



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



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

INFORME FINAL DE PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE
INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED
SEDE POLICARPA SALAVARRIETA

JESÚS RONALDO CARRERO SÁNCHEZ

C.C: 1.094.280.421

FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES.

PRESENCIAL

EXTENSIÓN PAMPLONA

2020-2



SC-CER96940



INFORME FINAL DE PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE
INSTITUCION EDUCATIVA NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED
SEDE POLICARPA SALAVARRIETA

JESÚS RONALDO CARRERO SÁNCHEZ

C.C: 1.094.280.421

ASESOR (A)

M.G. CRISTIAN ALBERTO BAUTISTA RICO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES.
PAMPLONA
2020-2





INTRODUCCIÓN:

El presente informe de práctica integral docente, en el cual se presenta el proyecto pedagógico denominado: “Desarrollo de la actividad física a través de hábitos y estilos de vida saludable, en tiempos de pandemia, en los estudiantes de tercero, cuarto y quinto primaria, de la institución educativa Policarpa Salavarrieta, del municipio de Ragonvalia, Norte de Santander, se llevó a cabo para optar al título de licenciado en educación física, recreación y deportes, donde se crea un ambiente de aprendizaje significativo a través del video-lección, como recurso didáctico, para fortalecer los procesos de enseñanza-aprendizaje en el desarrollo de la actividad física a través de hábitos y estilos de vida saludable, adquiriendo el conocimiento de una forma práctica y dinámica.

Tabla de contenido:

Capítulo 1

1. Observacion institucional y diagnóstico.....Pág. 7

1.1 Reseña Histórica	Pág. 7
1.2 Proyecto educativo institucional (PEI)	Pág. 10
1.3 Marco Legal.....	Pág. 12
1.4 Horizontes institucionales	Pág. 13
1.5 Principios institucionales	Pág. 13
1.6 Visión	Pág. 14
1.7 Misión	Pág. 14
1.8 Filosofía	Pág. 15
1.9 Horizontes	Pág. 15
1.10 Perfiles	Pág. 17
1.11 Organigrama institucional	Pág. 19
1.12 Cronograma Institucional	Pág. 20
1.13 Símbolos Institucionales	Pág. 21
1.14 Manual de convivencia	Pág. 24
1.15 Derechos y deberes	Pág. 32
1.16 Ley del Menor.	Pág. 33

1.17 Uniformes	Pág. 34
1.18 Inventario infraestructura	Pág. 36
1.19 Inventario salón de deportes	Pág. 38
1.20 Horario	Pág. 39
1.21 Matriz Dofa	Pág. 42

Capítulo 2

2.1 Título.....	Pág. 43
2.2 Objetivo general	Pág. 44
2.3 Objetivos específicos	Pág. 44
2.4 Descripción del problema	Pág. 45
2.5 Justificación.....	Pág. 48
2.6 Población.....	Pág. 51
2.7 Marco Teórico	Pág. 53

Capítulo 3

3.0 Informe de los procesos curriculares.....	Pág. 67
3.1 Diseño -Cronograma	Pág. 67
3.2 Ejecución de las actividades.....	Pág. 69



3.2.1 Actividad 1: Estiramiento con modalidad “yoga” en grados tercero, cuarto, quinto de básica primaria	Pág. 69
3.2.2 Actividad 2: Calentamiento con cuerda-lazo en grados tercero, cuarto, quinto de básica primaria	Pág. 72
3.2.3 Actividad 3: Mini-voleibol en grados tercero, cuarto, quinto de básica primaria	Pág. 74
3.2.4 Actividad 4: Planchas –plank en grados tercero, cuarto, quinto de básica primaria	Pág. 79
3.2.5 Actividad 5: Rondas en grados tercero, cuarto, quinto de básica primaria	Pág. 82
3.2.6 Actividad 6: Mini –Gimnasia en grados tercero, cuarto, quinto de básica primaria	Pág. 86
3.2.7 Actividad: Planeadores escolares en grados: tercero, cuarto y quinto de básica primaria.	Pág. 87

Capítulo 4

4. Actividades interinstitucionales.....	Pág. 91
---	----------------

Capítulo 5

5.0 Formatos de evaluación.....	Pág.93
5.1 Conclusiones.....	Pág. 100
5.2 Referencias.....	Pág. 101
5.3 Anexos.....	Pág. 104

CAPÍTULO I

OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNÓSTICO. COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED.

NIT: 154599000043

Resolución: aprobación N. 4579 del 3 de noviembre de 2016



1.1 RESEÑA HISTÓRICA

La Institución Educativa Colegio Nuestra Señora de la Merced es un establecimiento de formación, autónomo, de carácter estatal - oficial, perteneciente al municipio de Ragonvalia, departamento Norte de Santander, Sigue con estricto respeto lo establecido en materia de educación, por la Ley 115 y su Decreto Reglamentario 1860, el decreto 1075 de Mayo del

2015 y todas las normas: (MEN) y la secretaria de educación Departamental de Norte de Santander

La institución educativa Colegio Nuestra Señora de la Merced está ubicada en el municipio de Ragonvalia, departamento Norte de Santander, en el barrio La Humildad, en la dirección calle 4 con avenida segunda.

Es una de las tres instituciones públicas del municipio y la única ubicada en el sector urbano esta se halla dividida en tres sedes:

Sede principal: En la cual se desarrollan las actividades académicas desde el grado sexto a once y además se encuentra la rectoría, coordinación, secretaria y biblioteca. De igual forma se desarrolla el proyecto SER HUMANO en horario nocturno.

Sede dos Ramón González Valencia: ubicada en el barrio Los Naranjos, en la cual se orientan los grados de preescolar, primero y segundo.

Sede tres Policarpa Salavarrieta: se encuentra ubicada en el barrio Juan XXIII vía al municipio de Herrán, se orientan los cursos tercero, cuarto y quinto de la básica primaria.

Las principales vías de acceso a la localidad son: la vía que comunica de Villa del Rosario al casco urbano de Ragonvalia, la vía que comunica del municipio de Chinácota al casco urbano del municipio de Ragonvalia, la vía que comunica al municipio de Ragonvalia con el municipio de Herrán la vía de acceso que comunica al municipio de Ragonvalia con el vecino país República Bolivariana de Venezuela.

La economía de nuestro municipio se basa en la agricultura, la ganadería de subsistencia y por encontrarse ubicada en zona de frontera se ve influenciada por el comercio informal.

En el sector secundario de la economía se encuentra en un estado insipiente pues existen algunas microempresas como: tostadora de café la Alhambra, despulpadora de fruta San Manuelito, talleres de calzado, cooperativa de café Catatumbo.

El deficiente número de alumnos matriculados en los Colegios Juan XXIII y Normal Nuestra Señora de la Merced motivó al Gobierno Departamental por asuntos de presupuesto tal vez proponer ante la comunidad educativa de Ragonvalia la integración de los dos establecimientos educativos.

De esta manera se podría dar cumplimiento al decreto nacional 155 de 1967 y la ordenanza 8° de 1968 según la cual se facultaba al gobierno Departamental efectuar la integración de planteles de Educación Media.

Por decreto 262 de Marzo 16 de 1971 se integran los colegios. Resolución N° 11699 de noviembre 15 de 1973 aprueban los estatutos de 1° a 4° EBS. Resolución N° 8748 de noviembre 4 de 1974 aprueba los estatutos de 1° a 4° EBS y 5° hasta nueva visita. Resolución N° 6526 de Octubre 1° de 1975 aprobación de 1° a 4°, 5° y 6° de EMV. Resolución 11629 de Agosto 22 de 1988, aprueba estudios de 6° a 9° EBS; 10° y 11° EMV, HNV Resolución N° 001288 de Noviembre 22 de 1993, aprueba 6° a 9° EBS; 10° y 11° EMV hasta 1998. Proyecto Educativo Institucional inscrito en la Secretaría de Educación de Departamento bajo el N° 1295 del 12 de Febrero de 1999.

La fusión de la Concentración Policarpa Salavarieta y la Concentración Ramón González Valencia con el Colegio Nuestra Señora de la Merced para crear la Institución Educativa Colegio Nuestra Señora de la Merced se hizo mediante decreto 000951 del 18 de diciembre del 2001.

1.2 PEI.

Contribuir al desarrollo equilibrado del individuo promoviendo su participación consciente y responsable como miembro de la familia y grupo social.

Desarrollar en la persona la capacidad crítica y analítica del espíritu científico mediante el proceso de adquisición de los principios y métodos en cada una de las áreas del conocimiento.

Fomentar en el educando la formación de actitudes y hábitos permanentes de su preparación que lo motiven a continuar la educación a través de su vida.

Estimular el desarrollo vocacional y la formación profesional de acuerdo con las actitudes y aspiraciones de la persona y las necesidades de la sociedad inculcando aprecio por el trabajo honesto cualquiera que sea su naturaleza.

Lograr que el estudiante asuma como responsabilidad su vocación de ciudadano y el compromiso cívico como impulsador de la comunidad humana en el campo de la justicia social.

Realizar procesos de gestión y administración, efectivos y participativos, garantes de un desarrollo institucional regidos por principios de presentación, colectividad, coadministración, mejoramiento continuo y sentido de pertenencia.

Implementar propuestas pedagógicas que se articulen al modelo pedagógico conceptual e integrar los contenidos de las áreas fundamentales con los ejes temáticos de la especialidad generando aprendizajes significativos que conlleven a la formación integral de los estudiantes.

Conocer, organizar y comprometer los diferentes estamentos de la comunidad educativa, como pilar fundamental sobre la que se consolida un concepto de educación pertinente, contextualizada e integradora.

Garantizar la sostenibilidad institucional, mediante un alto índice de competitividad por la calidad de los servicios, tanto en el orden académico como el humano.

Interiorizar y vivenciar valores dentro de un concepto de ciudadanía, desarrollo de competencias y habilidades como respuesta significativa a las necesidades del contexto.

Formar bachilleres competentes laboralmente que dentro del contexto comercial pueda mejorar sus condiciones de vida y desenvolverse eficazmente dentro del medio y continuar sus estudios superiores.

Implementar acciones tendientes a la cualificación de la educación que ofrece el plantel en todos los niveles, para mejorar progresivamente los resultados de las pruebas saber.

Demostrar conciencia ecológica mejorando el comportamiento, las relaciones de los estudiantes, consigo mismo, con las demás personas y con el medio ambiente y adecuar las instalaciones para el desarrollo y cumplimiento de la misión y el alcance de la visión propuesta.

1.3 MARCO LEGAL.

Fundamentamos la prestación de los servicios educativos en Preescolar, Básica Primaria, Básica secundaria y media en: La Constitución Nacional de la República de Colombia, la Ley General de Educación (Ley 115/1994), el Decreto 1860/1994, la Ley 715/2001, el Decreto 1290/2009 y demás normas vigentes, que permiten a la institución garantizar al individuo el desarrollo integral de su personalidad y ser promotora del cambio social.

Constitución Política Nacional de Colombia (CPNC): El Artículo 67 de La Constitución define la educación como 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 demás bienes y valores de la cultura. Define y desarrolla la organización y la prestación de educación formal, en su nivel preescolar, básico primario y secundario y media no formal e informal, dirigida a niñ@s y jóvenes en edad escolar, a personas con limitación física, sensorial y psíquica y personas con capacidades excepcionales.

Ley General de Educación (Ley 115/1994): La Ley 115 en el Art. 1 Objeto de la ley define la educación como un proceso permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de sus derechos y de sus deberes. En el Art. 4. Calidad y cubrimiento del servicio, afirma que corresponde al Estado, a la sociedad y a la familia velar por la calidad de la educación.

1.4 HORIZONTES INSTITUCIONALES.

1.5 Los Principios y fundamentos que orientan la acción de la comunidad educativa en la Institución.

Creatividad: Considerando la trascendencia del ser humano en la cual el trabajo dejó de ser manual, y pasó a ser mecánico y técnico, se hace necesario estimular las potencialidades de los educandos; para atender a esta necesidad de la época los docentes encauzan su labor pedagógica a despertar en los discentes la capacidad de asombro y admiración suscitando así, momentos propicios en el ambiente estudiantil para la originalidad, la novedad, y transformación tecnológica, social, laboral, a creer en sí mismos y en sus capacidades y promover el sentido del progreso.

Emprendimiento: Se visiona este valor por ser de gran trascendencia para satisfacer las necesidades del mundo actual, como un aporte significativo de nuestra institución. Por ello se requiere que los docentes aviven el espíritu de búsqueda de algo nuevo en los aprendientes, revisando y adaptando las condiciones, oportunidades y /o posibilidades para generar empresa o unidades de negocio, aceptando el riesgo como parte inherente.

Responsabilidad: Buscando el crecimiento personal de los miembros de la comunidad consideramos este valor irremplazable, pues permite al joven interactuar, comprometerse y aceptar las consecuencias de un hecho libremente realizado. El estudiante responsable siempre se esfuerza por hacerlo todo bien.

Solidaridad: Cultivando este valor se permitirá a los jóvenes tener un sentimiento común, disponiendo siempre del ánimo para actuar con sentido de comunidad.

Respeto: Considerar a los demás y mejorar las relaciones interpersonales con un fin integrador que permita un eficiente desenvolvimiento en las labores institucionales.

Responsabilidad: Ejecutar a tiempo y con pertinencia los trabajos encomendados y cumplir con los objetivos institucionales hacia la misión y visión establecidas.

Tolerancia: Actuar con paciencia y flexibilidad en la toma de decisiones, con respeto a las ideas y creencias de los demás, en bien de la Comunidad Educativa.

1.6 VISIÓN.

Para el año 2024 la Institución Educativa – “El COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED”, será líder en la formación integral y de calidad de la juventud Ragonvalense, en sus aspectos humanos, técnicos, científicos y académicos, propendiendo por el desarrollo de la mentalidad empresarial en articulación de nuestros procesos educativos con el mundo laboral y productivo posibilitando su acceso a la Educación Superior, como aporte significativo de nuestra institución a la sociedad caracterizándose por ser la mejor institución técnica de la región.

