 1: Conceptualización

**OBJETIVO:** Conocer el concepto, historia y rutas estratégicas del dominó.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar la generalización en relación a la historia, nombre de las fichas, reglas de los jugadores, objetivo, inicio, desarrollo y final del juego, se desarrollará a partir de una guía que recopila toda la información relevante de dicho juego de mesa, esta herramienta grafica se envió por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.</p>	

### ACTIVIDAD 2: Reglas de juego

**OBEJTIVO:** Identificar la reglamentación que se fundamenta en el dominó.

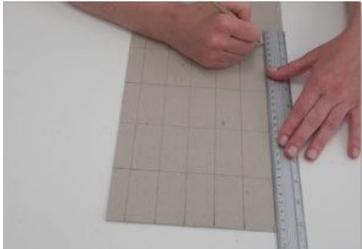
DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para explicar esta actividad se filmo un video, en el cual se que dictaminan los marcos de referencia y las normas por las cuales se deben regir los participantes en la experiencia; es uno de los elementos principales que definen la personalidad y la viabilidad de un juego. Para ello se define el</p>	

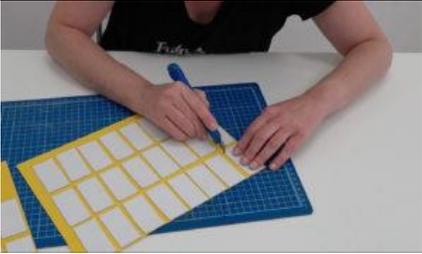
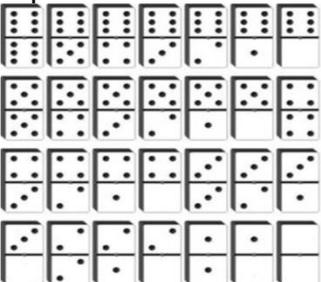


<p>número de jugadores, se explica la preparación de la partida, se profundiza en los turnos y sus características, se detalla las acciones que puede hacer cada participante y se potencia de una manera exponencial la diversión. Esta estrategia de aprendizaje se le hizo llegar por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.</p>	<p><a href="https://youtu.be/yDCiIHg6ltI">https://youtu.be/yDCiIHg6ltI</a></p>
---	--

**ACTIVIDAD 3:** Diseño y creación del dominó

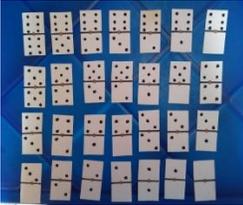
**OBJETIVO:** Crear de forma llamativa y sencilla las 28 piezas que conforman el dominó

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para desarrollar esta actividad, cada uno de los estudiantes teniendo presente las explicaciones y orientaciones dadas en cada una de las actividades anteriores se les pedirá que muy creativamente diseñen un dominó.</p> <p>Para poder realizar este domino necesitaremos estos materiales:</p> <p><b>Materiales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 28 piezas de cartón grueso rectangulares de 6 cm x 3 cm (también puede ser cartón paja, hojas de bloc)</li> <li>➤ Lápiz</li> <li>➤ Regla</li> <li>➤ Papel de color que más te guste</li> <li>➤ Tijeras</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Pasos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Empezaremos esta manualidad infantil marcando en el cartón: nuestras medidas para las fichas de dominó son de 6 cm x 3 cm. Cuando lo tengas marcado, las recortamos. Necesitaremos 28 piezas.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez las tengas recortadas todas pega cada una de las piezas en el papel de color que has elegido</li> </ul>

<p>➤ Marcadores, colores, vinilos</p>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Creación de tu domino</li>   <li>• Guía para marcar</li> </ul> 
---------------------------------------	---

**ACTIVIDAD 4:** Partida de domino (juego)

**OBJETIVO:** Evaluar a través de una partida de domino los fundamentos básicos.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar esta actividad, se jugara con los integrantes de la familia para que puedan compartir y aprovechar el tiempo libre en casa</p>	  <p>Una vez terminado el domino, se podrá jugar</p>

<b>Institución:</b> Marcos García Carrillo
<b>Docente en formación:</b> José Luis Mendoza Jaimes
<b>Grados:</b> 3°- 4°- 5°
<b>Juego de mesa:</b> el tangram

### ACTIVIDAD 1: Conceptualización

**OBAJETIVO:** Conocer el concepto, historia y rutas estratégicas del tangram.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar la generalización en relación a la historia, nombre de las fichas, reglas de los jugadores, objetivo, inicio, desarrollo y final del juego, se desarrollará a partir de una guía que recopila toda la información relevante de dicho juego de mesa, esta herramienta grafica se envió por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.</p>	

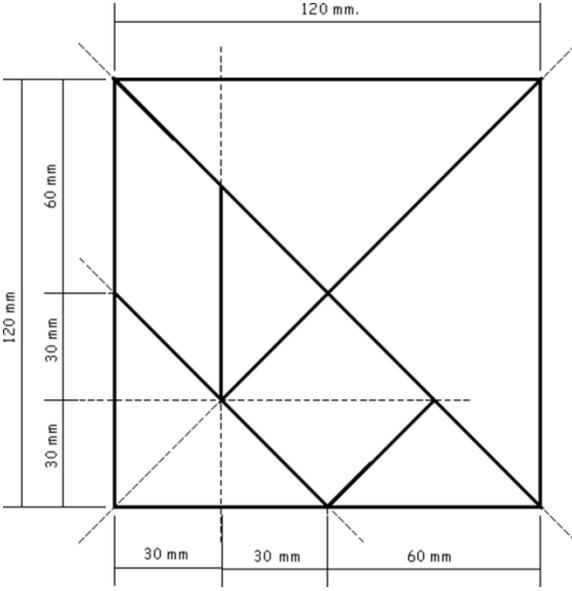
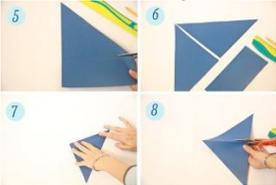
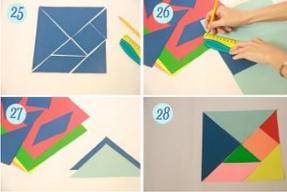
### ACTIVIDAD 2: Reglas de juego

**OBEJTIVO:** Identificar la reglamentación que se fundamenta en el dominó.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para explicar esta actividad se filmó un video, en el cual sé que dictaminan los marcos de referencia y las normas por las cuales se deben regir los participantes en la experiencia; es uno de los elementos principales que definen la personalidad y la viabilidad de un juego. este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.</p>	<p><a href="https://youtu.be/MbMwQ9Ohpm8">https://youtu.be/MbMwQ9Ohpm8</a></p>

### ACTIVIDAD 3: Diseño del Tangram

**OBJETIVO:** Crear de forma llamativa y sencilla las 7 piezas que conforman el tangram.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para desarrollar esta actividad, cada uno de los estudiantes teniendo presente las explicaciones y orientaciones dadas en cada una de las actividades anteriores se les pedirá que muy creativamente diseñen un tangram.</p> <p>Para poder realizar este domino necesitaremos estos materiales:</p> <p><b>Materiales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartón.</li> <li>• Reglas y lápiz para trazar las piezas.</li> <li>• Tijeras.</li> <li>• Témpera, para decorar.</li> </ul> <p>• Dibujar estas piezas en el cartón que van a utilizar</p> <p><b>Pasos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dibujaremos las diagonales del cuadrado.</li> <li>• Haremos en dos de sus lados unas marcas que los dividan en 30, 30 y 60 milímetros.</li> <li>• Uniremos estas marcas según muestra el dibujo.</li> <li>• Borraremos las líneas innecesarias.</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboración de la piezas</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recortar las piezas</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colorear las piezas</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboración de las figuras</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Y por fin cortamos las piezas.</li> <li>• Colorear de forma creativa las formas del tangram.</li> </ul>	
--	--

**ACTIVIDAD 4:** construcción de figuras (juego)

**OBJETIVO:** Evaluar a partir de la construcción de diferentes imágenes con las figuras realizadas

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar esta actividad, se jugará con los integrantes de la familia para que puedan compartir y aprovechar el tiempo libre en casa</p>	

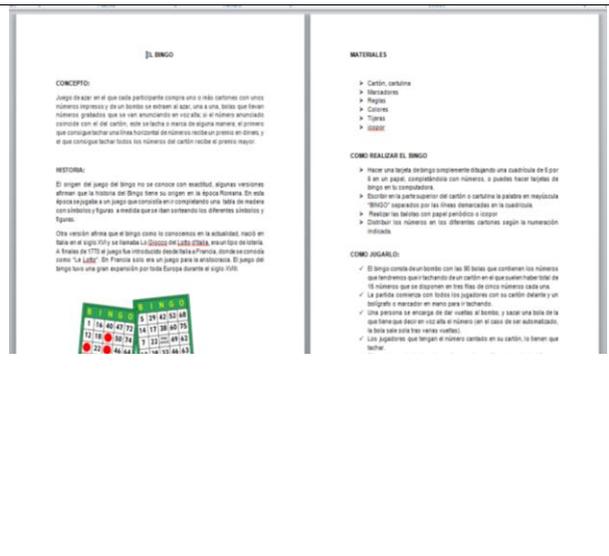
<b>Institución:</b> Marcos García Carrillo
<b>Docente en formación:</b> Jose Luis Mendoza Jaimes
<b>Grados:</b> 3°- 4°- 5°
<b>Juego de mesa:</b> Bingo

**ACTIVIDAD 1: Conceptualización**

**OBAJETIVO:** Conocer el concepto, historia y rutas estratégicas del bingo.

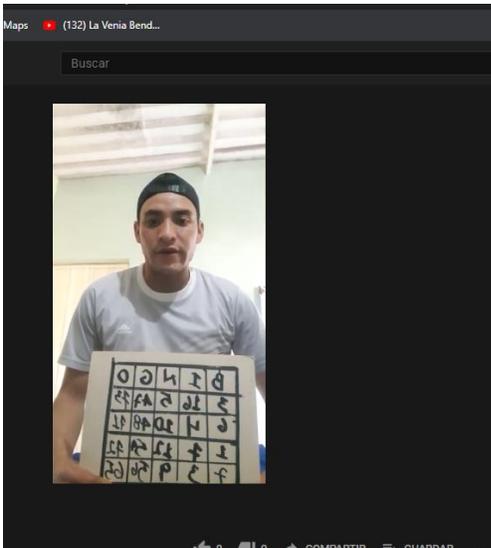
DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar la generalización en relación a la historia, nombre de las fichas, reglas de los jugadores, objetivo, inicio, desarrollo y final del</p>	

juego, se desarrollará a partir de una guía que recopila toda la información relevante de dicho juego de mesa, esta herramienta grafica se envió por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.



