INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

CAROLINA DUARTE CHINCHILLA

PROPUESTA EDUCATIVA: DÉCIMO SEMESTRE

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

PRÁCTICA INTEGRAL II “BÁSICA SECUNDARIA”
AMPLIACIÓN VILLA DEL ROSARIO
2024-1

INFORME PRÁCTICA INTEGRAL DOCENTE

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE SALES

PRESENTADO POR.

CAROLINA DUARTE CHINCHILLA

TUTOR DE PRÁCTICAS.

PHD. OSCAR ANTONIO QUINTERO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

PRÁCTICA INTEGRAL II “BÁSICA SECUNDARIA”

AMPLIACIÓN VILLA DEL ROSARIO

2024-1

TABLA DE CONTENIDO.

CAPÍTULO I 8

Reseña histórica **8**

Identificación institucional **10**

Marco legal **13**

Principios Institucionales **14**

Horizonte institucional **15**

Misión **15**

Visión **15**

Filosofía **15**

Perfiles **16**

Organigrama **17**

Símbolos institucionales **18**

Himno **18**

Lograremos nuestras metas. **18**

Bandera **19**

Escudo **19**

Manual de convivencia **20**

Derechos y Deberes de Estudiantes, Docentes y Padres de familia **24**

Uniformes **28**

Horario **29**

Horario de Educación Física: Profesor Lisandro Cáceres Torres **29**

CAPÍTULO II 31

PROPUESTA PEDAGÓGICA **31**

Objetivos **31**

Objetivo General 31

Objetivos específicos 31

Descripción del problema **32**

Población **32**

Muestra **32**

CAPÍTULO III 33

Cronograma **33**

EJECUCIÓN **34**

EVALUACIÓN **60**

Evaluación inicial 60

Evaluación final 60

CAPÍTULO IV 62

Actividades Interinstitucionales **62**

CAPÍTULO V **64**

Formatos de evaluación **64**

Resumen 74

TABLA DE CONTENIDO 75

Introducción 77

CAPÍTULO I 78

Planteamiento del Problema **78**

1.1 Descripción del Problema **78**

1.2 Formulación del Problema **81**

1.3 Justificación **82**

1.4 Objetivos **82**

1.4.1 Objetivo general **82**

1.4.2 Objetivos específicos **83**

CAPITULO II 83

Marco teórico **83**

2.1 Antecedentes **83**

2.2 Bases Teóricas (marco conceptual) **86**

La educación 86

La educación física 87

Capacidades coordinativas 88

Coordinación dinámica general 88

El salto a la cuerda 89

2.3 Bases legales **90**

Marco constitucional 90

Marco educativo normativo 90

3 MARCO METODOLÓGICO 92

3.1 Paradigma Investigativo..... 92

3.2 Tipo de investigación 93

3.3 Diseño de la investigación..... 93

3.4 Nivel de la investigación 94

Fases de la investigación..... 94

3.5 Población y muestra..... 95

Población..... 95

Muestra 95

3.6 Técnicas e instrumentos de Recolección de datos 96

3.7 Análisis de datos e interpretación de resultados 98

Conclusiones 103

Referencias bibliográficas 120

CAPÍTULO I

Reseña histórica

Hacia 1943, funcionaba en la ciudad la Escuela Industrial de Cúcuta, que otorgaba el título de "Expertos". Una vez llegados los Salesianos a Cúcuta, el Gobierno Nacional por intermedio del Ministerio de Educación Nacional, visitó varias veces el Colegio Salesiano, pidiendo insistentemente a la comunidad que dirigiera y administrara aquella Escuela Industrial. Superada la etapa de conversaciones, los Salesianos aceptan la oferta del Gobierno Nacional, firmando el contrato el 23 de abril de 1953. Finalizada la Semana Santa de ese año, comienza a funcionar la sección Técnica en el edificio de los Salesianos con los talleres de, mecánica, electricidad y ebanistería. En noviembre de 1954 se obtiene la graduación de los primeros Expertos en Artes y oficios. Por resolución 1864 del 19 de mayo de 1961, el Ministerio convierte la Escuela Industrial en Instituto Técnico Industrial Salesiano, ofreciendo a los jóvenes las especialidades en; Artes Gráficas, Electricidad y Electrónica, Mecánica Industrial y Diseño. Los dos primeros Técnicos Industriales en graduarse fueron, García Miguel y Pérez González Luis, obteniendo el Título el 17 de noviembre de 1961.

En el año de 1999, se gestiona la apertura de la Primaria Técnica del Instituto en convenio con la Alcaldía de San José de Cúcuta, favoreciendo a niños y niñas de los estratos 1 y 2 bajo el nombre de Grupo Elite. En el año 2000 se da inicio a labores académicas en la jornada de la tarde, más adelante en el año 2007 se incorpora una nueva experiencia significativa para la Comunidad Educativo Pastoral de Cúcuta, dirigiéndose hacia los sectores más vulnerables de la ciudad. Es así como se asumen tres instituciones educativas oficiales: El Colegio José Prudencio Padilla, ubicado en el barrio Camilo Torres y los Colegios Atanasio Girardot y Francisco de

Paula Andrade, ubicados en el barrio Alfonso López. Prontamente las sedes fueron rebautizadas por la Comunidad Salesiana, con los nombres de Miguel Rúa, Miguel Magonne y Casa Pinardi respectivamente.

El trabajo en el sector de Alfonso López, ha sido bastante significativo. Las sedes, se destacan por llevar impreso el sello de formación Salesiana y son claramente diferenciadas de otras instituciones de la zona, debido a la implementación del Sistema Preventivo por el que se rigen. Con el trabajo educativo-pastoral, que realizan los docentes en estos planteles, se ha alcanzado un ambiente formativo que cooperó notablemente al desarrollo de la Misión Institucional.

En diciembre del año 2016 y enero del año 2017, por cuestiones económicas y después de varios intentos de acuerdos entre la Secretaria de Educación y la Alcaldía Municipal con la Sociedad Salesiana se da por terminado el convenio, causando el 17 de Enero de 2017 cambio de razón social ahora bajo el nombre de Institución Educativa San Francisco de Sales, manteniendo la planta docente, administrativa y los estudiantes, ubicando la Sede Principal en la instalaciones físicas antes ocupadas por el Colegio Mercedes Abrego, dónde se atenderán más de 1200 estudiantes, de igual manera, se mantendrían las Sedes ubicadas en los Barrios Alfonso López y Camilo Torres. La secretaría de Educación Municipal a cargo de la Dra. Doris Angarita nombra al nuevo Rector de la Institución, el Mg. Pedro Julio Pezzotti Lemus, quién será el encargado de direccionar los procesos directivos, administrativos, académicos y de reestructuración de la institución, así inicia un instituto enmarcado en el ser “Amablemente Exigentes”.

Historia y Carisma de San Francisco de Sales.

San Francisco de Sales, obispo santo de corazón noble y profundo humanismo, fue un creyente de honda espiritualidad que comprendió que el centro decisivo de su vida era Dios y

que su historia y toda la historia estaban sostenidas y misteriosamente dirigidas por su providencia y misericordia. Fue sabio en la dirección espiritual, porque ya había recorrido el camino de la madurez cristiana, como se dice hoy. Reflexionó y anunció la Palabra por los más diversos medios, dado qué ya vivía de esa Palabra salvadora, en la que descubría la voluntad de Dios que iluminaba su vida y sus decisiones.

Durante la educación, donde se habla expresamente de desarrollar personas y enseñar a los niños y jóvenes a autoexigirse, se convierte en una de las tareas más importantes, ya que condiciona todo el desarrollo futuro tanto de habilidades como de conocimiento. Por eso es importante saber separar la exigencia del esfuerzo, y enseñarlas de forma independiente: exigirse es más importante que esforzarse, y es más fácil enseñar la exigencia que el esfuerzo.

La exigencia amable debe gobernar todo el proceso de educación y desarrollo de la persona, para prevenir la aparición de límites y más límites. Requiere mucha alerta y consciencia, pero, sin embargo, es una enseñanza muy agradecida: si se enseña bien, los niños la aprenden tan rápido que son ellos mismos quienes mejor aplican la autoexigencia. Y este es el punto más crítico de todos: no siempre vamos a poder estar presentes para aplicar la exigencia, y debería aplicarse en cada oportunidad, así que la mejor solución es educar al niño y joven en el marco de ser amablemente exigentes.

Identificación institucional

Nombre del establecimiento; Institución Educativa San Francisco de Sales.

Sede Principal; Calle 4E No. 6- 23 B. Popular.