1.7 MISIÓN.

La Institución Educativa Nuestra Señora de la Merced, forma personas emprendedoras y futuros líderes, capaces de desenvolverse en la sociedad, propiciando ambientes de convivencia, paz y solidaridad, desarrollando sus potencialidades en todas sus dimensiones. Ofrece educación básica e incluyente a niños desde el grado preescolar, básico primario,

básico secundario y educación media técnica en asistencia administrativa, (por convenio SENA-MEN) y proyecto ser humano de educación para adultos.

1.8 FILOSOFIA.

Formar personas integrales orientadas para enfrentarse a las diversas situaciones y etapas de la vida, capaces de ayudar a construir una Colombia pacífica y justa en la cual todos tengan igualdad de derechos, deberes y oportunidades encaminadas a la práctica del trabajo, la recreación y el deporte, la protección del medio ambiente, el mejoramiento moral, social, político, económico religioso, cultural, científico, investigativo, tecnológico y laboral.

Fundamenta su Misión, en el reconocimiento del estudiante, así como de los demás miembros que integran la Comunidad Educativa, como PERSONAS, en las cuales se dan, y deben perfeccionarse cada día unas dimensiones tales como son: Dignidad, autonomía, espíritu encarnado, principio unificador, carácter relacional, trascendencia y compromiso con el mundo.

1.9 HORIZONTES.

FILOSOFICOS.

Una de las misiones encomendadas a la educación, es la formación de los estudiantes en el respeto de los valores que defiendan la convivencia, los derechos humanos, la paz y la democracia y en la práctica al trabajo y la recreación, para lograr el mejoramiento cultural, científico, investigativo, tecnológico y la protección del ambiente.

EPISTEMOLOGICOS.

Cada vez es mayor la influencia de la ciencia y la tecnología, a partir de la búsqueda del conocimiento se genera una capacidad crítica para confrontar hechos anteriores con la acción proyectiva para abordar nuevas propuestas y lograr un conocimiento productivo de acuerdo a las diferentes disciplinas científicas, sus intereses, y los fines que ellas persiguen para que contribuyan a reconocer críticamente el conocimiento a partir del logro de habilidades como el análisis, la síntesis, la observación, la formulación de modelos.

PSICOLOGICOS.

La desconoce el propósito de centrar el proceso educativo en el estudiante, justificando lo que las teorías del desarrollo humano sustentan en relación con lo que la persona puede aprender, depende de la etapa de su crecimiento físico, de su evolución social, afectiva, motriz e intelectual.

Por lo tanto el educando debe ser considerado como una totalidad en constante evolución, influenciado por factores internos y externos, psicológicos los primero y sociológicos los segundos integrados todos estos por aspectos psicomotrices, cognitivos y socio afectivos.

SOCIOLOGICOS.

Entendiendo la realidad existente entre sociedad y educación es de vital importancia conocer y entender el contexto social permitiendo a nuestros estudiantes apropiarse del ser social de su comunidad, alcanzar las destrezas y habilidades, y estrategias metodológicas para identificar problemas y proponer alternativas de solución. Desarrollar programas partiendo del diagnóstico de la realidad.

PEDAGÓGICOS.

El proceso pedagógico será efectivo en la medida en que haya una adecuada combinación entre los conocimientos previos, la experimentación y un aprendizaje significativo; aprendizaje facilitado por la mediación o interacción con otros dentro de un contexto social y cooperativo para que sea más integrador, comprensivo y autónomo; teniendo en cuenta que el grado de aprendizaje depende del nivel de desarrollo cognitivo, emocional y social donde juegan un papel importantísimo el autoconocimiento, el establecimiento de motivos y metas personales, la disposición por aprender, las atribuciones sobre el éxito y el fracaso, las expectativas y las representaciones mutuas.

1.10 PERFILES.

DIRECTIVOS. Como representante legal y primera autoridad administrativa y docente en la Institución educativa, debe ser un líder preocupado por el desarrollo de competencias gerenciales como la planeación, dirección, evaluación de proyectos, atención oportuna y de calidad a los diferentes usuarios como también por las competencias interpersonales: comunicación asertiva para el manejo de situaciones especialmente las conflictivas y por ende las competencias personales.

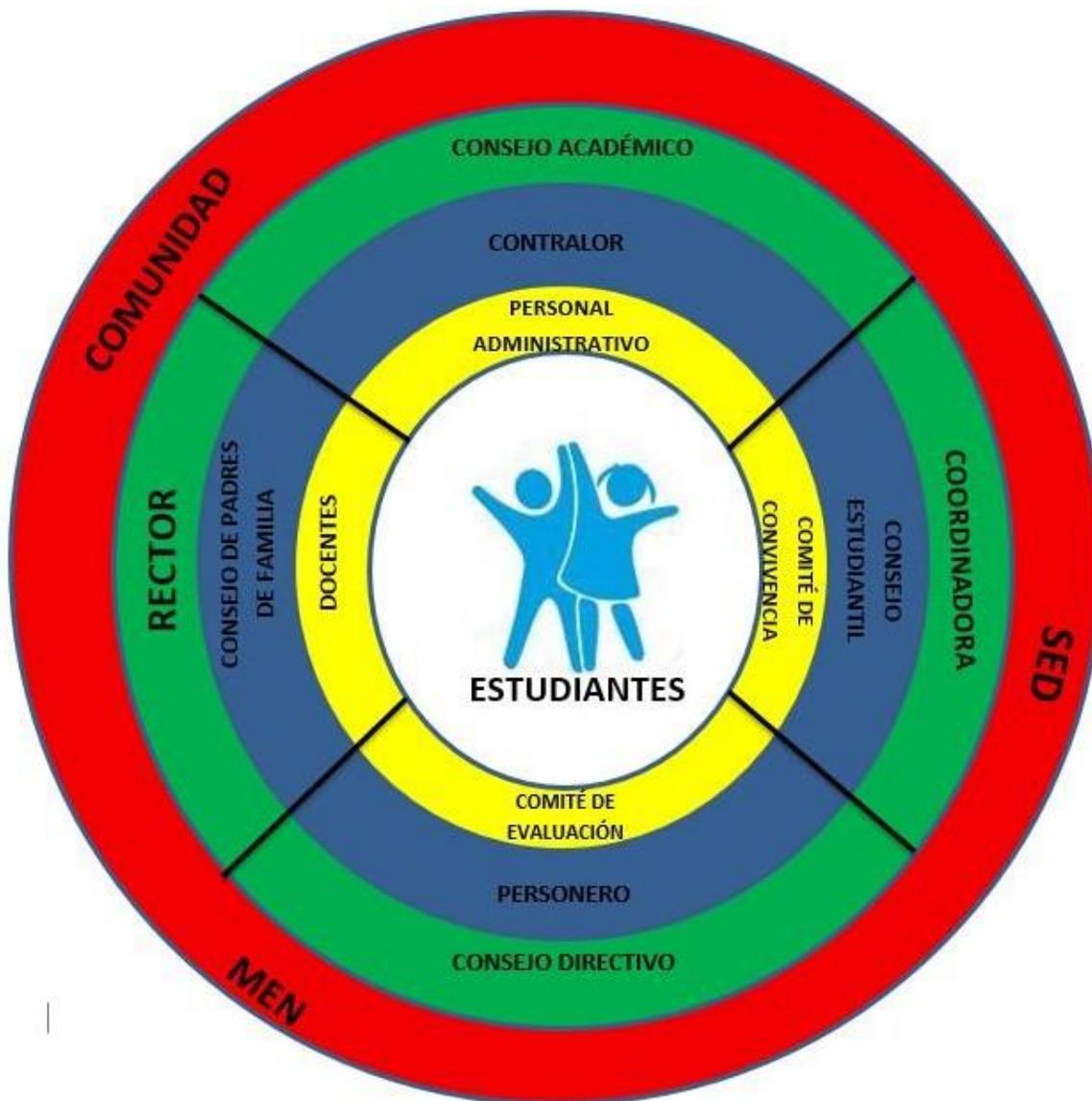
DOCENTES. El maestro de nuestra Institución Educativa, como agente facilitador y guía en la formación integral de los educandos, debe ser un amplio conocedor del contexto, respetuoso, tolerante, comprensivo, justo, racional, ejemplar, con alto sentido de pertenencia con la Institución; una persona dispuesta siempre a servir, escuchar y orientar. Igualmente debe estar en constante actualización, comprometido a brindar una educación de calidad, acorde a las necesidades y aspiraciones de la comunidad educativa. Debe ser

emprendedor, innovador, creativo, con alto sentido de responsabilidad, formador de principios éticos y morales.

PADRES DE FAMILIA. El padre de familia de la Institución educativa Colegio nuestra señora de la Merced, en pro de la educación integral de sus hijos, debe reunir las siguientes condiciones: Ser trabajador, responsable, respetuoso, tolerante, colaborador, preocupado por el progreso académico y ético de sus hijos, modelo digno de imitar; comprensivo, amable, sincero, activo, solidario, consiente de los problemas de la cotidianidad juvenil y con alto sentido de pertenencia con la institución.

ESTUDIANTES. El perfil del estudiante Codinsemita está enmarcado en la ley general de educación y la institución educativa asume como propio el perfil señalado en los artículos 5,91 y 92 de la ley 115 de 1994 y que se define así:
El alumno es el centro del proceso educativo y debe participar en su propia formación intelectual, moral, física y comportamental aprendiendo a desarrollar su SER, SABER y HACER.

1.11 ORGANIGRAMA.

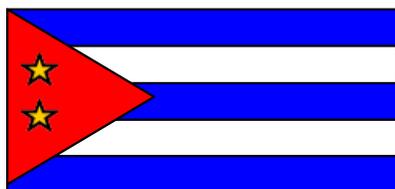


1.12 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL.

	CONVENCIONES
	DESARROLLO INSITUCIONAL
	PRIMER PERIODO ACADEMICO
	SEGUNDO PERIODO ACADEMICO
	TERCER PERIODO ACADEMICO
	CUARTO PERIODO ACADEMICO
	FESTIVOS NACIONALES
	REUNION DE PADRES DE FAMILIA
	DIA E
	ELECCIONES ESCOLARES
	SEMANA CULTURAL
	PRUEBAS SABER 11
FM	FERIA MICROEMPRESARIAL
	REUNIÓN CONSEJO ACADEMICO
	REUNION GENERAL DE DOCENTES
	CELEBRACIÓN DEL IDIOMA
	CELEBRACION DIA DE LA MUJER
	CELEBRACION DEL EDUCADOR
	CELEBRACION DE LA SECRETARIA
	CELEBRACION DÍA DE SAN JOSÉ
M	MATRICULAS
	DIA DE LA FAMILIA
	OFRENDA MARIANA
	INAGURACION JUEGOS INTERCLASES
	ACTO DE GRADUACION
	IZADAS DE BANDERA
	REUNION CONSEJO DIRECTIVO
	DIA DEL MEDIO AMBIENTE
	CELEBRACION DIA DEL AGUA
	REUNION COMITÉ DE EVALUACION
	RECESO ESTUDIANTIL

1.13 SIMBOLOS INSTITUCIONALES.

BANDERA DEL COLEGIO



Encarna nuestro ancestro cultural en la búsqueda de horizontes despejados que os lleven a perfeccionar el conocimiento por ese campo extenso de la sabiduría.

ESCUDO DEL COLEGIO



Es la guía que nos conduce al ideal seguro del buen comportamiento, la ciencia y el saber. Insignia heráldica académica en la cual se condensan los valores y virtudes del “CODINSEMITA” que deben reflejarse en su formación y su carácter personal.

HIMNO.

Canto de esperanza, amor y elocuencia juvenil. Entrega total del entendimiento a Dios, inspirado en la Unión del “CODINSEMITA” para rendirle culto y alabanza bajo el don preciado del saber.

CORO

Brilla en el cielo una esperanza:
La mano de DIOS en su poder.
UNION pregona nuestro heraldo,
Unidos marchemos al SABER

I

Viva llama el libro encierra,
Compendio furtivo entre el laurel;
La sabía historia de esta tierra
Palpita en el nombre CODINSEM.
Hombres virtuosos en la ciencia
Requiere Colombia con fervor
Y aquí en los claustros del Colegio
Retumba la voz de ese clamor.

II

Ancho espacio que habitamos
“ventana del norte al exterior”
¡Oh! Patria chica te ofrendamos
Un salmo de paz hecho canción.

Borran sus versos la ignorancia,
Nos muestran grandioso porvenir

En Dios forjaron su esperanza
Con El, la razón de su existir

III

Diáfana fuente cristalina
Visión del maestro en su verdad
Saber, estudio y disciplina
Conllevan al hombre a progresar.
Limpia tu mente ensombrecida,
Prepara la propia libertad,
Venid, con gozo indescriptible
Al aula nos da prosperidad.

IV

Virgen Reina inmaculada,
Consuelo del triste en su aflicción,
Protégeme madre adorada
Y dadnos tu santa bendición
Lirio blanco que en cielo
Espléndida ostentas gran poder,
Por TI logramos nuestro anhelo,
De TI esperamos tu merced.

Letra: Jorge E. Contreras Durán Música: Rafael P

1.14 MANUAL DE CONVIVENCIA.

CONCEPTO DE PACTO ESCOLAR DE CONVIVENCIA.