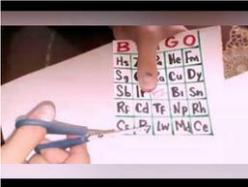
## ACTIVIDAD 2: Reglas de juego

**OBEJTIVO:** Identificar la reglamentación que se fundamenta en el bingo.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para explicar esta actividad se filmó un video, en el cual sé que dictaminan los marcos de referencia y las normas por las cuales se deben regir los participantes en la experiencia; es uno de los elementos principales que definen la personalidad y la viabilidad de un juego. Para ello se define el número de jugadores, se explica la preparación de la partida, se profundiza en los turnos y sus características, se detalla las acciones que puede hacer cada participante y se potencia de una manera exponencial la diversión.</p> <p>Esta estrategia de aprendizaje se le hizo llegar por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.</p>	 <p><a href="https://youtu.be/OccMMFsDvBs">https://youtu.be/OccMMFsDvBs</a></p>

**ACTIVIDAD 3:** Diseño y creación del bingo

**OBJETIVO:** Crear de forma llamativa y sencilla los cartones y balotas del bingo.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para desarrollar esta actividad, cada uno de los estudiantes teniendo presente las explicaciones y orientaciones dadas en cada una de las actividades anteriores se les pedirá que muy creativamente diseñen un bingo.</p> <p>Para poder realizar este bingo necesitaremos estos materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cartón, cartulina</li> <li>➤ Marcadores</li> <li>➤ Reglas</li> <li>➤ Colores</li> <li>➤ Tijeras</li> <li>➤ icopor</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Pasos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hacer una tarjeta de bingo simplemente dibujando una cuadrícula de 5 por 5 en un papel, completándola con números, o puedes hacer tarjetas de bingo en tu computadora.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Escribir en la parte superior del cartón o cartulina la palabra en mayúscula "BINGO" separados por las líneas demarcadas en la cuadrícula.</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Realizar las balotas con papel periódico o icopor</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Distribuir los números en los diferentes cartones según la</li> </ul>

	<p>numeración indicada.</p>
--	-----------------------------

**ACTIVIDAD 4:** juego de bingo

**OBJETIVO:** Evaluar a través de una partida de bingo los fundamentos básicos.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar esta actividad, se jugará con los integrantes de la familia para que puedan compartir y aprovechar el tiempo libre en casa</p>	

<b>Institución:</b> Marcos García Carrillo
<b>Docente en formación:</b> Jose Luis Mendoza Jaimes
<b>Grados:</b> 3°- 4°- 5°
<b>Juego de mesa:</b> Memórame

### ACTIVIDAD 1: Conceptualización

**OBAJETIVO:** Conocer el concepto, historia y rutas estratégicas del juego de memoria.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar la generalización en relación a la historia, nombre de las fichas, reglas de los jugadores, objetivo, inicio, desarrollo y final del juego, se desarrollará a partir de una guía que recopila toda la información relevante de dicho juego de mesa, esta herramienta grafica se envió por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.</p>	

### ACTIVIDAD 2: Reglas de juego

**OBEJTIVO:** Identificar la reglamentación que se fundamenta en el juego de memoria.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA

Para explicar esta actividad se filmó un video, en el cual se que dictaminan los marcos de referencia y las normas por las cuales se deben regir los participantes en la experiencia; es uno de los elementos principales que definen la personalidad y la viabilidad de un juego. Para ello se define el número de jugadores, se explica la preparación de la partida, se profundiza en los turnos y sus características, se detalla las acciones que puede hacer cada participante y se potencia de una manera exponencial la diversión.

Esta estrategia de aprendizaje se le hizo llegar por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.



<https://youtu.be/ht01pMZOBIM>

### ACTIVIDAD 3: Diseño y creación del juego de memoria

**OBJETIVO:** Crear de forma llamativa y sencilla las figuras para el juego de memoria

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para desarrollar esta actividad, cada uno de los estudiantes teniendo presente las explicaciones y orientaciones dadas en cada una de las actividades anteriores se les pedirá que muy creativamente diseñen un juego de memoria.</p>	<p style="text-align: center;">Pasos</p> <p>Paso 1. Para las piezas de cartón debemos utilizar la regla y recortar cuadraditos de 6x6cm. En total tenemos que tener 24 piezas.</p>  <p>Paso 2. Para decorar las piezas usamos las cartulinas estampadas que</p>

Para poder realizar este juego de memoria necesitaremos estos materiales:

- Cartón
- 1 regla
- 1 lápiz
- Tijeras
- Pegamento
- Papel periódico con imágenes
- 2 cartulinas estampadas

también tienen que medir 6x6cm.



Paso 3. Pegamos los cuadrados de cartulina sobre las piezas de cartón con la cola blanca y las dejamos secar.



Paso 4. Hacemos una lámina con 12 fotografías de 6x6cm. Elige el tema que más te guste: fotos de tu familia, animales, plantas, ropa, accesorios, etc.



Paso 5. Recórtalas y pégalas en las piezas de cartón por el lado contrario al de la cartulina estampada.



**ACTIVIDAD 4:** juego. Adivinar las parejas dentro del cuadro de memoria

**OBJETIVO:** Evaluar a través de una partida de juego de memoria los fundamentos básicos.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar esta actividad, se jugará con los integrantes de la familia para que puedan compartir y aprovechar el tiempo libre en casa</p>	

<b>Institución:</b> Marcos García Carrillo
<b>Docente en formación:</b> Jose Luis Mendoza Jaimes
<b>Grados:</b> 3°- 4°- 5°
<b>Juego de mesa:</b> Rompecabezas

**ACTIVIDAD 1: Conceptualización**

**OBAJETIVO:** Conocer el concepto, historia y rutas estratégicas del rompecabezas.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar la generalización en relación a la historia, nombre de las fichas, reglas de los jugadores, objetivo, inicio, desarrollo y final del juego, se desarrollará a partir de una guía que recopila toda la información relevante de dicho juego de mesa, esta herramienta grafica se envió por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.</p>	

## ACTIVIDAD 2: Reglas de juego

**OBEJTIVO:** Identificar la reglamentación que se fundamenta en el rompecabezas.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA

Para explicar esta actividad se filmó un video, en el cual sé que dictaminan los marcos de referencia y las normas por las cuales se deben regir los participantes en la experiencia; es uno de los elementos principales que definen la personalidad y la viabilidad de un juego. Para ello se define el número de jugadores, se explica la preparación de la partida, y sus características, se detalla las acciones que puede hacer cada participante y se potencia de una manera exponencial la diversión.

Esta estrategia de aprendizaje se le hizo llegar por medio de una de las redes sociales, en este caso por el grupo de WhatsApp de cada grado.



<https://youtu.be/bw1g-ORsLj0>

**ACTIVIDAD 3:** Diseño y creación del rompecabezas.

**OBJETIVO:** Crear de forma llamativa y sencilla las figuras para el rompecabezas.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para desarrollar esta actividad, cada uno de los estudiantes teniendo presente las explicaciones y orientaciones dadas en cada una de las actividades anteriores se les pedirá que muy creativamente diseñen un juego de memoria.</p> <p>Para poder realizar este juego de</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pega la hoja impresa u hoja de revista que hayas escogido, sobre la cartulina o pedazo de cartón reciclado. Asegúrate de que seque bien y no se hagan grumos antes de cortarlo.</li> </ol>

<p>memoria necesitaremos estos materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Hoja Impresa o reciclada con las caricaturas o dibujos que te gusten</li> <li>➤ Goma líquida</li> <li>➤ Pieza de Cartulina, o prueba utilizar el cartón de una caja vacía</li> <li>➤ tijeras</li> <li>➤ Pegamento</li> <li>➤ Colores</li> </ul>	 <p>2. Una vez este seco, elige en cuántas piezas cortarlo.</p>  <p>3. Ya con las piezas cortadas y decoradas se puede empezar a armar el rompecabezas.</p>
---	---

**ACTIVIDAD 4:** armar el rompecabezas realizado (juego)

**OBJETIVO:** Evaluar a través de una partida de juego de rompecabezas.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Para realizar esta actividad, se jugará con los integrantes de la familia para que puedan compartir y aprovechar el tiempo libre en casa</p>	



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



## CAPITULO IV

### ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

FECHA	ACTIVIDAD	EVENTO
14 de septiembre a 18 de septiembre	Plan de clase # 1	baloncesto
21 de septiembre al 25 de septiembre	Plan de clase # 2	atletismo
05 de octubre al 09 de octubre	Plan de clase # 3	voleibol
19 de octubre al 23 de octubre	Plan de clase # 4	Futbol de salón
02 de noviembre al 06 de noviembre	Plan de clase #5	Balónmano



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

## ANEXOS

### GUIA DE BALONCESTO

papeles Fuente Párrafo Estilos Edición

**BALONCESTO**

**CONCEPTO:**  
El baloncesto, básquet o básquetball, es un deporte que se juega en equipo sobre distintas superficies, cubiertas o no, y consta de anotar la mayor cantidad de "canastas" o tantos posibles en el tiempo que dura el partido. Cada equipo está formado por cinco jugadores que atacan para anotar tantos y defienden cuando la posesión del balón es del equipo contrario.

**HISTORIA:**  
El baloncesto nació como una respuesta a la necesidad de realizar alguna actividad deportiva durante el invierno en el norte de **Estados Unidos**. Al profesor de la Universidad de Springfield (Massachusetts), **James Naismith** (un profesor canadiense) le fue encargada la misión, en 1891, de idear un deporte que se pudiera jugar bajo techo, pues los inviernos en esa zona dificultaban la realización de alguna actividad al aire libre.  
**James Naismith** analizó las actividades deportivas que se practicaban en la época, cuya característica predominante era la fuerza o el contacto físico, y pensó en algo suficientemente activo, que requiriese más destreza que fuerza y que no tuviese mucho contacto físico. El canadiense recordó un antiguo juego de su infancia denominado "duck on a rock" (El pato sobre una roca), que consistía en intentar alcanzar un objeto colocado sobre una roca lanzándole una piedra. **Naismith** pidió al encargado del colegio unas cajas de 50 cm de diámetro pero lo único que le consiguió fueron unas canastas de melocotones, que mandó colgar en las barandillas de la galería superior que rodeaba el gimnasio, a una altura determinada.  
El baloncesto fue un deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de 1928 y Juegos Olímpicos de 1932, alcanzando la categoría olímpica en los Juegos Olímpicos de 1936. Aquí **Naismith** tuvo la oportunidad de ver como su creación era

cogió gran impulso, sobre todo gracias a los soldados estadounidenses que jugaban en sus ratos libres.