E- mail: colfranciscodesales@semcucuta.gov.co

Sede A: Av. 14 # 21-50 B. Alfonso López

Sede B: Av. 13ª # 20-14 B. Alfonso López

Sede C: Calle 17 #10-15 B. Camilo Torres

Ubicación y/o localización física:

Departamento: Norte de Santander

Municipio: San José de Cúcuta

Comunas: No. 2 y 10

Barrios: Popular, Alfonso López y Camilo Torres

PROPIEDAD JURÍDICA: Oficial

Sede Principal número de Identificación Código DANE: 154001001628

Sede Francisco de Paula Andrade: 1540010024554

Sede Atanasio Girardot #34: 154001002349

Sede José Prudencio Padilla: 1514001008167

Jornada: Mañana, Tarde y jornada única en la media técnica

Calendario Escolar: A

Ámbito: Educación Formal

- **Niveles que ofrece:**

Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria, Media Técnica y Media académica con profundización en inglés.

- **Especialidades:**

Diseño Grafico, Música, Atención Integral a la Primera infancia, Deportiva y Gestión Social, Desarrollo de software, Profundización en lenguas extranjeras idioma inglés.

- **Nombre Completo del Rector:**

Mg. Pedro Julio Pezzotti Lemus. Acto Administrativo de Nombramiento: Resolución 0039 del 18 de enero del 2017

Marco legal

El principio legal de la actividad educativa en cualquier Institución que ofrezca el servicio educativo, estará determinado inicialmente por el artículo 67 de la Constitución Política Nacional que dice en sus apartes “La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, a los demás bienes y valores de la cultura. La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente”.

El Proyecto Educativo Institucional se enmarca en la legalidad precisada por la Constitución Política, la Ley General de Educación 115 de 1994, sus decretos reglamentarios, resoluciones de apoyo, documentos y publicaciones del M.E.N. Constituyen entonces el marco de referencia nacional en el cual la Institución ha definido su misión y su Proyecto Educativo de manera autónoma y comprometida con la realidad de la Nación para contribuir a su transformación y a la construcción del proyecto de País.

La Ley 115 de 1994 en su artículo 77 concede autonomía escolar dentro de los límites fijados por la ley y el PEI. a las instituciones para “organizar las áreas fundamentales de cada nivel, introducir asignaturas optativas, adaptar las áreas a las necesidades institucionales y regionales”; convirtiéndose este artículo en principal base legal del Instituto para orientar el currículo de formación con base en los principios de la integración curricular, en la elaboración y puesta en marcha del presente Proyecto Educativo.

Principios Institucionales

- **Principios y Valores Desalistas**

Nuestra presencia educativa Desalista se caracteriza porque:

Afirmamos que la AMABILIDAD es la actitud de acogida afectuosa a los demás, tratándolos con la dignidad que cada uno se merece como hijo de Dios, sin distinción alguna porque "toda persona es única e irrepetible" SFS. Educamos con suavidad, serenidad y optimismo y al mismo tiempo fuerza, firmeza y claridad, de EXIGENCIA; es decir la sonrisa amable del amigo persuasivo y el pulso seguro de un director de alma exigente y alentador. SFS. Creemos que el RESPETO es una actitud permanente que nos lleva a reconocer las virtudes y a aceptar las diferencias del otro, velando por su dignidad como hijo de Dios, asumiendo la actitud del buen samaritano del evangelio que permite superar asperezas, malos entendidos y cultivar el perdón; ayudándonos a vivir en paz y armonía con nosotros mismos, nuestros semejantes y el medio ambiente. Creemos que la RESPONSABILIDAD es la forma de asumir y responder libremente por convicción a su rol como hijo, estudiante, profesional, padre, madre y ciudadano, alcanzando la armonía entre lo personal, social y ecológico. Afirmamos que la JUSTICIA es dar a cada ser humano lo que le corresponde, siendo íntegra y reconociendo la esencia de cada persona, evitando los prejuicios e intereses individuales para mejorar las relaciones con los demás.

Creemos que la SOLIDARIDAD es una actitud consciente "para hacer felices a los demás" Madre Aviat, que asume como propia la necesidad del otro, dignifica a la persona y brinda desinteresadamente apoyo espiritual, moral y material.

Horizonte institucional

Misión

La Institución Educativa San Francisco de Sales, ofrece un servicio educativo con altos estándares de calidad, emanados por los diferentes organismos e instituciones del estado, que regulan la prestación de este servicio a la niñez y la juventud; fundamentados en los pilares de nuestro santo patrono, “amabilidad y la exigencia” que contribuyen al desarrollo de las dimensiones del SER, SABER, HACER y poder participar en la construcción de la formación de una persona autónoma, competente, capaz de generar transformación social.

Visión

En el año 2024 nuestro proyecto educativo alcanzará el reconocimiento en todos y cada uno de sus niveles educativos, situándonos como una institución de alta calidad, destacándose en la ciencia, la cultura, el deporte, el medio ambiente, la diversidad técnica y en la formación de niños, niñas y jóvenes con calidad humana, que honren nuestro lema: amabilidad y exigencia competentes para afrontar los retos que la vida demanda.

Filosofía

El propósito del Proyecto Educativo Desalista se hace concreto, liderando una gestión por procesos que evidencian la pertinencia del currículo, el ambiente de familia, el sentido de justicia social, el compromiso ecológico, la idoneidad del personal, la adecuada infraestructura, de conformidad con el marco legal vigente, para satisfacer las necesidades y expectativas de la Comunidad Educativa, garantizando el cumplimiento de nuestra misión, que permita el mejoramiento continuo de la institución.

Perfiles

Perfil del Estudiante Desalista:

Es una persona comprometida con la adquisición y desarrollo de competencias académicas, laborales, ciudadanas, deportivas, artísticas, ambientales que conlleva ser una persona honesta, responsable, amante del medio ambiente y respetuoso de los derechos y deberes de todo ciudadano.

Perfil del Directivo Desalista

El Directivo De Salista se caracteriza por tener un asertivo liderazgo y ser amablemente exigente; crea y ejecuta el Proyecto Educativo Institucional, garantiza que los planes educativos sean de calidad y gestiona su correcta implementación; promueve un ambiente de respeto, cultura de paz y compromiso con toda la comunidad educativa.

Perfil del Docente Desalista:

El docente Desalista se caracteriza por ser competente pedagógicamente, con amplia riqueza humana dispuesto y abierto a establecer con sus estudiantes relaciones basadas en la amabilidad y exigencia y promueve un ambiente de respeto, cultura de paz y compromiso con toda la comunidad educativa.

Perfil del Administrativo Desalista

El personal administrativo se caracteriza por ser competente para solucionar problemas del área administrativa, trabajar en equipo, preparado para organizar, controlar y dirigir el proceso de su competencia y expresa calidad del servicio ofreciendo una atención amable, oportuna y responsable a todos los miembros de la comunidad educativa

