



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

ALUMNA - MAESTRA

ANGIE KATHERINE LOAIZA GALLEGO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

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

SEDE VILLA DEL ROSARIO

2021



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

ALUMNA MAESTRA
ANGIE KATHERINE LOAIZA GALLEGO

TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADA EN
EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y
DEPORTES

ASESOR
ESP. DANNY DANIEL CARRILLO BENÍTEZ

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN
FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES
SEDE VILLA DEL ROSARIO
2021



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



TABLA DE CONTENIDOS

JUSTIFICACIÓN	7
OBJETIVOS	8
Objetivo general	8
Objetivos específicos	8
CAPITULO I.....	9
OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO	9
1.1 IDENTIFICACIÓN	10
1.2 RESEÑA HISTORICA	10
1.3 FILOSOFÍA INSTITUCIONAL.....	12
1.4 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL (PEI)	12
1.5 OBJETIVOS DEL PEI.....	13
1.5.1 Objetivo general.....	13
1.5.2 Objetivos específicos	13
1.6 MODELO PEDAGÓGICO.....	15
1.6.1 Enfoque pedagógico	15
1.6.2 Antecedentes.....	15
1.6.3 Puntos esenciales de Algunas corrientes o tendencias pedagógicas	15
1.6.4 Síntesis.....	17
1.7 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES.....	17
1.7.1 ESCUDO	17
1.7.2 BANDERA	18
1.7.3 HIMNO	18
1.8 MISIÓN.....	19
1.9 VISIÓN.....	19
1.10 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES.....	20
1.11 PERFILES	20
1.11.1 Perfil del estudiante	20



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.11.2 Perfil del egresado	21
1.11.3 Perfil del docente.....	21
1.11.4 Perfil del padre de familia.....	22
1.12 PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES	22
1.13 ORGANIGRAMA	24
1.14 GOBIERNO ESCOLAR.....	24
1.14.1 Procedimiento para su elección	25
1.14.2 Consejo directivo.....	26
1.14.3 Rector	26
1.14.4 Organización institucional	26
1.14.4.1 Personero estudiantil.....	26
1.14.4.2 Consejo de estudiantes	27
1.14.4.3 Asociación de padres de familia	27
1.14.4.4 Comité de convivencia.....	27
1.14.4.5 Consejo de padres de familia.....	27
1.14.4.6 Contralor estudiantil	28
1.15 MANUAL DE CONVIVENCIA	28
1.15.1 Presentación.....	28
1.15.2 Intencionalidad del manual de convivencia escolar	29
1.15.3 Marco legal.....	30
1.15.4 Deberes de los estudiantes	31
1.15.5 Deberes de los padres de familia.....	33
1.15.6 Deberes de los docentes y directivos docentes	35
1.15.7 Derechos de los estudiantes.....	37
1.15.8 Derechos de los padres de familia	39
1.15.9 Derechos de los docentes y directivos docentes	40
1.15.10 Procesos formativos y ruta de atención integral de la convivencia escolar	41
1.15.11 Ruta de atención integral a la convivencia escolar	43



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.15.12	Componente de promoción y prevención	43
1.15.13	Mecanismos de resolución de conflictos	43
1.15.14	Instancias de dialogo y conciliación	45
1.15.15	Proceso formativo y alternativas de solución de conflictos	46
1.16	CRONOGRAMA	47
1.17	LEY DEL MENOR.....	49
1.18	UNIFORMES	51
1.19	INVENTARIO INFRAESTRUCTURA	51
1.20	SALÓN DE DEPORTES.....	52
1.21	HORARIOS.....	53
1.22	MATRIZ DOFA.....	53
	Dificultades	53
	Oportunidades	53
	Fortalezas.....	54
	Amenazas.....	54
CAPITULO II.....		55
PROPUESTA PEDAGÓGICA		55
2.1	TÍTULO.....	56
2.2	INTRODUCCIÓN.....	56
2.3	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	57
2.4	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	57
2.5	JUSTIFICACIÓN.....	58
2.6	OBJETIVOS	59
	2.6.1 Objetivos generales	59
	2.6.2 Objetivos específicos	59
2.7	POBLACIÓN	59
2.8	MARCO TEÓRICO	60
	2.8.1 Antecedentes	60



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.8.2 Bases teóricas	62
2.8.2.1 Fuerza.....	62
2.8.2.2 Resistencia	63
2.8.2.3 Velocidad.....	63
2.8.2.4 Flexibilidad	64
2.8.3 Bases legales.....	64
2.8.3.1 Constitución política de Colombia de 1991.....	64
2.8.3.2 Ley 181 de 1995	65
CAPITULO III	66
INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES	66
3.2 INTRODUCCIÓN.....	67
3.3 PROPÓSITO	67
3.4 ESTRATEGIAS	68
CAPITULO IV	92
ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES	92
CAPITULO V	94
FORMATOS DE EVALUACIÓN	94
CONCLUSIONES	104
ANEXOS	105
BIBLIOGRAFÍA	116
WEBGRAFIAS	117



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



JUSTIFICACIÓN

Actualmente los niños y jóvenes no cuentan con un formulario de evaluación el cual permitirá saber en qué condiciones se encuentran con respecto a su condición física, además, no tenemos conocimiento de cómo piensa el alumno sobre sí mismo y cómo se siente físicamente.

Para que nuestro cuerpo humano siempre este en un excelente funcionamiento es necesario y de vital importancia estudiar, practicar deporte, alimentarse sanamente, pasear...etc. En algunas ocasiones, por el constante esfuerzo a que sometemos en nuestra vida diaria a nuestro cuerpo el comienza a experimentar una situación un poco incomoda la cual denominamos cansancio o fatiga.

Dicha condición física es la que determina como esta mi cuerpo en este momento y permite a cada persona poder desarrollar su trabajo diario con energía, eficacia y sin que note cansancio. Además, una buena condición física previene de enfermedades, asegurando disfrutar de una buena salud. Por el contrario, un nivel deficiente de condición física demostrara negativamente la realización de nuestras actividades diarias. Puede incluso, si su nivel es muy bajo, traspasar el umbral de la salud y entrar en el de enfermedad, por un mal funcionamiento de los diferentes aparatos y sistemas de nuestro cuerpo humano.

Por lo tanto, es fundamental que el profesor de educación física determine la condición física de sus alumnos para poder planificar clases adecuadas a las capacidades de los alumnos. De esta manera, se adquiere una experiencia significativa en el ser, en el hacer y en el saber-hacer en un futuro como docente.

Por ello, mediante la práctica integral docente, se desarrollara un proyecto en el que se redactara una cartilla el cual contendrá diversas actividades que se pueden desarrollar para cada capacidad.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



OBJETIVOS

Objetivo general

Desarrollar mi práctica integral docente en la Institución Educativa Luis Gabriel Castro con ética profesional, enseñando los conocimientos aprendidos en mi proceso de formación.

Objetivos específicos

- Diagnosticar el estado de la planta física incluyendo polideportivo al igual que los implementos con que cuenta la institución.
- Diseñar planes de clases orientadas a alumnos de básica secundaria en relación con los lineamientos de la institución educativa.
- Conocer las diferentes propuestas que componen el proyecto educativo institucional del Colegio Luis Gabriel Castro, así mismo el plan de área que se ejecuta en la institución educativa en pro de la formación integral de los escolares.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO I

OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL Y DIAGNOSTICO



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.1 IDENTIFICACIÓN

SEDE 1

DANE: 154874000806

NIT: 800096642-2

Código ICFES: 071951

Nombre: INSTITUCIÓN EDUCATIVA LUIS GABRIEL CASTRO

Dirección: Calle 20 No. 9-50 Barrio Santa Bárbara-Villa del Rosario. Tel: 5704775-5895299.

El DANE: 254874000576, corresponde a la antigua Sede Santa Bárbara, fusionada a partir de 2017.

SEDE 2

Nombre: SAN PEDRO

DANE: 154874000041

Dirección: Calle 15 No 8-69 Barrio La Palmita.

SEDE 3

Nombre: GRAN COLOMBIA.

DANE: 254874000916

Dirección: Calle 25 No 9-58 Barrio Gran Colombia.

SEDE 4

Nombre: PRIMERO DE MAYO.

DANE: 154874000938

Dirección: Calle 18 No 17-63 Barrio Primero De Mayo.

1.2 RESEÑA HISTORICA

En el año de 1988 ante la creciente demanda de cupos sin atender para el nivel de Básica Secundaria del municipio de Villa del Rosario; la alcaldía municipal en cabeza del doctor Gonzalo Días Castellanos en calidad de alcalde, y el Concejo Municipal, por acuerdo número 010 de Noviembre 7 de 1988, crea el COLEGIO MUNICIPAL LUIS GABRIEL CASTRO.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El colegio inicia sus labores en el año 1989 en la sede de la casa de la cultura, siendo ejercida la rectoría por la licenciada Nelly Arteaga, con una cobertura inicial de tres grupos de grado sexto con 45 estudiantes cada uno y un grupo de grado séptimo con 15 estudiantes. Tres meses más tarde se traslada a la sede del antiguo club Gran colombiano.

En el año 1992, siendo rector el licenciado Arturo Ortiz Arismendi y presidente de la asociación de padres de familia el señor Álvaro Alfonso Melgarejo Méndez, se firma el convenio para el traslado a la sede de la Escuela Santa Bárbara entre el doctor Octavio Martínez Acuña, en calidad de alcalde municipal y el doctor Ruperto Rodríguez Flórez, Secretario de Educación Departamental, siendo su primer director Rafael Francisco Villamizar, Con el fin de ampliar la cobertura hasta el grado 11°, construir una planta física adecuada y favorecer la comunidad de los barrios de la ciudadela de La palmita, se realiza la construcción de 6 aulas más; iniciándose labores en el año de 1993 en la actual sede central.

Tres años más tarde, en 1996, gradúa su primera promoción de bachilleres académicos, y desde entonces el colegio ha promocionado más de 1.400 estudiantes. Por el proceso de fusión implementado a partir de Septiembre de 2002 y ejecutado a partir de Enero de 2003, atiende junto con las sedes San Pedro, La Gran Colombia, Santa Bárbara y primero de Mayo, a un total de 3.400 estudiantes, desde el grado Preescolar hasta el grado 11°.

Con la gestión realizada por el rector Edgar Orlando Ramírez López (años 2001 y 2002), la sede central amplió planta física caracterizada por la adecuación de las áreas comunitarias, deportivas, administrativas, y en un proceso permanente de crecimiento continuado por los rectores Hemel Hernández Salcedo y Darío Antonio Núñez Muñoz, en el orden del mejoramiento de la calidad y la ampliación de la cobertura.

Desde el año 2009 se hizo articulación y acuerdos con la FESC e integración con el SENA para fortalecer junto con la promoción académica, también la técnica en distintas modalidades que se van incorporando de acuerdo con las prioridades y el contexto.

Desde el año 2007 nuestro PEI, ha venido asimilando e integrando los llamados modelos pedagógicos que inicialmente se llamaron Aceleración del aprendizaje y Transformemos y ahora se denominan A Crecer y Ser Humano, que buscan alfabetizar y promocionar a la población adulta del sector. En estos modelos la Institución Educativa ha graduado 149 estudiantes.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.3 FILOSOFÍA INSTITUCIONAL

La Institución propende por la formación de una persona integral, que le guste investigar, que sea responsable y hábil en los factores de comunicación; todo ello como consecuencia del desarrollo de un plan de estudios y de un planteamiento curricular centralizado en una línea que promueve y desarrolla estrategias de carácter investigativo y para la comunicación como factor de profundización.

1.4 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL (PEI)

El proyecto Educativo Institucional “PEI” apunta a potenciar habilidades comunicacionales, artísticas, culturales, deportivas ambientales e investigativas en los estudiantes dentro de un contexto binacional, en cobertura y calidad, en valores de equidad, solidaridad y compromiso social. La Institución Educativa “Colegio Luis Gabriel Castro”, procura la inclusión escolar, en el marco de la Constitución Política de Colombia y la Ley General de Educación, llama a la convivencia participativa de la Comunidad Educativa y de las personas con Discapacidad.

El Proyecto Educativo Institucional responde a situaciones y necesidades de los educandos, de la comunidad local, de la región y del país, ser concreto, factible y evaluable" (Art.73.

Ley115/94).Nuestra Institución Educativa “Colegio Luis Gabriel Castro”, prepara a sus estudiantes para el desempeño laboral en convenio con el SENA para ofrecer Sistemas, Servicios Farmacéuticos, en Sistemas de Manejo Ambiental y Diseño e Integración de Multimedia, con el fin de formar hombres y mujeres capaces de innovar, diseñar, construir, ejecutar, controlar y transformar procesos que respondan a las necesidades del medio.

El Decreto 1860 de 1994 en su capítulo III, artículo 15; le confiere a cada Institución Educativa autonomía para formular, adoptar y poner en práctica su propio Proyecto Educativo Institucional, por tanto la Institución Educativa “COLEGIO LUIS GABRIEL CASTRO” del Municipio de Villa del Rosario, con la participación de la toda la Comunidad educativa, ha estructurado el PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL, que contiene las estrategias para alcanzar los fines de la educación promulgada por la Ley General que reglamenta el Sistema Educativo colombiano, teniendo en cuenta las condiciones sociales, económicas y culturales de nuestro contexto.

Los objetivos formulados, generan compromisos y acciones conjuntas por parte de todos los estamentos de la comunidad educativa, para la formación integral de los educandos; el



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



mejoramiento de la calidad, que permitirá la superación de los promedios en las pruebas SABER 3°, 5°, 9° y 11, y la optimización de los recursos disponibles. Es propósito del PEI proyectar la institución hacia la comunidad estableciendo nexos con entidades que ofrezcan enriquecimiento cultural, recíproco, permanente actualización en las diferentes disciplinas y la participación democrática.

El Proyecto, se elabora bajo los parámetros de la Ley 115 de 1994, el Decreto 1860 de Agosto 3 de 1994, en su capítulo III, artículo 14,15 y 16, teniendo en cuenta los aspectos pedagógicos y organizativos generales; como su contenido y los mecanismos de participación de la comunidad. Los artículos 85-97 del capítulo IV de la Ley 115 de 1994, que establece la organización administrativa del servicio educativo; los artículos 76-79, Capítulo II de la Ley 115 de 1994 que rige la elaboración del currículo y Plan de Estudios; el Decreto 1290 de abril 16 de 2009 que determina las pautas para promoción de los educandos y evaluación Institucional y artículos 16, 20, 21, 22 y 33 de la Ley 115 de 1994 que establece los objetivos para los diferentes niveles escolares.

Para ello es indispensable contar con un equipo humano sumamente motivado y comprometido en ese propósito haciendo consecuente este proyecto con un Plan de Mejoramiento Institucional claro y eficiente que produzca unos objetivos y fines institucionales útiles y operantes.

1.5 OBJETIVOS DEL PEI

1.5.1 Objetivo general

Educar en un ambiente digno con profundidad académica y técnica, a partir de la pedagogía de la comunicación y el lineamiento activo e investigativo, mediados por las Tics, teniendo en cuenta un plan de estudios útil y significativo que fortalece la producción creativa, artística, cultural, musical y deportiva de la población atendida.

1.5.2 Objetivos específicos

1. Desarrollar el PEI con un Plan de Mejoramiento Institucional (PMI) que permita avanzar en la calidad educativa de la institución, con un planteamiento operativo 2012-2016, evaluable periódicamente, fortaleciendo los equipos de gestión de calidad.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2. Constituir y perfilar nuestro plan curricular y de estudios profundamente investigativo que priorice y aplique contenidos útiles, viables, significantes, haciendo uso de las Tics, para que asegure un estudiante con formación integral situacional.
3. Fortalecer el componente de la comunicación como herramienta de comprensión humanista y literaria, con el periódico, la emisora, el uso de las nuevas tecnologías, plataformas virtuales y otras actividades.
4. Brindar cobertura adecuando las instalaciones para ofrecer un cupo creciente hasta los cinco mil estudiantes pertenecientes al sector.
5. Constituirse en colegio bandera del departamento por su cobertura, sus factores de convivencia y la calidad de su currículo educativo.
6. Consolidar una planta de personal de servicio educativo motivada y comprometida con el propósito del proyecto educativo.
7. Proyectar competitivamente al colegio fundamentalmente en futbol, microfútbol, voleibol y algunas ramas del atletismo.
8. Ejecutar proyectos que fortalezcan la cultura y el arte dándole continuidad a grupos y expresiones de teatro, música, danza, pintura, comunicación y expresiones literarias.
9. Mejorar año por año los resultados de las pruebas SABER 3°, 5, 9° y 11° a través de estrategias pedagógicas como el PTA (Programa Todos a Aprender).
10. Aplicar el concepto de Pedagogía y ambiente escolar, que se refleje en planes para mayor arborización, jardines y senderos ecológicos, en espacios plenos de orden y aseo.
11. Aplicar un plan de respuesta a la alta tasa de extra edad y repitencia.
12. Consolidar la participación de la comunidad educativa para que estimule, promueva y comprometa a cada uno de sus miembros en pro del desarrollo de la institución estableciendo programas y actividades de carácter cultural, académico, deportivo y de aporte al mejoramiento locativo y ambiental.
13. Fomentar en el estudiante principios y valores para la convivencia, el respeto mutuo y la tolerancia, formando un ciudadano con sentido de pertenencia, solidario Y responsable.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



14. Ejecutar modalidades técnicas dentro del proceso de articulación con el SENA, o con un ente de Educación Superior.

1.6 MODELO PEDAGÓGICO

1.6.1 Enfoque pedagógico

PEDAGOGIA COMUNICACIONAL-ACTIVA-INVESTIGATIVA.