El baloncesto en la actualidad cuenta con una gran difusión en diferentes países de todo el mundo, siendo uno de los deportes con más participantes y competiciones regulares en distintas zonas y países del mundo. En **Estados Unidos**, se disputa la **National Basketball Association (NBA)**, considerada la mejor competición mundial de baloncesto de clubes.

**JUEGOS ANCESTRALES**  
Sobre los orígenes ancestrales de este deporte hay muchas teorías, y como precursores del baloncesto se citan muchos deportes o actividades que practicaban algunos pueblos indígenas, llamense mayas, aztecas, peras, etc. Por citar algunos ejemplos, podemos hablar de un juego que practicaba allí por el siglo XVIII en las playas de Florida (y que seguro que no se parecían en nada a las actuales), o del que practicaban en los Países Bajos allá por el siglo XVI, o del juego del caldero que practicaban los pastores de los Pirineos, o el **baszbasz**, que se hacía en Afganistán, o el **Pato argentino**, el **patk-lapok** de los mayas, el **tsaktli** de los aztecas, etc.

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS:**

**PASE:**  
Acción en la que un jugador entrega el balón a otro para eludir a la defensa, ganar posición o buscar una buena opción de tiro a la canasta. Existen diferentes tipos de pase: de pecho, de pique, de beisbol, entre otros.

**CLASES DE PASE:**

- > **PASE DE PECHO:** constituye la base de todos los pases. Hay que coger el balón a la altura del pecho con ambas manos, poner los codos ligeramente separados del cuerpo, los dedos pulgares mirándose. Desde esta posición se lanza la pelota orientando nuestro cuerpo hacia donde queremos que vaya el pase, a la vez que lanzamos damos un paso hacia adelante.

- > **PASE POR ENCIMA DE LA CABEZA:** Con las dos manos se sujeta el balón por encima de la cabeza, y se lanza hacia delante con las dos manos a la vez que se da un paso.

- > **PASE PICADO:** Al dar el pase se lanza el balón con la intención de que rebote antes de ser recibido para que sea más difícil cortarlo y más sencillo recibirlo.

- > **PASE DE ESPALDA:** Como su nombre indica es un pase efectuado por detrás de la espalda, con la mano contraria al lugar en el que se encuentra el futuro receptor.

- > **PASE DE BEISBOL:** normalmente suele usarse para iniciar un contra ataque. La forma de ejecutarlo es la siguiente, se sujeta el balón por encima del hombro con las dos manos, se lanza el balón extendiendo el brazo primero y con un golpe de muñeca a continuación.



**DRIBLING:**

Es una de las jugadas que con más frecuencia utilizan los jugadores, en esta el balón es el protagonista y por ese motivo el jugador que tenga posesión de él debe saber rebotar correctamente. El **dribbling** es, por decirlo de alguna manera, el principal paso para otras jugadas.

**CLASES DE DRIBLING:**

> **DRIBLING EN VELOCIDAD:** En este tipo de **dribbling** el balón se impulsa hacia adelante, teniendo una incidencia larga del balón al botar el suelo, por lo que la progresión es rápida, pudiendo el jugador que dribla dar varios pasos entre bote y bote.

El cuerpo debe estar un poco inclinado hacia adelante.  
El brazo del driblador ya no va pegado al cuerpo, sino que va más adelantado.  
El balón sube hasta la altura de las caderas.

> **DRIBLING DE PROTECCION:** Se realiza cuando tenemos un defensor que nos impide progresar.

La posición del cuerpo es más flexionada que en la posición básica con el objeto de proteger más el balón.

Al tener el cuerpo más flexionado el bote será más bajo, a la altura de la rodilla de la pierna más atrasada.

Adelantar la pierna y brazo contrario a la mano con la que se dribla. A este brazo lo llamamos brazo de protección, ya que está delante del defensor, con la palma de la mano hacia él.

El brazo no está rígido, adquiere una posición similar a la de un arco. Interponer el cuerpo entre el defensor y el balón en el bote. La cabeza siempre viendo al defensor y al resto del campo.

**DRIBLING:**

Es una de las jugadas que con más frecuencia utilizan los jugadores, en esta el balón es el protagonista y por ese motivo el jugador que tenga posesión de él debe saber rebotar correctamente. El **dribbling** es, por decirlo de alguna manera, el principal paso para otras jugadas.

**CLASES DE DRIBLING:**

> **DRIBLING EN VELOCIDAD:** En este tipo de **dribbling** el balón se impulsa hacia adelante, teniendo una incidencia larga del balón al botar el suelo, por lo que la progresión es rápida, pudiendo el jugador que dribla dar varios pasos entre bote y bote.

El cuerpo debe estar un poco inclinado hacia adelante.  
El brazo del driblador ya no va pegado al cuerpo, sino que va más adelantado.  
El balón sube hasta la altura de las caderas.

> **DRIBLING DE PROTECCION:** Se realiza cuando tenemos un defensor que nos impide progresar.

La posición del cuerpo es más flexionada que en la posición básica con el objeto de proteger más el balón.

Al tener el cuerpo más flexionado el bote será más bajo, a la altura de la rodilla de la pierna más atrasada.

Adelantar la pierna y brazo contrario a la mano con la que se dribla. A este brazo lo llamamos brazo de protección, ya que está delante del defensor, con la palma de la mano hacia él.

El brazo no está rígido, adquiere una posición similar a la de un arco. Interponer el cuerpo entre el defensor y el balón en el bote. La cabeza siempre viendo al defensor y al resto del campo.



## GUIA DE ATLETISMO

Portapapeles Fuente Párrafo Estilos Edición

### I ATLETISMO

**CONCEPTO:**  
La palabra atletismo proviene del griego "Atlon" que significa combate, lucha. Es un deporte de competición tanto individual como grupal que consta de varias pruebas en las que se demuestran virtudes físicas y técnicas que permitan el desarrollo de las mismas.  
Estas pruebas se pueden desarrollar en pista al aire libre o cubierta, que cumplen con una serie de requisitos técnicos. Objetivo general de esta disciplina es la lucha contra el tiempo y la distancia.

**HISTORIA:**  
Correr, caminar, lanzar y saltar son movimientos naturales en el hombre y de hecho, el concepto de atletismo se remonta a tiempos muy antiguos, como lo confirman algunas pinturas rupestres del Paleolítico inferior (5000 a.C.-15000 a.C.) al Neolítico que demuestran rivalidad entre varios corredores y lanzadores. Las fuentes se hacen más precisas en Egipto en el siglo XVI antes de nuestra era, con la referencia escrita más antigua referida a la carrera a pie, hechas en la tumba de Ankhnesneferibre II (c. 1430-1412 a. C.). En la misma época, la civilización minoica (Creta), también practicaba las carreras, así como el lanzamiento de jabalina y de disco.  
Los primeros encuentros en Grecia se llevaron a cabo en el siglo VIII a. C. En ellos destacaba la prueba llamada stadion, que era una carrera pedestre de 192,27 metros, equivalente a 200 veces el pie de Mercurio. Esta es la prueba más antigua de la que se tiene registro. Junto se supone que se practicaba con anterioridad. Poco tiempo después, aparecieron más pruebas, como el doble stadion o dialico, la carrera de medio fondo o hípico y la carrera de fondo o dolico. Todas estas pruebas son múltiples de la distancia del stadion.  
  
La civilización romana practicó el atletismo en dos versiones diferentes a partir del año 100 a. C. La primera es de inspiración etrusca (cultural), mientras que la segunda es una adaptación de las disciplinas griegas (atletas). El Estado de Roma fue construido en el año 60 y se dedicó al atletismo en su variante griega.  
Hacia el final entre los años 632 y 1189 juegas que incluían pruebas desconocidas para los griegos, como el salto con pértiga, lanzamiento de martillo y una forma de cuadrado. Estas disciplinas se introdujeron en Occidente en el siglo IV y se modificaron hasta transformarse en los juegos de la montaña.

**FUNDAMENTOS DE LA BIOMECÁNICA**

**CAMINAR**  
Este fundamento puede ser sencillo y difícil a la vez porque se trata de una habilidad natural que todos los humanos nacidos deben aprender a ejecutar bien en su vida y difícil por la complejidad de su mecánica.  
  
**CORRER**  
Es una sucesión de pasos acelerados, la posición del cuerpo al correr ha de ser erguida, desde la punta de los pies hasta el propio cuello tienen que definir un mismo plano. Para que se registre una idea sencilla que tiene la sensación al correr que en cada zancada el impulso no solo de tierra que llevar hacia adelante sino también hacia arriba. La postura es consecuencia justamente por no tener una capacidad de sujeción adecuada o simplemente dirigir la mirada a otro sitio que no sea el punto cuando se ejecuta el paso.

**TROTAR**  
Es una sucesión de paso con una aceleración moderada el trote puede ser descrito como una marcha que tiene mayor velocidad que la caminata como y corriente pero menor velocidad que la carrera o el correr. Es por ello que en muchos sentidos el trote es recomendado como actividad a muchos deportes ya que implica un cierto gasto calórico y de energía pero sin el impacto y sin los riesgos que puede implicar la carrera.

**LANZAR**  
Es impulsar un objeto con la mano y con un fin determinado.  
Para ejecutar estos lanzamientos se utiliza una carrera normal, para, después, al iniciar el brazo manteniendo la altura de los ojos y alineado con los hombros en la dirección del lanzamiento, hacer una serie de pasos cruzados y por último efectuar un apoyo con el pie izquierdo, paso de apoyo, colocando la parte izquierda del cuerpo, para después con el pie derecho y la cadera efectuar una ligera rotación hacia dentro (paso hacia), al mismo tiempo que se suelta el brazo, ejecutando el lanzamiento. La mano izquierda, desde el pie cruzado, se ha de llevar atrás para en el momento de soltar llevarla hacia el lado izquierdo.

**SALTO**  
Es proyectar al caminar en forma aérea lo que se convierte automáticamente en una fase de vuelo; un salto puede ser el movimiento que se realiza para desplazarse del suelo. De este modo se posita salvar una distancia o acceder a algo que, de otro modo, resultaría inaccesible.  
  