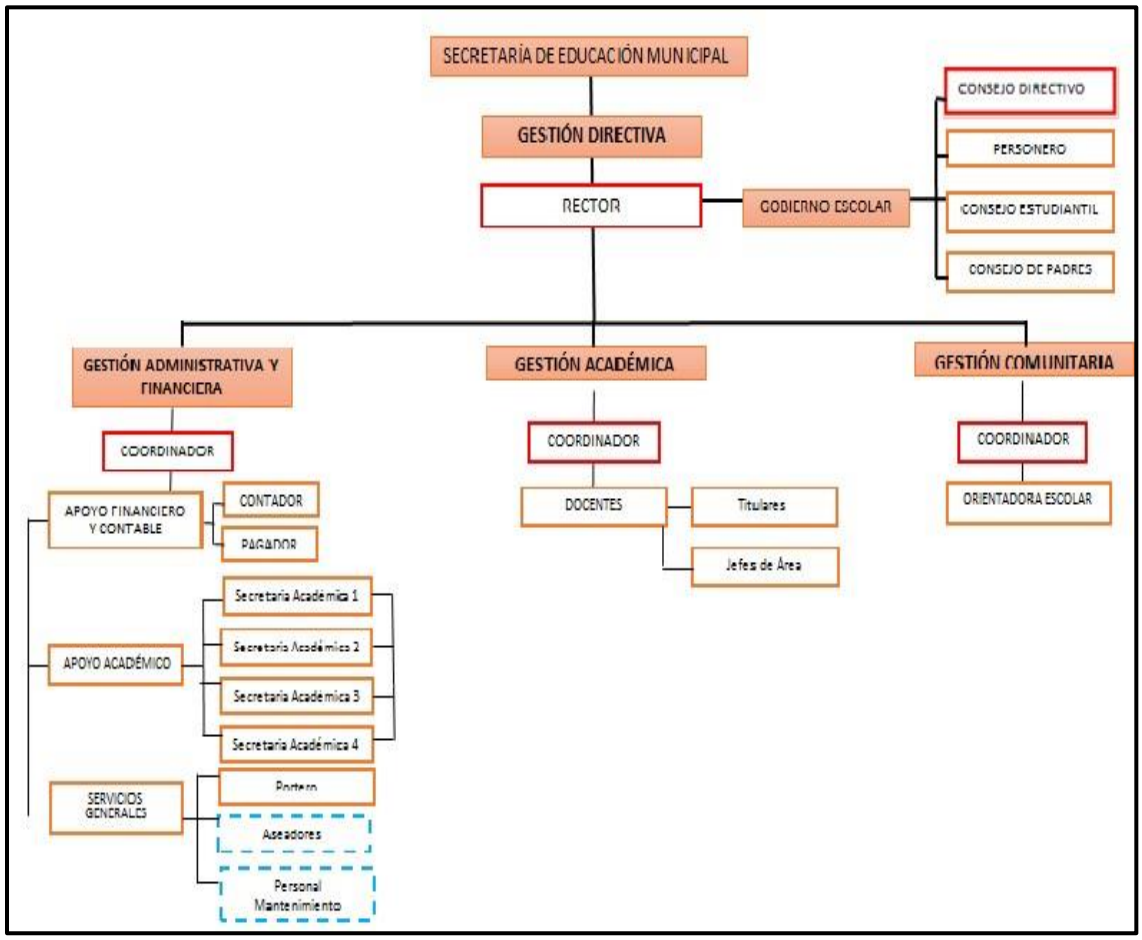
Perfil del Padre de Familia Desalista:

Los padres de familia Desalistas deben ser personas comprometidas con el proceso educativo y de convivencia de sus hijos; responsables de sus deberes, obligaciones, con sentido de pertenencia con la institución educativa.

Perfil de la comunidad educativa Desalista:

La comunidad, integrada por estudiantes, padres de familia, maestros, maestros directivos, personal administrativo y de servicios generales; se caracteriza por la vivencia de los valores propios de nuestra institución, mostrando sentido de pertenencia y una formación integral.

Organigrama



Símbolos institucionales

Himno

Coro

Adelante Desalista……

Muchos retos nos esperan

Con la guía de San Francisco

Triunfaremos por doquier

Estrofa I

Recordando nuestro lema….

Amabilidad, exigencia

Juntos como una familia

Lograremos nuestras metas.

Nuestra historia así nos dice

Que seremos los mejores

Academia, arte y cultura

Pues el mundo así lo quiere.

(Coro)

Estrofa II

Nuestra voz hoy canta un himno

De vibrantes armonías

Sembraremos nuestros triunfos

Con Francisco nuestro guía

Juventudes Desalista

Llenas de amos y alegría

Con banderas victoriosas

Pregonemos su grandeza

(Coro)

Bandera



Se compone gráficamente de dos colores ajedrezados o en cruz, Rojo oscuro y Amarillo oro; estos dos colores representativos del atuendo y accesorios utilizados por San Francisco de Sales, santo de la amabilidad, obispo y doctor de la iglesia. Los colores también simbolizan los valores Institucionales: el Rojo oscuro simboliza el amor propio, la confianza en sí mismo, el coraje, la valentía y una actitud optimista frente a la vida; y el Amarillo oro simboliza la perfección, la exigencia, la disciplina y la perseverancia frente a las metas y el éxito.

Escudo



Se compone gráficamente de cuatro pictogramas superpuestos: sobre un fondo a dos colores ajedrezados o en cruz Rojo oscuro y Amarillo oro, estos dos colores representativos del atuendo y accesorios utilizados por San Francisco de Sales, santo de la amabilidad, obispo y doctor de la iglesia. Los colores simbolizan los valores institucionales: el Rojo oscuro simboliza el amor propio, la confianza en sí mismo, el coraje, la valentía y una actitud optimista frente a la vida y el Amarillo oro simboliza la perfección, la exigencia, la disciplina y la perseverancia frente a las metas y el éxito.

Manual de convivencia

A través del Manual de convivencia tenemos un instrumento que debe necesariamente formar personas: niños y jóvenes, capaces de relacionarse de manera armónica entre sí. De igual manera el Manual de Convivencia es el reflejo de la formación integral que pretendemos vivir cada día, vivencia dentro de la filosofía Desalista, “Amablemente exigentes” dando aportes y respuestas válidas a la sociedad de hoy.

El Manual de Convivencia implica un compromiso de los diferentes estamentos educativos de la Institución, que permita la formación de personas responsables, autónomas que fomentan el desarrollo de los valores, la autoestima, el racionalismo y la creatividad, puesta al servicio de la sociedad. Regula y orienta la convivencia de los diferentes estamentos institucionales dentro de una política formativa; se constituye en la norma legal interna acorde con la Constitución.

El Manual de Convivencia tiene como objeto buscar la armonía de las interrelaciones humanas y la convivencia pacífica tanto en la escuela como en la vida cotidiana, en un contexto de convivencia que permita el aprendizaje del sentido de la justicia, y en ese sentido, la definición de acciones y un proceso correctivo pedagógico que deben derivarse de una reflexión

y de un enfoque que permita la construcción de una moral autónoma para la democracia y el respeto de los derechos humanos.

El Manual de Convivencia ha sido estructurado de tal manera que toda la comunidad educativa, en espacial los estudiantes, sensibilicen que son los valores que marcan el buen desarrollo integral de la persona y que es la práctica de los mismos lo que conlleva a la convivencia pacífica dentro y fuera de la Institución. El Manual de convivencia hace parte del Proyecto Educativo Institucional según su decreto reglamentario 1860 de 1994, “Los establecimientos educativos tendrán un reglamento o Manual de Convivencia en el cual se definan los derechos y las obligaciones de los estudiantes, los padres o tutores y los Educandos al firmar la matrícula correspondiente en representación de sus hijos, están aceptando el mismo. Coherentes con lo que expresa las leyes universales, nuestro Manual de Convivencia no puede establecer reglas ni compromisos contrarios a la constitución política, ni imponer a los estudiantes obligaciones desproporcionadas contrarios a la razón ni a la dignidad esencial de la persona humana y los ajustes promovidos en la ley 1620 de 2013 y su decreto reglamentario el 1965 de 2013.

Es un instrumento pedagógico compuesto por el conjunto de principios y procedimientos fundamentales con criterios para regular las relaciones interpersonales y posibilitar el respeto mutuo por parte de los miembros de la Comunidad Educativa: hace parte del Proyecto Educativo Institucional y se convierte en un marco de referencia para facilitar la búsqueda de la autonomía personal y el compromiso de todos frente a unos valores que ayuden a construir una sociedad democrática, participativa y pluralista. Busca permitir su expresión sincera propiciando el encuentro afectivo y solidario con soluciones armoniosas y la construcción de espacios donde se

puedan desarrollar acciones individuales y colectivas que promuevan la construcción de una cultura de paz.

Esta concepción lleva a que nada esté definido de antemano y a que se impulsen mecanismos internos de conciliación para los conflictos cotidianos presentes en nuestra institución dedicada a la formación integral de niños y jóvenes. El propósito es construir una convivencia fundamentada en la capacidad de decidir y actuar libre pero responsablemente buscando el equilibrio entre la satisfacción individual de las necesidades y la conciencia colectiva de las mismas.



Cada estudiante y padre de familia o acudiente que se integre a la Comunidad Educativa debe asumir este Manual de Convivencia cuyo principio supremo es: “Más allá de cualquier norma está el niño, la niña y el adolescente que se pretende formar y que espera de todos(as) un testimonio de vida pacifica, dialogante, empática y justa”.

Objetivos Específicos del Manual de Convivencia.

- Fortalecer y vivenciar los valores de San francisco de Sales
- Proporcionar a la Comunidad Educativa criterios que promuevan relaciones interpersonales dialogantes, pacificas, respetuosas y empáticas entre los miembros de la comunidad educativa.
- Identificar los valores, normas, conductos, procesos pedagógicos y formativos y disposiciones institucionales relacionadas con la convivencia, y que son válidas para la formación integral de los niños, las niñas, los y las adolescentes.
- Facilitar la convivencia y propiciar el bienestar de cada uno de sus miembros en un ambiente de libertad, en el que se requiere un ordenamiento que establezca valores de convivencia que posibilite al estudiante convertirse en una persona capaz de auto disciplinarse con base en el reconocimiento de los derechos y deberes, que fortalecen dichos valores.
- Fomentar en el estudiante la participación activa como miembro de la comunidad a la cual pertenece, construyendo con él un orden social y democrático para que comprenda el papel que debe desempeñar dentro de la misma.
- Formar personas empáticas, solidarias, justas, críticas y pacificas capaces de dar uso correcto a su libertad.