Es un conjunto de normas incluyentes y no discriminatorias, que ayudan a la formación integral del estudiante y apoya a la Comunidad Educativa para alcanzar sus objetivos dando importancia al desarrollo humano en los ámbitos social, cultural, patriótico y deportivo. Además, el Pacto Escolar de Convivencia Social es el medio por el cual se regulan las relaciones entre directivos, educadores, padres de familia, alumnos y ex alumnos de la Institución. El presente conjunto de normas se propone tomando como línea conductora la Normatividad Vigente en el marco del derecho de los Niños, niñas y adolescentes como lo relacional la Constitución Política de Colombia (Artículo 93), Ley 599 2000 (Ley Penal Colombiana), Ley 1146 de 2007 (Prevención de la Violencia Sexual), Ley 1437 de 2011 (Procedimiento Administrativo), Ley 1098 de 2006 (De Infancia y Adolescencia), Decreto 1075 de mayo 25 de 2015 Decreto único Reglamentario del Sector Educación (artículo 2.3.5.3.2 Lineamientos generales para la actualización a Manuales de Convivencia), Decreto 1965 de 2013 Sistema Nacional de convivencia Escolar (Artículo 40. Clasificación de situaciones faltas tipo I, tipo II y tipo III), Decreto 1038 de 2015 (Cátedra de la Paz), Decreto 1885 de 2015 Sistema Nacional de Coordinación de Responsabilidad Penal para Adolescentes, estableciendo su conformación, objetivos y funciones y demás normatividad que la Corte Suprema de Justicia y el Consejo de Estado emiten en materia de garantizar que los niños, niñas y adolescentes tengan el goce de sus derechos en la Institución Educativa.

Todas las personas que ingresen al establecimiento educativo, a tomar sus clases en modelos y horarios flexibles, avalados por la secretaria de educación departamental, siempre y cuando cuenten con el visto bueno de la rectoría del establecimiento, deberán presentarse de manera adecuada: aseados, ropa limpia, acorde a la actividad que van a

desarrollar. (Académica, deportiva, practica de campo, salidas pedagógicas, etc.). Otras orientaciones: • La institución educativa les asignara un salón, con la dotación correspondiente (sillas, tablero, papelería), el cual deben mantener en completo orden y aseo, tutor responsable directo será el tutor o docente que se encuentre al frente del grupo, el cual será entregado bajo inventario.

- El celador de turno entregara verificara el estado al entregar y recibir el aula de clase.
- No se permitirá el ingreso en pantaloneta, camiseta tipo esqueleto, chancletas o similares.
- No se permitirá el ingreso a la institución, bajo los efectos del alcohol o sustancias psicoactivas.
- Todas las personas que ingresen como estudiantes a la institución educativa, deberán manifestar respeto hacia las demás personas, por lo tanto se acogerán a lo dispuesto en este manual, con excepción a lo citado en cuanto a utilización de uniformes, horarios y utilización de joyas, tatuajes, piercing o maquillaje.
- El horario se fijará en común acuerdo, dándose a conocer con anticipación a las directivas del colegio y cumpliendo lo establecido por el programa que se esté adelantando.
- Los estudiantes del modelo flexible ser humano, cumplirán con el servicio social obligatorio, como lo estipula la ley.

POLITICAS DE INCLUSION.

En la Institución, partimos de la base que la educación inclusiva reconoce la diversidad, el valor y el respeto por la diferencia, brindando múltiples posibilidades y espacios para el diálogo e intercambio de conocimientos y experiencias dentro de la comunidad educativa, promoviendo y ofreciendo los soportes necesarios para posibilitar la inclusión social de aquellos que ven restringida su participación y el ejercicio pleno de sus derechos y que por tanto han sido excluidos en razón del género, condición social, etnia, discapacidad o el

conflicto armado, y que no cuentan con un entorno que responda a sus necesidades y particularidades.

Teniendo en cuenta los grupos poblacionales para el desarrollo de acciones de inclusión en la educación: Personas con necesidades educativas especiales -NEE(personas en condición de discapacidad y con talentos excepcionales);Personas afectadas por la violencia(personas en situación de desplazamiento, desmovilizados y desvinculados de los grupos armados ilegales, y afectados por minas antipersonal);población migrante (retornados, refugiados, etc) población joven y adulta iletrada, en la Institución se adelantan acciones que permiten la inclusión de dichos grupos y darles la oportunidad para adquirir conocimientos, desarrollar las competencias y valores necesarios para vivir, convivir, ser productivos y seguir aprendiendo a lo largo de la vida.

Es por ello que en La Institución Educativa Nuestra Señora de la Merced, tratamos de hacer visible en quienes no presentan estas condiciones y que comparten los espacios de aprendizaje, el reconocimiento y la valoración de las diferencias, generando conductas de respeto, solidaridad y amistad; para que niños, niñas y jóvenes puedan compartir una experiencia educativa común permitiéndoles aprender juntos y desarrollar sus competencias básicas, ciudadanas y laborales

Gobierno Escolar.

El gobierno escolar en los establecimientos educativos estará constituido por los siguientes órganos:

El Rector como representante legal del establecimiento y ejecutor de las decisiones del gobierno escolar.

El Consejo Directivo: como instancia directiva, de participación de la Comunidad Educativa y de orientación académica y administrativa del establecimiento.

Consejo Directivo.

Encargado de tomar las decisiones relacionadas con el funcionamiento institucional: planear y evaluar el PEI, el currículo y el plan de estudios, adoptar el manual de convivencia, resolver conflictos, definir el uso de las instalaciones para la realización de actividades educativas, culturales, recreativas y sociales, aprobar el presupuesto de ingresos y gastos, entre otras.

Conformado por los representantes de las organizaciones de base que deben existir en todo establecimiento educativo, con lo cual se garantiza la democracia participativa en la institución, cada representante tiene una organización de base con la que elabora, discute, consulta las propuestas que luego se aprueban o desaprueban en el Consejo directivo como máxima autoridad.

Busca crear consciencia en los miembros de cada estamento sobre la importancia de la organización, participación, proyección de la institución y regulación de los recursos de todo orden, como camino efectivo en el desarrollo del PEI. Igualmente organiza los tiempos para la discusión y desarrollo de las propuestas, la formación de los educadores, la escritura y sistematización de los desarrollos alcanzados

El Consejo Directivo está constituido por:

El Rector quien lo presidirá y lo convocará ordinariamente por lo menos una vez por mes y extraordinariamente cuando sea necesario.

Un representante de los profesores uno por cada nivel del establecimiento elegido por mayoría de los docentes de cada uno de ellos.

Un representante de los alumnos elegido por el Consejo Estudiantil entre los alumnos que se encuentren cursando el último grado de Educación Media técnica. Un representante del sector productivo elegido por el Consejo Directivo.

Dos representantes de los padres de familia elegidos por la Junta Directiva de la Asociación de Padres de familia.

Un representante de los ex alumnos elegido por el Consejo Directivo de terna presentada por la organización que aglutine la mayoría de ellos o cuando no hubiere, el personero escolar del año anterior.

El consejo directivo de la institución está conformado de la siguiente manera:

Rector: Wilson Augusto Cristancho

Representante de padres de familia: Anyur Medina

Representantes del sector productivo: María del Pilar Piñeros

Representante de docentes: Magaly Bautista y Elizabeth Ochoa

Representante de estudiantes: Wendy Viviana Ballesteros

Representante de ex alumnos: Jamer Contreras

Representante de asamblea de Padres de Familia: Carmen Cadenas

El consejo Directivo de la Institución Educativa NUESTRA Señora de la Merced funciona de manera normal. Este funciona de acuerdo a un cronograma estipulado desde el comienzo del año escolar y cada vez que sea necesario realizar un ajuste con la finalidad de orientar los procesos de planeación en el seguimiento de las acciones institucionales y cumple sus funciones estipuladas en el artículo 144 de la ley 1115\94.

SANCIONES

SITUACIONES TIPO I (faltas leves)

Se consideran acciones correctivas aquellas que son una manifestación externa de la hiperactividad o inmadurez de los jóvenes que no desestabilizan la actividad en curso, en el instante que se produce si no por una pequeña interrupción, a veces pasajera siendo alguna de ellas:

Retrasos injustificados al inicio de la jornada laboral, las clases, las actividades extra clase.

Abandono injustificado de las clases.

Daño accidental a material de trabajo, recursos, ayudas, mobiliarios, instalaciones de la planta física y equipamiento de las diferentes dependencias.

Abusos de confianza contra la propiedad de los demás como: útiles escolares, dinero, prendas de vestir, alimentos. Uso de apodos, altanerías, humillaciones, descortesías en general.

SITUACION TIPO II (faltas graves)

Se consideran faltas graves, aquellos tipos de comportamiento que violan los derechos de las personas o interfieren notablemente en el funcionamiento eficaz de la institución y que muestra un estado de rechazo a las normas establecidas explícitamente en el pacto. Las faltas que ameritan acciones especiales son:

Toda violación a los derechos fundamentales o institucionales, es decir a los deberes consignados en el siguiente pacto.

Reincidencia en comportamientos que ameritan acciones correctivas dentro y fuera del establecimiento.

Fumar y/o embriagarse dentro de la institución, portando algún distintivo que lo identifique de la misma.

Portar cualquier tipo de armas y material corto punzante, totes, material explosivo o inflamable que interfiera en la tranquilidad de la comunidad educativa e instalaciones del plantel.

Comercializar y exhibir material pornográfico.

SITUACION TIPO III (faltas muy graves)

Son los comportamientos reiterados en la categoría de faltas graves o contempladas en el código penal colombiano.

Presentarse a la institución en estado de embriaguez o drogadicción.

Reincidencia en fraude en las actividades programadas como: evaluaciones, tareas, planillas, planchas, informes, talleres, cuadernos de apuntes, excusas, permisos, y documentos.

Suplantación de personalidad en actividades propias de la institución.

Lesiones personales – causar heridas con armas corto punzante o cualquiera otra a compañeros, docentes, administrativos, o cualquier miembro de la comunidad educativa dentro o fuera del establecimiento.

Inducir a los compañeros a la drogadicción, riñas o practicar la prostitución o satanismo.

Amenazar a cualquier miembro de la comunidad educativa.

La reincidencia en una falta grave y/o acumulación de tres (3) de ellas.

Otras faltas que se consideren graves en el consejo directivo o directivos de la institución y que atenten contra la moralidad e integridad física de los educandos.

En todos los casos anteriores se aplicaran las sanciones de acuerdo a la gravedad de las faltas, la edad de los estudiantes y las circunstancias de modo, tiempo y lugar en que ocurrieron los hechos.

1.14 DERECHOS Y DEBERES.

DERECHOS

Estos derechos están enmarcados en el respeto de los derechos humanos, los valores culturales, el cuidado del medio ambiente y el desarrollo en un espíritu de paz, tolerancia y solidaridad.

- ser respetado en su integridad física, moral, sexual y reproductiva.
- conocer la filosofía, la estructura y organización interna de la institución, el cronograma de actividades, el horario, el manual de convivencia y el PEI en forma oportuna.
- Participar en certámenes y grupos de tipo cultural, social, académico, religioso, deportivo, ambiental, artístico y otros programados dentro y fuera de la institución.
- disfrutar de los servicios de bienestar estudiantil que la institución educativa ofrezca: restaurante escolar, tienda escolar, refrigerio, transporte, biblioteca, orientación escolar.
- tener un debido seguimiento académico y disciplinario que conlleve a una excelente educación integral.

DEBERES

- Respetar la integridad física, moral, sexual, y reproductiva de cada miembro de la comunidad educativa.
- proyectar una buena imagen de la institución, portando el uniforme en forma correcta y observando un comportamiento digno en todo tiempo y lugar.
- hacer uso adecuado de los servicios de bienestar estudiantil, pertenencias personales, bienes y enseres que la institución le brinda y responder ante los daños ocasionados.

- responder a las exigencias académicas y disciplinarias contempladas en el manual de convivencia.
- abstenerse de traer elementos diferentes a los que se requieren para el desarrollo de las actividades en la institución.
- presentar los reclamos siguiendo el conducto regular y cumplir con los compromisos pactados.

1.16 LA LEY DEL MENOR.

La ley 1878 de 2018 (enero 9) por la cual se modifica algunos artículos de la ley 1098 de 2006 por la cual se expide el código de la infancia y la adolescencia, y se dictan otras disposiciones.

La ley 1098 de 2006 (noviembre 8) por la cual se expide el código de la infancia y la adolescencia, el cual tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los instrumentos internacionales de derechos humanos; en la constitución política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección será obligación de la familia, la sociedad y el estado.

Artículo 28. Derecho a la educación. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a una educación de calidad. Esta será obligatoria por parte del Estado en un año de preescolar y nueve de educación básica. La educación será gratuita en las instituciones estatales de acuerdo con los términos establecidos en la Constitución Política. Incurrirá en multa hasta de 20 salarios mínimos quienes se abstengan de recibir a un niño en los establecimientos públicos de educación. Artículo 29. Derecho al desarrollo integral en la

primera infancia. La primera infancia es la etapa del ciclo vital en la que se establecen las bases para el desarrollo cognitivo, emocional y social del ser humano.

Comprende la franja poblacional que va de los cero (0) a los seis (6) años de edad. Desde la primera infancia, los niños y las niñas son sujetos titulares de los derechos reconocidos en los tratados internacionales, en la Constitución Política y en este Código. Son derechos impostergables de la primera infancia, la atención en salud y nutrición, el esquema completo de vacunación, la protección contra los peligros físicos y la educación inicial. En el primer mes de vida deberá garantizarse el registro civil de todos los niños y las niñas. Artículo 30. Derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, al juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural y las artes. Igualmente, tienen derecho a que se les reconozca, respete, y fomente el conocimiento y la vivencia de la cultura a la que pertenezcan. Parágrafo 1°. Para armonizar el ejercicio de este derecho con el desarrollo integral de los niños, las autoridades deberán diseñar mecanismos para prohibir el ingreso a establecimientos destinados a juegos de suerte y azar, venta de licores, cigarrillos o productos derivados del tabaco y que ofrezcan espectáculos con clasificación para mayores de edad

1.17 UNIFORMES.

La asamblea departamental estableció un uniforme oficial para uso diario y un uniforme oficial para educación física, mediante la ordenanza N° 0044 del 27 de diciembre del 2002.