**Fase de la carrera**  
La carrera tendrá una longitud de 16 a 20 m o 50 m en el caso de los profesionales.  
**Fase del impulso**  
Se trata de lograr el mayor impulso vertical sin pérdida de velocidad. Para ello el saltador realiza un pequeño paso o paso más largo y un último paso o paso más corto. De esta manera es más sencillo realizar el impulso vertical de campo de longitud, sin una pérdida de velocidad considerable.  
**Fase de la recuperación o vuelo**  
Existen tres momentos en los movimientos que ejecuta el atleta durante esta fase. Dichos movimientos van encaminados a adoptar una posición final más equilibrada y estable.

**Técnica natural:** para saltos de poca longitud y principiantes. Es muy simple: durante la superación la planta de ambos se une a la tierra y en esa posición de "sentado" se efectúa la impulsión.  
**Técnica avanzada:** consiste en retirar las piernas y flexionar la espalda hacia delante, de mantener esta posición evitando que bajen las piernas en la caída. Esta técnica de saltos produce si se hace bien, se gana aproximadamente medio metro respecto a la anterior.  
**Fase de caída**  
Tras el vuelo, el saltador debe intentar caer de forma que, tras tocar el área de caída con los pies, el resto de su cuerpo toque la línea paralela imaginaria a la de ambos que pasa por sus talones antes de tocar el suelo.  
**COMPETENCIA:**  
Las pruebas de atletismo se llevan a cabo durante las competiciones de atletismo. Las competencias pueden ser al aire libre o en lugares cerrados. La mayoría tienen lugar en estadios deportivos. Dichos estadios están compuestos por un campo interno de césped rodeado por una pista de carreras ovalada.

**5) La Línea**  
La línea en una carrera deberá ser suficiente para una línea blanca de 5 cm de anchura.  
Los participantes serán considerados en el orden en el cual se pasan de su propio lado al plano vertical del borde más próximo de la línea de llegada.  
El tiempo de carrera desde el momento de la salida hasta el momento en el que cualquier parte del cuerpo del competidor alcanza al plano perpendicular del borde más próximo de la línea de llegada.  
**6) La Carrera**  
La duración de la carrera se efectuará teniendo el borde de la pista interior a la línea. Los atletas rivales estarán numerados siendo el nro. 1 el que tiene el borde exterior.  
Cualquier participante de las carreras o de maratón que empiece a correr o detenerse al pasar voluntariamente el punto de salida será descalificado de esa prueba.  
En un participante abandonará voluntariamente la pista no se le permitirá continuar con la carrera.  
**7) Ancho** Volará desde 1,10m a 1,20m, la longitud máxima de las bases será de 70cm.  
**8) Reglamento** hombre y juveniles otros: 110, 200 y 400 mts.  
Mujeres y juveniles otros: 100, 200 y 400 mts.  
Habrà 10 veces en cada este nivel.  
**9) Salto de altura** El objetivo en el salto de altura es sobrepasar un obstáculo sin tocarlo. El competidor intentará atravesar una valla horizontal respaldada por una estructura. El participante será descalificado si intenta pasar cuando una valla se levanta, muy en alto el salto más utilizado es el felp, por lo que se usa de todo el método natural humano.

**10) Salto en alto.** Los competidores tendrán 3 despegues con un solo pie.  
**Los competidores harán:**  
-se lean al tronco.  
-se levante el brazo izquierdo del lado del salto, con cualquier parte del cuerpo más allá del punto vertical del borde más cercano de los obstáculos.  
-Dicha zona quedará en el momento en el que cualquier parte del cuerpo más allá del punto vertical del borde más cercano de los obstáculos.  
El despegue será máximo en la zona de toma de impulso y de pieque no debe exceder de 1,20 m en el momento del salto.  
La zona de pieque tiene 4 m de longitud.  
Zona de Caída: no deberá medir más de 5 m por detrás de la zona.  
**ACTIVIDADES**  
1. Dibujar la pista de atletismo con sus diferentes medidas.  
2. Ejercitar cuales son las competencias de atletismo.  
3. JUEGOS DE CARRERA  
1) Carrera de relevos: a grupos creando una en círculo de un cuadrado (mínimo 10 a 20m). Cada participante posee una "cinta" de color correspondiente a su grupo. A la señal, quien corre, al pasar se coloca el equipo contrario en sentido a la salida del campo. Cada cosa rotada 1 vuelta al grupo.

2) Pista circular (velocidad en curva): Utilizado todos en ronda se divide el grupo en equipos por colores y a su vez a cada uno se le marca un número. Se le indica a cada uno el color de su equipo. A la señal, quien corre, al pasar se coloca el equipo contrario en sentido a la salida del campo. Cada cosa rotada 1 vuelta al grupo.



## GUIA DE BALONMANO

Portapapeles Fuente Párrafo Estilos Edición

### BALONMANO

**CONCEPTO**

El balonmano o handball (ambos términos, incluso el castro, procedentes del alemán handball) es un deporte de pelota en el que se enfrentan dos equipos. Cada equipo se compone de 7 jugadores (6 jugadores y 1 portero), pudiendo el equipo contar con otros 7 jugadores reservas, que pueden intercanjarse en cualquier momento con sus compañeros. Se juega en un campo rectangular, con una portería a cada lado del campo y el objetivo del juego es desviar una pelota a través de campo valiéndose fundamentalmente de las manos para intentar introducir la pelota en la meta contraria, acción que se denomina gol. El equipo que marque más goles al concluir el partido, que consta de dos partes de 30 minutos, es el que resulta ganador, pudiendo darse también el empate.

**HISTORIA**

Según los historiadores, el balonmano surge de los griegos y de los romanos gracias a las habilidades de las manos. Encontraron las semejanzas en el juego de la urtica en el que consistía en lanzar el balón al aire y cogerlo en el aire (de decir, saltando) con las manos. Posteriormente, un médico romano aconsejaba a sus enfermos un tratamiento con un balón y las manos. También hubo un jugador en la edad media que describió un juego en el que unos jugadores pasaban un balón, era jugado en la Corte.



Hoy en día se ha desarrollado de manera que en 1926 se estableció el reglamento internacional de balonmano y en 1928 se creó la Federación Internacional Amateur de Balonmano por 11 países en los Juegos Olímpicos de verano. A principios de siglo, el balonmano fue jugado por 11 jugadores por equipo y se jugaba al aire libre en campos de fútbol y actualmente todavía se juega esta modalidad en Austria y Alemania.

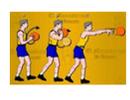
El balonmano se expandió por toda Europa, entonces empezaron a tomar medidas sobre jugar a campo cubierto debido a los pasados de norte. Entonces el juego pasó a ser más rápido y vistoso y el resto de Europa empezó a practicarlo.

**FUNDAMENTOS DEL BALONMANO**

**EL PASE:**

se puede realizar en cualquier dirección, de cualquier manera. Es el pase clásico por excelencia de este deporte. Se llama así porque el pase se hace a la frente.

- 1º Pierna contraria la brazo ejecutor adelantada
- 2º Brazo y antebrazo en ángulo de 90-100º
- 3º Mano dirigida hacia la dirección del pase
4. Rotación del brazo al lado del brazo en el que tenemos el balón



**TIPOS DE PASE**

**Pase de pronador:**

Se llama así por la forma del lanzamiento. No es un pase muy habitual.

- 1º Pierna del brazo ejecutor adelantada.
- 2º Brazo y antebrazo se extiende completamente al realizar el pase
- 3º Giro de la muñeca hacia donde va dirigido el pase



**Pase lateral:**

Se llama así porque se hace lanzándolo lateralmente. Es un pase bastante utilizado en balonmano ya que los jugadores se desplazan a la vez y la forma más fácil de encontrar a un compañero es justamente el que está a nuestro lado. Se realiza con una mano.

- 1º Los 2 pies a la altura de los hombros
- 2º Torsión de tronco hacia atrás en la misma dirección de la mano que tenemos cogida la pelota
- 3º Recuperación del tronco hacia la posición original junto con la extensión del brazo ejecutor de pase.

Portapapeles Fuente Párrafo Estilos Edición

**Pase en picado:**

El objetivo de este pase es entrar la interacción con las manos del mismo por parte de los jugadores contrarios cuando se encuentran muy cerca. Se caracteriza porque el balón es un bote previo antes de llegar a su destino.

Se realiza entre dos jugadores que estén muy cerca y rodeados de contrarios, por lo que no necesitan del largo recorrido de brazo y tronco.

Normalmente es utilizado por los centrales para pasar a los pivotes y dejar a estos en una situación propicia para marcar gol. Se adelanta el pie contrario al brazo ejecutor del pase.



**Pase en suspensión:**

Está relacionado con el lanzamiento en suspensión. Las características del mismo son:

El jugador se eleva en el aire y cuando llega a la máxima altura tras el salto, suelta el balón para pasar al compañero. Para poder realizarlo correctamente el brazo y el antebrazo han de estar extendidos en posición vertical y ocupados hacia atrás. La mano ha de estar adaptada al balón con los dedos hacia arriba, el tronco en torsión hacia el brazo ejecutor, esta torsión se compensará al alcanzar la máxima altura.

Por último en lo que respecta a las piernas el impulso se ha de hacer con la pierna contraria al brazo ejecutor, mientras la otra se eleva de manera flexionada.



**REMATE O LANZAMIENTO:**

**Lanzamiento frontal en casta:**

El jugador empuja una pierna que adelantada que la otra. Con el impulso dado por esa pierna, se efectúa una torsión de tronco hacia el lado de la ejecución del lanzamiento, quedando el brazo armado en la forma habitual con la consiguiente extensión de tronco se consigue la potencia que requiere el lanzamiento.

Este lanzamiento cambia cuando se realiza desde el entreno, ampliando el ángulo de tiro.

En estos casos el jugador que se levanta en el entreno izquierdo y zurdos en el entreno derecho, realiza una rotación lateral del tronco hacia el lado del brazo ejecutor, adaptando además una trayectoria hacia la línea de 7 metros con el fin de obtener el mayor ángulo de tiro posible.

1. Posición inicial de costado a la portería
2. Adelanta el pie contrario al brazo de lanzamiento
3. Eleva el codo separándolo del cuerpo y con flexión de 90 grados
4. Gira el tronco para avanzar al balón





Portapapeles Fuente Párrafo Estilos Edición

**Lanzamiento frontal con caída:**

Es típico de los entrenos tras impulsarse hacia la línea de 7 metros, se coloca el cuerpo de manera horizontal en el toral de cara al marco.

**Lanzamiento con salto o en suspensión:**

Lanzamiento en el aire levantando la rodilla contraria a la mano de lanzamiento realiza un salto vertical y un giro de torso acompañado del movimiento de brazo. Este lanzamiento se suele realizar por encima de los defensas.