- Educar la voluntad para enriquecer el espíritu de superación buscando su autonomía en la toma de decisiones con juicio crítico, responsable, creativo y capacidad de liderazgo.
- Formar una conciencia que valore la relación humana con el medio ambiente para pensar, sentir y actuar en beneficio del cuidado y protección del mismo.
- Sensibilizar sobre el contexto socio-cultural institucional y territorial, creando espacios de empatía, solidaridad, reflexión, respeto, diálogo y participación activa en la propuesta de acciones que aporten positivamente desde su rol de estudiante.
- Testimoniar los valores institucionales siendo promotores de proyectos de vida que estén orientados a la capacitación tecnológica, cultural, deportiva, lúdica, intelectual, en beneficio del bien común.
- Promover la reflexión y vivencia de los valores que favorezcan asumir con empatía, tolerancia y respeto la diversidad humana en todas sus expresiones individuales y colectivas.
- Favorecer la consciencia de la importancia de la verdad en las relaciones de convivencia pacifica y con base en esta asumir actos de reparación y no repetición cuando así lo amerite su actuar.

Derechos y Deberes de Estudiantes, Docentes y Padres de familia

Derecho a la vida y a la calidad de vida y a un ambiente san, derecho a la integridad personal, derechos de protección, derecho a la libertad y seguridad personal, derecho a tener una familia y a no ser separado de ella, derecho a la Custodia y cuidado personal, derecho a los alimentos, derecho a la educación, derecho al desarrollo integral en la primera infancia, derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes, derecho de asociación y reunión,

Deberes con el Valor de la Amabilidad.

Ser cariñoso(a), afectuoso, gentil, cortés, agradable y servicial, ser atento, brindar atención y respeto, ser capaz de conciliar lo que se presenta como hostil, tener autocontrol ante las situaciones conflictivas, no dejarse dominar por los estados de ánimo, reconocer y respetar los derechos y los méritos de los demás, aceptar las diversas formas de pensar aunque sean distintas, ser servicial o condescendiente con los que te rodean cuando te pidan un favor o solicitan ayuda, utilizar palabras que faciliten y hagan más agradable tu relación con los demás, ver en cada persona lo mejor de ella.

Deberes de los Padres de Familia y Acudientes

articular oportunamente a sus hijos(as) en la institución y asegurar su permanencia durante su edad escolar obligatoria. Contribuir para que el servicio educativo sea armónico con el ejercicio del derecho a la educación y en cumplimiento de sus fines sociales y legales. Cumplir con las obligaciones contraídas en el acto de matrícula y en el manual de convivencia, para facilitar el proceso de educativo. Contribuir en la construcción de un clima de respeto, tolerancia y responsabilidad mutua que favorezca la educación de los hijos(as) y la mejor relación entre los miembros de la Comunidad Educativa. Comunicar oportunamente, y en primer lugar a las autoridades de la institución, las irregularidades de que tengan conocimiento, entre otras, en relación con el maltrato infantil, abuso sexual, tráfico o consumo de drogas ilícitas. En caso de no recibir pronta respuesta acudir a las autoridades competentes. Apoyar a la institución en el desarrollo de las acciones que conduzcan al mejoramiento del servicio educativo y que eleven la calidad de los aprendizajes, especialmente en la formulación y desarrollo de los planes de mejoramiento institucional.

Deberes del Personal Administrativo y de Servicios Generales.

Conocer y vivenciar la filosofía, visión y misión Desalista. Asumir con prudencia, respeto y solidaridad las determinaciones de las instancias que forman el gobierno escolar. Colaborar con el sano desarrollo de las acciones planeadas por la institución. Tener capacitación y actualización permanente para su mejor desempeño institucional. Dar manejo respetuoso y adecuado de la información, comunicándole permanentemente las novedades al rector. Respetar el conducto regular como instancia mediadora de la comunicación institucional. Mantener comunicación permanente con las directivas. Responder con eficacia, eficiencia y creatividad a las responsabilidades asignadas por las instancias administrativas.

Deberes de los Docentes y Directivos Docentes.

Son deberes del personal docente: Desempeñar con dignidad, eficacia, y lealtad las funciones inherentes al cargo, respetar la vía jerárquica, observar una conducta acorde con la función educativa y no desempeñar actividades que afecten la dignidad docente, procurar que el ejercicio de su actividad se realice en las mejores condiciones pedagógicas, de local, higiene y material didáctico.

Promover el orden, aseo, disciplina, salud y utilidad en los espacios donde ejerce su labor docente diseñar y aplicar las adecuaciones curriculares a los estudiantes que lo requieran y hacerles su seguimiento de manera oportuna retroalimentando sus avances, seguir el conducto regular para la solución de problemas y ser prudente en el manejo de la información, informar a rectoría anormalidades que afecten el buen funcionamiento institucional y/o formación de los estudiantes.

Derechos de los Docentes y Directivos Docentes

Recibir capacitación en temas de actualidad que inciden en el campo educativo, participar en el Gobierno Escolar, ser informado de eventos en los cuales puede participar y hay permiso por parte de la SEM.

Ser escuchado para la solución oportuna de un problema o inquietud, conocer el Plan Operativo institucional, conocer los parámetros de evaluación con el cual va a ser evaluado, tener los implementos básicos para desarrollar las actividades pedagógicas, hacer buen uso de los espacios para actividades que ofrece la institución, tener atención por riesgos laborales diligenciando el formato respetando el plazo limite, participar en celebraciones especiales dentro de la institución (día del maestro, convivencias, retiros espirituales, salidas de integración autorizadas, entre otras).

Conocer los resultados de la evaluación de desempeño docente, recibir un trato digno y respetuoso de los miembros de la comunidad educativa, Que se le respete el debido proceso en asuntos disciplinarios, quejas, entre otras.

Uniformes

Diario



Educación física





Horario

Horario de Educación Física: Profesor Lisandro Cáceres Torres

	Jornada Mañana				
HORA	**Lunes**	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
1. 6:00 am a 7:20 am		6°02			
2. 7:20 am a 8:10 am		6°02			
3. 8:10 am a 9:00 am		6°01		7°01	
4. 9:00 am a 9:50 am		601		7°01	
	Descanso				
5. 10:20 am a 11:10 am		7°02			
6. 11:10 am a 12:00 m		7°02			
	Jornada Tarde				
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
1. 12:30 pm a 1:20 am	**9°-03**		7°04		
2. 1:20 pm a 2:10 pm	**9°-03**		7°04		
3. 2:10 pm a 3:00 pm	8°-03		7°03		6°04
4. 3:00 pm a 3:50 pm	8°-03		7°03		6°04
	Descanso				
5. 4:20 pm a 5:10 pm	6°03		8°04		**9°04**
6. 5:10 pm a 6:00 pm	6°03		8°04		**9°04**

Horario de Educación Física: Profesor Mg Rubén Darío Silva

	Jornada Mañana				
HORA	**Lunes**	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
1. 6:00 am a 7:20 am	**10°04**	11°04	11°03		**10°03**
2. 7:20 am a 8:10 am	**10°04**	11°04	11°03		**10°03**
3. 8:10 am a 9:00 am	**10°05**	11°05	**10°01**		**9°02**
4. 9:00 am a 9:50 am	**10°05**	11°05	**10°01**		**9°02**
	Descanso				
5. 10:20 am a 11:10 am	11°02		**9°01**	10°02	11°01
6. 11:10 am a 12:00 m	11°02		**9°01**	10°02	11°01

Horario de Práctica: Docente en Formación Carolina Duarte Chinchilla

	Jornada Mañana				
HORA	**Lunes**	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
1. 6:00 am a 7:20 am	**10°04**				**10°03**
2. 7:20 am a 8:10 am	**10°04**				**10°03**
3. 8:10 am a 9:00 am	**10°05**		**10°01**		**9°02**
4. 9:00 am a 9:50 am	**10°05**		**10°01**		**9°02**
	Descanso				
5. 10:20 am a 11:10 am			**9°01**		
6. 11:10 am a 12:00 m			**9°01**		
	Jornada Tarde				
	Lunes	**Martes**	**Miércoles**	**Jueves**	**Viernes**
1. 12:30 pm a 1:20 am	**9°-03**				
2. 1:20 pm a 2:10 pm	**9°-03**				
3. 2:10 pm a 3:00 pm					
4. 3:00 pm a 3:50 pm					
	Descanso				
5. 4:20 pm a 5:10 pm					**9°04**
6. 5:10 pm a 6:00 pm					**9°04**

CAPÍTULO II

PROPUESTA PEDAGÓGICA

EL USO DEL STEP COMO MEDIO PARA EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN CORPORAL EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE GRADO DÉCIMO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE SALES

Objetivos

Objetivo General

- Promover la expresión y la comunicación corporal mediante el uso de plataformas step con acompañamiento musical en los estudiantes del grado decimo Institución Educativa San Francisco de Sales.