UNIFORME DE DIARIO

Hombres: pantalón de tela lino azul marino, camibuso de color blanco cuello sport extendido tipo chemisse con vivos rojos y azules, medias de color azul y zapatos negros lizos de cordón, corte bajo.

Mujeres: falda de lino azul marino sobre la rodilla, camibuso blanco de cuello sport extendido tipo chemisse con vivos rojos y azul, medias de color azul y zapatos negros estilo colegial.

UNIFORME DE GALA

Hombres: pantalón azul marino, camisa blanca manga larga, corbata azul marino, medias de color azul marino y zapatos negros de cordón.

Mujeres: camisa manga larga blanca, corbata elaborada con cinta azul marino, falda azul marino, medias blancas, y zapatos estilo colegial.

UNIFORME DE EDUCACION FISICA

Hombres y Mujeres: sudadera de color negro con resorte en la pretina y franjas laterales blanca y roja. Camibuso de color rojo con cuello sport extendido, tipo chamisse con vivos de color blanco y negro. Medias de color blanco y zapatos tenis blanco.

1.18 INVENTARIO INFRAESTRUCTURA.



INSTALACIONES	CANTIDAD.
---------------	-----------

Rectoría	1
Secretaría.	1
Coordinación.	1
Salón de profesores.	1
Biblioteca.	1
Sala de informática.	1
Sala de enjambre.	1
Laboratorio de física y química	1
Cancha múltiple.	1
Aulas de clases.	12
Salón múltiple.	1
Salón de implementos deportivos.	1
Cafetería.	1
Baños de profesores.	2
Baños de alumnos.	2

1.19 INVENTARIO SALON DE DEPORTES.



CANTIDAD.	IMPLEMENTOS.	ESTADO.		
		Bueno	Regular	Malo
12	conos	12	0	0
20	Balones de baloncesto.	20	0	0
10	Balones de voleibol.	12	0	0
16	Ula-ulas.	16	0	0
12	Balones de microfutbol.	12	0	0
10	Lazos.	27	2	0
2	Maya de voleibol	2	0	0
6	Colchonetas.	6	0	0

1.20 HORARIO.

PROPUESTA DE TRABAJO CUARTO PERIODO 2020 PRIMARIA

SEMANA DEL 28 DE SEPTIEMBRE AL 2 DE OCTUBRE

LUNES 28 DE SEPTIEMBRE: Sociales.

MARTES 29 DE SEPTIEMBRE: Lengua castellana.

MIÉRCOLES 30 DE SEPTIEMBRE: Matemáticas.

JUEVES 1 DE OCTUBRE: Ciencias naturales.

VIERNES 2 DE OCTUBRE: inglés.

SEMANA DEL 13 AL 16 DE OCTUBRE

MARTES 13 DE OCTUBRE: Lengua castellana y artística.

MIÉRCOLES 14 DE OCTUBRE: Matemáticas, ética y valores.

JUEVES 15 DE OCTUBRE: Ciencias naturales e inglés.

VIERNES 16 DE OCTUBRE: Ciencias sociales y profundización.

SEMANA DEL 19 AL 23 DE OCTUBRE

LUNES 19 DE OCTUBRE: Sociales e informática.

MARTES 20 DE OCTUBRE: Lengua castellana y artística.

MIÉRCOLES 21 DE OCTUBRE: Matemáticas, ética y valores.

JUEVES 22 DE OCTUBRE: Ciencias naturales y religión.

VIERNES 23 DE OCTUBRE: inglés y profundización.

SEMANA DEL 26 AL 30 DE OCTUBRE

LUNES 26 DE OCTUBRE: Sociales y educación física.

MARTES 27 DE OCTUBRE: Lengua castellana y artística.

MIÉRCOLES 28 DE OCTUBRE: matemáticas, ética y valores.

JUEVES 29 DE OCTUBRE: Ciencias naturales y religión.

VIERNES 30 DE OCTUBRE: inglés y profundización.

SEMANA DEL 3 AL 6 DE NOVIEMBRE

MARTES 3 DE NOVIEMBRE: Lengua castellana y artística.

MIÉRCOLES 4 DE NOVIEMBRE: matemáticas, ética y valores.

JUEVES 5 DE NOVIEMBRE: Ciencias naturales e inglés

VIERNES 6 DE NOVIEMBRE: Ciencias sociales y profundización.

SEMANA DEL 9 AL 13 DE NOVIEMBRE

LUNES 9 DE NOVIEMBRE: Ciencias sociales e informática.

MARTES 10 DE NOVIEMBRE: Lengua castellana y artística.

MIÉRCOLES 11 DE NOVIEMBRE: matemáticas, ética y valores.

JUEVES 12 DE NOVIEMBRE: Ciencias naturales y religión.

VIERNES 13 DE NOVIEMBRE: inglés y profundización.

SEMANA DEL 17 AL 20 DE NOVIEMBRE

MARTES 17 DE NOVIEMBRE: Lengua castellana y artística.

MIÉRCOLES 18 DE NOVIEMBRE: matemáticas, ética y valores.

JUEVES 19 DE NOVIEMBRE: Ciencias naturales e inglés.

VIERNES 20 DE NOVIEMBRE: Ciencias sociales y profundización.

SEMANA DEL 23 AL 27 DE NOVIEMBRE

LUNES 23 DE NOVIEMBRE: Ciencias sociales y educación física.

MARTES 24 DE NOVIEMBRE: Lengua castellana y artística.

MIÉRCOLES 25 DE NOVIEMBRE: matemáticas, ética y valores.

JUEVES 26 DE NOVIEMBRE: Ciencias naturales y religión

VIERNES 27 DE NOVIEMBRE: inglés y profundización.

1.21 MATRIZ DOFA.

DEBILIDADES	OPORTUNIDADES	FORTALEZAS	AMENAZAS
Claridad en las indicaciones.	Tener el grupo solo, en varias ocasiones	Dominio de contenidos.	La aptitud de algunos
Varios cursos con excesiva cantidad de alumnos.	Recibo orientación por parte del docente de educación Física.	Apoyo del maestro de educación física.	estudiantes de grados superiores
Algunos jóvenes son muy introvertidos.		Nuevas técnicas de trabajo que despertaron el interés de los alumnos.	Factores climáticos.
Se presentan casos de extra edad según su nivel de escolaridad.		Carisma para tratar con los alumnos.	

CAPÍTULO II

PROPUESTA PEDAGÓGICA

2.1 TÍTULO:

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA A TRAVÉS DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, EN TIEMPOS DE PANDEMIA, EN LOS ESTUDIANTES DE TERCERO, CUARTO Y QUINTO PRIMARIA, DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA POLICARPA SALAVARRIETA. DEL MUNICIPIO DE RAGONVALIA, NORTE DE SANTANDER.

2.2 OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer el desarrollo de la actividad física para la mejora de habilidades motrices básicas a través del video-lección como herramienta tecnológica junto con los hábitos y estilos de vida saludable en tiempos de pandemia, en los grados tercero, cuarto, quinto primaria de la institución educativa Policarpa Salavarrieta.

2.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar las dificultades que presentan los estudiantes en relación a la actividad física implementada en la institución educativa.

- Diseñar una propuesta pedagógica orientada a la actividad física en las habilidades motrices básicas, la cual permita fortalecer los hábitos y estilos de vida saludable, en los estudiantes.

-Utilizar el Video-Lección como recurso tecnológico y didáctico para el fortalecimiento de la actividad física en las habilidades motrices básicas, a través de hábitos y estilos de vida saludable, en tiempos de pandemia.

-Representar las actividades físicas a través del Video-Lección para el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas a través de los hábitos y estilos de vida saludable.

-Promover la actividad física en los estudiantes de tercero, cuarto y quinto primaria, de la institución educativa Policarpa salavarieta Del municipio de Ragonvalia, para fortalecer las habilidades motrices básicas a través de los hábitos y estilos de vida saludable en tiempos de pandemia.

-Compartir los Video-Lección con la comunidad educativa.

2.4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA:

La evolución de las Nuevas Tecnologías en el campo de la educación, ha invitado asumir nuevos retos en el proceso de enseñanza y aprendizaje, pues la incorporación de estos recursos tecnológicos, proporciona un gran potencial para fortalecer e innovar la práctica docente, aún más por las circunstancias en las que estamos pasando en este año en curso, debido al aislamiento social.

Este tipo de herramientas tecnológicas permiten que el proceso educativo siga a la par, sin abandonar el proceso de enseñanza y aprendizaje en los estudiantes.

Sin embargo, en la institución educativa Policarpa salavarieta Del municipio de Ragonvalia, se evidencio la ausencia del uso de herramientas tecnológicas que sirven de apoyo, para orientar la educación física, desarrollando así dificultades al expresar conocimientos orientados al deporte, pues este solo ha sido enseñado de forma pasiva y

receptora. Por ende es indispensable la elaboración de un proyecto que contribuya al fortalecimiento de la problemática, tomando como herramienta didáctica el video-lección.

Por consiguiente se propone utilizar el uso de estas herramientas que fortalezcan los procesos de aprendizaje, desde el área de Educación física, partiendo de la enseñanza de hábitos y estilos de vida saludable, en donde se implementara el video-lección como herramienta didáctica, el cual hace parte de las nuevas tecnologías de información, debido a que Moreira (2009) lo define como “un recurso tecnológico que articula un determinado sistema de símbolos, pues sus mensajes se dan a través de representaciones icónicas, (imagen combinada con el sonido)”.

La utilización de esta nueva tecnología (Video-Lección) de información en la actividad física y deportiva, se emplea para que los estudiantes se motiven a aprender de forma directa y práctica la enseñanza que brinda el cuidado y hábitos de vida saludable, para el fortalecimiento físico de sus cuerpos.

Al no aplicar este tipo de herramientas tecnológicas en tiempos de pandemia, los estudiantes se convertirían en seres pasivos, sin la emotividad de poder producir ejercicios y practicas físicas que promuevan una vida saludable.

Por consiguiente se implementan clases creativas con los niños en el área de deportes, utilizando herramientas tecnológicas, como celulares, computadores, tablets e internet.

Una de las dificultades que se evidencio en este proyecto, fue la falta de conexión a internet en algunos hogares, debido la estratificación socioeconómica que se presenta en esta población de estudiantes que oscila en los estratos 1 (Bajo-bajo) y 2 (Bajo) según el ingreso per cápita de su familia. La mayoría de estos hogares son de estudiantes que emigraron de Venezuela por el hecho de que nos encontramos en zona fronteriza y por la crisis social y económica que está pasando el país en mención.

Sin embargo esta problemática se pudo solucionar, gracias a que el Municipio cuenta con conexión a internet gratis a las personas que lo necesiten, así los estudiantes podían acceder sin dificultades a las clases dirigidas a través de los Video-lección impartidos por el docente, el cual por medio de esta herramienta tecnológica, motiva a que los estudiantes sean expresivos en el área deportiva desde sus hogares, logrando obtener una enseñanza no solo teórica, sino práctica y beneficiosa, hacia los conocimientos adquiridos.

2.5 JUSTIFICACIÓN

La enseñanza de la educación física ha sido creada desde sus principios históricos, para la educación del cuerpo humano.

Desde la edad de las cavernas se ha venido afirmando que el papel del movimiento y del juego en la humanización y en los ritos de iniciación, han transformado al hombre en cada una de sus etapas de su evolución, en un ser social.

Sin embargo, es interesante apreciar en el conjunto de la educación y de la sociedad una actitud contrapuesta, entre el reconocimiento que se hace de la importancia de la educación física y sus funciones en la persona y la cultura, con su poco apoyo y valoración desde el punto de vista de la investigación y reconocimiento de su importancia en los estudios académicos, sociales y culturales.

Ello ha traído como consecuencia una escasa atención a problemas del conocimiento de la educación física en la sociedad y la pérdida de una información útil para comprender procesos actuales de formación de la subjetividad, la socialización y el desarrollo del conocimiento que mantienen las separaciones entre la escuela y la sociedad, entre el cuerpo y el alma, entre el juego y la vida.

Este tradicionalismo de la enseñanza en la educación física en los centros educativos actualmente se encuentra presente, pues los docentes solo le limitan a enseñar la educación física, según lo que determine los programas curriculares académicos, sin relacionar la subjetividad del estudiante ante su actividad física, debido a que los contenidos que los programas definen, no son más que una fórmula que se basa en la mera transmisión de información sin ningún fin práctico de la misma.

Por ende, en este proyecto se desea implementar, el uso de las nuevas tecnologías incorporando el video-lección como herramienta didáctica, siendo este un recurso tecnológico que ayude a romper este esquema tradicionalista en el aula de clase, pues con el se quiere incorporar la interacción directa y práctica de la actividad física en tiempos de pandemia, donde el educando sea libre de expresar los conocimientos e interpretaciones adquiridos de estos ejercicios físicos que fortalezcan las habilidades motrices básicas de forma activa, convirtiéndose en la materia central de la actividad educativa.

Por otra parte, considerando que la implementación del video-lección, como un recurso tecnológico en el aula de clase desde la educación física para la enseñanza del deporte, provoca en el estudiante, según Salas Perea, (1991) “sintetizar sentimientos, ideas, concepciones, etc., que pueden reforzar o modificar las que tenía previamente. Permitiendo metodizar actuaciones y enfoques, profundizar en el uso de técnicas, recomponer y sintetizar acciones y reacciones, así como captar y reproducir situaciones reales excepcionales, que



pueden estudiarse y analizarse minuciosamente en diferentes momentos”. Es decir que se ponen en práctica aquellos conocimientos, teniendo en cuenta el ser y el saber del estudiante, logrando una motivación en el área, la cual ayude a la superación del tradicionalismo en la educación física.