La Institución Educativa Colegio Luis Gabriel Castro de Villa del Rosario N. de S., asume una propuesta pedagógica, fundamentada en conceptos, corrientes, tendencias y aspectos que inciden en el dinamismo del proceso educativo de esta institución y luego establece su propia visión como lineamiento activo investigativo y comunicacional.

1.6.2 Antecedentes.

La Escuela Pedagógica es el conjunto de planteamientos que se centran en hacer comprensible un saber, genera Corrientes o Tendencias pedagógicas, que son teorías de pensamiento o investigación como un patrón o Enfoque Pedagógico.

1.6.3 Puntos esenciales de Algunas corrientes o tendencias pedagógicas

LA ESCUELA TRADICIONAL O PASIVA (Siglo XVII). En esta tendencia el contenido curricular es racionalista, academicista y se presenta en partes aisladas, lo que conlleva a desarrollar un pensamiento de tipo descriptivo. El método fundamental es el discurso expositivo y verbalista del profesor, mientras el aprendizaje se reduce a repetir y memorizar. El proceso docente está muy institucionalizado y formalizado, dirigido a los resultados y estos devienen objeto de la evaluación.

ESCUELA NUEVA O ACTIVA. Fue un movimiento pedagógico iniciado a finales del siglo XIX. La escuela nueva, llamada también escuela activa, surge como una reacción a la escuela tradicional. Se constituye, en una propuesta educativa, fundamentada en el humanismo y en la psicología del desarrollo infantil: combate la pasividad, intelectualismo, magistrocentrismo, enciclopedismo y el verbalismo con el propósito de definir un nuevo rol a los diferentes participantes del proceso educativo. Centra el interés en el niño y en el desarrollo de sus capacidades; lo reconoce como sujeto activo de la enseñanza.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



PEDAGOGÍA CRÍTICA LIBERADORA. Surge en los años sesenta con Paulo Freire. Se basa en que el proceso educativo ha de estar centrado en el entorno de los alumnos. Los educandos tienen que entender su propia realidad como parte de la actividad de aprendizaje. No basta con suponer, por ejemplo, que un estudiante sabe leer la frase “Mario ha sembrado frijol en el campo”. El estudiante debe aprender a “Mario” en su contexto social, descubrir quién ha trabajado para producir la siembra y quién se ha beneficiado de este trabajo.

PEDAGOGIA AUTOGESTIONARIA.

La Pedagogía Autogestionaria le confiere al profesor un papel menos directivo y más grupal. El mismo se sitúa a disposición de los alumnos, a los cuales ofrece no sólo sus conocimientos sino también su ayuda para que logren sus objetivos. Se comporta, en definitiva, como un animador que plantea preguntas, crea situaciones polémicas, al tiempo que estimula y muestra situaciones probables y alternativas posibles.

CONSTRUCTIVISMO.

El estudiante es visto como ente activo, responsable de su propio aprendizaje, el cual debe construir por sí mismo, empezando por ideas a priori o pre saberes que son el material necesario para crear más conocimiento. El estudiante “construye” su conocimiento con lo que tenga a su disposición en términos de creencias y conocimiento formal. Así como el buen arquitecto levanta con piedra y lodo bellas construcciones, así el buen aprendiz levanta bellas 'cogniciones' teniendo como materia prima su conocimiento previo (prejuicios y creencias incluidos).

LA TEORÍA SOCIO-HISTORICA.

Se fundamenta en los planteamientos de Vygotsky: En efecto no somos islas autosuficientes en el océano social. Dependemos de aquel “otro generalizado” para nuestro desarrollo físico, mental y espiritual.

El conocimiento y el aprendizaje no están localizados en los recovecos neurales de la corteza cerebral sino en los encuentros sociales que incansablemente enriquecen, atemorizan, oprimen y liberan nuestra existencia. Vygotsky, (1978) siendo psicólogo, se propuso demostrar que todo aprendizaje tiene un origen social.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.6.4 Síntesis.

Se pretende construir y adoptar un modelo pedagógico consecuente con las necesidades e intereses del entorno y el contexto de la institución y los estudiantes, como resultado vinculante del análisis y representación de escuelas pedagógicas, corrientes, tendencias pedagógicas y enfoques, a fin de tomar lo mejor de esos procesos y ensamblar y establecer una directriz que oriente el horizonte de esta institución. Por lo tanto, el Modelo Pedagógico activo investigativo que adopta la institución educativa Luis Gabriel Castro, es Instrumento de carácter teórico-práctico creado para enriquecer el proceso enseñanza – aprendizaje, implicando contenidos, procesos y competencias que produzcan calidad y mejoramiento educativo.

1.7 SÍMBOLOS INSTITUCIONALES

1.7.1 ESCUDO



Esta insignia se inspira en el patrimonio histórico y cultural del municipio. Simboliza el corazón de los rosarienses: en él las manos que se saludan representan la confraternidad, cordialidad y solidaridad; el pergamino y la pluma, el legado que nos dejó Luis Gabriel Castro.

En el centro, las palabras Responsabilidad - Comunicación - Investigación, principios rectores de la Institución. En la base “Institución educativa: Luis Gabriel Castro” de Villa del Rosario N. S.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.7.2 BANDERA



El verde, la naturaleza plena, simboliza la esperanza, un futuro mejor, donde primen los valores y principios ecológicos para las actuales y futuras generaciones.

El blanco indica claridad, convivencia pacífica, limpieza, verdad y transparencia; es color que asimila y refleja todos los demás, es el color de la pureza, simboliza el candor que debe estar por encima de todo.

1.7.3 HIMNO

Siempre viva mi patria querida
Siempre viva mi noble colegio
Y vivamos por siempre nosotros
De principios y buenos consejos.

Levantemos las manos altivas
Es COLCASTRO nuestro corazón
Con Primero de Mayo y Santa Bárbara
Gran Colombia y San Pedro con honor

Siempre viva mi patria querida,
Siempre viva mi noble colegio
Y vivamos por siempre nosotros
De principios y buenos consejos.
Con orgullo mi alma Gabrielista
En banderas de ciencia y libertad
Ondeando caminos de futuro
Con mi patria amor y dignidad.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Siempre viva mi patria querida
Siempre viva mi noble colegio
Y vivamos por siempre nosotros
De principios y buenos consejos.

Jubilosos cantemos unidos
A la lucha, la fe y la devoción
En el tiempo se quedan los siglos
Y en el alma mi gran Institución.

Siempre viva mi patria querida
Siempre viva mi noble colegio
Y vivamos por siempre nosotros
De principios y buenos consejos

1.8 MISIÓN

La Institución Educativa Colegio Luis Gabriel Castro de carácter oficial del Municipio de Villa del Rosario, con un enfoque incluyente en el contexto fronterizo, ofrece los niveles de preescolar, básica primaria, secundaria, media académica y media técnica en articulación con el SENA, al igual que los modelos pedagógicos, Ser Humano y Programa Todos a Aprender, fortaleciendo el talento humano en lo comunicacional, investigativo, ambiental, computacional y diseño e integración en multimedia, desarrollando un pensum útil y significativo en lo artístico, cultural y deportivo, mediado por las Tics, para desarrollar un proyecto de vida en valores y compromiso social, posibilitando el ingreso del estudiante al sector productivo o a la educación superior.

1.9 VISIÓN

El Colegio Luis Gabriel Castro en el 2024, será la primera Institución de la Frontera en Calidad y cobertura, propiciando al estudiante habilidades en el saber investigativo, comunicacional y el uso de las nuevas tecnologías, que le permitan interactuar e integrarse de manera activa y útil al sector productivo o a la educación Superior.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.10 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

A. La Institución Educativa Colegio Luis Gabriel Castro, concibe la escuela desde su esencia social y a partir del reconocimiento a la diferencia y al respeto por el otro, para ello, enfatiza principios como:

B. La comunidad escolar debe ser democrática y participativa; respetuosa por la dignidad humana, con actitud de solidaridad y trabajo.

C. Son fines esenciales de la institución escolar, brindar a la comunidad un servicio de calidad educativa y facilitar la participación de todos en la acción pedagógica e investigativa.

D. Búsqueda de Calidad. Reflejada en un currículo útil con un estudiante propositivo y protagonista del proceso educativo.

E. La Participación. Como resultante de la conformación de grupos y equipos pedagógicos artísticos, deportivos, musicales, sentido de democracia y solidaridad y sentido de pertenencia.

F. La Convivencia. Como consecución de un ambiente escolar de respeto, tolerancia, sentido de solidaridad, responsabilidad y compromiso comunitario o social.

1.11 PERFILES

1.11.1 Perfil del estudiante

La Institución Educativa Colegio Luis Gabriel Castro busca formar un estudiante así:

El estudiante COLCASTRO debe ser

1. Persona de bien, capaz de realizar su proyecto de vida.
2. Responsable y comprometido con su realidad personal y social.
3. Integrado a su comunidad, practica los valores de la solidaridad y el trabajo.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



4. Respetuoso con el otro y con el entorno ambiental, participa con talento artístico, cultural y deportivo.

5. Con buen nivel académico, hábil en lo investigativo y en el factor de la comunicación.

1.11.2 Perfil del egresado

- Posea una actitud crítica frente a los acontecimientos en su diario vivir, convirtiéndose en agente de cambio en procura del bien común.
- Asuma con responsabilidad y acierto el compromiso con la realidad personal, familiar y social.
- Ser una persona correcta, honesta, leal, firme, comprometida, consecuente con sus principios.
- Practicar la responsabilidad, la puntualidad, la organización y otras actitudes que colaboren el actuar con racionalidad, justicia y honradez.
- Alcanzar un nivel académico competente que le permita ingresar fácilmente en la vida laboral.
- Ser una persona cumplidora de sus deberes públicos, en el ejercicio de sus deberes ciudadanos, en su compromiso político, económico y social.
- Ser líder en el campo que desempeñe.

1.11.3 Perfil del docente

“La sabiduría no llega con la edad sino con la experiencia”. El docente y directivo docente de COLCASTRO debe ser:

1. Responsable en las normativas y acuerdos institucionales.
2. Amable y respetuoso, con los miembros de la Comunidad Educativa.
3. Formador de valores.
4. Con sentido de pertenencia a la Institución.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.11.4 Perfil del padre de familia

El padre de familia del COLCASTRO debe ser:

1. Identificado con la filosofía de la Institución.
2. Respetuoso con la Institución Escolar.
3. Responsable con los deberes adquiridos al firmar la Matrícula.
4. Aplica el conducto regular establecido en el Manual de Convivencia.
5. Con sentido de pertenencia a la Institución.
6. Forjador de valores.
7. Responsable con los deberes como acudiente.

1.12 PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES

Los Programas Transversales comparten seis enfoques: (referencia sentidos y retos de la transversalidad)

1. El enfoque de competencias: los Programas tienen como objetivo desarrollar en los estudiantes las competencias básicas y dentro de ellas especialmente las ciudadanas. En este sentido la reflexión pedagógica es un elemento central de los Programas Transversales.
2. El enfoque de derechos: supone una relación de reconocimiento y formación para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos, y los ambientales, y de la concepción de todos los integrantes de la comunidad educativa como sujetos de derechos.
3. El enfoque de intersectorialidad e interinstitucionalidad: desde el cual los Programas orientan sus acciones para el trabajo articulado y con responsabilidades claramente definidas con otras instituciones y otros sectores, en el marco de políticas públicas del sector educativo.
4. El enfoque de gestión: los Programas suponen su implementación en el establecimiento educativo con base en unos compromisos con la secretaría de educación y de esta con la entidad territorial, la comunidad educativa, las instituciones o instancias territoriales de diferentes sectores y organizaciones, en relación con las políticas educativas, con las de



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



otros sectores y en desarrollo de los procesos propios de los Programas. Son estos compromisos y la gestión de los mismos los que garantizan la sostenibilidad y la institucionalización de los Programas.

5. El enfoque de desarrollo humano: implica reconocer que todas las acciones que se dan en el marco de los Programas Transversales amplían las oportunidades de los estudiantes y demás actores sociales participantes para tener una mejor calidad de vida, partiendo del reconocimiento y fortalecimiento de sus capacidades y competencias.

6. El enfoque diferencial y de inclusión social: implica el reconocimiento de la diversidad no sólo de los contextos en los que se insertan los establecimientos educativos, sino también de las particularidades de los estudiantes (por género, etnia, discapacidad y cultura, entre otras) y el diseños de proyectos pedagógicos que permitan su inclusión.

La Institución ha diseñado los cuatro proyectos de ley o proyectos pedagógicos transversales, atendiendo a lo estipulado en la Ley 115, Art. 14, que establece que todo establecimiento educativo Privado y Público, están obligados a cumplir con estos proyectos en:

- Aprovechamiento del tiempo libre.
- La enseñanza de la protección del ambiente.
- La educación para la justicia y la paz.
- La educación sexual.

En tal sentido, la Institución maneja los proyectos de Medio ambiente y prevención de desastres, Democracia, Educación Sexual y Lúdica, los cuales se encuentran siendo ejecutados por los educadores, teniendo en cuenta su área de formación y la idoneidad para desempeñarse en cada uno de los temas.

Además de los proyectos reglamentarios, la institución ha estructurado a partir del 2015, otra serie de proyectos que buscan apoyar procesos específicos de desarrollo de los estudiantes:

- PESCC (Proyecto de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía).
- PRAE (Proyecto Ambiental Escolar) Movilidad Segura.
- Educación Económica y Financiera.
- Educación para el ejercicio de los Derechos Humanos.
- Promoción de Estilos de Vida Saludables.
- Programa de Competencias Ciudadanas.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Prevención de desastres (Directiva Ministerial 12).
- Escuelas deportivas.
- Promoción artística y cultural.
- Proyecto de Democracia.
- Proyecto de lectura ϖ Proyecto me divierto con las matemáticas.
- Grupos de investigación Enjambre.
- Servicio Social Obligatorio.
- Convivencia Escolar.
- Club Deportivo Col-Castro.

1.13 ORGANIGRAMA

El modelo organizacional, directivo y administrativo del colegio se orienta prioritariamente a la consecución del objetivo fundamental de formación integral de los y las educandos y en la construcción de una comunidad educativa dentro de los parámetros constitucionales de convivencia pacífica y respeto a los derechos humanos, de aquí que, se rija por los principios de legitimidad, complementariedad, subsidiariedad, representatividad y participación democrática de las personas que la constituyen y, que de acuerdo con las funciones, estatuidas por la ley, determinadas por las normas propias de la Institución y actualizadas en el proyecto educativo institucional vigente, participan por derecho o delegación en la dirección, gestión, administración y proyección de la institución. Se cuenta con una estructura administrativa circular que gira alrededor de la estudiante, teniendo en cuenta las características del entorno donde él o ella interactúan constantemente.