Objetivos específicos

- Diagnosticar el estado del ritmo y coordinación corporal mediante los ejercicios con manos y pies en los estudiantes del grado décimo de la Institución Educativa San Francisco de Sales.
- Diseñar un esquema de pasos rítmicos con el implemento step para promover el desarrollo de la expresión y comunicación corporal en los estudiantes del grado décimo de la Institución Educativa San Francisco de Sales.
- Aplicar un esquema de pasos rítmicos con el implemento step para promover el desarrollo de la expresión y comunicación corporal en los estudiantes del grado décimo de la Institución Educativa San Francisco de Sales.
- Evaluar la expresión y comunicación corporal mediante un esquema de pasos rítmicos con step en los estudiantes del grado décimo de la Institución Educativa San Francisco de Sales.

Descripción del problema

Por medio de una observación directa en la cual se evidencian algunas oportunidades de mejora en los estudiantes del grado décimo de la Institución Educativa San Francisco de Sales, y en lo que se refiere a una buena expresión y comunicación corporal, nace la idea de implementar movimientos expresivos con objetos que ayuden al estudiante a mejorar la comunicación no verbal ya que se observa importante grado de inseguridad al momento de participar activamente en este tipo de eventos. En esta institución, el área de Educación Física, Recreación y Deportes, se encuentra a cargo de dos docentes, por lo que en los horarios se puede ver reflejada la asignación académica de cada uno de ellos. En la primera semana al interactuar con los docentes, expresan, que con base a su experiencia una de las debilidades mas notorias en la mayoría de las instituciones educativas tiene que ver con la competencia expresiva corporal, quizá por que los educadores físicos no manejan a cabalidad la misma, o simplemente es dejado a los docentes del área de artística, de ahí que surge la idea de implementar aprendizajes que ayuden a impactar en los estudiantes y que a su vez les permita desarrollar su expresión y comunicación no verbal.

Población

La Institución Educativa San Francisco de Sales, cuenta con un aproximado de 2.000 estudiantes, ofrece un servicio educativo de carácter publico y mixto.

Muestra

La muestra está conformada por los estudiantes de grado décimo de la Institución Educativa San Francisco de Sales.

CAPÍTULO III

Cronograma

Actividades	MARZO				ABRIL					MAYO				JUNIO			
	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	
					S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20		
Inducción																	
Entrega solicitud																	
Entrevista y organización																	
Semana Santa																	
Observación																	
Secuencia Didáctica																	
Diagnóstico Pre T																	
Estilo 1 y 2																	
Estilo 3, 4 y 5																	
Estilo 6 y 7																	
P. Institucional																	
Post TEST																	
Institucionales Áreas del SABER																	
Proceso Refuerzo																	
Nivelaciones																	
Informe Final																	

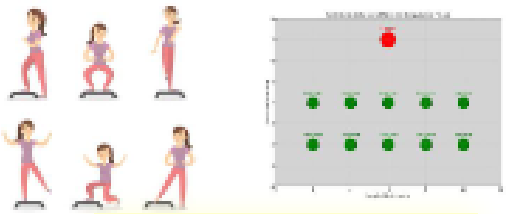
Se resalta que debido al calendario académico establecido por la institución educativa se hace necesario trabajar de forma simultánea, es decir, mientras que con el grado noveno se trabaja en la ejecución del anteproyecto, con el grado décimo se realiza la propuesta pedagógica solicitada por la universidad.

EJECUCIÓN

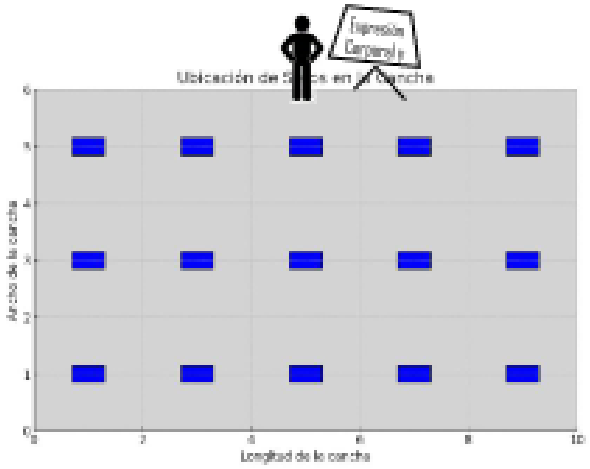
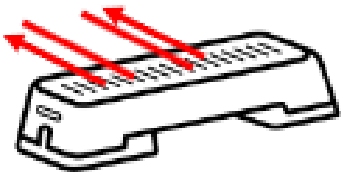
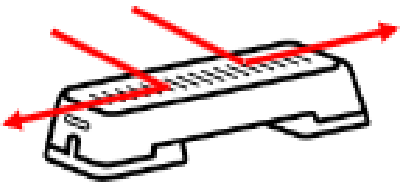
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**10° 01, 03, 04, 05**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Expresivo Corporal, Motriz y Axiológico Corporal	EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN CORPORAL	Participo en la presentación del montaje rítmico, proponiendo y reconociendo los aportes de los compañeros.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Expresión Corporal y Ritmo con Step**	Fundamentación – Pasos; 1 y 2 Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 15 a 19 (Semana 12)	Asimilar movimientos específicos de paso 1 "básico" y 2 "escuadra" a través de la métrica con la plataforma step		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: Con formación de bloque (filas e hileras), de dos estudiantes por una plataforma, realizar los ejercicios dados en orden directa por el docente, de manera que se use el step de forma alternada entre los compañeros: • Estocadas frontales, con derecha y luego izquierda • Estocadas atrás, con derecha e izquierda • Sentadillas de sumo por el lado de la plataforma, derecha e izquierda • Saltos alternos a un pie sobre el step • Saltos de abre y cierra sobre el step	 Fuente: Plataforma Institucional – Ovy  Fuente: https://ictia.net/producl_detalle/53723136.html OpenAI. (2024) ChatGPT.

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Con apoyo de un tablero móvil se escribe el núcleo, el aprendizaje y la actividad del día. Esta corresponde al trabajo de fundamentación en los pasos: 1 y 2 **Paso 1**: "Básico" Se da inicio con la demostración del profesor, realizando varias repeticiones del paso en mención, transmitiendo de manera verbal la existencia de la métrica musical, en la cual evoca el conteo de tiempos para realizar de principio a fin determinado paso. Por los estilos de asignación de tareas y grupos reducidos, realizar: **Tarea 1**: memorizar paso 1 de forma unilateral, por lado derecho e izquierdo. **Tarea 2**: memorizar con marcha unilateralmente por lado derecho e izquierdo. **Tarea 3**: realizar con marcha el paso completo (bilateralmente) Para la realización de estas tareas se dará aproximadamente 7 a 8 min. Finalizado el tiempo se prosigue a través del estilo de mando directo, con la ejecución de las tareas con todos los estudiantes de forma sincronizada, guiadas por el docente, durante un tiempo aproximado de 10 minutos. **Paso 2**: "Escuadra" Se aplica la misma dinámica de trabajo que en el paso 1 Tareas; • Memorizar paso 2 de forma unilateral • Memorizar paso 2, con marcha y unilateral • Memorizar paso 2, con marcha y bilateral • Unir paso 1 y 2, con marcha de inicio y ejecución bilateral Para el primer momento un tiempo de 7 a 8 minutos. Para el segundo momento, 10 minutos aproximadamente, de manera que el profesor guíe la ejecución de las tareas, en este espacio es importante el acompañamiento musical.	 Fuente OpenAI. (2024). ChatGPT.   Fuente https://acortar.link/IbrFaxW 