2.6 POBLACIÓN OBJETO

La población de este proyecto se encuentra ubicada en la Institución educativa sede Policarpa Salavarrieta, situada a 34,68 km de la ciudad de Cúcuta, asentada en el barrio Juan XXII en la salida al Municipio de Herrán, Norte de Santander, Ragonvalia.

La población con la cual se trabajó en esta investigación, fue de infantes, entre los 8 y 11 años de edad y preadolescentes, entre los 12 a 15 años de edad.

TABLA 1. POBLACIÓN OBJETO

GRADOS	FEMENINO	MASCULINO	EDAD	TOTAL
3°	27	25	8 - 13 años	52
4°	20	28	9-15 años	48
5°	23	26	10-14 años	49
				149

Se trabajaron con tres grados escolares, los cuales son tercer grado, el cual cuenta con 27 estudiantes femeninas y 25 estudiantes masculinos; seguidamente se encuentra cuarto grado, el cual cuenta con 20 estudiantes femeninas y 28 estudiantes masculinos; por otra parte se encuentra quinto grado, el cual cuenta con 23 estudiantes femeninas y 26 estudiantes masculinos; Con un total de ciento cuarenta y nueve estudiantes entre estos grados escolares, donde setenta son del sexo femenino y setenta y nueve de sexo masculino. **(Tabla 1)**

Por otra parte se identifican cuarenta y tres casos de estudiantes que representan extra edad, de acuerdo a su nivel escolar.

Estos estudiantes se encuentran en diferentes ubicaciones demográficas; en sectores de barrios como: Concordia, urbanización Villa calidad, Centenario, barrio Las Flores, Centro, El Carmen, Los Naranjos, La Humildad, Juan XXIII y en veredas del municipio las cuales son: La alhambra, Bella vista y Santa Bárbara.

Seguidamente, se encontró diversidad cultural en, puesto que veinte estudiantes emigraron de Venezuela por el hecho de que nos encontramos en zona fronteriza y por la crisis social y económica que está pasando el país en mención.

La religión predominante en este grupo de estudiantes es, católica; por otra parte la estratificación socioeconómica que se presenta en esta población, oscila en los estratos 1 (Bajo-bajo) y 2 (Bajo) según el ingreso per cápita de su familia, lo que difiere que están ganando menos de un salario mínimo entre un salario mínimo.

El rendimiento académico de los grados, es de nivel sobresaliente, puesto que en ellos predomina la buena actitud, para cualquier trabajo que se propongan realizar. Son estudiantes, activos, dinámicos y prácticos. Son seres participativos, los cuales expresan sus pensamientos libremente sin pena alguna. Por consiguiente, gracias a estas actitudes se quiso implementar en este proyecto algo práctico para ellos, que llenaran sus expectativas y explotaran esas actitudes que pocos grupos poseen.

2.7 MARCO TEORICO.

Velázquez Cortés, Suhail. "Hábitos y Estilos de Vida Saludable" en Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Sistema de Universidad Virtual¹.

Suhail Velázquez Cortés. Maestra en Tecnología educativa comprometida con la innovación educativa, de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

Los hábitos saludables son todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social. Dichos hábitos son principalmente la alimentación, el descanso y la práctica de la actividad física correctamente planificada. **Velázquez Cortés, Suhail. (2013)**

Sin embargo, se encuentran otros hábitos como lo son la nutrición y la hidratación. La nutrición según lo describen diversos autores como la "serie de fenómenos complejos por los que el alimento se ingiere, se asimila y se utiliza para que puedan llevarse a cabo de manera adecuada todas las funciones del organismo, y posteriormente se elimina o excreta en forma de residuo no reutilizable por el propio individuo". **Dr. A. Muñoz Soler y F. J. López (2013)²**

Esta afirmación es la base fundamental para una correcta alimentación, por ello nunca se ha de olvidar que nutrirse es algo mucho más importante que alimentarse, pues,

aunque ya sabemos que la nutrición es algo inconsciente, que desarrolla el organismo de forma natural y que la alimentación es un acto voluntario al que nos vemos impelidos de manera perentoria, es deseable que al alimentarnos pensemos en nutrirnos; es decir, seamos racionales en la ingesta.

Por ello es fundamental demostrar como docentes formadores en la educación física, la importancia de saber cómo estamos nutriendo nuestro cuerpo y cómo podemos brindar una mejor calidad de vida en nuestros estudiantes, mejorando así su alimentación.

La educación física se considera un área obligatoria para el nivel primario, pues permite que los alumnos desarrollen destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su vida diaria, fortaleciendo su espontaneidad como seres que quieren descubrir muchas alternativas que pueden ser aplicables en un futuro en su vida social y que no lo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento.

De igual forma la actividad física en las escuelas, convierte al educando en un ser activo, debido a que lo invita a **tener hábitos y estilos de vida saludable**, motivándolo a ejercer actividades deportivas dejando a un lado el sedentarismo, el cual es uno de los mayores riesgos para presentar problemas de salud infantil, como la obesidad, por ejemplo. (Pierón, García y Ruiz, 2007).

³ Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. Falcón, V. C., & Rivero, E. D. (2010). Maestra de Educación Infantil y Licenciada en Psicopedagogía. Maestra de Educación Física. Colegio concertado M^a Auxiliadora. Las Palmas de Gran Canaria (España)

Las habilidades básicas son adquisiciones de determinados patrones motores que parten de la propia motricidad natural para propiciar su utilización en condiciones cualitativa y cuantitativamente diferentes, y que permiten la realización de nuevos aprendizajes. Se desarrollan estas habilidades creando situaciones de aprendizaje que permitan a los niños explorar posibilidades diferentes de respuestas. Deben prevalecer aquellas destrezas que suponen una aplicación funcional o adaptación a una situación (trepar, gatear, transportar, arrastrar, nadar, patinar, golpear, rodar...). La habilidad motriz también incluye la mayor eficacia en las habilidades básicas (desplazamientos, giros, lanzamientos, recepciones, saltos...). Todas estas habilidades se sustentan en las capacidades perceptivo-motrices de coordinación y equilibrio. **Falcón, V. C., & Rivero, E. D. (2010).**

El aprendizaje motor:

La conducta del hombre se modifica y adapta normalmente por medio del entrenamiento y la experiencia; esta regla útil para todo tipo de aprendizaje en general, lo es también para la Educación Física, la cual toma los esquemas y principios que la Psicología establece como modelos explicativos de los procesos de aprendizaje.

En el fondo en todas las teorías psicológicas que explican el aprendizaje motor subyace el principio de que de que todo aprendizaje se cumple en tres fases:

1) Un estímulo., 2) que activa un proceso neurofisiológico, 3) que genera una conducta y/o respuesta.



Las habilidades motrices básicas:

El concepto de Habilidad Motriz Básica en Educación Física viene a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Estas habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento al mismo tiempo que evolucionan conjunta y yuxtapuestamente.

Habilidades motrices:

Por habilidades motrices básicas entendemos aquellos actos motores que se, llevan a cabo de forma natural y que constituyen la estructura sensomotora básica, soporte del resto de las acciones motrices que el ser humano desarrolle.

Para **Guthrie** la habilidad motriz es definida como “la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas”.

Se trata, por consiguiente, de la capacidad de movimiento humana adquirida por aprendizaje, entendiendo el desarrollo de la habilidad motriz como producto de un proceso de aprendizaje motor. Estas habilidades básicas, base en el aprendizaje de posteriores acciones motrices más complejas, son los desplazamientos, saltos, equilibrios, lanzamientos y recepciones.

Siguiendo a Godfrey y Kephart podemos agrupar los movimientos básicos en dos categorías (Sánchez Bañuelos, 1.986): Movimientos que implican fundamental mente el manejo del propio cuerpo. Se encuentran presentes en tareas de locomoción (andar, correr, etc.) tareas relacionadas con el equilibrio postural básico (estar de pie o sentado). Movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos, como sucede en las tareas manipulativas (lanzar, recepcionar, golpear, etc.).

La coordinación y el equilibrio como capacidades perceptivo motrices

Si analizamos todas las habilidades y destrezas motrices vemos que en todas ellas están presentes la Coordinación, en sus diferentes aspectos, así como el Equilibrio; por lo que podemos establecer la siguiente clasificación de habilidades motrices básicas:

Coordinación Dinámica General: sirve de base a todos los movimientos. Se manifiesta sobre todo en desplazamientos, giros y salto.

Coordinación Óculo-manual: Interviene el mecanismo perceptivo. Presente en los lanzamientos y recepciones fundamentalmente.

Coordinación Segmentaria: Intervienen ciertas partes del cuerpo, trabajándose fundamentalmente las conexiones nerviosas. Se manifiesta principalmente en la motricidad fina y el afianzamiento de la lateralidad.

Control Postural y Equilibrios. Mantenimiento de una determinada postura, ya sea en posición estática o dinámica.

La importancia de la educación física en el sistema educativo.

RODRÍGUEZ, Alejandro Celdrán; VALENZUELA, Alfonso Valero; MARTÍNEZ, Bernardino Javier Sánchez Alcaraz (2016) ⁴

-Adherencia, salud y calidad de vida.

La realización de ejercicio físico de forma continuada producirá una adherencia a dicha práctica deportiva, lo que contribuye a que los alumnos sean más activos a lo largo de sus vidas. Este resultado puede producirse, entre otros motivos, con una orientación a la tarea durante las clases de Educación física, es decir, que utilicen fuentes internas para juzgar su competencia, ya que esta predice principalmente la competencia del alumnado y, además, proporciona una satisfacción/diversión que hace que el alumnado considere más importante y útil la asignatura (Granero-Gallegos, Baena-Entremera, Gomez-Lopez y Abrales 2014).

Por lo tanto, crear un clima donde se favorezca la orientación a la tarea por parte del profesor favorecerá que los estudiantes alcancen con éxito los diferentes objetivos curriculares, dentro de los cuales se destaca un aspecto, tan importante, como es conocer y valorar los efectos beneficiosos que presenta la práctica habitual y sistemática de la actividad física a lo largo de la vida, ya que una mayor valoración de la materia puede ayudar a que se adquieran hábitos saludables (Moreno-Murcia, Zomeño, Marín, Ruiz y Cervelló 2013).

Otro aspecto que resalta la importancia de la Educación física en el sistema educativo es la calidad de vida. La Organización Mundial de la Salud (OMS), define a esta en función de la manera en que el individuo percibe el lugar que ocupa en el entorno cultural y en el sistema de valores en el cual vive, en relación con los objetivos, criterios y expectativas; matizado con su salud física, su estado psicológico, su grado de independencia, sus relaciones sociales, los factores ambientales y sus creencias personales (Jürgens, 2006).

Como se puede apreciar es un concepto amplio y complejo que integra: la salud física, el estado psicológico, el nivel de independencia, las relaciones sociales, las creencias personales y la relación con las características sobresalientes del entorno. En la calidad de vida se ve reflejada la percepción que poseen las personas de que sus necesidades están siendo satisfechas o insatisfechas a la hora de alcanzar la felicidad y la autorrealización, independientemente de su estado de salud físico, o de las condiciones económicas y sociales. En la actualidad el objetivo de alcanzar una calidad de vida mejor ha cobrado mucha importancia en la promoción de la salud. La Educación física es un instrumento pedagógico muy eficaz para desarrollar las pautas de conducta saludables que favorezcan una mayor calidad de vida, por esto, podemos decir que es una asignatura que ayuda a obtener una mayor calidad de vida (Hernando, 2006).

⁵ ¿Por qué es importante utilizar las nuevas tecnologías de información en la educación?

Según el (MEN, 2004) “la revolución educativa propone transformar el sistema educativo colombiano en cuanto a magnitud y pertinencia mediante estrategias que amplíen la cobertura con criterios de equidad, mejoren la calidad del sistema educativo y aumenten la eficiencia y productividad del sector”.

Para ello se desea implementar el uso de las TIC, las cuales son consideradas como un pasaporte para acceder y hacer posible la sociedad del conocimiento en un mundo globalmente conectado. Es por esto que se debe preparar el contexto educativo apropiado y sus condiciones de funcionamiento, con el fin de que las nuevas generaciones sepan disfrutar las posibilidades que éste brindará, y a la vez afrontar los retos que les impondrá al utilizar las nuevas tecnologías de información. Igualmente se deben orientar procesos y recursos para consolidar el talento humano requerido para entrar como nación en este nuevo esquema de sociedad global.

Por consiguiente, la utilización de los recursos tecnológicos en el aula en esta era de la información son más visibles, sin embargo existen docentes que no implementan estas nuevas herramientas, las cuales hacen de la educación un sistema tradicionalista.

Las tecnologías de información, según Gil (2002), “constituyen un conjunto de aplicaciones, sistemas, herramientas, técnicas y metodologías asociadas a la digitalización de señales analógicas, sonidos, textos e imágenes, manejables en tiempo real”.

Por ende una de las herramientas que pueden ser utilizadas en el contexto educativo, son las herramientas audiovisuales, las cuales son para Moreira (2009), “un conjunto de recursos que predominantemente codifican sus mensajes a través de representaciones icónicas”. Es decir que la imagen es la principal modalidad simbólica a través de la cual presentan el conocimiento.

El vídeo es un medio de difusión masiva dirigido a un público homogéneo, con intereses comunes, que generalmente es concentrado en un lugar determinado para su proyección, acompañado de presentaciones orales y debates, entre otros, lo cual favorece que sus realizadores tengan una retroalimentación inmediata de su trabajo.

Incorporación de las TIC a la Educación Física:

La incorporación de las TIC al área de Educación Física ha creado en los docentes actuales un desafío, pues se está dando una nueva reforma pedagógica que puede dar lugar a una mejoría en los procesos de conexión a la actividad física y el deporte (Monroy, 2010).

Dentro de los recursos que han posibilitado el avance en las nuevas tecnologías, en la enseñanza, existe un recurso que se está incorporando a una gran velocidad en tiempos de pandemia: **El video-lección**, el cual cumple con un objetivo didáctico previamente formulado.