1.14 GOBIERNO ESCOLAR

De conformidad con el artículo 142 de la ley 115 de 1994, la institución debe organizar un gobierno escolar, conformado por el rector, el consejo directivo y el consejo académico, garantizando la representación de la comunidad educativa según lo dispuesto en la Constitución Política y la ley. Para la conformación del gobierno escolar la institución tiene en cuenta lo señalado en el artículo 142 de la ley 115 de 1994 y los artículos 18, 19 y 20 del decreto 1860 de 1994.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.14.1 Procedimiento para su elección

1. Todos los posibles candidatos a los órganos del Gobierno escolar, deben ser elegidos dentro de los primeros 60 días del calendario escolar.
2. Anualmente y mediante acuerdo del Consejo directivo, se da a conocer a la comunidad educativa el cronograma y fecha de las elecciones de los diferentes representantes al Gobierno Escolar, así como su respectiva vigencia.
3. El líder del Proyecto de Democracia escolar convoca, dirige y motiva la inscripción a los diversos cargos del Gobierno escolar mediante comunicados verbales, publicación de carteles, dentro y fuera de la Institución y comunicados escritos, registrando los resultados de dichas votaciones en sus respectivas actas.
4. Para cada elección, deben inscribirse como mínimo dos candidatos, quienes presentarán sus respectivos programas de trabajo, según lo reglamentado en el Manual de funciones y lo divulgarán entre sus compañeros.
5. La elección se hará por votación secreta y debe regirse estrictamente por lo aquí estipulado en cuanto al procedimiento a seguir.
6. El registro de cada elección se organiza en una planilla de votantes que se diligencia en el momento de la votación la cual debe tener las respectivas firmas de los jurados y votantes.
7. Cuando se presente alguna situación adversa que impida la elección de alguno de los miembros, ésta se lleva a cabo una vez las condiciones regresen a su normalidad.
8. Los representantes elegidos asumen sus funciones desde el momento mismo en que se declaren oficialmente ganadores.
9. Los líderes del proyecto organizarán la celebración del día de la Democracia Escolar, según calendario oficial, donde los nuevos representantes hacen el juramento de posesión en sus cargos ante la comunidad educativa. Éste se inicia y culmina con los himnos: nacional, del departamento y del Luis Gabriel.
10. En caso de que el candidato elegido no pueda ejercer sus funciones, deje su cargo, o sea retirado o suspendido, automáticamente las asume quien ocupó el segundo lugar y así sucesivamente, según lo registrado en la respectiva acta. Existe la posibilidad de la pérdida



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



de investidura por faltas disciplinarias, caso en el cual la persona elegida será retirada de su cargo (Art. 49).

1.14.2 Consejo directivo

El consejo directivo de la institución está conformado por los integrantes señalados en el artículo 21 del decreto 1860 de 1994, a saber: el rector, dos representantes del personal docente, dos representantes de los padres de familia, un representante de los estudiantes, un representante de los ex alumnos o egresados y un representante del sector productivo.

El consejo directivo como los demás órganos del gobierno escolar será elegido en las fechas y términos determinados por las normas legales y reglamentarias vigentes atendiendo los plazos acordados entre la institución y la secretaria de educación. Para su conformación se tendrán en cuenta el siguiente procedimiento:

- Convocatoria y asamblea a elecciones diferentes representantes al Consejo Directivo. ⊕ Postulación de candidatos.
- Programar votación en forma secreta y democrática.
- Elecciones ⊕ Escrutinio y selección de representantes al Consejo Directivo.
- Toma de posesión.

1.14.3 Rector

El Rector de la institución actúa como representante legal ante las autoridades educativas y ejecutor de las decisiones del gobierno escolar.

1.14.4 Organización institucional

1.14.4.1 Personero estudiantil

El personero de los estudiantes es el encargado de promover el ejercicio de los deberes y derechos de los estudiantes consagrados en la constitución política, las leyes, los



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



reglamentos y el manual de convivencia. El personero será asignado atendiendo el artículo 28 del decreto 1860 de 1994.

1.14.4.2 Consejo de estudiantes

(Decreto 1075/2015 Título 3. Capítulo 1. Sección 5. Artículo 2.3.3.1.5.12): Órgano colegiado de participación de los estudiantes en la vida institucional. Está conformado por un estudiante de cada grado entre los que se elige el representante al Consejo Directivo. Es el máximo órgano colegiado que asegura y garantiza el continuo ejercicio de la participación por parte de los estudiantes. El consejo de estudiantes se conformará atendiendo lo indicado en el artículo 29 del decreto 1860 de 1994.

1.14.4.3 Asociación de padres de familia

La asociación se organizará de conformidad con el artículo 9 del decreto 1286 de 2005. La junta directiva de la asociación de padres existente en la institución educativa, elegirá dos representantes ante el consejo directivo, uno deberá ser miembro de la junta directiva y el otro miembro del consejo de padres de familia.

1.14.4.4 Comité de convivencia

El comité de convivencia es la instancia que fomenta la armonía y la convivencia en la comunidad educativa, promueve actividades para fortalecer el crecimiento en valores de los integrantes de la comunidad educativa, evalúa y media los conflictos que se presentan dentro de la institución, lleva a cabo el seguimiento del cumplimiento de las disposiciones establecidas en el manual de convivencia. Este comité se instalará dentro de los primeros 60 días del calendario escolar, sesionará al menos una vez por periodo académico y estará integrado por los representantes del personal docente ante el consejo directivo u otro elegido por los docentes.

1.14.4.5 Consejo de padres de familia

De conformidad con la parte 3, Título 4, del Decreto 1075/2015, que define la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos oficiales y privados se establece que el Consejo de Padres es un órgano de participación de los padres de familia del establecimiento educativo, que sirve como medio



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



para asegurar la continua participación de los padres y acudientes en el proceso pedagógico del establecimiento. El consejo de padres, como órgano de la asociación de padres de familia, es un medio para asegurar la continua participación de los padres y acudientes o responsables de los estudiantes en el proceso pedagógico. Su conformación atenderá lo indicado en el artículo 5 de decreto 1286 de 2005.

1.14.4.6 Contralor estudiantil

Cumplimiento de la Ordenanza 011 de 2012 que establece la instancia de la Contraloría Escolar y la figura del contralor estudiantil. La Secretaría de Educación Departamental expidió la Resolución No 01087 del 8 de marzo de 2013, que reglamenta la figura de contralor estudiantil en los establecimientos educativos oficiales, que cuentan con fondos de servicios educativos y conformarán la contraloría escolar y su grupo de apoyo. Igualmente se expidió la circular 017 de 2014, que exige el cumplimiento de esta norma regional.

1.15 MANUAL DE CONVIVENCIA

1.15.1 Presentación

La Institución Educativa Colegio Luis Gabriel Castro ha iniciado desde el año 2.007, un proceso de actualización y concreción de su Proyecto Educativo Institucional dentro del plan de mejoramiento requerido por la Secretaría de Educación a todas las instituciones escolares del sector formal. En consecuencia se ha adoptado un Marco que se centra en el carácter investigativo y en el desarrollo de los factores comunicacionales como profundización y lineamiento pedagógico del colegio.

En este orden, el Manual de Convivencia, se ha actualizado en función de establecer normas, disposiciones, acuerdos y directrices para que los representantes y miembros de la comunidad educativa participen y se conduzcan en un ambiente de concertación, trabajo, responsabilidad, diálogo y comunicación.

Por lo tanto, el concepto de cumplimiento es trascendido por la actitud de la responsabilidad, el de la puntualidad, por el del compromiso con el tiempo y con los roles adquiridos; el de la obligación por el del deseo, el gusto y la motivación para asumir las tareas, designaciones y acuerdos establecidos. Bajo éste criterio, el reglamento es una guía u orientación, que se supera con la actitud comprometida y responsable del integrante de la



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



comunidad educativa; la norma y la ley se adelantan no por presión sino por convicción; y las funciones y deberes no se desarrollan por simple obligatoriedad, sino como una responsabilidad que se asume con empeño, diligencia, agrado y dedicación.

El presente manual de convivencia se complementa con la normatividad emanada en la Ley 1620 de 2013 y su decreto reglamentario 1965 del mismo año, y en la parte académica por lo dispuesto en el Decreto 1290 del 2010 y responde al trabajo conjunto adelantado por los diferentes estamentos de la Comunidad Educativa, liderado por el Comité de Convivencia Escolar, luego de su estudio, análisis, debate y socialización en jornadas pedagógicas y contar con los avales respectivos de los Consejos Académico y Directivo.

1.15.2 Intencionalidad del manual de convivencia escolar

El Manual de convivencia es un instrumento pedagógico inscrito en el Proyecto Educativo Institucional y se convierte en marco de referencia para la Comunidad Educativa, y facilita la búsqueda de autonomía personal y el compromiso de todos frente a unos valores que hacen posible la construcción de una sociedad de derecho, democrática participativa y pluralista por medio de un conjunto de principios y procedimientos fundamentales que permiten ajustar la vida institucional al orden social, jurídico y cultural relegando el ejercicio de los derechos, libertades y deberes de los miembros de la Comunidad.

Es de igual forma, un consenso de los miembros de la Comunidad Educativa, que propende por dinamizar las Competencias Ciudadanas que garanticen la convivencia pacífica y armónica, definiendo los derechos y obligaciones de todas las personas de la Comunidad Educativa, con el propósito de promover, garantizar y defender los Derechos Humanos, Sexuales y Reproductivos de todos los miembros de la comunidad educativa, estableciendo normas para las funciones, deberes, comportamientos y actitudes pactados por la Comunidad Educativa entre sí y con el entorno escolar, de tal manera que garantice el ejercicio de los derechos de todas las personas que la conforman y fortalecer con esto los procesos entorno a las medidas pedagógicas y alternativas de solución para las situaciones que afecten la convivencia escolar, a través de la participación, auto-gestión y construcción de la identidad personal y así fomentar el crecimiento en autonomía de la Comunidad Educativa (directivos, personal administrativo y de servicios, educadores, alumnas, padres y madres de familia).



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.15.3 Marco legal

La fundamentación legal que ofrecen los medios jurídicos que rigen en la educación para hacer de la convivencia escolar el espacio de crecimiento holístico preparando a los niños, niñas y adolescentes para la construcción de ciudadanía convierte al estudiante en protagonistas de su formación e impulsores de su propio futuro. En relación con esto, el Manual de Convivencia Escolar de la Institución Educativa Colegio Luis Gabriel Castro, se fundamenta en:

LA CONSTITUCIÓN NACIONAL DE 1991, en sus artículos 1, 2, 13, 15, 16, 18, 19, 21, 23, 27, 29, 40, 42, 44, 45, 67, 68, 95 que aportan elementos para el desarrollo integral de los colombianos y colombianas, el desempeño de la convivencia escolar y formación de conciencia democrática.

LEY 115 DE 1994 o Ley General de Educación que establece los fines y objetivos de la educación colombiana y ordena en su artículo 87 “Los establecimientos educativos tendrán un reglamento o manual de convivencia, en el cual se definan los derechos y obligaciones, de los estudiantes. Los padres o tutores y los educandos al firmar la matrícula correspondiente en representación de sus hijos estarán aceptando el mismo”.

EL DECRETO 1860 DE 1994 que en su artículo 17 establece criterios para el REGLAMENTO O MANUAL DE CONVIVENCIA, de acuerdo con lo dispuesto en los artículos 73 y 87 de la Ley 115 de 1994.

Ley 1620 DE 15 DE MARZO DE 2013. "Por la cual se crea el sistema nacional de convivencia escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad.

DECRETO 1965 DEL 11 DE SEPTIEMBRE DE 2013. “Desarrollo normativo o reglamentación de la Ley 1620 de 2013, La presente normatividad se ocupa de regular la conformación, organización y funcionamiento del Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar; del Comité Nacional de Convivencia Escolar; de los comités municipales, distritales y departamentales de convivencia escolar y de los comités escolares de convivencia; así como la articulación de las entidades y personas que conforman el Sistema Nacional de Convivencia Escolar, la familia y la sociedad.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Ley 1098 de 2006 o Código de la infancia y del adolescente, por el cual según lo expuesto en los Artículos 39, 42, 43, 44 y 45 se hace la “Prohibición de sanciones crueles humillantes y degradantes. Los directores y educadores no podrán imponer sanciones que conlleven al maltrato físico, o psicológico 4 de los estudiantes o adoptar medidas que afecten su dignidad. Así mismo queda prohibida su inclusión dentro de los manuales de convivencia escolar”.

LEY 715 DE 2001, Por la cual se dictan normas orgánicas en materia de recursos y competencias de conformidad con los artículos 151, 288, 356 y 357 (Acto Legislativo 01 de 2001) de la Constitución Política y se dictan otras disposiciones para organizar la prestación de los servicios de educación y salud, entre otros.

LEY 734 DE 2002 por el cual se expide el código disciplinario único .Art.22, 23, 33, 34, 35,42.

EL DECRETO 1286 DE 2005 “Por el cual se establecen normas sobre la participación de los padres de familia en el mejoramiento de los procesos educativos de los establecimientos oficiales y privados mediante el consejo de padres y la asociación de padres de familia.”

1.15.4 Deberes de los estudiantes

Se consideran deberes de los Estudiantes en la institución educativa, los siguientes:

1. Asistir diariamente a la institución en los horarios establecidos para cada una de las jornadas, con el uniforme correspondiente.
2. Presentar los materiales de trabajo solicitados para el desarrollo de las actividades académicas.
3. Presentarse oportunamente a las citaciones extracurriculares realizadas por la Institución y/o los Docentes.
4. Esperar al docente en el aula en los cambios de clase y realizar el desplazamiento oportuno entre aulas, de forma eficaz y ordenada.
5. Permanecer en el aula y/o escenario de clase, y no salir sin razón justificada o autorización del docente.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



6. Cumplir de forma responsable frente a la entrega y cumplimiento de compromisos académicos.
7. No hacer fraude o plagio en evaluaciones, trabajos, tareas y compromisos académicos en el aula o fuera de ella.
8. No evadir las responsabilidades buscando su propio beneficio, a través del engañar y la mentira.
9. Justificar la ausencia en forma escrita dentro de los tres días siguientes al reintegro, firmada por el padre/madre de familia y/o acudiente, con soporte de certificación médica y/o según el caso. Según formato correspondiente.
10. Utilizar respetuosamente los uniformes respectivos según horario de clase y actividades programadas por la Institución.
11. Cuidar la presentación personal en todas circunstancias y actividades Institucionales.
12. Portar el carné estudiantil para efectos de identificación como miembro de la Institución Educativa.
13. Representar dignamente a la institución en eventos culturales y deportivos.
14. Usar correctamente los espacios, evitando letreros o dibujos que ofendan a los demás o la institución o que la deterioren.
15. Mantener en orden y aseo todos los lugares y dependencias que use.
16. Permanecer durante las horas de clase, dentro del sitio correspondiente, salvo que haya sido citado o enviado a otras dependencias.
17. Solicitar con anterioridad permiso para ausentarse del establecimiento con la presentación de una excusa escrita firmada por el padre de familia o acudiente.
18. Tratar con respeto y cordialidad a todos los miembros de la comunidad educativa, evitando la calumnia o difamación.
19. Respetar la filosofía institucional, expresando buena actitud y disposición frente a todos los procesos que se realicen.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



20. Asistir a las actividades y/o momentos pedagógicos y formativos conforme a los horarios y acuerdos establecidos por la Institución.

1.15.5 Deberes de los padres de familia

Son deberes de los Padres de Familia, además de los contemplados en el Código de Infancia y Adolescencia (Ley 1098 de 2006) y la Ley de Convivencia Escolar (ley 1620 y decreto 1965 de 2013), los siguientes:

- 1.** Protegerles contra cualquier acto que amenace o vulnere su vida, su dignidad y su integridad personal.
- 2.** Participar en los espacios académicos, artísticos, culturales, recreativos y de formación a los que los convoque la Institución y promover la participación de su hijo cuando lo requiera.
- 3.** Formarles, orientarles y estimularles en el ejercicio de sus derechos y responsabilidades y en el desarrollo de su autonomía.
- 4.** Proporcionarles las condiciones necesarias para que alcancen una nutrición y una salud adecuadas, que les permita un óptimo desarrollo físico, psicomotor, mental, intelectual, emocional y afectivo y educarles en la salud preventiva y en la higiene.
- 5.** Promover el ejercicio responsable de los derechos sexuales y reproductivos y colaborar con la escuela en la educación sobre este tema.
- 6.** Incluirlos en el sistema de salud y de seguridad social y acudir a estos cuando sea necesario.
- 7.** Asegurarles el acceso a la educación y proveer las condiciones y medios para su adecuado desarrollo, garantizando su continuidad y permanencia en el ciclo educativo.
- 8.** Respetar las manifestaciones e inclinaciones culturales y estimular sus expresiones artísticas y sus habilidades científicas y tecnológicas, adecuadas para la etapa de desarrollo en la que se encuentran.
- 9.** Brindarles a los niños, niñas y adolescentes las condiciones necesarias para la recreación y la participación en actividades deportivas y culturales de su interés.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



10. Prevenirles y mantenerles informados sobre los efectos nocivos del uso y el consumo de sustancias psicoactivas legales e ilegales, o cualquier otro elemento y/o actividad que pueda atentar contra su integridad y bienestar.
11. Estar comprometidos e identificados con la filosofía Institucional generando sentido de pertenencia y propiciar en el estudiante esta identificación y respeto por las normas.
12. Constituirse en apoyos en la exploración vocacional profesional que va realizando la estudiante durante su proceso de formación.
13. Estimular los logros, y reconocer los errores propios y de su hijos para apoyar las intervenciones educativas necesarias y aplicar los correctivos cuando se necesite.
14. Comprometerse activamente en proceso de formación de sus hijos teniendo presente que es el responsable principal de la misma, propiciando los recursos y ambientes de estudio adecuado para tener un buen desempeño escolar, orientando el trabajo en casa.
15. Acudir puntualmente a las citaciones y reuniones convocadas por institución (docentes y directivos docentes), presentando excusas justificables cuando no se pueda presentar. En caso de inasistencia, el padre de familia asumirá los compromisos establecidos en la institución y si es reiterativa se informara a la autoridad competente para el proceso de restablecimiento de derechos.
16. Proveer a sus hijos (as) los útiles, materiales y elementos necesarios para el desempeño académico y formativo del estudiante.
17. Apoyar los procesos formativos desarrollados por la institución, contribuyendo al cumplimiento de los compromisos académicos, disciplinarios y de convivencia adquiridos.
18. Dirigirse a los miembros de la comunidad educativa con respeto y asertividad, respetando los horarios establecidos para la atención.
19. Acoger y realizar propuestas para ajustar el Proyecto Educativo Institucional.
20. Acudir a las escuelas de padres, invitaciones especiales como espacios de enriquecimiento personal y familiar.