**GOLEO ANOTACION:**

Se consigue un gol cuando el balón rebasa totalmente la línea interior de la portería y sin que ninguna falta acabe de ser cometida por el lanzador o sus compañeros.

Cuando un defensor comete una falta que no impide que el balón entre en la portería, el gol se considera válido.

El gol no es válido, si los árbitros o el cronometrador han señalado la detención del juego antes de que el balón haya entrado en la portería. Un gol marcado por un equipo en su propia portería es siempre un gol válido en favor del equipo contrario, con la condición de que el balón no haya rebasado la línea exterior de portería.

**MEDIDAS DE LA CANCHA:**

Portapapeles Fuente Párrafo Estilos Edición

**REGLAMENTO:**

En 1929 se creó la Federación Internacional y el primer reglamento oficial, mientras que en 1934 el C.O.I. (Comité Olímpico Internacional) decidió la inscripción del balonmano a nivel Atl. en París, en los Juegos Olímpicos de 1936 participaron siete equipos. A causa de las desfavorables condiciones climáticas para el balonmano a nivel Atl. en París, en los Juegos Olímpicos de 1936 no se disputó el balonmano a nivel Atl. El primer encuentro internacional de balonmano a nivel Atl. se celebró en 1935, entre Suecia y Dinamarca (16-12). Posteriormente, en 1938 se disputó el primer Campeonato Mundial de balonmano a nivel Atl. y de balonmano a nivel Atl. En el primero, el número de países participantes fue de diez, con triunfo final de Alemania.

La duración normal del partido para todos los equipos con jugadores de más de 16 años es de dos tiempos de 30 minutos, con 10 minutos de descanso.

Para los equipos de jóvenes entre 12 y 16 años es de dos tiempos de 20 minutos, y para la edad comprendida entre los 8 y los 12 años de dos tiempos de 20 minutos, en ambos casos el descanso será de 10 minutos.

**EL BALÓN:**

- El balón estará fabricado de piel o material sintético. Tiene que ser esférico. La superficie no debe ser brillante ni resbaladiza.
- El tamaño del balón, es decir, su circunferencia y peso, según las diferentes categorías de los equipos, son:
  - 55-60 cm y 425-475 gr (Tamaño 3 de la IHF) para hombres y para chicas (de más de 16 años).
  - 54-58 cm y 325-375 gr (Tamaño 2 de la IHF) para mujeres y chicas (de más de 14 años) y chicas (12 a 16 años).
  - 50-52 cm y 280-320 gr (Tamaño 1 de la IHF) para chicas (8 a 14 años) y chicas (8 a 12 años).

**LOS ÁRBITROS:**

- Cada partido será dirigido por dos árbitros con la misma autoridad, y asistidos por un cronometrador y un anotador.
- Los árbitros observarán la conducta de los jugadores y oficiales de equipo, desde el momento en que entran en el recinto del partido hasta que lo abandonan.
- Los árbitros son los responsables de inspeccionar el terreno de juego, las porterías, y los balones antes de que comience el partido y declarar que balones serán utilizados.
- Los árbitros también comprobarán la presencia y el uso por parte de ambos equipos de los uniformes singulares. Comprobarán el acto del partido y el equipamiento de los jugadores. Se aseguran de que el número de jugadores y oficiales en la zona de cambio están dentro de los límites y comprobarán la presencia e identidad de "oficial responsable de equipo" de cada equipo.
- El árbitro lo elige uno de los árbitros en presencia del otro y de los "oficiales responsables de equipo" de cada uno de ellos, o de un oficial de equipo o jugador que actúe en representación de "oficial responsable de equipo".
- En principio, todo el encuentro lo dirigen los mismos árbitros.

**HABILIDADES MOTRICES Y COORDINATIVAS:**

Este deporte requiere de todas las habilidades y destrezas motoras con un mayor grado de especificidad de los:

- salto
- desplazamientos
- giros
- recepciones

En el balonmano es necesario un buen desarrollo de las habilidades motrices básicas. Por ejemplo, cuando tenemos que correr hacia adelante y hacia atrás o desplazarnos lateralmente a ritmos rápidos o lentos, estamos poniendo en juego habilidades como la velocidad o la resistencia (fisiológicas); la percepción espacio y temporal (perceptivo-motrices) o la interacción con otras competencias y otras habilidades (psico-motrices). En determinadas situaciones específicas (lanzamiento, salto, bloqueo, etc.) y determinadas situaciones específicas (lanzamiento, salto, bloqueo, etc.) está presente la fuerza (capacidad fisiológica), la percepción, y otras habilidades.

**BIBLIOGRAFÍA:**

- <http://www.ihf.com/handball/fin.asp>
- [http://www.cocopa.com/handball/deportes\\_balmano](http://www.cocopa.com/handball/deportes_balmano)
- <http://www.pamplona.com/historia-especial-balonmano/>



## GUIA DE VOLEIBOL

Portapapeles Fuente Párrafo Estilos Edición

**VOLEIBOL**

**CONCEPTO:**  
El voleibol, vólibol, vóley o balmvoleo es un deporte que consiste en el encuentro de dos equipos compuesto por seis jugadores cada uno, que se enfrentan en una cancha dividida por una red o malla sobre la cual deben pasar una pelota a fin de que toque el suelo del campo contrario para hacer una anotación.

**HISTORIA:**  
El voleibol fue creado en 1895 por William G. Morgan. Era entonces director de Educación Física en el Hotel de los Hoteles, en el estado de Massachusetts, y había establecido, desarrollado y dirigido, un vasto programa de ejercicios y de clases deportivas masculinas para adultos. Era un día cuando él que precisaba de algún juego de entretenimiento y competición a la vez para variar su programa, y no disponiendo más que de un balón, creado cuatro años antes, (volán), tomó mano de sus propios métodos y experiencias prácticas para crear un nuevo juego.

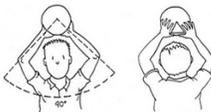


Morgan describe en sus primeras investigaciones, cómo se presentó en primer lugar ante él, pero precisa raquetas, pelotas, una red y demás equipo. De esta manera, fue desarrollado, sin embargo, la idea de una red grande fuera. La elevamos a un metro de altura y el balón, se dejó, justo por encima de la cabeza de un hombre medio. Creamos tener un balón y entre aquellos que nos hacíamos probar, tenemos la vejiga (cámara) de balón de béisbol. Pero se volvió demasiado ligero y demasiado lento, entonces probamos con el balón de béisbol, mismo pero era demasiado grande y demasiado pesado. De esta manera nos vimos obligados a hacer construir un balón de cuero con la cámara de caucho que pesara entre 8 y 12 onzas.

**FUNDAMENTACIÓN:**

**GOLPE DE DEDO:**  
Este golpe se realiza de la siguiente manera:

- Antes del contacto con el balón, elevar los brazos flexionados con los codos más altos que los hombros. Las manos deben estar delante y más altas que la frente y los muñecas en flexión dorsal. Los dedos deben estar separados y casi extendidos.
- Contacto con el balón: El toque de balón se realiza cerca y por encima de la frente, con las manos abaladas en forma de copa, ofreciendo al balón una superficie cóncava en la que los dedos índices y pulgares forman un anillo, o un triángulo, manteniendo el contacto visual con el balón.
- El contacto con el balón lo realizan solo y exclusivamente las yemas de los dedos (tangit desal).



**GOLPE DE ANTEBRAZO:**  
Consiste en estar en contacto con el balón con ambos antebrazos, uniendo las manos y extendiéndolas al máximo. Se utiliza para recibir el saque, un remate o para hacer un pase al compañero. Su técnica se fundamenta para un correcto desempeño en el juego.

- La posición inicial debe ser con los brazos sueltos, separados, pero un poco más abiertos que el ancho de los hombros, tronco hacia delante, piernas y caderas un poco flexionadas y vista hacia a la dirección del balón desplazándose hacia el mismo. Se extienden los brazos delante del antebrazo unidos, uniendo en contacto con los antebrazos, sin tocar los codos y finalizando con las manos apuntando hacia el objetivo del balón.



**POSICIÓN DE BASE ANTES DE GOLPEAR:** Nos colocamos orientados hacia donde queremos enviar el balón, los antebrazos se colocan lo más juntos posible (con los codos juntados) sobre una superficie de contacto amplia. Los brazos forman 90° con el tronco y 45° con el suelo. La colocación de las manos es fundamental: se cruzan las palmas, colocando el dorso de una mano sobre la palma de la otra y se unen los pulgares mirando hacia delante colocando uno al lado del otro. Las piernas se flexionan y separadas para proporcionar estabilidad.

na: 1 de 12 Palabras: 2.137

Portapapeles Fuente Párrafo Estilos Edición

**REMATE:**  
El remate es el principal gesto técnico de ataque de un equipo, es el elemento que cumple la fase decisiva de un juego, teniendo como misión superar la red y la defensa contraria, tanto el bloqueo como la defensa de campo.

También en este gesto se cuenta con 4 situaciones muy fundamentales para poder realizar correctamente, estas gestos son:

**Desplazamiento.**  
La cantidad de pasos de la carrera de impulso es dependiente de las características del rematador y el tipo de pase que se remate y la situación decisiva del juego. Importante en este último paso de la carrera de impulso, en que sea el más largo y rasante, pues prepara condiciones biomecánicas de cuerpo para un buen despegue.

La carrera de impulso se hará con el balón de pie (jugara baxión interna). En este movimiento los brazos se están extendidos arriba y atrás del cuerpo. Rápidamente el pie de atrás se coloca paralelo al otro (con figura rotación interna) para una mejor utilización de la fuerza.

**Despegue.**  
La fase de despegue se considera la más importante, pues es donde se conjugan todas las leyes y principios físico-biológicos de jugador para realizar un mejor salto en correspondencia con el objetivo principal del remate, golpear el balón.

De esta forma el peso del cuerpo pasa de los talones a las plantas terminando en la punta de los pies, lo que conlleva a un desplazamiento rápido y hacia adelante de los brazos hacia delante y arriba, y la extensión explosiva de las piernas el jugador realiza el despegue.

**Colete.**  
Un colete (o que golpea) se encuentra flexionado al lado de la cabeza (como seña hacia arriba), el otro antebrazo se encuentra delante y a la altura de la cara (mantiene el equilibrio de cuerpo). El brazo describe un movimiento rápido hacia delante y arriba colocándose con la mano abierta. En este momento el brazo debe estar extendido (mayor altura en el golpeo) realizándose simultáneamente el golpe con la mano abierta con flexión supina de la muñeca. El brazo describe por delante del cuerpo.