Es cierto afirmar, que el vídeo es uno de los medios didácticos que adecuadamente empleado, sirve para facilitar a los profesores la transmisión de conocimientos y a los alumnos la asimilación de éstos, por ello M. Schmidt (1987) nos ofrece su propia clasificación, en este caso, en función de los objetivos didácticos que pueden alcanzarse con su empleo.

Por lo tanto, estos pueden ser instructivos, cuya misión es instruir o lograr que los alumnos dominen un determinado contenido; Cognoscitivos, si pretenden dar a conocer diferentes aspectos relacionados con el tema que están estudiando; Motivadores, para disponer positivamente al alumno hacia el desarrollo de una determinada tarea; Modelizadores, que presentan modelos a imitar o a seguir; y Lúdicos o expresivos, destinados a que los alumnos puedan aprender y comprender el lenguaje de los medios audiovisuales.

De acuerdo a lo anterior en este proyecto educativo, se complementa el proceso de enseñanza y aprendizaje con ayuda del video-lección el cual tiene como objetivo, ser un modelo instructivo, motivador, modelizador y lúdico, debido a que los educandos seguían instrucciones por parte del docente, motivándose en la actividad física a través de un proceso modelizador y lúdico, donde se propone promover el aprendizaje a través de dinámicas creativas.

Por otra parte, a través de esta herramienta tecnológica, se desarrolla la potencialidad expresiva de un medio didáctico audiovisual, debido a que este tiene una gran capacidad para transmitir un contenido educativo completo, ya que posee grandes características propias, es decir que cumple con funciones auditivas, visuales y audiovisuales, las cuales desarrollan en los educandos las habilidades de escuchar y observar detenidamente cada instrucción, para así dar como resultado una actividad física, eficiente.

Desde el proceso pedagógico, se desarrolló en este proyecto educativo **el modelo pedagógico constructivista puesto** que en él se concibe el aprendizaje como el resultado de un proceso de construcción personal de los nuevos conocimientos, a partir de los ya existentes, en cooperación con los compañeros y el facilitador (docente).

Para Díaz-Barriga (2004) "El constructivismo es una confluencia de diversos enfoques psicológicos que enfatizan la existencia y prevalencia en los sujetos cognoscentes de procesos activos en la construcción del conocimiento, los cuales permiten explicar la génesis del comportamiento y el aprendizaje. Se afirma que el conocimiento no se recibe pasivamente ni es copia fiel del medio". Es decir que el paradigma pedagógico constructivista tiene como objetivo, la creación y obtención propia de nuestros conocimientos.

Desde el enfoque pedagógico, el estudiante tiene como fin la construcción de su propio aprendizaje, por lo tanto, el docente en su rol de mediador debe apoyar al alumno, para que

este pueda desarrollar un conjunto de habilidades cognitivas que le permita optimizar sus procesos de razonamiento, es decir, enseñarle a pensar.

Por otra parte el docente debe ser un apoyo al estudiante en este proceso de enseñanza-aprendizaje, para motivarlo en la adquisición de sus conocimientos y a tomar conciencia de sus propios procesos y estrategias mentales, para poder ser estos controlados y modificados, mejorando el rendimiento y la eficacia en el aprendizaje, es decir, enseñarle sobre el pensar. De igual forma instruirle sobre la base del pensar, lo que indica a la incorporación de objetivos de aprendizaje relativos a las habilidades cognitivas dentro del ambiente escolar.

Debido a esto, cabe resaltar a Díaz-Barriga (2005) un profesor constructivista, quien propone una serie de características las cuales ayudan a desarrollar este enfoque en el aula de clase, una de estas es la que más se resalta en este proyecto, la cual es la siguiente: “Establecer una buena relación interpersonal con los alumnos basada en valores que intenta enseñar: el respeto, la tolerancia, la empatía, la convivencia” ya que si no hay valores en el aula no se desarrolla una comunicación efectiva, entre docente y estudiante, debido esto el proceso de enseñanza y aprendizaje va ser menos positivo.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



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



SC-CER96940

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

CAPITULO III

3.0 INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

3.1 DISEÑO

CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	SEMANA
Estiramiento con modalidad “Yoga”	SEMANA 1 28 de septiembre al 03 de octubre.
	Actividad 1. Ejercicio posturas básicas. Actividad 2. Árbol-mosquito-Vela. Actividad 3. Técnicas manejo de respiración.
Calentamiento con cuerda –lazo.	SEMANA 2 04 al 10 de octubre.
	Actividad 1. Salto básico frontal. Actividad 2. Salto a un pie alternado. Actividad 3. Salto rodillas al frente y atrás. Actividad 4. Salto cruzado.
Mini- voleibol	SEMANA 3 11 al 17 de octubre.
	Actividad 1. Técnica de recepción. Actividad 2. Tipos de saque. Actividad 3. Reglas y medidas del escenario deportivo.

Planchas - Plank	SEMANA 4 18 al 24 de octubre.
	<p>Actividad 1. Plancha con movimiento de brazos al frente laterales continuos.</p> <p>Actividad 2. Plancha sobre los codos con movimiento de cadera a un lado y al otro.</p> <p>Actividad 3. Plancha lateral con rotación de muslo, pierna y pie.</p>
Rondas.	SEMANA 5 25 al 31 de octubre.
	<p>Actividad 1. Mi tía Juanita.</p> <p>Actividad 2. Yo tengo un Tic.</p> <p>Actividad 3. Sandia gorda, gorda.</p>
Mini gimnasia	SEMANA 6 01 al 07 de noviembre
	<p>Actividad 1. Rollito adelante piernas abiertas.</p> <p>Actividad 2. Rollito atrás.</p> <p>Actividad 3. Media Luna.</p> <p>Actividad 4: Parada de manos.</p>

3.2 EJECUCION DE LAS ACTIVIDADES.

3.2.1 ACTIVIDAD 1: Estiramiento con modalidad “Yoga” en grados tercero, cuarto y quinto de básica primaria.

DESCRIPCION METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer músculos adquiriendo flexibilidad. • Reconstruir la alineación del cuerpo. • Orientar el manejo de respiración. • Reducir los signos de ansiedad y estrés. • Desarrollar personalidad propia. <p>Materiales.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Ropa cómoda -Mat de yoga colchoneta, esterilla. -Espacio donde realizar la actividad en casa. -Guía de aprendizaje. - Video-lección: Clase de estiramiento con modalidad “Yoga”. <p>Desarrollo de la actividad.</p>	<p>- Video-lección: Clase de estiramiento con modalidad “Yoga”.</p> <div data-bbox="954 884 1419 1297" data-label="Image"> </div> <p>https://drive.google.com/file/d/1UJkLK8tODtVikw9LdqmGqBxQJaBRqvgM/view?usp=sharing</p>

-Desarrolla la postura cobra: Se parte de la posición puente y se realiza un balanceo hacia delante llevando la cadera hacia el piso, realizando un arqueamiento de la columna vertebral.

-Desarrolla la postura perro mirando hacia abajo: Se hace una elevación del tronco, estirando los brazos realizando un arco triangular.

-Desarrolla la postura árbol: Se emplea el equilibrio a un solo pie, apoyando la planta del pie contrario, realizando un apoyo en su cuádriceps de su pie base, así mismo elevando sus brazos lentamente llevándolos al pecho, chocando sus palmas de sus manos extendidas, en forma de meditación.

Desarrolla la postura vela: Partiendo del cubito dorsal, estirando totalmente los brazos pegados al piso, realizando una elevación de la cadera, cuádriceps y piernas, balanceándolo y equilibrándolo de tal manera que de una silueta de una vela.

Evaluación de la actividad.

-Realiza un video corto con ayuda de un familiar donde desarrolle 3 posturas de yoga básicas libres, con manejo de respiración en un ambiente tranquilo en casa.

- Se tendrá en cuenta la responsabilidad de los estudiantes en la realización de la guía, puntualidad de entrega, diagnóstico de su estado físico actual.

-Evidencia 1 de la clase sobre el estiramiento de la modalidad yoga.



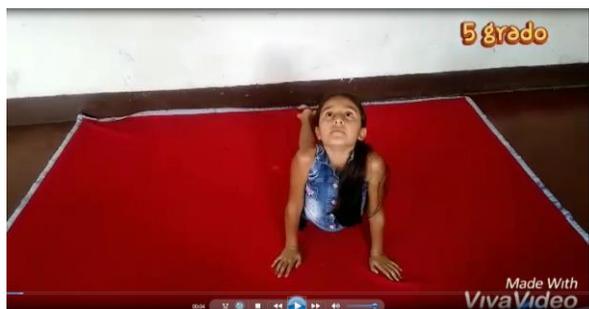
<https://drive.google.com/file/d/1JEFjmHt45e4C9UGZaERkGrvx5vn6rTR/view?usp=sharing>

-Evidencia 2 de la clase sobre el estiramiento de la modalidad yoga.



https://drive.google.com/file/d/1b_JF3hkNxsjkj0P2ry3tT3e-e6NBs2-i/view?usp=sharing

-Evidencia 3 de la clase sobre el estiramiento de la modalidad yoga.



<https://drive.google.com/file/d/1k7TbtwbLEHyEMJbljTLbXu-OediAoG7x/view?usp=sharing>

-Evidencia 4 de la clase sobre el estiramiento de la modalidad yoga.



https://drive.google.com/file/d/16BRIV9M2PmCVru3VCIM1_HcrISamz47s/view?usp=sharing

3.2.2 ACTIVIDAD 2: Actividad con cuerda –lazo, en grados tercero, cuarto y quinto de básica primaria.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar el sistema cardiorrespiratorio y neuromuscular. • Demostrar coordinación. • Fortalecer huesos y músculos. • Prevenir la aparición de lesiones. • Mejorar la estética corporal. • Fortalecer rodillas. <p>Materiales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuerda. • Hidratación. • Ropa cómoda. • Espacio amplio en casa. • Guía de aprendizaje. • Video-lección sobre calentamiento con cuerda. <p>Desarrollo de la actividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Desarrolla un calentamiento levantando la cuerda hacia arriba llevándola hacia atrás, pasando así su cuerpo. (Se repite tres veces) -Realiza saltos hacia delante y atrás teniendo el lazo como base en el suelo acompañados con movimientos de sus muñecas hacia delante y atrás. -Calentamiento con movimientos diagonales: Toma con su mano derecha el lazo y realiza movimientos de brazos hacia el lado izquierdo y derecho, realizando saltos en el mismo puesto. -Calentamiento con salto básico frontal: Sujeta el lazo y realiza saltos con el lazo frontalmente en varias repeticiones. -Calentamiento con salto a un pie: Salta en una sola pierna con el lazo para mantener el equilibrio. Realiza 	<p>-Video-lección sobre actividad con cuerda.</p>  <p>https://drive.google.com/file/d/1q4R43oFREurH3GwVYfeo3qZ0SX8jcc-Y/view?usp=sharing</p> <p>-Evidencia 1 sobre actividad con cuerda.</p>  <p>https://drive.google.com/file/d/1Jiy99LVluG7f1euA6VK4auNfkwV4SNZG/view?usp=sharing</p>

turnos con su pierna derecha y luego con su pierna izquierda.

-Calentamiento con salto rodillas al frente: Realiza saltos con ayuda del lazo, ubicando sus rodillas al frente en varias repeticiones.

-Calentamiento con salto cruzado: Realiza saltos con ayuda del lazo cruzándolo, ubicando sus rodillas al frente en varias repeticiones.

Evaluación de la actividad.

- Realizar la práctica de algunos estilos de salto, enviando evidencia fotográfica o video cortó.

- Se tendrá en cuenta la responsabilidad, el ánimo, la voluntad, motivación física-mental en el video.

-Evidencia 2 sobre actividad con cuerda.



<https://drive.google.com/file/d/1q4R43oFREurH3GwVYfeo3qZ0SX8jcc-Y/view?usp=sharing>

-Evidencia 3 sobre actividad con cuerda.



<https://drive.google.com/file/d/1r5qUSb348aHNqTISMOw-SBM9jYEbfwv/view?usp=sharing>

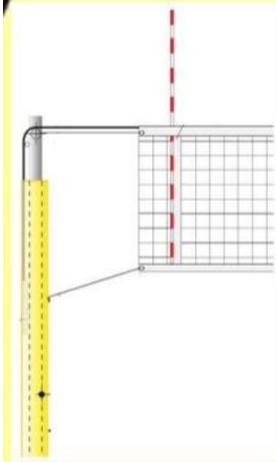
3.2.3 ACTIVIDAD 3: Mini- voleibol, en grados tercero, cuarto y quinto de básica primaria.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla conocimientos teóricos acerca del Mini-voleibol. • Desarrollar actitudes positivas hacia el Mini-voleibol. <p>Materiales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colores. • Lápiz. • Regla. • Plastilina etc. • Guía de aprendizaje. 	<p style="text-align: center;">Gráfica 1: Conformación de equipos</p> <p style="text-align: center;">Gráfica 2: La variación de posiciones en el campo de juego</p>

Desarrollo de la actividad.