En el caso de los Padres de Familia con niños, niñas y adolescentes en condición de discapacidad deberán cumplir con los siguientes deberes:



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1. Ser un ente activo, colaborador y comprometido con el proceso escolar.
2. Asistir a las citaciones dadas por la institución educativa y profesionales de apoyo.
3. Suministrar información verídica y amplia sobre el diagnóstico dado y los apoyos recibidos.
4. Suministrar a la docente información importante sobre las condiciones del estudiante características generales y estrategias trabajadas en casa.
5. Activar apoyos dados por el sector salud para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida e independencia del estudiante.
6. Suministrar el medicamento prescrito o llevar a las terapias necesarias cuando el programa de salud lo indique, presentando los soportes correspondientes de forma periódica.
7. Ingresar al estudiante a un programa de rehabilitación integral.
8. Retroalimentar a través de informes periódicos al docente y profesional del equipo de apoyo pedagógico, los procesos llevados a cabo en el programa de rehabilitación integral, los objetivos que se persiguen y los logros alcanzados.

1.15.6 Deberes de los docentes y directivos docentes

Son deberes de los docentes y directivos docentes:

1. Utilizar, cuidar y responder de manera pronta y oportuna por los materiales, recursos y equipos que le son confiados.
2. Participar en actividades de: planeación, evaluación, jornadas pedagógicas, convivencias, actividades complementarias y reuniones.
3. Participar en la elaboración y desarrollo del PEI y PMI.
4. Permanecer en el establecimiento en la jornada de trabajo.
5. Elaborar los planes de área, asignaturas, programas, horario de clases y las actividades escolares propias de su carga.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



6. Asignar investigaciones y trabajos que ayuden al estudiante a profundizar lo aprendido en clase.
7. En caso de ausencia debe dejar talleres-guía asignados para los estudiantes en las horas que le correspondan de clase.
8. Mantener al día y presentar en las fechas asignadas los libros reglamentarios correspondientes y demás información requerida.
9. Utilizar un sistema de evaluación permanente e integral que permita establecer los logros y dificultades del proceso de formación de los estudiantes.
10. Promover relaciones cordiales y respetuosas con todos los miembros de la comunidad educativa.
11. Dar un trato justo y equitativo a los estudiantes. Dar un trato cortés a todos los miembros de la comunidad educativa.
12. No fumar o ingerir bebidas alcohólicas dentro del establecimiento.
13. Dar a conocer a los estudiantes los resultados de sus evaluaciones, en tiempo oportuno.
14. Preparar oportuna y continuamente sus clases.
15. Brindar información veraz y oportuna sobre el rendimiento académico y disciplinario de los estudiantes.
16. Llevar registro detallado de los estudiantes con dificultades, con las respectivas actividades de recuperación y firmas de los estudiantes y padres de familia.
17. Conocer y aplicar responsablemente el manual de convivencia.
18. No pedir prestado, ni realizar transacciones comerciales en dinero con los estudiantes.
19. Realizar registros, observador, diagnóstico, balance de ingreso, deserción y permanencia del estudiante en el aula escolar.
20. Colaborar con esmero en la orientación y acompañamiento disciplinario.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



21. Colaborar activamente en la dirección y orientación en los descansos de niños y niñas en los sitios asignados para tal fin.

22. Proponer acciones y estrategias a través del consejo académico para incorporar, evaluar y nivelar a los niños y las niñas que se presenten al establecimiento producto de las deportaciones o los desplazamientos forzados.

1.15.7 Derechos de los estudiantes

El estudiante, como miembro de la Institución Educativa LUIS GABRIEL CASTRO, tiene derecho a:

1. La vida con calidad y en un ambiente sano, propendiendo por el cuidado de sí mismo, del entorno y los actores institucionales.

2. La identidad, mostrando sus posturas y creencias de forma respetuosa con la garantía de que no será discriminado por estas razones, recibiendo aceptación, respeto y tolerancia por parte de sus pares y demás miembros de la comunidad educativa.

3. La educación de calidad y adaptada a las necesidades educativas y del entorno, que serán asumidas con responsabilidad, respetando los ritmos y estilos de aprendizaje que contribuyan en la formación integral, para ello debe cumplir con los requisitos formales que la ley y la Institución educativa le exige.

4. Recibir una formación desde un enfoque investigativo que permita la orientación y profundización en el conocimiento, para ello debe asumir una actitud de indagación, trabajo en equipo, crítica respetuosa y de comunicación rigurosa de ideas creativas e innovadoras en los distintos campos del saber.

5. La integridad personal que garantice la protección contra toda forma de maltrato o abuso físico, psicológico, sexual, social o virtual, dando y recibiendo un trato justo y respetuoso en todos los contextos institucionales.

6. La intimidad, velando por la protección contra las acciones que afecten la dignidad, y el buen nombre de la persona, por tanto deberá actuar dentro del marco de respeto por la propia vida privada y sin interferir en la de los demás.

7. La recreación y participación en las actividades culturales, lúdico-artísticas programadas por la I.E. y ante las cuales se debe responder con alegría, motivación y respeto.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



8. Recibir información oportuna en todo lo relacionado con los procesos académicos, de convivencia escolar y administrativos, acatando el conducto regular y los tiempos establecidos para ello.
9. Elegir y ser elegido en los órganos de participación escolar (gobierno escolar, comités y demás estructuras organizacionales), acatando los requisitos y obligaciones que demande el ejercicio de las funciones.
10. El debido proceso establecido por la Ley y el presente Manual de Convivencia.
11. La protección y restablecimiento de sus derechos informando a las autoridades competentes los casos donde se presente: abandono físico, afectivo, embarazo, explotación económica y/o sexual, pornografía, secuestro, trata de personas, tortura, situación de vida en la calle, desplazamiento forzoso, trabajo infantil, venta y consumo de sustancias psicoactivas.
12. Recibir orientación escolar para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos, velando siempre por que sean de estricto cumplimiento en especial para los que se encuentran en situación de vulnerabilidad, por consumo de sustancias psicoactivas y embarazos a temprana edad.
13. Derecho a recibir atención ante situaciones de convivencia como lo establece la Ruta de Atención Integral mostrando siempre una actitud de disposición, respeto y responsabilidad ante las conductas propias y la de los demás en cumplimiento con las normas Institucionales.
14. Expresar su opinión utilizando los medios de comunicación internos y externos, cuidando no lesionar su integridad personal, ni la de los demás, así como el buen nombre de la I.E.
15. Representar la I.E. en escenarios académicos, religiosos, deportivos y culturales de acuerdo al desempeño de sus competencias, dejando en alto su buen nombre.
16. El desarrollo de su sexualidad basado en la toma de decisiones responsables, informadas y autónomas que permitan la construcción de relaciones pacíficas, equitativas y democráticas basadas en el principio de respeto a sí mismo, al otro y al medio que les rodea.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



17. Disfrutar responsablemente de las instalaciones, servicios y demás dependencias de la I.E. y a un ambiente escolar que le facilite la formación integral.
18. Ser registrado correctamente y recibir el carné estudiantil que lo identifique como estudiante.
19. Solicitar y obtener permiso, justificado, para ausentarse del plantel, por tiempo determinado y que ante esto se le asignen a su debido tiempo actividades de refuerzo y recuperación con orientación adecuada para trabajos y evaluaciones.
20. Conocer, al comienzo del año o con anterioridad, las actividades o eventos a realizarse, los planes, los estándares y los instrumentos de evaluación de cada área en la I.E.

1.15.8 Derechos de los padres de familia

Los padres de familia son los primeros y principales educadores de sus hijos, y tienen derecho a:

1. Recibir un apoyo por parte de la I.E. en la realización de su misión formativa como padres de familia.
2. Participar en las asambleas, reuniones o escuelas de padres o excusar con anterioridad cuando falte por causas justificables.
3. Elegir y ser elegidos como miembro de la Junta Directiva de la Asociación de Padres de Familia, Consejo de Padres, Comité de Convivencia Escolar, Comisiones de Evaluación y otras instancias de participación, acatando sus estatutos y reglamentos.
4. Recibir informes del rendimiento académico, comportamental y de los factores de convivencia de sus hijos al término de cada periodo académico o en cualquier momento del periodo, según horarios estipulados.
5. Conocer el Proyecto Educativo Institucional, Manual de Convivencia y Sistema Institucional de Evaluación.
6. Conocer y hacer uso de la reglamentación de la I.E., para interponer los recursos pertinentes en los procesos administrativos, disciplinarios, académicos y de convivencia de su hijo.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



7. Conservar el cupo de sus hijos o acudidos siempre y cuando cumplan con los requisitos para la realización de la matrícula en los días destinados por la I.E.
8. Ser respetados en su identidad o condición y no ser discriminados.
9. Solicitar respetuosamente orientación escolar y psicológica para sus hijos en los casos que lo requieran, respetando el protocolo establecido.

1.15.9 Derechos de los docentes y directivos docentes

Los Docentes y Directivos Docentes tienen derecho a:

1. Disfrutar de los beneficios legales atribuidos a su cargo, procurando acatar con diligencia y eficiencia las disposiciones pertinentes a las funciones asignadas, absteniéndose de cualquier acto de omisión o perturbación de su servicio.
2. Participar en procesos de formación docente y en programas de bienestar social, que cualifiquen su práctica y garanticen un clima laboral adecuado, con la responsabilidad de replicar los aprendizajes en pro del mejoramiento institucional.
3. Recibir la medalla “Luis Gabriel Castro” y la respectiva resolución como reconocimiento a su alto nivel de idoneidad en su labor docente y por la permanencia en la I.E. por más de 20 años.
4. Elegir y ser elegido para los organismos de participación en la I.E., con sujeción a sus estatutos y reglamentos.
5. Participar con voz activa o voz pasiva en las decisiones relacionadas con la I.E. según la pertinencia del argumento, en coherencia con las exigencias de su cargo.
6. Disfrutar de vacaciones, hacer uso de permisos (con justa necesidad personal) y licencias según las disposiciones vigentes, acatando los mecanismos y tiempos establecidos para su aprobación, procurando organizar previamente los tiempos y materiales de trabajo para los estudiantes.
7. Recibir y hacer buen uso de los implementos necesarios para el desempeño de su cargo de acuerdo a la disponibilidad de recursos.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



8. Compartir en un ambiente de cortesía y familia, procurando la reciprocidad, el respeto a las diferencias y la vivencia de valores por parte de estudiantes, padres de familia y demás miembros de la comunidad educativa.

9. Participar en las actividades que la institución programe en beneficio de la calidad educativa para alcanzar los objetivos propuestos.

10. Expresar su opinión, y proponer lo que crea conveniente para garantizar la mejora de su ejercicio profesional utilizando los canales y el conducto regular establecidos por la Institución, según el debido proceso.

11. Participar libre y espontáneamente en las actividades programadas por la asociación sindical a la que pertenece.

1. Recibir información oportuna y responder a las peticiones realizadas por particulares, autoridades y miembros de la comunidad educativa, sin incurrir en omisiones o retardos.

2. No ser interrumpido durante la jornada laboral por personas ajenas a la institución.

3. Ser informado de las quejas que de él se presenten ante la rectoría, coordinación, consejo directivo o la Secretaría de Educación Departamental.

4. Trabajar en condiciones dignas de comodidad e higiene.

5. Recibir la asignación académica respetando su perfil profesional.

6. Ser evaluado conforme a los parámetros establecidos por del Ministerio de Educación Nacional (Decreto 1278).

7. No ser discriminado por razones de raza, sexo, condición política o religiosa.

1.15.10 Procesos formativos y ruta de atención integral de la convivencia escolar

Lectura de Contexto Nuestra institución educativa está inmersa en una realidad cambiante, diversa y ambivalente que afecta, directa o indirectamente, a la comunidad que interactúa en su interior. Esta realidad cambiante se origina en diversos procesos dinámicos y complejos que reúnen algunas características que tipifican movimientos económicos, políticos y sociales y que casi de manera imperceptible entran a determinar comportamientos en el contexto social de la Institución.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El panorama familiar es amplio y complejo, enmarcado en las características propias del contexto social, estas dinámicas familiares, afectan de manera directa las interacciones sociales y rendimiento académico de los estudiantes, siendo el primer ente socializador, dan lugar a la escasez de interés, responsabilidad, patrones y comportamientos agresivos y hostiles, sumado con una endeble formulación del proyecto de vida, que se agravan con la falta de acompañamiento a los procesos formativos que desde la institución se desarrollan.

Pero este es solo en inicio de los factores de riesgo existente, que alteran la convivencia escolar en la institución educativa; por encontrarse en zona de frontera, la población en fluctuante, entre ir y venir convergen múltiples culturas, visiones de la educación y la vida, formas de afrontar y resolver los conflictos, y todo lo que esto puede implicar en una comunidad educativa.

La presencia de actores armados y grupos al margen de la ley, generan una conciencia colectiva de la trasgresión de la norma, sin consecuencias visibles y existencia en aumento y de fácil adquisición de sustancias psicoactivas, a las que los jóvenes acuden para encontrar sentido.

Todas estas circunstancias, permean y de alguna manera definen las relaciones entre los integrantes de la comunidad educativa; desde la percepción de los estudiantes, se definen buenas relaciones con la institución, padre de familia y docentes (aunque reconocen llamados de atención injustos y roces por el incumplimiento de los deberes escolares), mientras que su relación con pares (hermanos, otros familiares y compañeros) tienen una calificación más tensa.

Las manifestaciones de relaciones conflictivas entre compañeros son notables, identificando el hurto, las faltas de respeto, burlas, agresiones físicas y verbales e indisciplina como los factores que inciden negativamente; sin embargo, también es prometedor la intención que se presenta en participar y anhelar una mejor convivencia escolar.

Por su parte, el cuerpo docente identifica estas mismas faltas de convivencia escolar, que incluso se fomentan desde la presentación personal inapropiada (conflictos especialmente docente-estudiante), la falta de inteligencia emocional (tolerancia a la frustración, toma de decisiones y resolución pacífica de conflictos), responsabilidad en los procesos académicos y la no visibilización de acciones de compromiso de padres de familia que respalden los procesos formativos de la institución educativa.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.15.11 Ruta de atención integral a la convivencia escolar

A continuación se hace la descripción de como en la institución educativa se realiza la implementación de la Ruta de Atención Integral para la Convivencia Escolar, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y mitigación de la Violencia Escolar, fundamentados en las definiciones, principios y responsabilidades, establecidos en la ley 1620 y el decreto 1965 de 2013:

1.15.12 Componente de promoción y prevención

La Institución Educativa realiza la promoción de los derechos y sana convivencia escolar a través acciones, que fomenten la convivencia, ciudadanía y pluralidad, por medio de la puesta en marcha de los proyectos transversales (PESCC, Prae, Educación Vial, Escuela Saludable, Tiempo Libre, Democracia, etc.), la identificación y acompañamiento pedagógico de los niños, niñas y adolescente pertenecientes al programa de inclusión educativa, el programa institucional de promoción de valores y sana convivencia (llevado a cabo por la asignatura de ética y valores), institucionalización del programa de Félix y Susana, la gestión ante autoridades competentes para acompañamiento con toda la comunidad educativa, entre otras actividades que se realizan al interior de las aulas de clase.

También resalta el trabajo que se realiza de diversas áreas para el empoderamiento de todos los integrantes de la comunidad educativa de sus derechos, pero también el crear consciencia que todo derecho conlleva una responsabilidad, procurando el compromiso de los acompañantes de educar desde el ejemplo.