**Caja:**  
Después del golpe con el balón se retira rápidamente la mano, balanceándose por delante del cuerpo. El jugador desciende sobre la punta de los pies realizando un pequeño movimiento amortiguador.



**BLOQUEO:**  
Podemos decir que el bloqueo es como la intersección de los ataques del contrario al primer toque saltando junto a la red con los brazos alzados buscando devolver directamente el balón al campo contrario, o en su defecto, desviarse el campo de ataque para impedir a sacar el balón fuera del terreno de juego.

En el bloqueo pueden participar hasta 3 jugadores (los 3 delanteros) para aumentar las posibilidades de intercepción. También serán importantes aquí las ayudas de la segunda línea para recuperar el balón en caso de un bloqueo fallido. Una de las opciones que tiene el atacante en salto es precisamente lanzar el balón con fuerza directamente contra el bloqueo buscando la falta.



**SAQUE:**  
El servicio o saque permite poner el balón en juego. Su objetivo principal radica en evitar de alguna forma la construcción del ataque del equipo contrario o generar un tanto directo. Existen diferentes tipos de saques, diferenciándose entre ellos fundamentalmente por la forma de golpeo y la trayectoria recorrida por el balón.

**TIPO DE SAQUE**

**SAQUE LATERAL BAJO:**  
Colocando lateralmente a la malla y de frente a la línea lateral del terreno. Los pies en forma de paso, aproximadamente el ancho de los hombros, las piernas ligeramente flexionadas. El tronco algo inclinado al frente con una pequeña torsión hacia el brazo que golpea. El balón se coloca con la mano derecha o izquierda delante y el brazo contrario se levanta hacia atrás. Se lanza el balón hacia arriba donde el brazo derecho se despiaca lateralmente desde atrás hacia delante golpeando el balón con la mano derecha.




Página: 1 de 12 Palabras: 2.137



Portapapeles Fuente Párrafo Estilos Edición

### SAQUE DE TENIS

El jugador se coloca de frente a la línea. La cabeza se inclina hacia adelante en forma de peso aproximadamente al ancho de los hombros (pie izquierdo adelantado).

El balón se sujeta con una de las manos o ambas. Se lanza aproximadamente un metro y medio por encima de la cabeza, desplazándose el brazo izquierdo hacia atrás hasta colocarse fuertemente delante de la cara, mientras que el brazo derecho continúa su trayectoria hacia arriba y atrás, quedando semiflexionado atrás y arriba de la cabeza.

En este momento el peso del cuerpo se apoya en la planta de atrás. El movimiento hacia el balón comienza con una extensión de la planta de atrás, pasando el peso del cuerpo desde la planta de atrás hacia la planta de adelante.

Cuando ambas plantas se encuentran en su momento de extensión mayor la mano hace contacto con el balón en su parte posterior y superior produciéndose un movimiento de pronación de la muñeca, lo que hace que el balón gire. Simultáneamente al golpe (contacto) se traslada la planta de atrás hacia adelante.

### NUMERACION Y ROTACION:

Volante rotación ... El orden de rotación se determina por la formación inicial del equipo y se controla con el orden al saque y las posiciones de los jugadores a lo largo del set. Cuando el equipo receptor gana el derecho al saque, sus jugadores rotan una posición en el sentido de las agujas del reloj.

### MEDIDAS DE LA CANCHA

### BALON

#### EL BALÓN

- Esférico y flexible
- De cuero o de plástico
- 45-67 cm. de circunferencia
- 260-280 gr. De peso
- Presión inferior 0,300-0,325 kg/cm<sup>2</sup>

#### REGLAMENTO

##### LA PUNTUACION:

Se disputa el mejor puntaje de cinco tandas de juego, también denominadas "sets". El equipo que acumula tres sets ganados gana el campeonato, para lo cual debe alcanzar en cada set veinticinco puntos y con una ventaja de dos puntos respecto al adversario (por ejemplo, veinticinco contra veintitres puntos). En caso de que los equipos alcancen una puntuación de veinticinco contra veintitres, deben jugar hasta lograr una diferencia de dos puntos. Por eso, la duración de los partidos de voleibol varía tanto.

##### EL SAQUE:

Es la acción que da comienzo a cada partido, se realiza con el jugador ubicado detrás de la línea de fondo y el resto del equipo situado en los límites del campo. Si el jugador saca y el adversario no logra impedir el balón, el jugador anota un punto a favor de su equipo. En caso de que el saque resulte fallido (toca la red y cae en su propio campo o se va fuera del área), el turno de saque pasa al adversario.

Página: 7 de 12 Palabras: 2.137

### AREA DE JUEGO:

Esta delimitada por un rectángulo de dieciocho metros de largo, por nueve metros de ancho, y se divide en el centro por una red que separa las dos áreas de juego. La designación de los campos para cada equipo se realiza antes del partido y en cada punto se intercambia las áreas.

### ZONA DE SAQUE:

La línea central que se ubica detrás de la red divide el campo de juego en dos zonas iguales, de nueve metros por nueve metros, cada una. A tres metros de distancia de la línea central, una línea delimita la zona de saque para cada área, donde se encuentran inicialmente las acciones de los jugadores.

### LA RED:

Se ubica en el centro del campo de juego a una altura de 2,43 cm para la categoría masculina y a 2,24 cm para la categoría femenina. Si el balón toca la red, no se considera una falta y, al rebotar, puede continuar con la jugada.

### CAPACIDADES MOTORAS:

- Fuerza:** Es el soporte sobre los elementos técnicos básicos del deporte. Tiene sus principales componentes en su relación fuerza-velocidad + potencia. Por lo tanto su relación con el sistema nervioso central es estrecha y en parte condicionada.
- Resistencia:** El voleibol es un deporte aeróbico-anaeróbico-estático. Es importante la base aeróbica, condicionada en parte por el material genético. Por otro lado existe una etapa de alta intensidad en los niveles de potencia aeróbica y potencia anaeróbica. Es necesaria para lograr superar todos los obstáculos, como los 3 o 5 sets de juego.
- Velocidad:** Esta variable técnica tiene un factor genético muy importante, siendo una cualidad dependiente del sistema nervioso central por experiencia. En el voleibol es especialmente importante la velocidad de reacción, para mejorar es muy importante la fuerza y el desarrollo de las técnicas de desplazamiento.

### ACTIVIDADES

- Desarrollar las ganas de aprender para el voleibol.
 

Descripción de la actividad: Se repartieron 10 globos por equipo, utilizando el gesto del voleibol a través que este no caiga al suelo.

Reglas: Delimitar el espacio, el globo debe estar bien inflado y no debe caer. Se da un punto cada vez que el globo no cae al suelo.

Materiales-espacio: Globos, Espacio libre de obstáculos.

Variantes de la actividad:

  - Colocar el globo con diferentes partes del cuerpo.
  - Transformar el globo, en parejas, trios.
  - Realizar el gesto pero el niño saltando.
  - Colocar el globo en forma alterna por equipos.
- Golpear el globo.
 

Descripción del juego: En parejas sentados se pasan el globo por encima de la cabeza utilizando el voleibol.

Reglas: Gana la pareja que logre hacer más golpes al globo de forma consecutiva.

Materiales-espacio: Lugar abierto libre de obstáculos y globos.

Variantes de la actividad:

  - A una distancia mayor entre parejas.
  - Ubicarse en trios o cuartetos.
  - Utilizar varios globos a la vez.

Página: 7 de 12 Palabras: 2.137



## GUIA DE FUTBOL DE SALON

### FUTBOL DE SALON

**1. CONCEPTO:**  
El Fútbol de Salón se basó en el balonmano, el baloncesto, e incluso el waterpolo, para redactar las primeras reglas de un nuevo deporte. Algunas de las que se aplicaron fueron: cinco jugadores en el campo (balonmano), duración del partido de 40 minutos (balonmano), porterías pequeñas (balonmano), medidas de campo (balonmano) y reglamentación relacionada con los pases (waterpolo). Inicialmente se le llamó "Fútbol de Salón" y causó sensación en Uruguay, pasando posteriormente al resto de Sudamérica para extenderse poco a poco por todo el mundo.

**2. HISTORIA:**

El Fútbol de Salón nació el 5 de setiembre de 1930 y se lo conoce oportunamente como FUTSAL. Desde 1966, oficialmente se utilizó ese nombre en el Mundial de 1962 en Brasil, organizado en ese entonces por FIFAUSA. También el 5 de Setiembre pero del año 1960, la Confederación Sudamericana de Fútbol de Salón FUTSAL, declaró Monumento Histórico al Gimnasio del Club Juventud de Montevideo, ya que allí se jugaron los primeros partidos de lo que hoy es la pasión de decenas de países de cinco continentes. El Fútbol de Salón - FUTSAL, según consta en Acta de Proclamación Dos Mil Cuarenta Treinta y Cuatro, en Madrid a los nueve días del mes de junio de 1993, nació como una necesidad de los profesores de Educación Física que en la Asociación Cristiana de Jóvenes de Montevideo, desde entonces el Impulso de los Jóvenes, propiciado por la consecutiva conquista de Uruguay en Fútbol de campo en los años 1924 y 1925 en Francia y Holanda en Torneo Olímpico y el Mundial de 1950 en Montevideo. Luego de las clases de Carlsberg (gimnasio), se hacían intrínsecos partidos de

baloncesto o incluso básculo, hasta que los chicos colocaron los bancos que había en los costados del gimnasio y los usaron como arcos de Fútbol. El profesor JUAN CARLOS CORVALAN (1920 - 1996) jugó al fútbol con sus tres amigos en la pared, para luego haciendo una proporción de las medidas del lugar de juego, comenzar a utilizar los arcos del Polo acuático.

**3. FUNDAMENTOS TÉCNICOS:**

**EL PASE:**  
Es la acción de entregar el balón a otro jugador con la mayor precisión posible. Pueden ser cortos, medios o largos, en función de la distancia. Según su trayectoria, serán horizontales, descendentes, parabolos, o si se va de vuelta, y según su dirección, varían en profundidad, lateral, retrásados y en diagonal.

También tiene como finalidad, una buena entrega para así ejecutar una buena recepción, y continuar con su trayectoria.

**RECEPCION:**  
Es una acción muy utilizada durante un partido, con el objetivo de recibir el balón, controlarlo y ponerlo a su servicio para desarrollar en buenas condiciones una acción posterior. La recepción en fútbol se aquella en la que se consigue controlar totalmente el balón en los pies, perdiendo el componente de velocidad pero aumentando la precisión en el manejo posterior de este.