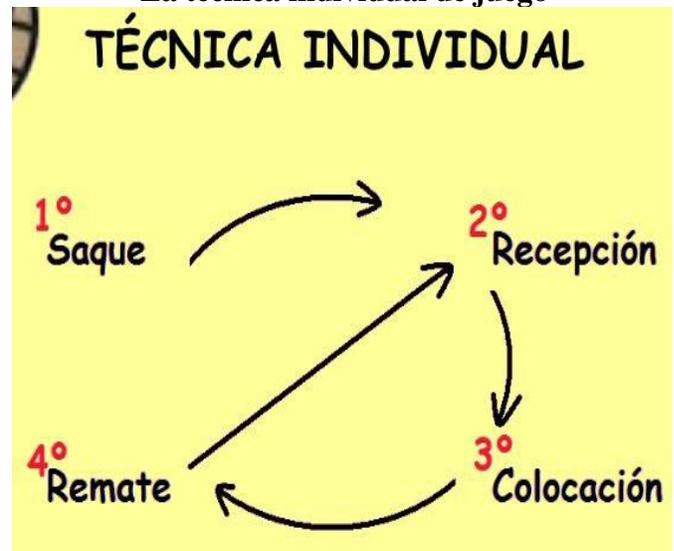
Para la ejecución de esta actividad se desarrolla a través del método de observación de una guía de aprendizaje ya que por causas de la pandemia no se puede llevar a cabo la práctica de dicho deporte, por lo tanto se afianzan conocimientos por medio de conceptos teóricos acerca del deporte en mención, donde los educandos reconocen e identifican el origen de esta práctica deportiva, la conformación de equipos(Gráfica 1) ; Las reglas de juego; La variación de posiciones en el campo de juego (Gráfica 2); categorías y altura de la red de juego(Gráfica 3) y la técnica individual de juego (Gráfica 4).

Gráfica 3
Categorías y altura de la red de juego:



	Chicos	Chicas
Benjamín	2,00 m	
Alevín	2,10 m	
Infantil	2,24 m	2,10 m
Cadetes	2,37 m	2,18 m
Juvenil y adultos	2,43 m	2,24 m

Gráfica 4
La técnica individual de juego



Evaluación de la actividad.

- Realizar una actividad representativa mediante esquema de un dibujo (lápiz-colores) o en plastilina del escenario (cancha) deportivo voleibol junto con sus medidas geométricas con la ayuda de sus padres de familia, se pueden utilizar la creatividad.
- Se analiza la creatividad de los niños por medio del dibujo o material que se utilice para la elaboración de la guía, la puntualidad al momento de la entrega.

Evidencias de la actividad:





3.2.4 ACTIVIDAD 4: Planchas - Plank, en grados tercero, cuarto y quinto de básica primaria.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer el core, ganando fuerza. • Corrige posturas. • Eliminación de grasas. • Fortalecimiento de condición física. <p>Materiales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ropa cómoda. • Colchoneta. • Hidratación. • Ambientación musical. • Espacio en casa para realizad la actividad. • Video-lección sobre calentamiento con: Planchas - Plank 	<p>-Video-lección sobre calentamiento con: Planchas - Plank</p>  <p>https://drive.google.com/file/d/1cWoDMG2GAzX_9_H3KZocCkcDHI28Qth/view?usp=sharing</p> <p>-Evidencia 1 sobre calentamiento con Planchas - Plank.</p> 

Desarrollo de la actividad.

-Realizar una rutina de ejercicios secuenciales utilizando diferentes ángulos corporales.

-Realiza planchas laterales con apoyo en el pie, codo, subiéndola sin tocar el piso.

-Desarrolla plancha brazos al frente: Partiendo del apoyo de codos y puntas de pie, elevar codos llevando brazos al frente alternando derecha-izquierda.

-Se realiza plancha brazos a los lados, se parte en posición puente, alternando los brazos a los lados.

-Realiza plancha sin apoyo de codos, con la mano tocando el hombro alternado.

Evaluación de la actividad.

-Realiza un video corto con ayuda de un familiar donde desarrolle 3 tipos de planchas, resistiendo cada ejercicio por 30 segundos, antes de variarlo.

<https://drive.google.com/file/d/1e5ZdG2aauTe54TG5RAzyYBuR85r69D-S/view?usp=sharing>

-Evidencia 2 sobre calentamiento con Planchas - Plank.



<https://drive.google.com/file/d/1VuNWS8fgCLHdDJhiBMO0bzxQgJFFKAa-/view?usp=sharing>

--Evidencia 3 sobre calentamiento con Planchas - Plank.



- Se tendrá en cuenta la responsabilidad de los estudiantes en la realización de la actividad, puntualidad de entrega y entusiasmo al desarrollar los ejercicios.

https://drive.google.com/file/d/1JOgnaEQR-9XV94jxNBbo6_c8zkouDY7G/view?usp=sharing

-Evidencia 4 sobre calentamiento con Planchas - Plank.



https://drive.google.com/file/d/1ID8oHNf9Q_UNJNxxNxPFzvlur11K8pM8/view?usp=sharing

3.2.5 ACTIVIDAD 5: Rondas, en grados tercero, cuarto y quinto de básica primaria.

DESCRIPCIÓN METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Reproduce corporalmente estructuras rítmicas. -Utiliza los recursos expresivos del cuerpo (gesto, mirada y postura) para comunicar ideas, sentimientos y emociones. <p>Materiales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ropa cómoda. • Hidratación. • Ambientación musical. • Espacio en casa para realizad la actividad. <p>Desarrollo de la actividad.</p> <p>-La ronda constituye un gran recurso didáctico, una valiente fuente de apoyo para la adquisición de conocimientos, no solo de tipo formativo sino del ámbito general de todo el entorno del individuo. Es un elemento de expresión ritmo-plástica muy completa ya que permite la participación activa del niño en forma espontánea y va mejorando su formación integral como tal además estimula el desarrollo social.</p>	<p>-Evidencia 1 sobre la ronda</p>  <p>https://drive.google.com/file/d/1kJK6ND0hJD_cV6GsVv-n7uEhDZcDwmoh/view?usp=sharing</p>

-Practican las siguiente rondas en casa:

MI TÍA JACINTA

Yo: Chicos a que no saben ¿qué?

Chicos: ¿QUÉ? Yo: Mi tía jacinta así, mi tía jacinta si se sienta así,

Yo: Mi tía jacinta así, mi tía jacinta si se sienta así se para así

Yo: mi tía jacinta así, mi tía jacinta si se sienta así se para así se da una vuelta así

Yo: mi tía jacinta así, mi tía jacinta si se sienta así se para así se da una vuelta así

Yo: mi tía jacinta así, mi tía jacinta si se sienta así se para así se da una vuelta así te pelisco así

Yo: mi tía jacinta así, mi tía jacinta si se sienta si se para así se da una vuelta así te pelisco así y te mando un beso a ti.

-YO TENGO UN TIC:

Yo tengo un tic, tic, tic

Yo tengo un tic, tic, tic

Y el médico me dijo

Que mueva una mano

Yo tengo un tic, tic, tic

Yo tengo un tic, tic, tic

Y el médico me dijo

Que mueva la otra mano

**-Movimientos presentados en la ronda:
“YO TENGO UN TIC”:**

-Movimiento coordinación de brazos.



-Movimiento coordinación de Pies.



Yo tengo un tic, tic, tic
Yo tengo un tic, tic, tic
Y el médico me dijo, y ole
Que mueva un pie
Yo tengo un tic, tic, tic
Yo tengo un tic, tic, tic
Y el médico me dijo
Que mueva el otro pie
Yo tengo un tic, tic, tic
Yo tengo un tic, tic, tic
Y el médico me dijo
Que mueva la cabeza
Yo tengo un tiri-tin-tin
Yo tengo un tiri-tin-tiri
Y el médico me dijo
Que me ponga de pie
Yo tengo un tic, tic, tic
Yo tengo un tic, tic, tic
Y el médico me dijo, ¡Ja!
Que baile ésta vez
Yo tengo un tic, tic, tic
Yo tengo un tic, tic, tic
Y el médico me dijo, ¡Ja! (¿Qué le dijo?)
Que levante los brazos
Yo tengo...

-Movimiento coordinación de saltos cortos.



-Movimiento coordinación de brazos arriba.



- 'SANDÍA GORDA, GORDA':

Era una sandía gorda, gorda, gorda
que quería ser la más bella del mundo
Y para el mundo conquistar...
boing! boing! aprendió a saltar
Swin! swin! aprendió a nadar
flash! flash! aprendió a desfilar
bla! bla! aprendió a cantar
(más cosas que aprendió la sandía)
Plas, Plas, aprendió a andar
Muak, muak, aprendió a besar
Chas, Chas, aprendió a esquiar
1 2 3, aprendió a contar
Bla, bla, bla, aprendió a hablar

Evaluación de la actividad.

-Elige una de las anteriores rondas y realiza un video, realizando movimientos corporales siguiendo el ritmo de la ronda.

-Movimiento coordinación en giro de manos.



3.2.6 ACTIVIDAD 6: Mini gimnasia, en grados tercero, cuarto y quinto de básica primaria.

DESCRIPCION METODOLÓGICA	DESCRIPCIÓN GRÁFICA
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar fuerza y flexibilidad del cuerpo humano. • Desarrolla diferentes capacidades físicas. • Fortalece su agilidad y resistencia <p>Materiales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ropa cómoda. • Colchoneta-lona. • Espacio en casa para realizad la actividad. <p>Desarrollo de la actividad.</p> <p>-Rollo adelante piernas abiertas: Consiste en pegar el mentón al pecho, partiendo de una posición inclinada. Rodando hacia adelante sobre su espalda, abriendo sus piernas totalmente estiradas.</p> <p>- Rollo atrás piernas abiertas: Se inicia en una posición sentado inclinado, se rueda hacia atrás sobre su espalda con la mayor fuerza y velocidad posible. Ayudando con sus</p>	<p>-Evidencia 1 sobre Mini gimnasia.</p> <div data-bbox="938 825 1453 1402" data-label="Image"> </div> <p>https://drive.google.com/file/d/1GB4U3mEvRAD7VQRjf04eWAKFuaVTfB7j/view?usp=sharing</p>

brazos estirados a levantarse. Piernas estiradas y semi-abiertas.

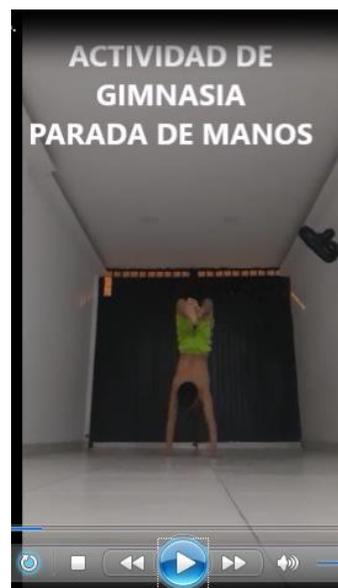
-Media luna: Se parte de un pie de apoyo adelantado realizando un impulso, llevando el cuerpo hacia adelante, su mano va de apoyo al suelo totalmente abierta, así permitiendo un medio giro terminando de lado o hacia atrás.

-Parada de manos: Se inicia con una postura recta y se levanta el cuerpo en dos manos. Si el estudiante desea caminar hacia adelante lo realiza, de lo contrario solo se sostiene en sus dos manos durante 30 segundos.

Evaluación de la actividad.

-Enviar video o evidencia fotográfica realizando una media luna con sus fases correspondientes.

-Evidencia 2 sobre Mini gimnasia.



https://drive.google.com/file/d/1QRv1MnL_sedJDE29f5HXq2OjS42qJnZ1/view?usp=sharing



3.2.7 Actividad. Planeadores escolares en grados: tercero, cuarto y quinto de básica primaria.

PLANEACIÓN	EVIDENCIA DE LA PLANEACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> SEMANA 1- Clase de estiramiento con modalidad “Yoga”. 	<p>https://drive.google.com/file/d/177qUolRu9TLFcLlfd4cpMOTGKduRaJFj/view?usp=sharing</p>
<ul style="list-style-type: none"> SEMANA 2- Clase con cuerda-lazo. 	<p>https://drive.google.com/file/d/14BitAUUp1Mow4hMBzju1fF1zAKWFOA/_view?usp=sharing</p>

- SEMANA 3- Clase sobre el Mini-voleibol.

INSTITUCION EDUCATIVA COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED
RAGONVALIA, NORTE DE SANTANDER.
DECRETO CREACION 0885 DEL 2008/2003
RESOLUCION DE APROBACION N. 0078 del 29 de noviembre de 2017 DANE 16488000042

INSTITUCION EDUCATIVA COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED
RAGONVALIA, NORTE DE SANTANDER
GUIA DE APRENDIZAJE

GRADO	3°-4°-5°	ASIGNATURA	EDUCACION FISICA	DOCENTE	JRONALDO CARRERO SANCHEZ
PERIODO		TEMA	Mini Voleibol	UNIDAD	3
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • UTILIZAR sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. • Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación en razón de las características personales, sexuales y sociales, así como los comportamientos agresivos y las actitudes de agresividad en las actividades competitivas. • Motivarse y disfrutar con la práctica del mini voleibol • Desarrollar actitudes positivas hacia el mini voleibol • Conocer los principales aspectos del mini voleibol 				
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Colores • Lápiz • Regla • Plastilina etc. 				
FECHA INICIAL	11-10-20	FECHA FINAL	17-10-20		

<https://drive.google.com/file/d/1cmzcnYXYFiRe4HsqueueRuuzmOrFVOHHv/view?usp=sharing>

- SEMANA 4-Clase de Planchas – Plank.