Para esto, la Escuela para Padres es un programa valioso, de tal forma que permita involucrar y formar a los entornos familiares (ya que en muchas ocasiones el cuidado está a cargo de familiares cercanos o terceros), fortaleciendo los vínculos afectivos, las relaciones, y con ellos disminuir y mitigar los factores de riesgo psicosociales que afectan la convivencia escolar.

1.15.13 Mecanismos de resolución de conflictos

La institución educativa colegio Luis Gabriel Castro realizara acciones y estrategias pedagógicas para promover y prevenir situaciones que afecten la convivencia escolar. Entre ellas mencionamos.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1. Titulatura: Espacio donde se establece una relación abierta y familiar entre el (la) maestro (a) bajo su orientación un grupo de estudiantes, en un clima de diálogo y colaboración que favorece el crecimiento de cada uno, se tratan temas formativos, que buscan generar las habilidades propicias para la toma de decisiones, solución de problemas, se asignan responsabilidades y se evalúan resultados.
2. Formación: Recursos pedagógicos creados antes de iniciar labores académicas, momentos de reflexión formativa.
3. Acompañamiento permanente: Presencia efectiva en el crecimiento del estudiante, en todos los espacios de la Institución, por parte de los Docentes y Directivos.
4. Escuela de Padres: Como espacio de formación a los entornos familiares para propiciar la resolución armónica de conflictos en el hogar.
5. Desarrollo de Proyectos Transversales, tales como cátedra de la paz y democracia y convivencia.
6. Desarrollo de actividades lúdicas, recreativas y deportivas, como estrategia del manejo de tiempo libre y promoción de hábitos de vida saludables, valores y disciplina.
7. Desarrollo de Proyectos de Orientación Escolar, para identificar y mitigar los factores de riesgo psicosociales.
8. Jornadas de capacitación a través de entidades tales como: defensa civil, cuerpo de bomberos, policía de infancia y adolescencia, entidades religiosas, salud pública etc.
9. Fomentar la solución de conflictos a través del dialogo y acuerdos de mediación.
10. La evaluación conjunta y periódica del comportamiento a nivel individual o colectivo, para apreciar procesos, detectar fallas y aplicar estímulos y correctivos.
11. El dialogo con los padres de familia o acudiente. Para conocerlos e informarle sobre cada proceso de formación de sus hijos.
12. Servicio de orientación estudiantil. Acompañamiento a los estudiantes a solicitud de los estudiantes, los maestros o padres de familia. En caso de considerarse necesario, se realiza la remisión a entidades para realizan intervención psicológica.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



1.15.14 Instancias de dialogo y conciliación

Para intentar solucionar las diferencias o tensiones entre los integrantes de la comunidad educativa, se requiere en cada caso de una actitud cordial y amable entre las partes utilizando cualquier técnica de solución de conflictos, siguiendo el siguiente conducto:

1. Docente titular del área.
2. Docente titular del grupo cuando no haya sido atendido y solucionado el reclamo por el docente de área.
3. Coordinador cuando no se haya atendido el reclamo, o las instancias anteriores no hubieran podido dar solución.
4. Orientador Escolar aplicando la figura de los acuerdos de mediación.
5. Si perdura la conflictividad, o no llegar a un acuerdo la rectoría o quien designe, convocará a las partes en conflicto para solucionar las diferencias.
6. De no llegar a acuerdo será remitido al caso al Comité de Convivencia Escolar.
7. Si las instancias institucionales se tornan insuficientes, se remite el caso a entidades externadas, tales como, el Comité Municipal de Convivencia.

Parágrafo 1. Los informes y/o reclamos deben hacerse siempre por escrito. Los estudiantes, padres de familia o el apoderado legalmente constituido podrán pedir una segunda opinión sobre la reclamación hecha si la respuesta dada no satisface su solicitud.

Parágrafo 2. La Orientación Escolar, puede actuar en cualquiera de las Instancias del proceso de conciliación como asesor.

Parágrafo 3. En todo el proceso, el estudiante tiene derecho de hacerse acompañar de su Padre, Madre, acudiente y/o apoderado en su ausencia el Personero Estudiantil lo puede acompañar.



SC-CER96940



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

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



1.15.15 Proceso formativo y alternativas de solución de conflictos

Cuando se presenten situaciones especiales y dificultades por el comportamiento de un miembro de la comunidad educativa, se tendrá en cuenta el proceso formativo, el ambiente social y familiar de la persona, sus necesidades y circunstancias particulares, desarrollando los siguientes pasos:

1. REFLEXIÓN PERSONAL Y/O GRUPAL: Llevando a la persona a tomar conciencia de su actuación, generando reconocimiento de su aporte dentro del conflicto.

2. ACTO DE PERDÓN: después de reconocer su aporte en el conflicto, se produce el acto de perdón propio y hacia el otro.

3. GENERACION DE ACUERDOS: estableciendo las necesidades e intereses de las partes involucradas se conciben acuerdos de solución equitativos, que incluye el compromiso de mejoría y evitar nuevamente la presencia de un conflicto.

4. EFECTOS: El acuerdo conciliatorio entre las partes, contendrá acciones que conlleven a un cambio de actitud y a prácticas de comportamiento adecuadas y se ratificará mediante acta de conciliación en la instancia utilizada y esta hará tránsito al caso solucionado. Existen métodos tradicionales de resolución de conflictos como la educación y formas alternativas de resolución de conflictos, entre las que se encuentran la negociación, la mediación, la conciliación y el arbitraje, a continuación se describen y según sea el caso se empleara la que más se considere pertinente.

- **Adjudicación:** Es un mecanismo tradicional de resolución de conflicto, donde se impone una solución de acuerdo a lo establecido en la normatividad vigente, en este caso, lo que abarca el presente manual de convivencia.

- **Negociación:** Es el proceso a través del cual los actores o partes involucradas llegan a un acuerdo. Se trata de un modo de resolución pacífica, manejado a través de la comunicación, que facilita el intercambio para satisfacer objetivos sin usar la violencia. La negociación es una habilidad que consiste en comunicarse bien, escuchar, entender, recibir feedback, buscando una solución que beneficie a todos. Las partes involucradas negocian fundamentadas en el respeto y la consideración; los intereses corresponden a lo que dificulta la negociación; lo que las partes reclaman y lo que se busca satisfacer son las necesidades, deseos o cuestiones materiales. Este es el mecanismo que se desea sea implantado a través de los diferentes medidas pedagógicas, como mecanismos de manejo adecuado de los conflictos.





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- **Mediación:** Consiste en un proceso en el que una persona imparcial, el mediador, coopera con los interesados para encontrar una solución al conflicto. Se trata de un sistema de negociación facilitada, mediante el cual las partes involucradas en un conflicto, preferiblemente asistidas por sus acudiente, intentan resolverlo, con la ayuda de un tercero imparcial (el mediador), quien actúa como conductor de la sesión ayudando a las personas que participan en la mediación a encontrar una solución que les sea satisfactoria. El mediador escucha a las partes involucradas para determinar los intereses y facilitar un camino que permita encontrar soluciones equitativas para los participantes en la controversia.
- **Conciliación:** Se trata de un proceso o conjunto de actividades a través del cual las personas o partes involucradas en un conflicto pueden resolverlo mediante un acuerdo satisfactorio. Adicional a las partes, interviene una persona imparcial denominada conciliador, que actúa con el consentimiento de las partes o por designación, para ayudar a los actores a llegar a un acuerdo que los beneficie.
- **Arbitramento:** Se trata de un proceso mediante el cual un tercero al conflicto, decide sobre el caso que se le presenta y las partes o actores aceptan la decisión. Estas instancias estarían constituidas por el Comite de Convivencias, Consejo Directivo o demás instancias externas.

1.16 CRONOGRAMA

FEBRERO	
ACTIVIDADES	FECHA
Primero periodo académico:	Del 1 de febrero de 2021 al 9 de abril de 2021.
Inicio de clases:	1 de febrero de 2021
Muerte de Luis Gabriel Castro:	7 de febrero de 2021
Batalla de Cúcuta:	28 de febrero de 2021
MARZO	
Día de la mujer:	marzo 8 de 2021
Día del hombre:	marzo 19 de 2021
Actividad global virtual (AGV):	del 19 al 23 de marzo de 2021
Día del agua:	marzo 29 de 2021
ABRIL	
Autoevaluación y coevaluación:	del 5 al 9 de abril de 2021
Natalicio del General Santander:	2 de abril de 2021



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Muerte del General Santander:	6 de abril de 2021
Terminación del primer periodo académico:	viernes 9 de abril de 2021
Revisión compromisos por equipo coordinador:	del 12 al 16 de abril de 2021
Cierre de plataforma primer periodo:	abril 18 de 2021 a las 11:59 p.m
Entrega virtual de boletines a padres de familia:	del 21 al 23 de abril de 2021
Segundo Período académico:	del 12 de abril de 2021 al 18 de junio de 2021
Día de la tierra:	abril 22 de 2021
Día del idioma:	abril 23 de 2021
Día de la secretaria:	abril 26 de 2021
MAYO	
Día del trabajador:	mayo 1 de 2021
Día del educador:	mayo 14 de 2021
JUNIO	
Día del medio ambiente:	junio 4 de 2021
Día del estudiante:	junio 8 de 2021
Actividad global virtual (AGV):	del 4 al 11 de junio de 2021
Día de la familia:	junio 15 de 2021
Autoevaluación y coevaluación:	del 15 al 18 de junio de 2021
Cierre de plataforma del segundo periodo:	junio 27 de 2021 a las 11:59 p.m
JULIO	
Terminación del segundo periodo académico:	viernes 10 de julio
Revisión compromisos por equipo coordinador	del 6 al 17 de julio de 2020
Entrega virtual de boletines a padres de familia:	del 12 al 14 de julio de 2021
Tercer periodo académico:	del 6 de julio de 2021 al 10 de septiembre de 2021
Grito de independencia:	20 de julio de 2021 (se celebra el miércoles 21)
AGOSTO	
Batalla de Boyacá:	7 de agosto de 2021
Natalicio Luis Gabriel Castro:	19 de agosto de 2021
Día de la juventud:	20 de agosto de 2021
Actividad global virtual (AGV):	del 30 de agosto al 3 de septiembre de 2021



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



SEPTIEMBRE	
Autoevaluación y coevaluación:	del 6 al 10 de septiembre de 2021
Terminación del tercer periodo académico:	viernes 10 de septiembre de 2021
Revisión compromisos por equipo coordinador:	del 13 al 17 de septiembre de 2021
Día del amor y la amistad:	septiembre 17 de 2021
Cierre de plataforma tercer periodo:	19 de septiembre de 2021 a las 11:59 p.m.
Entrega virtual de boletines a padres de familia:	del 22 al 24 de septiembre de 2021
Cuarto periodo académico:	del 13 de septiembre de 2021 al 26 de noviembre de 2021
Batalla de Juan Frío	23 de septiembre de 2021
OCTUBRE	
Día de la raza:	12 de octubre de 2021
Semana Gabrielista:	26 al 31 de octubre
Actividad global virtual (AGV):	del 25 al 29 de octubre de 2021
NOVIEMBRE	
Independencia de Cartagena:	11 de noviembre de 2021
Autoevaluación y coevaluación:	del 1 al 5 de noviembre de 2021
Terminación del cuarto periodo académico:	viernes 5 de noviembre de 2021
Cierre de plataforma tercer periodo:	noviembre 14 de 2021 a las 11:59 p.m.
Nivelaciones del cuarto periodo:	del 1 al 12 de noviembre de 2021
Nivelaciones finales:	del 16 al 24 de noviembre de 2021
Revisión compromisos por equipo coordinador:	del 8 al 26 de noviembre de 2021
DICIEMBRE	
Entrega virtual de boletines a padres de familia:	del 1 al 3 de diciembre de 2021
Clausuras:	del 29 de noviembre al 3 de diciembre de 2021
Semana de evaluación institucional:	del 29 de noviembre al 3 de diciembre de 2021

1.17 LEY DEL MENOR

Los niños y los adolescentes se entienden por interés superior del niño, niña y adolescente, el imperativo que obliga a todas las personas a garantizar la satisfacción integral y



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



simultánea de todos sus derechos humanos que son universales prevalentes e interdependientes.

Artículo 20. Derechos de protección. Los niños, las niñas y los adolescentes serán protegidos contra:

1. El abandono físico, emocional y psicoactivo de sus padres, representantes legales o de las personas, instituciones y autoridades que tienen la responsabilidad de su cuidado y atención.
2. La explotación económica por parte de sus padres, representantes legales, quienes vivan con ellos, o cualquier otra persona. Serán especialmente protegidos contra su utilización en la mendicidad.
3. El consumo de tabaco, sustancias psicoactivas, estupefacientes o alcohólicas y la utilización, el reclutamiento o la oferta de menores en actividades de promoción, producción, recolección, tráfico, distribución y comercialización.

Artículo 39. Obligaciones de la familia. La familia tendrá la obligación de promover la igualdad de derechos, el afecto, la solidaridad y el respeto recíproco entre todos sus integrantes. Cualquier forma de violencia en la familia se considera destructiva de su armonía y unidad y debe ser sancionada. Son obligaciones de la familia para garantizar los derechos de los niños, las niñas y los adolescentes:

1. Protegerles contra cualquier acto que amenace o vulnere su vida, su dignidad y su integridad personal.
2. Participar en los espacios democráticos de discusión, diseño, formulación y ejecución de políticas, planes, programas y proyectos de interés para la infancia, la adolescencia y la familia.

Artículo 44. Obligaciones complementarias de las instituciones educativas. Los directivos y docentes de los establecimientos académicos y la comunidad educativa en general pondrán en marcha mecanismos para:

1. Comprobar la inscripción del registro civil de nacimiento.
2. Establecer la detección oportuna y el apoyo y la orientación en casos de malnutrición, maltrato, abandono, abuso sexual, violencia intrafamiliar, y explotación económica y



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



laboral, las formas contemporáneas de servidumbre y esclavitud, incluidas las peores formas de trabajo infantil.

1.18 UNIFORMES

ASPECTOS	CARACTERÍSTICAS
CAMIBUSO DE DIARIO	Camibuso blanco de cuello sport extendido tipo chemise con vivos rojos y azules en cuello y manga, con el escudo del colegio. Preferiblemente dentro del pantalón o de la falda.
CAMIBUSO DE EDUCACIÓN FÍSICA	Buzo de color rojo, con el escudo de la Institución Educativa de cuello sport extendido tipo chemise de color negro con vivos blancos y rojos.
CAMISA DE GALA	Camisa blanca maNga larga con corbata azul.
FALDA	De lino azul oscuro con preses adelante y atrás, hasta la mitad de la rodilla, correa negra.
PANTALÓN DE DIARIO	Larga de azul oscuro. Preferiblemente bota recta, debe caer sobre los zapatos deportivos.
SUDADERA	Larga de color negro con franjas blancas y rojas. Preferiblemente bota recta, debe caer sobre los zapatos deportivos.
ZAPATOS Y MEDIAS	Zapatos tipo colegial de color negro; medias de color azul marino, de corte mediano limpios y de acuerdo al horario escolar.

1.19 INVENTARIO INFRAESTRUCTURA

- La institución educativa cuenta con una cancha multifuncional donde se adapta según el deporte que se vaya a practicar.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- Cuenta con un lugar al aire libre donde los estudiantes pueden realizar actividad física libremente o practicar calistenia.

1.20 SALÓN DE DEPORTES

- La Institución cuenta con dos cuartos donde se guardan los implementos de educación física como:

ELEMENTOS	CANTIDADES
BALONES DE FÚTBOL	25
BALONES DE FÚTBOL SALA	10
BALONES DE BALONCESTO	43
BALONES DE VOLEIBOL	30
BALONES DE VOLEIBOL PARA CAMPEONATO	22
CONOS DE 40 CMS	17
ULA ULA	30
COLCHONETAS	50
ARMARIO	8
PESETERO – ANTORCHA	1
COMPRESOR	2
BOMBA MANUAL	2
CASCOS DE BEISBOL	10
GUANTES DE BEISBOL	10
BATES DE BEISBOL	8
BANDAS ELÁSTICAS	8
PLATILLOS DE LANZAMIENTO	12
BALANZA DIGITAL	2
CUERDAS DE SALTO	30
CAMILLA	1
TESTIMONIOS	32

- Cuentan con un salón de deportes donde los estudiantes pueden jugar diferentes juegos de mesa como:



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



ELEMENTOS	CANTIDADES
AJEDREZ	6
PARQUES	6
LOTERIA	20
JENGA	10

1.21 HORARIOS

Mi horario correspondiente es en la jornada de la mañana, tengo asignados 5 grados y se ajusta de la siguiente manera:

	9A	11 A-B-C-D
LUNES	6 – 8 A.M	
MIÉRCOLES		8 – 10 A.M

1.22 MATRIZ DOFA

Dificultades

- Falta de Salones y espacio en el plantel educativo.
- Bajos recursos económicos.
- Definición de metas para implementar planes y proyectos, para apoyar el uso de las TIC.
- La red de internet de la institución es deficiente limitando los procesos pedagógicos en el aula de clase.