La recepción la podemos ejecutar de varias maneras, y estas son:  
Recepción con el pie, recepción con el muslo y recepción con el pie.

**CONDUCCION O DRIBLING:**  
Es un gesto básico e imprescindible para adquirir una buena técnica, ya que es la base para dominar el pase, la conducción y el tiro. Es necesario controlar la superficie de contacto con el balón, la suavidad del toque, la presión y el equilibrio de todo el cuerpo para conseguir la máxima eficacia.

La podemos realizar de diferentes maneras con la planta del pie, borde interno, borde externo, con el empeño y punta de pie.

**EL REMATE:**  
El remate es un fundamento técnico muy utilizado en el fútbol, para la conexión de pases y para realizar pases muy largos. La técnica de remate debe ser realizada de una forma correcta con algunos aspectos que mencionaremos a continuación.

Primero se debe tener en cuenta que la masa del cuerpo debe moverse en dirección al punto de remate. El pie de ejecución debe desorientar el arco más largo posible, teniendo más atrás el pie.

Por otro lado la planta de apoyo debe estar al lado del balón. En el momento del impacto el movimiento debe adelantarse, y la pierna debe ser golpeada en su centro de gravedad, para tener la dirección y sentido que nosotros queramos. El mismo superior debe acompañar este movimiento en todos sus gestos para lograr un mayor equilibrio. Algo a tener en cuenta es que no se recomienda tirar bruscamente antes o después de golpear, y en todo momento mantener la vista en el esférico.

Es muy importante el apoyo y la fuerza que le damos al aplicar el lanzamiento y así ejecutarlo de una manera adecuada.

**CABECEO:**  
La primera cosa que debemos entender es que el balón debe golpearse con la parte superior de su cabeza. Esta es la mitad parte del cráneo que es la más fuerte, porque está compuesta sólo de piel y hueso.

Uno de los obstáculos más difíciles cuando se aprende a cabecear un balón es superar el instinto natural que le evita arrojarse la cabeza a cualquier objeto en vuelo. Otro factor, que debemos superar, es la tendencia a centrar los ojos cuando se está a punto de cabecear el balón.

La fuerza, que uno aplica al balón, no debe venir de los músculos del cuello. El impulso hacia atrás la parte superior del cuerpo y propulsar la cabeza al frente producirá mucha más potencia.

Golpear el balón en la parte inferior causa que se eleva mientras se golpea en la parte superior hace que bote. Antes de cabecear un balón, debería ajustarse a su vuelo tomando varios pasos. Esto le ayuda a evitar inclinarse hacia un lado después de que ya está en el aire.

**DETECCION DEL BALON:**  
Es la acción técnica mediante la cual el jugador adquiere la posesión de balón debiendo en condiciones para la siguiente acción técnico-táctica.

Podemos encontrar algunas clases de detección de balón como:

1. Parada: acción técnica mediante la cual recibimos el balón y lo dejamos absolutamente parado. Normalmente se hace con la planta de pie.
2. Desplazado: acción técnica mediante la cual recibimos el balón y lo dejamos con un poco de movimiento por delante de nuestro pie de control.
3. Amortiguamiento: acción técnica mediante la cual desaceleramos un balón lento con el objetivo de bajarlo controlado y poderlo poseer en nuestro pie.
4. Control orientado: acción técnica mediante la cual recibimos un balón y mediante el control lo orientamos para encajarlo con la siguiente acción técnico-táctica deseada.



Portapapeles | Fuente | Párrafo | Estilos | Edición

#### 4. MEDIDAS DE LA CANCHA:

Mínimo 20 m  
Máximo 40 m  
ANCHO  
Mínimo 16 m  
Máximo 20 m  
TORNOS INTERNACIONALES  
Máximo 20 m

LONGO  
Mínimo 35 m  
Máximo 40 m  
ANCHO  
Mínimo 18 m  
Máximo 20 m

MARCACIÓN:  
El trazado y la demarcación se realizarán con líneas blancas o de color que se destaque al del piso de 5 centímetros de ancho; las dos líneas mayores se denominarán **LÍNEAS LATERALES** y las dos menores, **LÍNEAS DE META**; los tramos de líneas comprendidas entre los postes de los arcos se denominarán **LÍNEA DE GOL**. La superficie estará dividida en dos mitades iguales por una línea media denominada **LÍNEA DE MEDIO CAMPO**. Se indicará el centro de la superficie de juego con un círculo de 3m de radio.

#### EL BALÓN:

1. Será esférico
2. Para la categoría mayores, tendrá una circunferencia mínima de 60 cm y máxima de 62 cm y un peso de entre 430 y 450 g.
3. Se tendrá en cuenta las siguientes especificaciones: una calibración de (nueve) 9 litros y en su condición se mantendrá en un lanzamiento de 2 m de altura, el primer bote no deberá pasar los 30 cm y el segundo no más de 10 cm.
4. Para las categorías femeninas y masculinas desde 13 hasta 16 años, tendrá una circunferencia mínima de 50 cm y máxima de 60 cm con un peso comprendido entre 400 g y 430 g.
5. Para las categorías menores de 12 años tendrá una circunferencia mínima de 50 cm y máxima de 60 cm con un peso comprendido entre 320 g y 350 g.

5. REGLAMENTO:  
**Saque de salida**  
El saque de salida es una forma de iniciar o reanudar el juego:  
• al comienzo del partido  
• tal, haber marcado un gol  
• al comienzo del segundo periodo del partido  
• al comienzo de cada periodo de tiempo suplementario, caso el caso  
No se podrá andar un gol directamente de un saque de salida.  
Procedimiento:

- todos los jugadores deberán encontrarse en su propia mitad de la superficie de juego
- los adversarios del equipo que efectuará el saque de salida deberán encontrarse como mínimo a 2 m del balón hasta que sea jugado
- el balón se hallará inmóvil en el punto central
- el árbitro dará la señal
- el balón estará en juego en el momento en que sea pateado y se mueva hacia adelante.

#### Balón al suelo

Si el balón está en juego y los árbitros deben interrumpir temporalmente el partido por cualquier motivo no indicado en las Reglas de Juego del Fútbol, el partido se reanuda con un balón al suelo. El juego también se reanuda con balón al suelo cuando así lo determinen las Reglas de Juego del Fútbol.

Procedimiento  
El árbitro o el segundo árbitro deberán caer el balón en el lugar donde se hallaba cuando el juego fue interrumpido, a menos que se interrumpa en el área Penal, en cuyo caso uno de los árbitros deberá caer el balón al suelo en la línea del área penal, en el punto más cercano al sitio donde el balón se encontraba cuando el juego fue interrumpido.

#### Balón fuera del juego

El balón estará fuera de juego cuando:

Portapapeles | Fuente | Párrafo | Estilos | Edición

- haya cruzado completamente una línea de banda o de meta, ya sea por balón o por aire
- el juego haya sido interrumpido por los árbitros

#### Balón en juego

El balón estará en juego en cualquier otro momento, incluso cuando:

- rebote en los postes o travesaño y permanezca en el interior de la superficie de juego
- cae en los árbitros ubicados en el interior de la superficie de juego.

#### Faltas

Las faltas se sancionarán con un tiro libre directo, un tiro penal o un tiro libre indirecto.

Faltas sancionadas con un tiro libre directo

Se concederá un tiro libre directo al equipo adversario si un jugador comete una de las siguientes siete faltas de una manera que los árbitros consideren **intencional**, temeraria o con el uso de fuerza excesiva:

- dar o intentar dar una patada a un adversario
- poner una zancadilla a un adversario
- estar sobre un adversario
- cargar sobre un adversario
- golpear o intentar golpear a un adversario
- empujar a un adversario
- realizar una entrada contra un adversario

#### ACTIVIDADES

1. Dibujar la cancha de fútbol de balón con sus respectivas medidas
2. Dibujar el balón y colocar el peso
3. Realizar un breve descripción de la historia del fútbol de balón
4. Hacer un dibujo e identificar las partes de la cabeza, pecho, muslo y pie con un color (partes de recepción del balón)

#### ACTIVIDAD PRÁCTICA

A continuación encontraremos algunos pasos para realizar los fundamentos del fútbol de balón.

#### CALENTAMIENTO

A. Jugar con balón en parejas

Descripción: En un espacio delimitado cada pareja realizará pases entre sí.

**DESARROLLO** por toda el área de trabajo.

Dimensiones del espacio: 20m x 20m

#### Calentamiento específico de la técnica

Descripción: Se distribuye el grupo de acuerdo a los conos colocados, se colocan 3 personas, en cada cono, realizan pases y se desmarcan al frente.

Dimensiones del espacio: 10 metros entre conos como

Tiempo: 3 minutos



## CAPITULO V

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

#### 2. Planeación

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

#### 3. Organización

- Elabora y presenta su proyecto de desarrollo de área  
EXCELENTE  
Lleva los diarios de campo-planes de unidad de clase  
EXCELENTE
- Su comunicación es fácil y asertiva  
EXCELENTE



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



- La comunicación requerida es presentada con orden, pulcritud y estética  
EXCELENTE

#### 4. Ejecución

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

#### 5. Control

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

**NOMBRE DEL SUPERVISOR:** HUGO TORRES PORTILLA

**FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO:** JOSE LUIS MENDOZA JAIMES

**FECHA:** NOVIEMBRE 25 DE 2020



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

***PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL***

ALUMNO – MAESTRO: JOSÉ LUIS MENDOZA JAIMES

SUPERVISOR: HUGO TORRES PORTILLA

INSTITUCIÓN: I.E. MARCOS GARCIA CARRILLO

FECHA: NOVIEMBRE 25 DE 2020

ACTIVIDADES	PUNTAJE MAXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	4
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	4
9 Refuerza a sus alumnos	3	3
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11 Dirige y dirige 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
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>49</b>

**OBSERVACIONES:** En lo referente a EL TRABAJO EN Casa en puede definir que el alumno maestro cumplió con lo presupuestado, en su plan de acción.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

## ***NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL***

ALUMNO – MAESTRO: JOSÉ LUIS MENDOZA JAIMES

SUPERVISOR: HUGO TORRES PORTILLA

INSTITUCIÓN: I.E. MARCOS GARCIA CARRILLO

GRADO: PRIMARIA    FECHA: NOVIEMBRE 25 DE 2020

<b>ETAPAS</b>	<b>OBSERVACIÓN</b>	<b>%</b>	<b>NOTA</b>	<b>%</b>
1 Administrativa	SIN NOVEDAD, DEACUERDO A SU PLANIFICACION	30%	4.7	1.41
2 Docente y Evaluativa	SIN NOVEDAD, DEACUERDO A SU PLANIFICACION	50%	4.7	2.35
3 Actividades extracurriculares	SIN NOVEDAD, DEACUERDO A SU PLANIFICACION	20%	4.7	0.94
	NOTA DEFINITIVA	100%	4.7	4.7

Supervisor: HUGO TORRES PORTILLA

Alumno – Maestro JOSÉ LUIS MENDOZA JAIMES



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

Facultad de Educación

Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

***NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL***

ALUMNO – MAESTRO: JOSÉ LUIS MENDOZA JAIMES

SUPERVISOR: HUGO TORRES PORTILLA

INSTITUCIÓN: I.E. MARCOS GARCIA CARRILLO

CURSO: PRIMARIA FECHA: NOVIEMBRE 25 DE 2020

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	4.7	1.41
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	4.7	2.35
III. EXTRACURRICULAR	20%	4.7	0.94
NOTA DEFINITIVA			4.7

**OBSERVACIONES ESPECIALES:**

En lo referente a EL TRABAJO EN Casa en puede definir que el alumno maestro cumplió con lo presupuestado, en su plan de acción.