INSTITUCION EDUCATIVA COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED
RAGONVALIA, NORTE DE SANTANDER.
DECRETO CREACION 0885 DEL 2008/2003
RESOLUCION DE APROBACION N. 0078 del 29 de noviembre de 2017
DANE 16488000042
NIT. 800.323.362-4

GUIA DE APRENDIZAJE

GRADO	3°-4°-5°	ASIGNATURA	EDUCACION FISICA	DOCENTE	JRONALDO CARRERO SANCHEZ
PERIODO	CUARTO	TEMA	PLANCHAS - PLANK	UNIDAD	3
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer el core, ganando fuerza. • Corrija posturas. • Eliminación de grasas. • Fortalecimiento de condición física. 				
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Ropa cómoda. • Colchoneta. • Hidratación. • Ambientación musical. • Espacio en casa para realizar la actividad. • Video-lección sobre calentamiento con Planchas – Plank. 				
FECHA INICIAL	18-10-20	FECHA FINAL	24-10-20		

EXPLORACION

-Video educativo sobre la Plancha, con el que podrán reconocer , las orientaciones correctas para realizar el ejercicio en casa, logrando así reconocer la plancha como uno de los ejercicios más efectivos para fortalecer el abdomen y el torso, logrando activar la musculatura de todo el cuerpo
-Link del video educativo: https://www.youtube.com/watch?v=qu_Ro-5UHEa&feature=emb_title
-A través de este ejercicio el estudiante adquiere patrones de equilibrio con posturas básicas, teniendo así un control corporal

<https://drive.google.com/file/d/1rNxTDEmL518DwQEL7cc7zx7IqUNBtZS4/view?usp=sharing>

- SEMANA 5- Clase de rondas.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED
RASQUINVALIA, NORTE DE SANTANDER.
DECRETO CREACIÓN 0862 DEL 30/09/2002
RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN N. 8079 del 25 de Noviembre de 2007
DANE 15459900045
NIT. 890.303.582 - 4

GUIA DE APRENDIZAJE

GRADO	3°- 4° - 5°	ASIGNATURA	EDUCACION FISICA	DOCENTE	JRONALDO CARRERO SANCHEZ
PERIODO	CUARTO	TEMA	RONDAS INFANTILES.		UNIDAD 3
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Reproduce corporalmente estructuras rítmicas. • Utiliza los recursos expresivos del cuerpo (gesto, mirada y postura) para comunicar ideas, sentimientos y emociones. 				
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Ropa cómoda. • Hidratación. • Ambientación musical. • Espacio en casa para realizar la actividad. 				
FECHA INICIAL	25-10-20	FECHA FINAL	31-10-20		

EXPLORACION

Video educativo sobre la ronda infantil "Yo tengo un tic", con el que podrán reconocer su expresión ritmo-plástica, ya que permite la participación activa del niño de forma espontánea, mejorando su formación integral como tal además estimula el desarrollo social.
Link del video educativo: <https://youtu.be/5iMqLvk28KE>

ESTRUCTURACION

La plancha : (también llamada plank, estabilización horizontal, o puente abdominal) es un ejercicio isométrico de torso que consiste en mantener una posición difícil por un periodo de tiempo prolongado. La plancha más común es la plancha frontal o de antebrazo, la cual se hace en una posición de lagartija con el peso corporal apoyado sobre los antebrazos, codos y dedos de los pies.

<https://drive.google.com/file/d/11F-U8smFQj-4rvjVayjc46vkSuHM0mvr/view?usp=sharing>

- SEMANA 6- Mini-gimnasia.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED
RASQUINVALIA, NORTE DE SANTANDER.
DECRETO CREACIÓN 0862 DEL 30/09/2002
RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN N. 8079 del 25 de Noviembre de 2007
DANE 15459900045
NIT. 890.303.582 - 4

GUIA DE APRENDIZAJE

GRADO	3°- 4° - 5°	ASIGNATURA	EDUCACION FISICA	DOCENTE	JRONALDO CARRERO SANCHEZ
PERIODO	CUARTO	TEMA	MINI-GIMNASIA.		UNIDAD 3
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar fuerza y flexibilidad del cuerpo humano. • Desarrolla diferentes capacidades físicas. • Fortalece su agilidad y resistencia 				
RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> • Ropa cómoda. • Colchoneta-lona. • Espacio en casa para realizar la actividad. 				
FECHA INICIAL	01-11-20	FECHA FINAL	07-11-20		

EXPLORACION

Video educativo sobre gimnasia para niños, con el que podrán ejercitar su actividad física destinada al fortalecimiento y mantenimiento de una buena forma física.
Link del video educativo: <https://www.youtube.com/watch?v=ueuFrtUewk>

ESTRUCTURACION

La gimnasia: es una actividad física destinada al fortalecimiento y mantenimiento de una buena forma física a través de un conjunto de ejercicios establecidos.
Algunas modalidades de gimnasia se practican como deporte de competición, en el que se ejecutan secuencias reglamentadas de ejercicios que requieren equilibrio, fuerza, flexibilidad, agilidad, resistencia y control. El organismo mundial encargado de regular las disciplinas competitivas es la Federación Internacional de Gimnasia.

<https://drive.google.com/file/d/1UUyUZ4wL-fbcWAm7lJ9rpDtZbUQCe4xA8/view?usp=sharing>

- Recopilación de los videos enviados por lo estudiantes, como evidencia de las planeaciones.



<https://drive.google.com/file/d/18bZegg4CbzcKVDpQthO2t6knozyMDTN1/view?usp=sharing>

CAPITULO IV

4.0 ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES:

FECHA	ACTIVIDAD	EVENTO
21 al 25 de septiembre	Novena a nuestra señora de la merced	<p>Se realizó la novena a nuestra señora de la merced en modalidad de Facebook live.</p> <p>A través del siguiente link: https://www.facebook.com/codinsem/</p>
22 al 24 de septiembre	Semana cultural CODINSEMITA	<p>Se realizó la semana cultural con apoyo de videos pregrabados en vivo, donde los estudiantes transmitían sus talentos culturales, en modalidad de Facebook live.</p> <p>A través del siguiente link: https://www.facebook.com/codinsem/</p>

		
<p>30 de noviembre al 04 de diciembre</p>	<p>Cartilla - desarrollo de la actividad física a través de hábitos y estilos de vida saludable, en tiempos de pandemia, en los estudiantes de tercero, cuarto y quinto primaria, de la institución educativa Policarpa Salavarrieta. Del municipio de Ragonvalia, Norte de Santander.</p>	<p>Se realizó la cartilla - Desarrollo de la actividad física a través de hábitos y estilos de vida saludable, en tiempos de pandemia, en los estudiantes de tercero, cuarto y quinto primaria, de la institución educativa Policarpa Salavarrieta. Del municipio de Ragonvalia, Norte de Santander. Para contribuir con el desarrollo del aprendizaje de la educación física en la institución educativa, valorando su aprendizaje lúdico pedagógico a través de herramientas tecnológicas.</p> 

CAPÍTULO V

5.0 FORMATOS DE EVALUACIÓN

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL ALUMNO – MAESTRO

NOMBRE ESTUDIANTE: Ronaldó Caweso Sánchez
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: Institución colegio Nuestra Señora de la merced.
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Rocio Ojeda

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. De la Institución de Práctica

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

2. De la Universidad

- La asignatura de taller pedagógico le dio una pauta general de la práctica profesional. E

- Las asignaturas del plan de estudio visto, le proporcionaron apoyo formativo y complementario en el desempeño profesional. E
- Las asesorías del supervisor de prácticas fueron importantes en el desarrollo de la práctica. B

3. Formación profesional y personal.

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

SUGERENCIAS:

FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO: Ronaldito Cavero Sanchez

FECHA: 7 diciembre 2020

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. Rol en la Institución

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

2. Planeación

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

3. Organización

- Elabora y presenta su proyecto de desarrollo de área
 B
- Lleva los diarios de campo-planes de unidad de clase
 B

- Su comunicación es fácil y asertiva
 E
- La comunicación requerida es presentada con orden, pulcritud y estética
 E

4. Ejecución

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

5. Control

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

NOMBRE DEL SUPERVISOR: Rocio Yacelini Ordoz
FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO: Ronaldo CARRERO
FECHA: Diciembre 5 de 2020

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

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: Ronardo Correo
SUPERVISOR: Rocio Clakelini Ordaz
INSTITUCIÓN: Nuestra Señora de la Merced
FECHA: Diciembre 5 de 2020

ACTIVIDADES	PUNTAJE MAXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	5
2 Unifica criterios y aclara de conceptos y dudas	5	4
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 redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	3
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3
14 Se cumplió el objetivo	4	4
15 Presentación personal excelente	2	2
TOTAL	50	49

OBSERVACIONES: El trabajo se desarrolla bajo la modalidad trabajo en casa empleando el uso de herramientas tecnológicas para apoyo y refuerzo a estudiantes

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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: Ronaldo Cuervo
SUPERVISOR: Rocio Yacelini Ochoa
INSTITUCIÓN: _____
GRADO 3º-4º-5º FECHA: 05/12/20

ETAPAS	OBSERVACIÓN	%	NOTA	%
1 Administrativa	Desarrolla el respectivo proceso de concertación con Directivos de la Institución	30%	4.8	1.44
2 Docente y Evaluativa	Desarrolla de manera efectiva la Planeación establecida	50%	4.8	2.4
3 Actividades extracurriculares	Apoya de manera efectiva los eventos Desarrollados (Navidad, semana cultural, cartilla de apoyo)	20%	5.0	1.0
	NOTA DEFINITIVA	100%	4.86	4.81

Supervisor: Rocio Yacelini Ochoa

Alumno – Maestro Ronaldo Cuervo

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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO: Ronaldo Carreño
SUPERVISOR: Rocio Catalina Oroz
INSTITUCIÓN: Nuestra Señora de la Merced
CURSO: 3º - 4º - 5º FECHA: 05/12/20

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	4.8	1.44
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	4.8	2.4
III. EXTRACURRICULAR	20%	5.0	1.0
NOTA DEFINITIVA			4.84

OBSERVACIONES ESPECIALES:

Cumple a cabalidad los procesos pactados en la etapa de Práctica Integral con la institución educativa desde el comienzo de su proceso

ALUMNO - MAESTRO: Ronaldo Carreño
SUPERVISOR: Rocio Catalina Oroz

5.1 CONCLUSIONES:

1. A través de la implementación de las nuevas tecnologías para la enseñanza de la educación física se logró crear un ambiente de aprendizaje significativo.
2. El diseño de la propuesta pedagógica permitió que los estudiantes reforzaran su actividad física en las habilidades motrices básicas.
3. Se demostró que la incorporación del video –lección como herramienta tecnológica, permite fortalecer el desarrollo de la actividad física para la mejora de habilidades motrices básicas ya que se crea un ambiente de aprendizaje dinámico y práctico.
4. Se alcanzó a propiciar la motivación del estudiante en su proceso de fortalecer el desarrollo de la actividad física para la mejora de habilidades motrices básicas a través del video-lección cómo herramienta tecnológica junto con los hábitos y estilos de vida saludable en tiempos de pandemia.

5.2 REFERENCIAS:

Bibliografía

¹ Velázquez Cortés, Suhail. (2013) "Hábitos y Estilos de Vida Saludable" en Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Sistema de Universidad Virtual. Recuperado el 14 de Enero del 2018 de:

https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Lectura/licenciatura/documentos/LECT103.pdf

² "Guía de alimentación para el deportista"; Alberto Muñoz Soler y Fco. J. López Meseguer; Edit. Tutor; colección "En forma"; Madrid, 2001.

³ Falcón, V. C., & Rivero, E. D. (2010). Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. Revista Lecturas: Educación Física y Deportes, 1.

⁴ Rodríguez, A. C., Valenzuela, A. V., & Martínez, B. J. S. A. (2016). La importancia de la educación física en el sistema educativo. EmásF: revista digital de educación física, (43), 83-96.

⁵ MEN (2004). Periódico al tablero Numero 29. Nuevas tecnologías al servicio de la educación. El Portal Colombia Aprende como elemento central de una política de calidad para la educación Básica y Media. Recuperado en mayo del 2004, de <http://www.mineduacion.gov.co/1621/article-87399.html>

· Dr. Pedro Monteagudo Valdivia, Dr. Athos Sánchez Mansolo y Dra. Maylid Hernández Medina (2007) Revista Misión Médica Cubana. Universidad Barrio Adentro. República Bolivariana de Venezuela. Instituto Superior de Ciencias Médicas de Villa Clara, Número 21. El video como medio de enseñanza: Universidad Barrio Adentro. República Bolivariana de Venezuela. Recuperado en enero 22 de 2007, de http://bvs.sld.cu/revistas/ems/vol21_2_07/ems06207.htm

· BRAVO, J.L. (1994) Memoria de doctorado: La videolección como recurso para la transmisión de conocimientos científicos y tecnológicos. Madrid: Facultad de Ciencias de la Información (Universidad Complutense).

· Ramos, J. L. (2000). El vídeo educativo.

· ¿Qué es el vídeo educativo? Por Juan Luis BRAVO RAMOS ICE de la Universidad Politécnica de Madrid. Recuperado de: <http://www.ice.upm.es/wps/jlbr/Documentacion/QueEsVid.pdf>

· El uso de las TIC en la Educación Física actual Article in e-Motion Revista de Educación Motricidad e Investigación (January 2015) Carlos Fernández-Espínola y Laura Ladrón-de-Guevara Moreno. Recuperado de: <https://www.researchgate.net/publication/322132086>

- Carmen Rosa Coloma Manrique* Rosa María Tafur Puentes*, EDUCACION. Vol. VIII.

No 16. EL CONSTRUCTIVISMO Y SUS IMPLICANCIAS EN EDUCACIÓN,

Recuperado en septiembre de 1999, de

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5056798.pdf>

5.3 ANEXOS

ANEXOS	EVIDENCIA DE ANEXOS
<ul style="list-style-type: none"> PRIMER INFORME. 	 <p>https://drive.google.com/file/d/1cALtpU59F11QXRcst0exNQNhvRC9bQWE/view?usp=sharing</p>
<ul style="list-style-type: none"> SEGUNDO INFORME. 	 <p>https://drive.google.com/file/d/1qlx-AyUyA1N1f-4DqRNMLIH378aJAAtwl/view?usp=sharing</p>

● **TERCER INFORME.**

https://drive.google.com/file/d/1jsQub5m5_BYq2hDZ9ew93HvJdNhNgyUG/view?usp=sharing

● **CARTA DE PRÁCTICA INTEGRAL.**

<https://drive.google.com/file/d/1AXvDryKrW45N3SC5RWJl6Q-2t8yO4Wti/view?usp=sharing>



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



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



SC-CER96940

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