Oportunidades

- Ubicación estratégica para acceso a la educación a niños de escasos recursos.
- Colaboración administrativa eficiente.
- Presión ante la alcaldía para que incluya a la institución en el programa de conectividad.
- Implementar plan de mantenimiento preventivo y correctivo de los equipos y reponer faltantes.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Fortalezas

- Convenios con el Sena.
- Docentes titulados para sus asignaturas.
- Espacios deportivos.
- PAE Refrigerios.
- Se cuenta con una sala de informática dotada con 30 computadores.
- Se cuenta con un equipo que maneja eficientemente el uso de los computadores.

Amenazas

- Drogadicción.
- Mala influencia de los medios
- Comportamientos agresivos en el estudiantado.
- Carecemos de conectividad permanente a internet.
- Poca conciencia social y medio ambiental.
- Falta de seguimiento de los programas y proyectos.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO II

PROPUESTA PEDAGÓGICA



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.1 TÍTULO

PROPUESTA DIDÁCTICA CON ENFOQUE A LAS CAPACIDADES
CONDICIONALES EN ESTUDIANTES DE BÁSICA SECUNDARIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA LUIS GABRIEL CASTRO DE VILLA DEL ROSARIO.

2.2 INTRODUCCIÓN

A la hora de plantear un proceso de entrenamiento conducente a la obtención del éxito deportivo, dentro de los posibles factores de rendimiento encontramos las capacidades físicas como componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales de la máxima realización deportiva. Para mejorar el rendimiento físico, el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades motrices con el fin de lograr su más alto grado de desarrollo. En conjunto las capacidades motrices determinan la aptitud física de un individuo, termino también denominado condición física. Cuevas, (2001). Las condiciones físicas reflejan las posibilidades motoras del individuo, determinadas genéticamente y por la oscilación de las diferencias ontogénicas, las cuales, se manifiestan claramente en el entrenamiento de alto nivel. Leiva, (2010)

Según Manno, R. (1991): "las capacidades motoras son las condiciones motoras de tipo interno que permiten el funcionamiento de las posibilidades motoras", y complementa lo antes planteado al señalar que "éstas son un conjunto de predisposiciones o potencial motriz fundamental en el hombre, que hacen posible el desarrollo de las habilidades motoras aprendidas". Para Ruíz, A. (1987): "las capacidades físicas constituyen fundamentos para el aprendizaje y perfeccionamiento de las acciones motrices para la vida que se desarrollan sobre las bases de las condiciones morfo - funcionales que tiene el organismo, representan uno de los componentes esenciales para el desarrollo de las capacidades de rendimiento físico del individuo".

Hoy en día la actividad física es de suma importancia para las personas, sobre todo por el problema de sedentarismo y enfermedades que éste conlleva. Por lo tanto, el objetivo es desarrollar actividades enfocadas a las capacidades condicionales en estudiantes de básica secundaria de la institución educativa Luis Gabriel Castro.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Durante mi proceso en la institución Educativa Luis Gabriel Castro realizando mi práctica integral docente a través de la virtualidad, logre evidenciar por medio de la observación que los estudiante no realizan actividad física, ya que al desarrollar actividades en casa la población estudiantil presentaba deficiencias en sus capacidades como lo son: resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad.

Actualmente en la población estudiantil como en gran parte de la comunidad en general, se evidencia que no se tiene el hábito de realizar alguna actividad física, ya sea por la falta de tiempo, orientación, implementos o hasta el mismo espacio. Las actividades cotidianas fomentan que se olvide por completo que debemos hacer actividad física e incluso pausas activas que activen nuestro organismo, trayendo como consecuencia graves problemas para la salud y la calidad de vida; por otra parte, la actividad física y para el caso el ejercicio físico “dirigido” reduce el estrés laboral, el organismo está más activo entre otros beneficios.

Por lo tanto, nosotros cómo futuros licenciados debemos tener la capacidad de crear estrategias para desarrollar actividades con nuestro propio peso corporal e incentivar la actividad física.

2.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo elaborar una cartilla didáctica enfocada a enseñar y desarrollar las capacidades condicionales para estudiantes de básica secundaria de la Institución Educativa Luis Gabriel Castro?



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.5 JUSTIFICACIÓN

Las capacidades condicionales son adquiridas desde la niñez, son de gran importancia para la realización y ejecución de gestos deportivos en la vida diaria. Entre más amplio sea el aprendizaje de las capacidades condicionales, mayor será la seguridad para la ejecución de gestos deportivos.

La educación física está en la capacidad de permitir que el ser humano fortalezca las capacidades condicionales como lo son: fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad, entre edades desde los dieciséis y quince años. Si la condición física no está en un buen nivel pues no permite que el alumno tenga un proceso adecuado para la ejecución de ejercicios corporales. Es por esta situación, que los jóvenes buscan un mejoramiento en las capacidades físicas condicionales antes mencionadas.

Según la investigación realizada por Borjas Maritza (2018), denominada “Obesidad, hábitos alimenticios y actividad física en alumnos de educación secundaria” concluyeron que los jóvenes estudiantes de educación secundaria no cumplen con los requisitos mínimos de práctica deseables, por lo que sería conveniente seguir incidiendo desde los poderes públicos en este aspecto, con políticas enfocadas al aumento de la práctica deportiva. El sedentarismo se asocia claramente con la obesidad, y una gran parte de los encuestados opta por un estilo de vida muy poco activo en sus horas de ocio, motivo añadido suficiente para hacer el esfuerzo antes mencionado por parte de las instituciones. Sería deseable no solo disminuir las horas dedicadas a los videojuegos, la televisión o el ordenador, sino sustituirlas por formas de ocio en las que la actividad física tomase un papel preponderante.

El propósito de este proyecto es presentar una cartilla el cual contiene una variedad de ejercicios prácticos y sencillos, donde no se requiere tiempos prolongados ni la maquinaria como tampoco indumentaria complicada. Se encontraran ejercicios donde se podrán desarrollar con nuestro propio peso corporal, para así conseguir que los estudiantes se apropien de dichas capacidades.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.6 OBJETIVOS

2.6.1 Objetivos generales

Elaborar una cartilla didáctica donde se instruyan ejercicios a desarrollar sobre las capacidades condicionales para la población estudiantil de básica secundaria de la institución educativa Luis Gabriel Castro de villa del rosario.

2.6.2 Objetivos específicos

- Dar a conocer en que consiste las capacidades condicionales y planificar actividades para cada capacidad.
- Diseñar actividades que reflejen la utilización de materiales didácticos y nuestro propio peso corporal.
- Presentar una cartilla didáctica con ejercicios para mejorar la condición física del individuo.

2.7 POBLACIÓN

La población con la que se llevó a cabo este proyecto, son estudiantes de básica secundaria de la institución educativa Luis Gabriel Castro, con un promedio de 150 estudiantes y con edades entre los 14 a 18 años.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.8 MARCO TEÓRICO

2.8.1 Antecedentes

Para el (2017), Maquera Yanet y Bermejo Saúl, realizaron un estudio experimental titulado “Indicadores de capacidades físicas en estudiantes de educación secundaria desarrollados por el plan de fortalecimiento de la educación física y el deporte escolar puno 2016” el cual tuvo como propósito determinar los indicadores de las capacidades físicas (velocidad, agilidad, fuerza, resistencia y flexibilidad), en una población de 280 estudiantes (13 a 17 años de edad) de educación secundaria, los cuales fueron sometidos al primer nivel de intervención del Plan de Fortalecimiento de la Educación Física y el Deporte Escolar, en la institución educativa Glorioso San Carlos de la ciudad Puno. Donde los resultados mostraron que los indicadores de rendimiento en las diferentes capacidades físicas se elevan de manera progresiva y moderada, ubicando al 67.36% en la categoría media, en general. Por lo tanto llegaron a la conclusión que no es suficiente definir los resultados de los indicadores de capacidades físicas, sobre la base de la aplicación de un solo instrumento de medición; y que tampoco es adecuado, iniciar con la velocidad como base para desarrollar las demás capacidades físicas, sino a partir de la fuerza, diseñando planes de aprendizaje que le aporten al estudiante la cantidad apropiada de tiempo y de ejercicio físico, para obtener el máximo de rendimiento con el mínimo de riesgo, respectivamente.

En el (2017), Moreno Carlos, realizo un estudio cuyo objetivo es determinar el efecto de un programa de entrenamiento específico en el desarrollo de las capacidades físicas condicionales de estudiantes entre 11 y 13 años del colegio la aurora IED de la ciudad de Bogotá D.C, teniendo en cuenta algunas problemáticas que presento esta comunidad estudiantil, relacionadas al estado de salud y el estilo de vida de los adolescentes. Para tal fin realizaron una compararon de los resultados entre un grupo control que desarrolló las actividades habituales de la clase de educación física y un grupo de intervención que realizó 8 semanas de entrenamiento específico; en ese sentido el proceso para ambo grupos, se inició y finalizó con una valoración de la aptitud física con la aplicación de la denominada Batería EUROFIT, en donde mediante 8 pruebas evaluaron el desarrollo de las capacidades físicas condicionales de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.

El entrenamiento fue llevado a cabo durante la jornada académica (J.M.), con intensidad de una hora diaria, tres veces por semana y la participación de niños y niñas de 10 a 13 años de edad estudiantes del grado 6°. Los resultados arrojados por el análisis estadístico realizado a los datos de todas las variables, les permitió observar que el entrenamiento específico logro potencializar las capacidades físicas trabajadas, principalmente fuerza velocidad y



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



flexibilidad, pero teniendo en cuenta que si es necesario un mayor tiempo de intervención para su mejor desarrollo.

Por otra parte, para el (2015), Bravo Josue, desarrollo una investigación denominado “el nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la institución educativa secundaria industrial n° 32 de puno 2015” cuyo objetivo era determinar en los estudiantes de grado 1° su nivel de capacidad física. Para llevar a cabo esta investigación la muestra estuvo conformada por 135 estudiantes del primer grado, entre los cuales 59 estudiantes eran varones y 76 estudiantes eran mujeres; para el tratamiento estadístico utilizaron solo el análisis estadístico descriptivo (análisis porcentual, número de casos y gráficos). Para obtener los resultados realizaron la diferencia por capacidades entre estudiantes varones y mujeres para así tener una idea de la diferencia entre sus capacidades físicas según su sexo.

Por otro lado respondiendo a los objetivos específicos teniendo los resultados obtenidos de la capacidad de resistencia aeróbica, se les presento un mayor porcentaje en el nivel bueno, pero por otro lado, los resultados que obtuvieron de la capacidad de fuerza de resistencia, el mayor porcentaje se encuentra en el nivel bueno, en cambio los resultados obtenidos de la capacidad de velocidad máxima, presenta un mayor porcentaje en el nivel deficiente, por otro lado, los resultados arrojados de la capacidad de flexibilidad estática el mayor porcentaje se encuentra en el nivel bueno y finalmente los resultados obtenidos de las capacidades físicas condicionales mostro que el mayor porcentaje está en el nivel bueno. Llevándolos a la conclusión que el nivel de capacidades físicas condicionales en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria Industrial N° 32 de Puno en su totalidad es bueno, por lo tanto deducieron que los estudiantes presentan un grado igual o ligeramente superior al mínimo aceptable, puesto que es el nivel medio.

Por último en el (2017), Lozano Bryan y Valencia Oscar, llevaron a cabo un estudio titulado “estudio de las capacidades físicas condicionales y fundamentos técnicos del fútbol en niños de 13 a 16 años de la escuela de formación de fútbol del municipio de Nariño Cundinamarca”, su propósito se enfocó en la realización de un plan de entrenamiento de fútbol de 12 semanas, para el desarrollo de las capacidades físicas condicionales y de los fundamentos técnicos, orientado a los niños de 13 a 16 años de la escuela de formación de fútbol del municipio de Nariño-Cundinamarca. Dicho proyecto investigativo estuvo encaminado en una ruta metodológica la cual se rigió hacia un estudio descriptivo con un paradigma positivista, de tal forma su enfoque era netamente empírico analítico basado en un trabajo de campo, donde lograron recopilar la información por medio de los test físicos (Galton, velocidad de desplazamiento, salto de aproximación, sit and reach y legger), y pruebas técnicas (Control, conducción, dribbling, pase y remate), los cuales les fueron de mucha ayuda para tener un conocimiento claro acerca de las capacidades físicas



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



condicionales y de los fundamentos técnicos del fútbol que cada uno de los niños poseen. Y así mismo desarrollar un análisis de los resultados presentados por medio de los baremos establecidos (Ramos, S; 2007), para cada uno de las capacidades y de la formulación de baremos (Zatsiorky, 1989) para los fundamentos técnicos del fútbol; realizado por medio de la prueba t Student para muestras relacionadas, para establecer las diferencias estadísticamente significativas, la cual les arrojo aspectos positivos, ya que hubo significancia entre los test y pruebas realizadas, de esta manera lograron concluir que en el entrenamiento deportivo se obtienen nuevos conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que llevan a que los niños tengan un mejor rendimiento y capacidad deportiva.

2.8.2 Bases teóricas

En la condición física se encuentran las capacidades condicionales las cuales se deben potencializar en los jóvenes, así lo demuestran Sánchez et al. (2009) expresando que las capacidades condicionales se basan principalmente en los procesos energéticos que se acontecen durante el ejercicio.

La resistencia, la fuerza, la velocidad y la flexibilidad son capacidades condicionales que se trabajan en la clase de educación física, las cuales también deben ser comprendidas y valoradas en las poblaciones escolares. A continuación se hace referencia a cada una de ellas:

2.8.2.1 Fuerza

Según la fisiología esta capacidad se define como la “máxima tensión que puede desarrollar un musculo cuando el estado de reposo es excitado por un estímulo máximo” Mitolo, (1988) citado por Fucci y Benigni, (1988).

Bompa, (2000) lo define como la “capacidad neuromuscular de superar resistencia externas o internas gracias a la contracción muscular”.

La fuerza según Siff & Verkhoshansky, (2000) citados por Juarez, D. et al. (2008) Es la capacidad de un músculo o grupo de músculos determinados para generar una fuerza muscular bajo unas condiciones específicas, los niveles de fuerza están determinados por el volumen del músculo implicado a mayor volumen del músculo, mayor fuerza y por la etapa de crecimiento en que se encuentran los jóvenes esta cualidad no puede ser trabajada con cargas muy altas debido a las futuras consecuencias que conllevan este trabajo, como son las lesiones musculo tendinosas.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.8.2.2 Resistencia

Ozolin, (1970) define la resistencia como: “desde el punto de vista fisiológico, la resistencia se caracteriza como la capacidad de realizar un trabajo prolongado al nivel de intensidad requerido, como capacidad para luchar contra la fatiga”. Sin embargo, Mirella, (2001) da una percepción de lo que es la resistencia con una definición en donde la cataloga como “la capacidad del organismo para resistir la fatiga en esfuerzos de larga duración”.

La resistencia para Zintl, (1991) citado por Boullosa et al. (2010) Es la capacidad para resistir a la fatiga, es decir, tolerar y mantener una intensidad de trabajo determinado; esta cualidad es importante en la condición física de los escolares porque está presente en los métodos y en los medios de la preparación para lograr una buena condición física, además las actividades aeróbicas son un tratamiento en la mejora del estado anímico de los jóvenes mejorando su calidad de vida, así lo explican Palou et al. (2012), la infancia y la adolescencia son etapas cruciales de la vida y la mejora de la capacidad cardiorrespiratoria parece afectar positivamente el estado de depresión

2.8.2.3 Velocidad

“La velocidad en el deporte es la capacidad para obtener, basándose en los procesos cognitivos, en una fuerza de voluntad máxima y en la funcionalidad del sistema neuromuscular, las máximas velocidades de reacción y de movimiento posibles en determinadas condiciones”. Grosser, (1991).

Sobre la temática en el campo de entrenamiento, Dick enuncia que la velocidad “es la capacidad de movimiento de una extremidad o de parte del sistema de palancas del cuerpo, o de todo el cuerpo con la mayor velocidad posible. El valor máximo de tales movimientos será sin carga”.