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

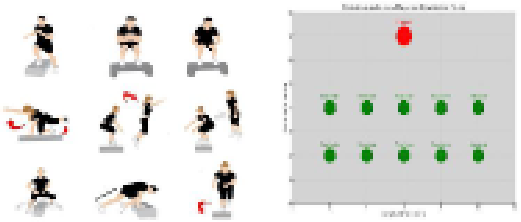
Contenido	Gráficos
Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se presentan algunas observaciones y recomendaciones a tener en cuenta para la próxima clase. **Cierre** Se recogen los steps, de manera que cada estudiante se encarga de ubicarlos en su respectivo puesto. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, PC, amplificador de sonido, plataforma Ovy, plataformas step, conos para señalización.
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	El Step: Fundamentos técnicos y metodológicos. Vania Loureiro, Vera Simoes, Estefanía Castillo Viera. Tomado de https://acortar.link/Slxw38 https://www.youtube.com/watch?v=pFgW_9HBfsY https://acortar.link/LZUWn1

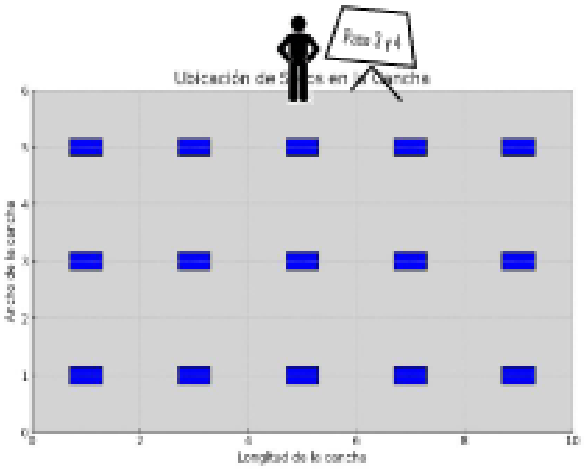
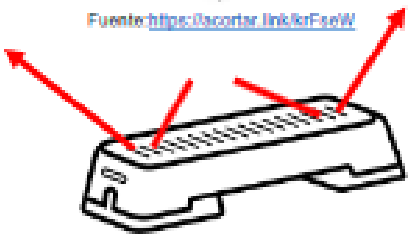
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	Carolina Duarte Chinchilla 37398748	**Docentes**	Rubén Darío Silva Castillo

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**10° 01, 03, 04, 05**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Expresivo Corporal Motriz y Axiológico Corporal	EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN CORPORAL	Participo en la presentación del montaje rítmico, proponiendo y reconociendo los aportes de los compañeros.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Expresión Corporal y Ritmo con Step**	Fundamentación – Pasos; 3 y 4 Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 22 a 26 (Semana 13)	Asimilar movimientos específicos de paso 3 "extensión" y 4 "rodilla" a través de la métrica con la plataforma step		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: Con formación de bloque (filas e hileras), de dos estudiantes por una plataforma, realizar los ejercicios dados en orden directa por el docente, de manera que se use el step de forma alternada entre los compañeros: • Sentadillas normales sobre la plataforma, 10 repeticiones • Sentadillas de sumo, apoyando un pie sobre el costado o lateral del step, 10 repeticiones con cada pierna • Saltos alternos a un pie, 30 repeticiones • Escaladores con apoyo manual en step, 20 • Flexiones de brazos con apoyo manual en step, 10 a 15 repeticiones	 Fuente: Plataforma Institucional – Oxy  Fuente: https://lc.cx/VgtjqP. OpenAI. (2024) ChatGPT.

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Con apoyo de un tablero móvil se escribe el núcleo, el aprendizaje y la actividad del día. Esta corresponde al trabajo de fundamentación en los pasos: 3 y 4 **Paso 3: "Extensión"** Se da inicio con la demostración del profesor, realizando varias repeticiones del paso en mención, transmitiendo de manera verbal la existencia de la métrica musical, en la cual evoca el conteo de tiempos para realizar de principio a fin determinado paso. Por los estilos de asignación de tareas y grupos reducidos, realizar: Tarea 1: memorizar paso 3 de forma unilateral, por lado derecho e izquierdo. Tarea 2: memorizar con marcha el paso 3 completo (bilateralmente) Tarea 3: unir paso 2 y 3, con marcha y ejecución bilateral Tarea 4: unir paso 1, 2 y 3, con marcha inicial y ejecución bilateral Para la realización de estas tareas se dará aproximadamente 8 a 10 min. Importante que halla acompañamiento musical de fondo y para todo el grupo de estudiantes. Finalizado el tiempo se prosigue a través del estilo de mando directo, con la ejecución de las tareas con todos los estudiantes de forma sincronizada, guiadas por el docente, durante un tiempo aproximado de 10 minutos, sin olvidar el acompañamiento musical. **Paso 4: "Rodilla"** Se aplica la misma dinámica de trabajo del paso 1 Tareas; • Memorizar paso 4 de forma unilateral • Memorizar paso 4, con marcha y ejecución bilateral • Unir paso 3 y 4, con marcha de inicio y ejecución bilateral • Unir paso 1, 2, 3 y 4, con marcha de inicio.	 Fuente OpenAI. (2024). ChatGPT.  Fuente: https://fc.cx/b/vU2I  Fuente:https://acortar.link/krFseW 

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

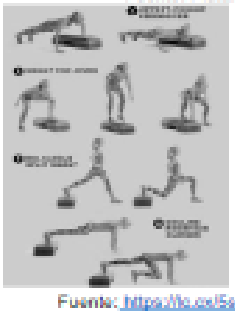
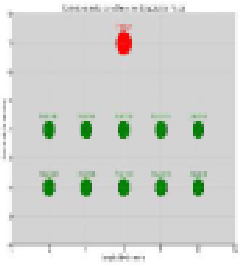
Contenido	Gráficos
Para el segundo momento, 10 minutos aproximadamente, de manera que el profesor guíe la ejecución de las tareas, en este espacio es importante el acompañamiento musical. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se presentan algunas observaciones y recomendaciones a tener en cuenta para la próxima clase. **Cierre** Se recogen los step, de manera que cada estudiante se encarga de ubicarlos en su respectivo puesto. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, PC, amplificador de sonido, plataforma Ovy, plataformas step, conos para señalización.
Evaluación	Heteroevaluación: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	El Step: Fundamentos técnicos y metodológicos. Vania Loureiro, Vera Simoes, Estefanía Castillo Viera. Tomado de https://acortar.link/Slxw38 https://www.youtube.com/watch?v=pFgW_9HBfsY https://acortar.link/LZUWn1

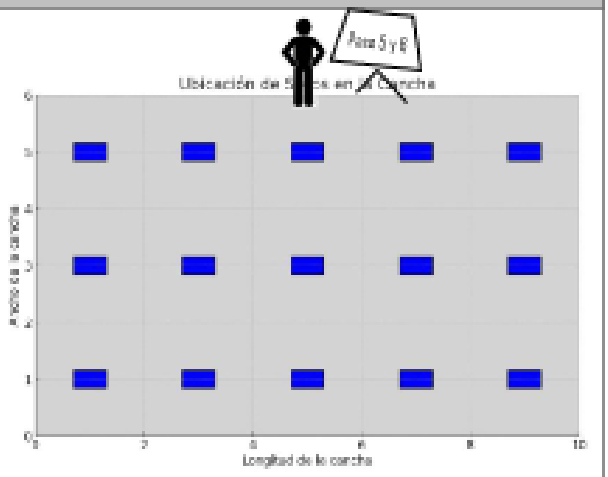
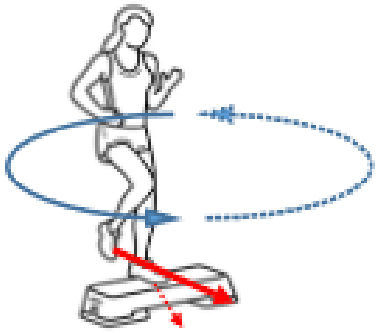
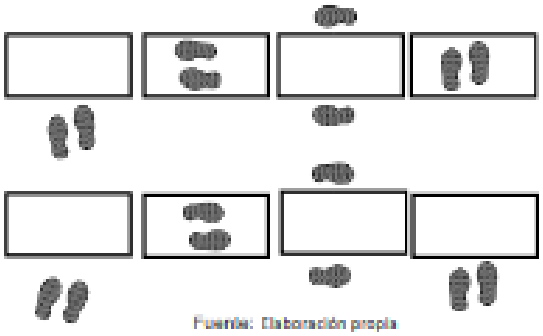
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	Práctica Integral II (Básica secundaria)	**Institución**	IE San Francisco de Sales
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	Carolina Duarte Chinchilla 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	10° 01, 03, 04, 05
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Expresivo Corporal Motriz y Axiológico Corporal	EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN CORPORAL	Participo en la presentación del montaje rítmico, proponiendo y reconociendo los aportes de los compañeros.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Expresión Corporal y Ritmo con Step**	Fundamentación – Pasos; 5 y 6 Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 29 a Mayo 03 (Semana 14)	Asimilar movimientos específicos de paso 5 "vuelta" y 6 "cruz" a través de la métrica con la plataforma step		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: Con formación de bloque (filas e hileras), de dos estudiantes por una plataforma, realizar los ejercicios señalados desde el tablero móvil, en esta ocasión los estudiantes deciden la intensidad de ejecución, ya sea por repeticiones o por tiempo, debe ser controlados por los compañeros. Para este espacio se dan 10 minutos en total • Estocadas • Escaladores • Flexiones de brazo • Saltos a uno y dos tiempos, step posición transversa • Ejercicios o movimientos libres o voluntarios dados por los estudiantes	 Fuente: Plataforma Institucional – Oxy   Fuente: https://lc.cx/Se7svQ OpenAI. (2024) ChatGPT.