ALUMNO – MAESTRO: JOSÉ LUIS MENDOZA JAIMES

SUPERVISOR: HUGO TORRES PORTILLA



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



NOMBRE ESTUDIANTE: JOSÉ LUIS MENDOZA JAIMES  
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: I.E. MARCOS GARCIA CARRILLO  
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: HUGO TORRES PORTILLA

## 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.  
BUENO
- Se le brindan facilidades administradoras y físicas para el desarrollo de la práctica.  
BUENO
- El supervisor de la práctica fue un apoyo constante en el desarrollo de la propuesta pedagógica.  
BUENO
- Se le da la importancia que merece el área de educación física, recreación y deportes en la institución.  
EXCELENTE
- Los recursos asignados fueron suficientes, adecuados y oportunos.  
BUENO

### 2. De la Universidad

- La asignatura de taller pedagógico le dio una pauta general de la práctica profesional.  
BUENO
- Las asignaturas del plan de estudio visto, le proporcionaron apoyo formativo y complementario en el desempeño profesional.  
BUENO



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



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

BUENO

### 3. Formación profesional y personal.

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

**SUGERENCIAS:** Buen trabajo por parte del supervisor, dio a conocer diferentes temáticas muy importantes de los diferentes grados asignados. También buen manejo de sua área no se presentó ningún inconveniente.

**FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO:** JOSE LUIS MENDOZA JAIMES

**FECHA:** 25 DE NOVIEMBRE 2020



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## CONCLUSIONES

- En conclusión de esta esta práctica integral y de la forma como se desarrolló en tiempo de pandemia fue una experiencia muy importante tanto los docentes como para los estudiantes, donde se evidenciarlos las diferentes habilidades que tienen los alumnos a la hora de recibir sus clases virtuales.
- El aprendizaje que obtuvo fue positivo, ya que se estaba más pendiente del trabajo realizado por parte de los estudiantes desde su casas, se tenía más participación de su padres a la hora de realizar las diferentes actividades.
- Pese a los diferentes problemas de conectividad que presentaban algunos estudiantes a la hora de enviar sus trabajos, fue posible dar solución y así obtener un buen resultado del trabajo que se estaba realizando desde casa.
- Finalmente se pudo lograr lo que estaba planeado y se logró ejecutar las actividades planeadas para que los estudiantes adquirieran un mejor aprendizaje.
- La receptividad de los niños con respecto a laos juegos no convencionales fue positivo ya que para ellos era una forma de esparcimiento y de recreación, porque por medio de estos juegos estaban dejando volar su imaginación a la hora de realizar dicho juego.



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



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



## BIBLIOGRAFIA

Bolívar, C. (1998). Aproximación a los conceptos de lúdica y ludopatía. Recuperado de: <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso5/CBolivar.htm>

[Tomado el día 07/10/2020]

Velázquez, D. (1989). La educación física en la educación básica. Madrid. Ed: Gymnos. Tomado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=133610>

[Recuperado el día 07/10/2020]

Hetzer, H. El juego y los juguetes. Argentina: Editorial Kapeluz. 1992.

[Tomado el día 08/10/2020]

Zapata, O. El Aprendizaje por el Juego en la Etapa Maternal y Pre-Escolar. México: Editorial Pax. 1990

[Recuperado el día 08/10/2020]

MEDINA RIVILLA, et al. (1991): Didáctica. Adaptación. El currículum. Fundamentación: Diseño, desarrollo y evaluación. Ediciones UNAM. España.

[Recuperado el día 08/10/2020]



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## ANEXOS



### BALONMANO

#### HISTORIA:

Para conocer el origen del balonmano, los historiadores buscan juegos parecidos o similitudes en deportes de la Antigua Grecia o del Imperio Romano. Algunos juegos de la Antigüedad se parecen bastante, pero los dibujos y grabados solo nos muestran gente jugando a la pelota con las manos.

Llegada la **Edad Media**, encontramos un **antecesor del balonmano**. Se trataba del denominado «juego de la pelota» o «primer juego del verano», y se trataba de atrapar la pelota en pleno vuelo de un modo muy similar a como hacen los jugadores de balonmano actual.

La primera noción de algo parecido al balonmano actual tuvo que esperar a 1898 en Dinamarca, donde se practicaba el *haandbold* y donde **Holger Nielsen** inventó unas normas muy parecidas a las actuales en 1898.



Se considera que el inventor del balonmano moderno fue el profesor alemán de educación física **Max Heiser**, quien jugaba con sus alumnas de Berlín a un juego que inventó que se llamaba *torball* (no confundir con el *torball* actual, para ciegos, que se juega con una pelota que contiene campanillas). Heiser ideó el juego para ocupar los ratos libres de las trabajadoras de la empresa Siemens, pero al no tener unas normas claras se acabó olvidando.

#### REGLAMENTO:

En 1928 se creó la **Federación Internacional** y el **primer reglamento oficial**, mientras que en 1934 el **C.O.I.** (Comité Olímpico Internacional) decidió la



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



SC-CER96940



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

Universidad de Pamplona  
Pamplona - Norte de Santander - Colombia  
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



## FUTBOL DE SALON:

### HISTORIA:

El Fútbol de Salón nació el 8 de setiembre de 1930 y se lo conoce deportivamente como FUTSAL desde 1956, oficialmente se utilizó ese nombre en el Mundial de 1982 en Brasil, organizado en ese entonces por FIFUSA. También un 8 de Setiembre pero del año 1990, la Confederación Sudamericana de Fútbol de Salón FUTSAL, declaró Monumento Histórico al Gimnasio del Club Juventud de Montevideo, ya que allí se jugaron los primeros partidos de lo que hoy es la pasión de decenas de países de cinco continentes. El Fútbol de Salón - FUTSAL, según consta en Acta de Protocolización Dos Mil Quinientos Treinta y Cuatro, en Madrid a los nueve días del mes de junio de 1993, nació como una necesidad de los profesores de Educación Física que en la Asociación Cristiana de Jóvenes de Montevideo, debían contener el ímpetu de los alumnos, provocado por las consecutivas conquistas de Uruguay en Fútbol de campo en los años 1924 y 1928 en Francia y Holanda en Torneos Olímpicos y el Mundial de 1930 en Montevideo. Luego de las clases de Calistenia (gimnasia) se hacían informales partidos de baloncesto o indoor béisbol, hasta que los chicos colocaron los bancos que había en los costados del gimnasio y los usaron como arcos de Fútbol. El profesor JUAN CARLOS CERIANI - (1903 - 1996) dibujó al tiempo con tiza otros arcos en la pared, para luego haciendo una proporción de las medidas del lugar de juego, comenzar a utilizar los arcos del Polo acústico.



Como lo descubrió CERIANI: hace casi setenta años, es imposible jugar en lugares reducidos y de piso firme, con una pelota que hay que manejarla con los pies y pica, por lo tanto ante la carencia de los materiales que existían en esa época, se demoró casi dos años en encontrar el balón adecuado. de Jóvenes, allí concurrían a perfeccionar sus estudios los Profesores de Gimnasia de toda Sudamérica y así concieron este nuevo deporte. breve historia de uno de los tres

## BALONCESTO

### HISTORIA:

El baloncesto nació como una respuesta a la necesidad de realizar alguna actividad deportiva durante el invierno en el norte de **Estados Unidos**. Al profesor de la Universidad de Springfield (Massachusetts), **James Naismith** (un profesor canadiense) le fue encargada la misión, en 1891, de idear un deporte que se pudiera jugar bajo techo, pues los inviernos en esa zona dificultaban la realización de alguna actividad al aire libre.

**James Naismith** analizó las actividades deportivas que se practicaban en la época, cuya característica predominante era la **fuerza** o el contacto físico, y pensó en algo suficientemente activo, que requiriese más **destreza** que fuerza y que no tuviese mucho contacto físico. El canadiense recordó un antiguo juego de su infancia denominado "duck on a rock" (El pato sobre una roca), que consistía en intentar alcanzar un objeto colocado sobre una roca lanzándole una piedra. Naismith pidió al encargado del colegio unas cajas de 50 cm de diámetro pero lo único que le consiguió fueron unas canastas de melocotones, que mandó colgar en las barandillas de la galería superior que rodeaba el gimnasio, a una altura determinada.

El baloncesto fue un deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de 1928 y Juegos Olímpicos de 1932, alcanzando la categoría olímpica en los Juegos Olímpicos de 1936. Aquí Naismith tuvo la oportunidad de ver como su creación era convertida en categoría olímpica, cuando fue acompañado por Adolf Hitler en el palco de honor, en Alemania. El baloncesto femenino debió esperar hasta 1976 para su admisión como deporte olímpico.

El juego gustó y se estableció pronto en **Estados Unidos**. **México**, fue donde primero se introdujo por motivos geográficos. A **Europa**, llegó de la mano de las sedes de **YMCA** a París, Francia. Pero no fue hasta la primera guerra mundial que cogió gran impulso, sobre todo gracias a los soldados estadounidenses que jugaban en sus ratos libres.

El baloncesto en la actualidad cuenta con una gran difusión en diferentes países de todo el mundo, siendo uno de los deportes con más participantes y competiciones regulares en distintas zonas y países del mundo. En **Estados Unidos**, se disputa la **National Basketball Association (NBA)**, considerada la mejor competición mundial de baloncesto de clubes.