La velocidad según Ramírez et al. (2009) Ha sido considerada en términos generales como la capacidad de recorrer un espacio o realizar un movimiento simple en el menor tiempo posible, dentro de las distintas actividades deportivas realizadas por los jóvenes no se puede dejar a un lado las ejecuciones motrices realizadas en el menor tiempo posible, que involucran a la velocidad como un medio de mejoramiento en el rendimiento físico.

García et al. (1998) plantean la clasificación de la velocidad en dos (2) manifestaciones: movimientos aislados (rapidez) que comprende el tiempo de reacción (simple y



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



discriminativo) y el tiempo de movimiento; y por otro lado los movimientos continuados que entienden la velocidad de movimientos cíclicos y a cíclicos.

2.8.2.4 Flexibilidad

La flexibilidad según Muñoz, (2003) es la amplitud de movimiento que el alumno es capaz de hacer con sus articulaciones, complementario a esto se indica que los ejercicios de flexibilidad han sido aceptados con el fin de preparar al atleta físicamente y mentalmente para el rendimiento Carvalho et al. (2009). Así la flexibilidad a nivel muscular y articular es específica de cada articulación dependiendo de la expresión motriz solicitada, Benavent et al. (2008) lo reafirman; una persona no puede considerarse flexible sobre la base de la aplicación de una prueba que mide sólo una articulación, lo útil es tener en cuenta la suma de la flexibilidad de todas las articulaciones.

Por otra parte Martínez & López, (2003), afirmaron que la flexibilidad es la capacidad física para llevar a cabo movimientos de amplitud de las articulaciones, así como la elasticidad de fibras musculares.

2.8.3 Bases legales

2.8.3.1 Constitución política de Colombia de 1991

El artículo 44: Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Serán protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, secuestro, venta, abuso sexual, explotación laboral o económica y trabajos riesgosos. Gozarán también de los demás derechos consagrados en la Constitución, en las leyes y en los tratados internacionales ratificados por Colombia.

El artículo 52: Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas, cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.8.3.2 Ley 181 de 1995

Artículo 3: Se integra la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.

Artículo 4: El deporte es un derecho social, “el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituye gasto público, social”.

Artículo 46: El Sistema Nacional del Deporte es el conjunto de organismos, articulados entre sí para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.

Artículo 47: El Sistema Nacional del Deporte tiene como objetivo generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación fomento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, como contribución al desarrollo integral del individuo y a la creación de una cultura física para el mejoramiento de la calidad de vida de los colombianos.

Artículo 49: El Sistema Nacional del Deporte desarrolla su objeto a través de actividades del deporte formativo, el deporte social comunitario, el deporte universitario, el deporte competitivo, el deporte de alto rendimiento, el deporte aficionado, el deporte profesional, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, mediante las entidades públicas y privadas que hacen parte del Sistema.

Artículo 50: Hacen parte del Sistema Nacional del Deporte, el Ministerio de Educación Nacional, el Instituto Colombiano del Deporte Coldeportes, los entes departamentales, municipales y distritales que ejerzan las funciones de fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, los organismos privados, las entidades mixtas, así como todas aquellas entidades públicas y privadas de otros sectores sociales y económicos en los aspectos que se relacionen directamente con estas actividades.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO III

INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3.2 INTRODUCCIÓN

La actividad física ha venido evidenciándose como uno de los componentes de la vida diaria que ocupa mayor tiempo en el desarrollo cotidiano de un gran número de personas, es considerado un fenómeno sociológico de los más relevantes en la actualidad y se refiere al aumento del interés por el ejercicio físico y el deporte.

Dentro de los contenidos del entrenamiento con adolescentes constan las capacidades condicionales que son la plataforma en el proceso de formación física y deportiva. Para Valdez, (1986,12) las capacidades son condiciones necesarias para crear acciones motrices las mismas que se desarrollan y perfeccionan con los procesos de instrucción y entrenamiento.

Por lo tanto a continuación se mostrara una cartilla didáctica que contendrá una serie de ejercicios enfocados en las capacidades condicionales para el desarrollo de la actividad física en casa con la utilización de nuestro propio peso corporal.

3.3 PROPÓSITO

La cartilla didáctica se pretende realizar y desarrollar para estudiantes de básica secundaria de la Institución Educativa Luis Gabriel Castro, con edades entre los 14 a 18 años. Las actividades presentadas en esta cartilla se pueden realizar en casa sin la utilización de maquinaria solo con nuestro peso corporal e implementos que encontremos en el hogar.

Las estrategias encontradas de esta cartilla están enfocadas en el área de Educación Física.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



3.4 ESTRATEGIAS

 <div style="text-align: center;"> <p>Universidad de Pamplona</p> <p>Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes</p> </div>	
Título	Capacidades Condicionales
Tiempo de implementación	40 minutos
Grado	Noveno y once
Objetivo	Conocer y entender las capacidades físicas básicas: resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.
Justificación	Dar a conocer los términos y conceptos de cada habilidad, lo importante que es cada una de ellas.
Descripción teórica de la actividad	<p style="text-align: center;">¿QUÉ SON LAS CAPACIDADES CONDICIONALES?</p> <p>Son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva, por ello para mejorar el rendimiento físico el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades.</p> <p>Las capacidades condicionales se clasifican en: Resistencia, Fuerza, Velocidad y Flexibilidad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resistencia: Es la cualidad física que nos permite soportar y aguantar un esfuerzo durante el mayor tiempo posible. Existen básicamente dos tipos de resistencia: Aeróbica u orgánica y Anaeróbica o muscular.



SC-CER96940



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

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



- **Fuerza:** Capacidad neuromuscular de superar una resistencia externa o interna gracias a la contracción muscular, de forma estática (fuerza isométrica) o dinámica (fuerza isotónica).

El desarrollo de la fuerza también se puede lograr a través de ejercicios con:

El propio peso corporal.

Parejas.

Balones medicinales.

Aparatos o implementos gimnásticos.



- **Velocidad:** Es la habilidad, sobre la base de la acción del sistema nervioso, de los músculos, y de la rapidez para realizar el movimiento. Desde el punto de vista deportivo se distinguen tres clases de velocidad: Velocidad de reacción; Velocidad de contracción muscular; Velocidad de desplazamiento.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



- **Flexibilidad:** Capacidad física condicional que nos permite realizar movimientos con la máxima amplitud y extensiones posibles en una o varias articulaciones de nuestro cuerpo.



Evaluación

Formativa



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Universidad de Pamplona

Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes

Título	Capacidades Condicionales - Resistencia
Tiempo implementación	de 45 minutos
Grado	Noveno y once
Objetivo	Desarrollar una serie de ejercicios integrados enfocados únicamente en la resistencia con el propósito de conocerlas y que nos sirva de guía para mejorar nuestra capacidad.
Justificación	Dar a conocer los términos y conceptos de cada habilidad, lo importante que es cada una de ellas.
Descripción teórica de la actividad	<p style="text-align: center;">Parte Inicial Calentamiento</p> <p>Jumping Jacks: Coloquemos nuestra espalda erguida, con los pies juntos y los brazos a los lados, doblando las rodillas. Posteriormente, realizaremos un pequeño salto y mientras estamos en el aire, llevaremos las piernas más allá de la altura de los hombros. Realiza 1 serie de 20 repeticiones.</p> <p>Elevación de rodillas: En un movimiento explosivo, cambie la posición de sus piernas, extienda la pierna derecha y doble la pierna izquierda mientras cambia la posición de sus brazos. Vaya alternando el pie que se coloca en el suelo durante el tiempo requerido. Realiza 1 serie de 20 repeticiones.</p> <p style="text-align: center;">Parte Central Ejercicios para Resistencia</p> <p>Sentadillas con Salto: Ponte de pie con los pies juntos, flexiona las rodillas, salta y separa los pies en pleno salto. Déjate caer con los pies separados a una distancia mayor que los hombros, bajando hasta quedar en posición de sentadilla.</p>



SC-CER96940



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

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

	<p>En sentadilla, vuelve a saltar y aterrizas en la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Burpee: La posición inicial es en posición vertical con los pies a la altura de los hombros, a continuación haremos una sentadilla hasta tocar el suelo con las manos y sin despegarlas impulsamos ambas piernas a la vez hasta quedarnos en la posición para realizar una flexión de codo e impulsamos nuevamente ambas piernas acercando las rodillas al pecho. Luego realizar un salto y acaba en la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Desplazamiento lateral: utilice dos potes de agua y ubíquelos a una distancia de 1 metro, seguidamente párese en una posición de semi-sentadilla con los pies separados a la altura de la cadera. Desplácese lateralmente hacia un lado y luego rápidamente en la dirección contraria. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Climber o escalador: Manteniendo firme la postura de brazos y columna, llevar de forma alternada el apoyo de cada pie, simulando una “caminata escalada”. Luego vuelve a la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p style="text-align: center;">Parte Final Estiramiento</p>
<p>Descripción grafica</p>	<p style="text-align: center;">Parte Inicial</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="519 1365 836 1690"> <p style="text-align: center;">Jumping Jacks</p> </div> <div data-bbox="1104 1365 1437 1690"> <p style="text-align: center;">Elevación de rodillas</p> </div> </div>

Parte Central

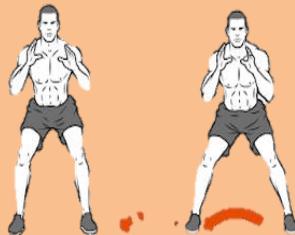
Sentadillas con Salto



Burpee



Desplazamiento lateral



Climber o escalador



Parte Final



Evaluación

Formativa



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Universidad de Pamplona
Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en
Educación Física Recreación y Deportes

Título	Capacidades Condicionales - Fuerza
Tiempo implementación	de 45 minutos
Grado	Noveno y once
Objetivo	Desarrollar una serie de ejercicios integrados enfocados únicamente en la fuerza con el propósito de conocerlas y que nos sirva de guía para mejorar nuestra capacidad.
Justificación	Dar a conocer los términos y conceptos de cada habilidad, lo importante que es cada una de ellas.
Descripción teórica de la actividad	<p align="center">Parte Inicial Calentamiento</p> <p>Trote en el puesto: se realiza un trote sin ningún desplazamiento. Alternando los brazos con las piernas. Realiza 1 serie de 20 repeticiones.</p> <p>Elevación de brazo frontal: Se trata de elevar primero un brazo y mientras lo bajas elevas el otro formando una línea recta con el cuerpo. Hay que hacerlo de forma controlada y sin movimiento bruscos. Realiza 1 serie de 15 repeticiones.</p> <p align="center">Parte Central Ejercicios para Fuerza</p> <p>Zancadas: Ponte de pie con la columna recta separa los pies a la anchura de la cadera, da un paso largo, llevando una pierna adelante. Dobla la rodilla lo más que puedas hasta alcanzar un ángulo 90 grados. Baja la rodilla trasera cerca del suelo, pero sin tocarlo. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p>



SC-CER96940



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

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



	<p>Zancadas laterales: separe los pies dejando bastante espacio entre ellos. Mantenga las manos al frente, flexione la rodilla derecha e incline el cuerpo hacia ese lado, suba al centro y regrese a la posición inicial. Repita hacia el otro lado. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Plancha lateral: Colócate de lado, junta los pies y pon un antebrazo justo debajo de tu hombro, contrae el core y levanta las caderas. Hazlo hasta que tu cuerpo quede en línea recta. Realiza 2 series por 30 segundos y descansa 30 segundos.</p> <p>Fondo de tríceps con silla: envía los brazos hacia atrás, mantenlos rectos y apoya las manos sobre el borde de las sillas. Apoya las piernas estirándolas completamente, el torso te quedará en el aire. Baja el cuerpo, ayudándote con tus brazos, es decir, doblando los codos hacia atrás y regresa a la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p style="text-align: center;">Parte Final Estiramiento</p>
<p>Descripción grafica</p>	<p style="text-align: center;">Parte Inicial</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Trote en el puesto</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Elevación de brazo frontal</p>  </div> </div> <p style="text-align: center;">Parte Central</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Zancadas</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Zancadas laterales</p>  </div> </div>



	<p>Plancha lateral</p> <p>Fondo de tríceps con silla</p> <p>Parte Final</p>
Evaluación	Formativa



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Universidad de Pamplona
Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en
Educación Física Recreación y Deportes

Título	Capacidades Condicionales - Velocidad
Tiempo implementación	de 45 minutos
Grado	Noveno y once
Objetivo	Desarrollar una serie de ejercicios integrados enfocados únicamente en la velocidad con el propósito de conocerlas y que nos sirva de guía para mejorar nuestra capacidad.
Justificación	Dar a conocer los términos y conceptos de cada habilidad, lo importante que es cada una de ellas.
Descripción teórica de la actividad	<p align="center">Parte Inicial Calentamiento</p> <p>Rotación de cintura: Pon las manos en tu cadera y rotarás tu cadera hacia la derecha y luego hacia la izquierda, tratando de formar un círculo. Realiza 1 serie de 15 repeticiones por cada lado.</p> <p>Talones atrás: Párese de pie con los pies separados a la altura de los hombros y mirando hacia adelante comience a patear sus pies hacia arriba, hasta que los talones toquen los glúteos. Realiza 1 serie de 15 repeticiones.</p> <p align="center">Parte Central Ejercicios para Velocidad</p> <p>Salto con sogas: tome cada agarradera y deje que la sogas cuelgue detrás suyo, impulse la sogas hacia arriba y por encima de su cabeza. Cuando esté por llegar a los pies, salte ligeramente para permitir que la sogas pase debajo de los pies. Realiza 2 series de 20 repeticiones y descansa 30 segundos.</p>



SC-CER96940



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

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

	<p>Sentadillas: De pie, piernas separadas al ancho de las caderas. Tomar aire y descender lo más profundo que pueda. Subir a medida que va expulsando el aire. Procurar mantener tronco recto y rodillas alineadas con los pies. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Salto con rodillas al pecho: consiste en saltar elevando ambas rodillas al pecho, lo más alto posible, para ello, lo ideal es comenzar y culminar el salto con las rodillas flexionadas, de manera de amortiguar el impacto cuando volvemos a caer con ambos pies en el suelo. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Salto a un pie: párese con los pies al ancho de los hombros, realice saltos con una pierna, la otra pierna la utiliza como un impulso para realizar el salto llevándola arriba. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p style="text-align: center;">Parte Final Estiramiento</p>
<p>Descripción grafica</p>	<p style="text-align: center;">Parte Inicial</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Rotación de cintura</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Talones atrás</p>  </div> </div> <p style="text-align: center;">Parte Central</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Salto con cuerda</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>Sentadillas</p> </div> </div>

	<p>Salto con rodillas al pecho</p> <p>Saltos a un pie</p> <p>Parte Final</p>
Evaluación	Formativa



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Universidad de Pamplona
Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en
Educación Física Recreación y Deportes

Título	Capacidades Condicionales - Flexibilidad
Tiempo implementación	de 45 minutos
Grado	Noveno y once
Objetivo	Desarrollar una serie de ejercicios integrados enfocados únicamente en la flexibilidad con el propósito de conocerlas y que nos sirva de guía para mejorar nuestra capacidad.
Justificación	Dar a conocer los términos y conceptos de cada habilidad, lo importante que es cada una de ellas.
Descripción teórica de la actividad	<p align="center">Parte Inicial Calentamiento</p> <p>Jumping Jacks: Coloquemos nuestra espalda erguida, con los pies juntos y los brazos a los lados, doblando las rodillas. Posteriormente, realizaremos un pequeño salto y mientras estamos en el aire, llevaremos las piernas más allá de la altura de los hombros. Realiza 1 serie de 20 repeticiones.</p> <p>Trote en el puesto: se realiza un trote sin ningún desplazamiento. Alternando los brazos con las piernas. Realiza 1 serie de 20 repeticiones.</p> <p align="center">Parte Central Ejercicios para flexibilidad</p> <p>Puente: en cubito dorsal con las rodillas flexionadas, los pies planos y separados a la altura de las caderas. Contraiga los glúteos y levante la pelvis para quedar en posición de puente, luego baje la pelvis sin tocar el suelo con los glúteos. Realiza 2 series de 20 repeticiones y descansa 30 segundos.</p>