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Con apoyo del tablero móvil, siempre es importante registrar grado, núcleo de formación, aprendizaje y actividad del día, colocando la fecha correspondiente. Esta corresponde al trabajo de fundamentación en los pasos: 5 y 6 **Paso 5**: "Vuelta" Se da inicio con la demostración del profesor, realizando varias repeticiones del paso en mención, insistiendo de manera verbal en el aspecto de la métrica musical, para el conteo de tiempos con relación al acompañamiento musical. Por los estilos de asignación de tareas y grupos reducidos, realizar: **Tarea 1**: memorizar paso 5 de forma unilateral, por lado derecho e izquierdo. **Tarea 2**: memorizar con marcha el paso 5 de forma completa (bilateralmente) **Tarea 3**: unir paso 4 y 5, con marcha y ejecución bilateral **Tarea 4**: unir paso 1, 2, 3, 4 y 3, con marcha inicial y ejecución bilateral Para la realización de estas tareas se dará aproximadamente 8 a 10 min. No olvidar el acompañamiento musical de fondo y para todo el grupo de estudiantes. Finalizado el tiempo se prosigue a través del estilo de mando directo, con la ejecución de las tareas con todos los estudiantes de forma sincronizada, guiadas por el docente, durante un tiempo aproximado de 10 minutos, sin olvidar el acompañamiento musical. **Paso 6**: "Cruz" Se aplica la misma dinámica de trabajo del paso anterior Tareas; • Memorizar paso 6 de forma unilateral • Memorizar paso 6, con marcha y ejecución bilateral • Unir paso 5 y 6, con marcha de inicio y ejecución bilateral • Unir paso 3, 4, 5 y 6, con marcha de inicio	 Fuente OpenAI. (2024). ChatGPT.  Fuente: https://k.co/YdK3lj  Fuente: Elaboración propia

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

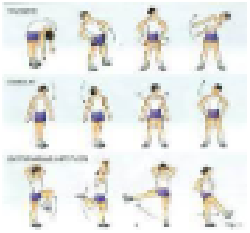
Contenido	Gráficos
• Unir paso 1, 2, 3, 4, 5 y 6, con marcha de inicio. Para el segundo momento, 15 minutos aproximadamente, de manera que el profesor guíe la ejecución de las tareas, en este espacio, se adiciona la sincronización por género, de manera que realizan la secuencia por separado niños y niñas, con la guía del profesor, finalmente se ejecutan por nivel de desempeño y mixto. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se presentan algunas observaciones y recomendaciones a tener en cuenta para la próxima clase. **Cierre** Se recogen los steps, de manera que cada estudiante se encarga de ubicarlos en su respectivo puesto. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, PC, amplificador de sonido, plataforma Ovy, plataformas step, conos para señalización.
Evaluación	Heteroevaluación: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografia	El Step: Fundamentos técnicos y metodológicos. Vania Loureiro, Vera Simoes, Estefanía Castillo Viera. Tomado de https://acortar.link/SIxw38 https://www.youtube.com/watch?v=pFgW_9HBfsY https://acortar.link/LZUWn1

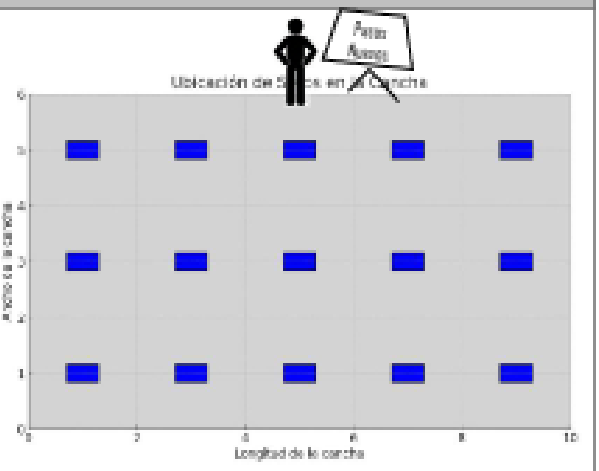
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Darío Silva Castillo

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**10° 01, 03, 04, 05**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Expresivo Corporal Motriz y Axiológico Corporal	EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN CORPORAL	Participo en la presentación del montaje rítmico, proponiendo y reconociendo los aportes de los compañeros.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Expresión Corporal y Ritmo con Step**	Fundamentación – Pasos nuevos Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Mayo 06 a 17 (Semana 15 y 16)	Aportar nuevos movimientos a la secuencia de pasos a partir de la creatividad e iniciativa del estudiante en trabajo de equipos de hasta cinco integrantes		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: En equipos de trabajo de hasta cinco integrantes, los cuales se ubican en un espacio determinado por el profesor, se les orienta realizar los siguientes movimientos antes de dar inicio al aporte de nuevos pasos, estos en un tiempo aproximado de 7 minutos • Estiramiento suave de extremidades, superiores e inferiores • Estiramiento de tronco y cuello • Movilidad de articulaciones de rodilla, cadera, hombros y codos • Activación con sentadilla salto, con escaladores, con plancha isométrica y abdominales Crunch • Ejercicios o movimientos libres o voluntarios dados por los estudiantes	 Fuente: Plataforma Institucional – Ovy  Fuente: https://lc.cx/XjhOG

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Con apoyo del tablero móvil, siempre es importante registrar grado, núcleo de formación, aprendizaje y actividad del día, colocando la fecha correspondiente. Esta corresponde al trabajo de crear pasos nuevos desde la creatividad o iniciativa de los integrantes de cada equipo de trabajo. Para la realización de esta tarea se estipula un tiempo aproximado de hasta 40 minutos, dónde los estudiantes generen ideas e incluso profundicen o consulten en fuentes a través de la red, para implementar movimientos o pasos, a la secuencia ya trabajada en las anteriores clases. Importante la coordinación individual y la sincronización entre todos los involucrados. El profesor tendrá disponible ayuda del video beam e internet, disponible en un lugar de la práctica, para ser empleado en ayudas y orientaciones particulares. De igual manera, muy pertinente visitar los lugares de trabajo de los equipos, con el objeto de dar pautas, para disuadir dudas e inquietudes, cómo también para asesorar dificultades de coordinación o ejecución de movimientos. Antes de culminar el tiempo, los equipos de trabajo deben presentar la secuencia de 4 pasos nuevos, ejecutando en grupo, intentando demostrar la coordinación y sincronización requerida. **Cierre** Se recogen los steps, de manera que cada estudiante se encarga de ubicarlos en su respectivo puesto. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	 Fuente: OpenAI. (2024). ChatGPT. 