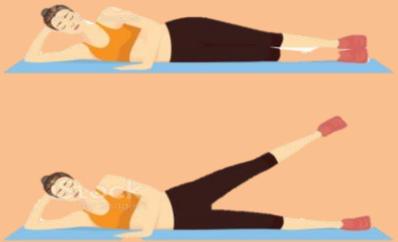


SC-CER96940



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

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

	<p>Elevación de pierna lateral: Acuéstese de costado. El brazo que se encuentra más cerca del suelo debe estar extendido sobre la cabeza, mientras que el otro brazo debe estar apoyada en el suelo. Las piernas deben estar extendidas y una sobre la otra. Levante la pierna de arriba tan alto como pueda, luego regrese a la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Peso muerto piernas rígidas: Mantén una posición erguida y separa los pies a la anchura de los hombros. Flexionando ligeramente las rodillas, coge una barra con las dos manos en pronación de manera que las manos queden un poco más separadas que la distancia entre los hombros. Saca pecho, mantén la espalda recta, y envía la cadera hacia atrás al bajar la barra justo por debajo de las rodillas. Luego vuelve a la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p style="text-align: center;">Parte Final Estiramiento</p>
<p>Descripción grafica</p>	<p style="text-align: center;">Parte Inicial</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Jumping Jacks</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Trote en el puesto</p>  </div> </div> <p style="text-align: center;">Parte Central</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Puente</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Elevación de pierna lateral</p>  </div> </div>



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



	<p>Peso muerto piernas rígidas</p>  <p>Parte Final</p> 
Evaluación	Formativa



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Universidad de Pamplona

Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes

Título	Capacidades Condicionales – Resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad.
Tiempo de implementación	45 minutos
Grado	Noveno y once
Objetivo	Desarrollar una serie de ejercicios integrados enfocados en todas las capacidades con el propósito de conocerlas y que nos sirva de guía para mejorar nuestra condición física.
Justificación	Dar a conocer los términos y conceptos de cada habilidad, lo importante que es cada una de ellas.
Descripción teórica de la actividad	<p>Parte Inicial Calentamiento</p> <p>Elevación de rodillas: En un movimiento explosivo, cambie la posición de sus piernas, extienda la pierna derecha y doble la pierna izquierda mientras cambia la posición de sus brazos. Vaya alternando el pie que se coloca en el suelo durante el tiempo requerido. Realiza 1 serie de 20 repeticiones.</p> <p>Elevación de brazo frontal: Se trata de elevar primero un brazo y mientras lo bajas elevas el otro formando una línea recta con el cuerpo. Hay que hacerlo de forma controlada y sin movimiento bruscos. Realiza 1 serie de 15 repeticiones.</p> <p style="text-align: center;">Parte Central Ejercicios para todas las capacidades</p> <p>Skipping: Comenzamos con una postura fija, en puntas de pie. Iniciamos el movimiento, arrancando con el balanceo de nuestros brazos. Realiza 2 series de 30 segundos y descansa 30 segundos.</p>

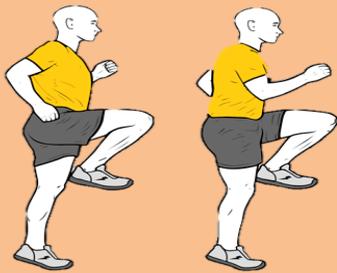
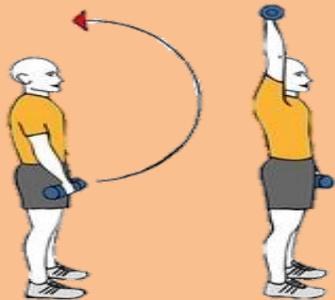


SC-CER96940



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

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

	<p>Plancha: Coloca tus palmas en el suelo; las muñecas van alineadas a los codos, formando una línea recta. Ponte en posición de tabla (como si fueras a realizar una flexión), conecta los dedos de los pies con el piso, aprieta los glúteos y alinea tu cabeza con la espalda. Aprieta fuertemente el abdomen y respira con tranquilidad. Realiza 2 series de 30 segundos y descansa 30 segundos.</p> <p>Saltos laterales: Doble las rodillas y mueva sus glúteos hacia atrás, en un movimiento rápido, realice un salto lateral hacia el lado derecho. Absorbiendo el impacto, aterrice de forma segura con los pies separados al ancho de los hombros. Repita el movimiento hacia el lado izquierdo. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Sentadillas sumo: Párese con los pies separados a la altura de los hombros y los dedos de los pies ligeramente hacia fuera. Empuje las caderas hacia atrás y realice la sentadilla con el pecho levantado y las rodillas hacia fuera. Luego regrese a la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p style="text-align: right;">Parte Final Estiramiento</p>
<p>Descripción grafica</p>	<p style="text-align: center;">Parte Inicial</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Elevación de rodilla</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Elevación de brazo frontal</p>  </div> </div> <p style="text-align: center;">Parte Central</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Skipping</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Plancha</p>  </div> </div>

<p>Evaluación</p>	
	<p>Saltos laterales</p> <p>Sentadillas sumo</p>
	<p>Parte Final</p> <p>Formativa</p>



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Universidad de Pamplona

Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes

Título	Capacidades Condicionales - Resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad.
Tiempo implementación	de 45 minutos
Grado	Noveno y once
Objetivo	Desarrollar una serie de ejercicios integrados enfocados en todas las capacidades con el propósito de conocerlas y que nos sirva de guía para mejorar nuestra capacidad.
Justificación	Dar a conocer los términos y conceptos de cada habilidad, lo importante que es cada una de ellas.
Descripción teórica de la actividad	<p style="text-align: center;">Parte Inicial Calentamiento</p> <p>Rotación de cintura: Pon las manos en tu cadera y rotarás tu cadera hacia la derecha y luego hacia la izquierda, tratando de formar un círculo. Realiza 1 serie de 15 repeticiones por cada lado.</p> <p>Talones atrás: Párese de pie con los pies separados a la altura de los hombros y mirando hacia adelante comience a patear sus pies hacia arriba, hasta que los talones toquen los glúteos. Realiza 1 serie de 15 repeticiones.</p> <p style="text-align: center;">Parte Central Ejercicios para todas las capacidades</p> <p>Flexión de codos: En cubito Abdominal, separar los brazos al ancho de los hombros. Descender y subir manteniendo el tronco lo más recto posible. Procurar mantener el abdomen firme durante todo el recorrido. Realiza 2 series de 15</p>

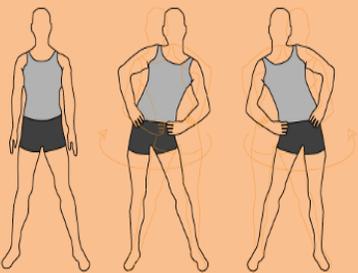


SC-CER96940



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

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

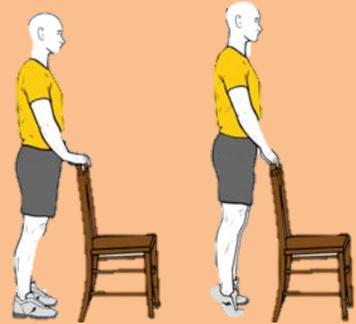
	<p>repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Press de Hombro: De pie. Procurar mantener el tronco recto. Sujeta un implemento en cada mano (puede ser una botella con agua o arena). Elevar las manos por encima de la cabeza y volver a la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Abdominales bicicleta: sin apoyar los pies en el suelo. Llevar en forma alternada pies hacia delante, extendiendo completamente cada rodilla. No se debe tocar el suelo. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Elevación de talón: De pie mantener la espalda recta y brazos cerca del cuerpo. Elevar los talones, mantener 2 segundos y volver a la posición inicial. Recuerda sostenerte de algún elemento para mantener el equilibrio. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p style="text-align: center;">Parte Final Estiramiento</p>
<p>Descripción grafica</p>	<p style="text-align: center;">Parte Inicial</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Rotación de cintura</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Talones atrás</p>  </div> </div> <p style="text-align: center;">Parte Central</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Flexión de codo</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>Press de hombro</p> </div> </div>



Abdominales bicicleta



Elevación de talones



Parte Final



Evaluación

Formativa



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Universidad de Pamplona

Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Educación Física Recreación y Deportes

Título	Capacidades Condicionales - Resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad.
Tiempo implementación	de 45 minutos
Grado	Noveno y once
Objetivo	Desarrollar una serie de ejercicios integrados enfocados en todas las capacidades con el propósito de conocerlas y que nos sirva de guía para mejorar nuestra capacidad.
Justificación	Dar a conocer los términos y conceptos de cada habilidad, lo importante que es cada una de ellas.
Descripción teórica de la actividad	<p style="text-align: center;">Parte Inicial Calentamiento</p> <p>Jumping Jacks: Coloquemos nuestra espalda erguida, con los pies juntos y los brazos a los lados, doblando las rodillas. Posteriormente, realizaremos un pequeño salto y mientras estamos en el aire, llevaremos las piernas más allá de la altura de los hombros. Realiza 1 serie de 20 repeticiones.</p> <p>Trote en el puesto: se realiza un trote sin ningún desplazamiento. Alternando los brazos con las piernas. Realiza 1 serie de 20 repeticiones.</p> <p style="text-align: center;">Parte Central Ejercicios para todas las capacidades</p> <p>Plank-Jacks: comienza en una plancha alta con los pies separados más ancho de los hombros. Salta con los pies juntos y luego vuelve a la posición inicial. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p>



SC-CER96940



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

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

	<p>Toque de pies laterales: coloca una mancuerna o un objeto pequeño que te sirva como guía frente a los pies. Comienza con el pie derecho encima, manteniendo el peso en el pie izquierdo. Cambia rápidamente de pie para que el izquierdo esté sobre la mancuerna. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Sentadillas con salto 180°: comienza en cuclillas con los glúteos hacia atrás, los muslos paralelos al suelo, la espalda plana y los brazos doblados con los puños hacia arriba a la altura de la barbilla. Extiende los brazos y las piernas para saltar del suelo mientras giras 180 grados y aterrizas en una posición en cuclillas mirando en la dirección opuesta. Realiza 2 series de 15 repeticiones y descansa 30 segundos.</p> <p>Plancha con rodilla al pecho: empieza en posición de plancha con las manos por debajo de los hombros. Empuja hacia abajo con las manos para levantar las caderas hacia arriba y hacia atrás mientras doblas la pierna izquierda y tiras de la rodilla izquierda hacia el pecho. Invierte el movimiento para volver a la posición de plancha, luego repite con la otra pierna.</p> <p style="text-align: right;">Parte Final Estiramiento</p>
<p>Descripción grafica</p>	<p style="text-align: center;">Parte Inicial</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Jumping Jacks</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>Trote en el puesto</p>  </div> </div> <p style="text-align: center;">Parte Central</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>Plank-Jacks</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>Toque de pies laterales</p> </div> </div>



Sentadillas con salto 180°



Plancha con rodilla al pecho



Parte Final



Evaluación

Formativa



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CAPITULO IV

ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



CONCLUSIONES

Desde un punto de vista profesional, mi práctica docente en general y mi papel como docente de educación física, desde el punto de vista del desempeño profesional, esta práctica en general fue muy agradable y muy enriquecedora. Ser capaz de aplicar los conocimientos adquiridos y trabajar en una variedad de campos, porque se puede desarrollar un programa que tenga impacto en el deporte, que a su vez aportará un granito de arena al gran trabajo que significa ser docente.

Todas estas experiencias han creado una base importante para que pueda asumir el rol de egresado de la Universidad de Pamplona como Licenciada de Educación Física recreación y deportes con gran profesionalidad, haciéndome creer así que debo continuar mis preparativos creando estrategias, con el fin de convertirme en un profesional y poder seguir contribuyendo al desarrollo de la educación en Colombia. Como hemos visto en todo el trabajo realizado, contar con una buena condición física es importante no solo porque puede favorecer el desarrollo de la misma, sino también porque los jóvenes la utilizan para expresar y comunicar sus emociones y adquirir conocimientos sobre el ciclo, porque el ejercicio es el factor decisivo de aprendizaje, porque se considera un factor motivador que puede empujar a los jóvenes a actuar, y jugar un papel importante en la vida diaria.

Pero en mi experiencia, el trabajo profesional como docente es muy importante, lo que me da una forma de pensar completamente diferente sobre la aplicación de la tecnología en mi trabajo para desarrollar la actividad física.



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



BIBLIOGRAFÍA

Mercado, R. H. A. & Avella, R. E. (2015). COMPOSICIÓN CORPORAL, DERMATOGLIFIA Y CAPACIDADES CONDICIONALES EN EL FÚTBOL FEMENINO.

Tolano, F. E. J., Dórame, C. Z. E., Preciado, F. M. D. R., Toledo, D. I. D. J., Serna, G. A. & Gavotto, N. O. I. (2015). EFECTO DE UN PROGRAMA DE INICIACIÓN DEPORTIVA ESCOLAR EN LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES.

Jiménez, G. L. E., Díaz, M. J. M., Díaz, H. & González, Y. (2013). VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES EN ESCOLARES DE BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA DEL COLEGIO DISTRITAL GERARDO PAREDES DE LA LOCALIDAD DE SUBA.

Morales, D. S., Ortiz, T. J. J., Suarez, P. A. F., & Tarazona, R. J. S. (2015). CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS JUGADORES DE FÚTBOL ASCUN.

Maquera, M. Y. A. & Bermejo, P. S. (2017). INDICADORES DE CAPACIDADES FÍSICAS EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DESARROLLADOS POR EL PLAN DE FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE ESCOLAR PUNO 2016.

Moreno, P. C. A. (2017) EFECTOS DE UN PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO ESPECÍFICO EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES DE ESTUDIANTES ENTRE 11 Y 13 AÑOS DEL COLEGIO LA AURORA IED DE LA CIUDAD DE BOGOTÁ D.C.

Bravo, A. J. S. (2015). EL NIVEL DE CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES EN ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADODE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA INDUSTRIAL N° 32 DE PUNO 2015.

Lozano, B. B. S. & Valencia, C. O. D. (2017). ESTUDIO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES Y FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FUTBOL EN NIÑOS DE 13 A 16 AÑOS DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE FÚTBOL DEL MUNICIPIO DE NARIÑO CUNDINAMARCA



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



Borjas, S. M. A., Vásquez, P. R. M., Campoverde, P. P D. R., Arias, C. K. P., Loaiza, D. L. E. & Chávez, C.E. (2018). OBESIDAD, HÁBITOS ALIMENTICIOS Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ALUMNOS DE EDUCACIÓN SECUNDARIA.

WEBGRAFIAS

Constitución Política de Colombia

<https://www.corteconstitucional.gov.co/inicio/Constitucion%20politica%20de%20Colombia.pdf>

Ley 181 de 1995

https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf

Estrategia 1

<http://www.federicosierra.edu.co/images/virtualesecundaria2021/EDUFISICA-7-P1-S3Y4.pdf>

<https://www.actiweb.es/lefhumbertopreparatoria/archivo4.pdf>

Estrategia 2

<file:///C:/Users/angie/Documents/Downloads/guia-actividad-fisica-casa-1.pdf>

<https://www.msn.com/es-mx/salud/ejercicio/fuerza/sentadillas-con-saltos/ss-BBtSDaV>

<https://www.msn.com/es-us/salud/ejercicio/fuerza/deslizamiento-lateral/ss-BBtSKuf>

Estrategia 3

<https://www.myprotein.es/thezone/entrenamiento/calentamiento-general-ejercicios/>

<https://deporte.uncomo.com/articulo/ejercicios-de-fuerza-en-casa-50800.html>

Estrategia 4

<file:///C:/Users/angie/Documents/Downloads/guia-actividad-fisica-casa-1.pdf>



SC-CER96940



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

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



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



<https://www.msn.com/es-us/salud/ejercicio/fuerza/salto-con-soga/ss-BBtSwSQ>

<https://news.gympass.com/es/ejercicios-con-saltos-conoce-sus-beneficios/>

Estrategia 5

<file:///C:/Users/angie/Documents/Downloads/guia-actividad-fisica-casa-1.pdf>

<https://www.msn.com/es-us/salud/ejercicio/pilates/puente-con-elevaci%C3%B3n-baja-de-gl%C3%BAteos/ss-BBtSuh5>

<https://www.msn.com/es-us/salud/ejercicio/fuerza/elevaci%C3%B3n-de-pierna-lateral/ss-BBtSwJo>

<https://www.msn.com/es-xl/salud/ejercicio/fuerza/peso-muerto-con-barra-y-pierna-estirada/ss-BBtSFGo>

Estrategia 6

<https://www.atletas.info/triatlon/skipping-bajo-frodono/>

<file:///C:/Users/angie/Documents/Downloads/guia-actividad-fisica-casa-1.pdf>

<https://www.entrenamientos.com/ejercicios/salto-laterales-con-dos-pies>

<https://www.msn.com/es-us/salud/ejercicio/fuerza/sentadilla-tipo-sumo/ss-BBtSyGq#:~:text=Pasos,y%20las%20rodillas%20hacia%20fuera>

Estrategia 7

<file:///C:/Users/angie/Documents/Downloads/guia-actividad-fisica-casa-1.pdf>

Estrategia 8

<https://www.womenshealthmag.com/es/fitness/a33978036/15-mejores-ejercicios-cardio-casa/>



SC-CER96940



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

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