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, PC, amplificador de sonido, plataforma Ovy, plataformas step, conos para señalización.
Evaluación	Heteroevaluación: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	El Step: Fundamentos técnicos y metodológicos. Vania Loureiro, Vera Simoes, Estefanía Castillo Viera. Tomado de https://acortar.link/Slxw38 https://www.youtube.com/watch?v=pFgW_9HBfsY https://acortar.link/LZUWn1

Los planeadores: **Propuesta de Investigación Pedagógica Formativa**;

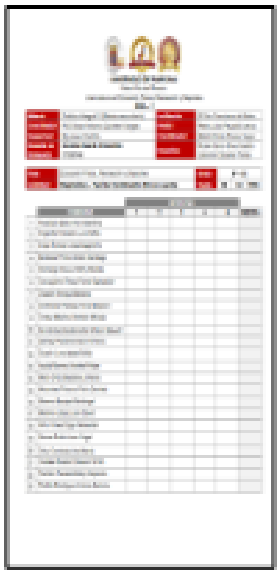
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9°- 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Diagnóstica – Test de coordinación DG con cuerda / Planilla de registro	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 08 a 12 (Semana 11)	Determinar estados de coordinación dinámica general mediante intentos válidos o nulos en el test DG con cuerda		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el aula de clase, saludo y buenas tardes. Disposiciones generales; vestuario y desplazamiento al espacio físico de trabajo. Sentados en el lugar de trabajo, verificación y toma de asistencia, orientaciones pertinentes y ruta de la clase. Acondicionamiento neuromuscular: • Movilidad articular; miembros inferiores, cintura escapular, miembros superiores y cuello • Elongación preventiva; isquiotibiales, cuádriceps, gastrocnemios, recto del abdomen, espalda baja, tríceps y antebrazo • Activación; skipping bajo y moderado, elevación de talones, sentadillas, saltos de jumping jacks, saltos verticales en extensión.	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Tomado de: https://lc.cx/ZSu61R

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

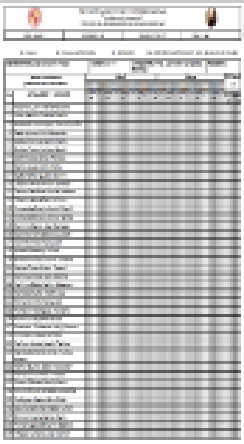
Contenido	Gráficos
Desarrollo Test de Coordinación DG con cuerda: Socialización de la dinámica de la actividad; entrega del documento para registro del desempeño (instrumento de evaluación → planilla), lectura del contenido apoyado desde la proyección visual a través de video beam y del mismo documento, demostración básica por la docente y finalmente visualización a través de un video del ejemplo de la ejecución del test. Aclaración y respuesta a dudas e inquietudes. Seguidamente se procede a llamar individualmente de acuerdo al orden de lista de curso para la ejecución del test, finalizado el mismo, diligencia la información requerida al respaldo del documento. **Cierre** Recolección del documento de registro del desempeño, seguidamente, se les expresa algunas observaciones reflexiones a tener en cuenta, de la misma forma se les brinda la oportunidad a los estudiantes de expresar cualquier inquietud o reflexión sobre el desarrollo de la actividad.	  Fuente: Elaboración propia  Fuente: https://www.youtube.com/watch?v=3M4V4GQetf4

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón, salón o aula de clase), video beam, PC, amplificador de sonido, planilla física de asistencia, documento físico de registro, cuerdas de 60 cm, conos de señalización.
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	https://www.efdeportes.com/efd74/coord.htm https://www.youtube.com/watch?v=3M4V4GQetf4

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	Carolina Duarte Chinchilla 37398748	**Docentes**	Rubén Darío Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9°- 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Fundamentación – Estilos de salto; 1 y 2 / Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 15 a 19 (Semana 12)	Asimilar movimientos específicos de los estilos determinados uno y dos de saltos con cuerda con oscilación hacia adelante		

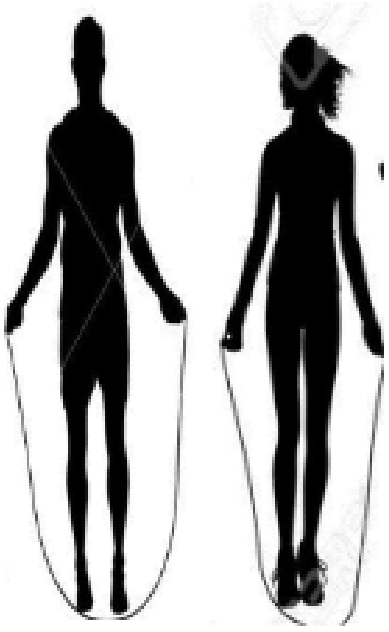
Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: De pie en formación dispersa alrededor del profesor, se realizan movimientos articulares a través de orden directa y guiados por el mismo docente. Seguidamente van los estiramientos con la misma metodología guiada, enfatizando estos en músculos de muslos, piernas, abdomen y espalda y finalmente las extremidades superiores. Para culminar este momento, se llevan a cabo de la misma manera, repeticiones de sentadillas normales, de sumo, saltos de jumping jacks, plancha y push ups o flexiones de brazo.	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Fuente: https://acortar.link/zlGofR

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Con apoyo de un tablero móvil se escribe el núcleo, el aprendizaje y la actividad del día. Esta corresponde al trabajo de fundamentación en los estilos: 1 y 2 Estilos de salto; **Estilo 1: Pies juntos, un rebote** Se solicita leer el nombre del estilo, de inmediato, se abre el espacio para que algún estudiante voluntario ejecute el estilo sin la demostración del profesor, solicitando de tres a cinco repeticiones por el momento. Se prosigue con la demostración del profesor, dejando claro que la intensidad de ejecución es irrelevante, se puede hacer de manera lenta o rápida. Enfatizar en que la oscilación de la cuerda determina las repeticiones de ejecución. A continuación, se escriben en el tablero las tareas a realizar Tareas: • 5 repeticiones • 10 repeticiones • 15 repeticiones • 20 repeticiones Se conforman equipos de trabajo de dos estudiantes, preferiblemente un niño con una niña, hasta dónde sea posible. Cada pareja con una cuerda, de manera que se distribuye equitativamente entre cuerdas de color azul y las de color rojo, asignando la mitad del escenario para un color y la otra mitad para el otro. Se brinda espacio de tiempo para las tareas de aproximadamente 7 minutos. Importante señalar que el uso de la cuerda es alternado entre los dos compañeros, durante el tiempo, se hacen observaciones o correcciones tanto a nivel grupal como particular. Finalizado el tiempo de trabajo, se forma un semicírculo en posición sentados, de manera voluntaria pasan estudiantes al frente de uno en uno y ejecutan una de las tareas de acuerdo al orden de las mismas.	 Fuente: https://www.pinturasmontana.com/superficies/pintar-una-cancha/  Fuente https://acortar.link/50loog  Fuente https://acortar.link/V1qRLH

alamy

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

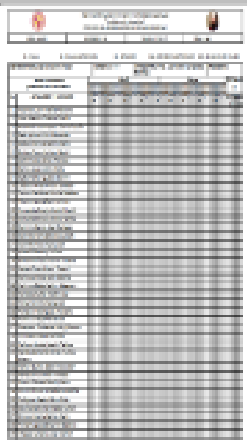
Contenido	Gráficos
Estilo 2: Pies juntos, dos rebotes Se aplica la misma metodología de trabajo que en el estilo 1. Leer el nombre, estudiante voluntario para hacer la demostración, luego la del profesor y se escriben en el tablero las tareas a realizar. Tareas; • 5 repeticiones • 10 repeticiones • 15 repeticiones • 20 repeticiones En estas se agrega una más, con el objeto de dar memoria motriz a la secuencia y trabajar en la coordinación pertinente • Unir E1 y E2 sin pausa de 5 repeticiones cada uno. De igual manera el espacio de trabajo y se dan 10 min para la práctica y realización de las tareas. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se cumple con la revisión de las tareas, demostraciones voluntarias y en orden de las mismas. **Cierre** Se recogen las cuerdas, de manera que un estudiante se encarga de las de color azul y otro las de color rojo. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	 Fuente https://acortar.link/wN8ZNA

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, planilla física de asistencia, cuerdas personales o de 3 m, conos o vallas de señalización
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	https://www.efdeportes.com/efd74/coord.htm https://todocomba.com/tipos-de-salto-a-la-cuerda/#google_vignette https://www.youtube.com/watch?v=qDSXvuYXd-w https://www.youtube.com/watch?v=Mir21GP6oBo

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Darío Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9° – 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Fundamentación – Estilos de salto; 3, 4 y 5 / Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 22 a 26 (Semana 13)	Asimilar movimientos específicos de los estilos determinados tres, cuatro y cinco de saltos con cuerda con oscilación hacia adelante		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: En grupos reducidos de seis estudiantes, realizar de manera de circuito los ejercicios relacionados a continuación: 1. Estocadas con derecha e izquierda 2. Extensiones de cadera 3. Escaladores con apoyo manual 4. Abdomen bajo elevando tronco y extremidades 5. Crunch de piernas 6. Abdomen tipo bicicleta De manera que roten entre sí para ejecutar cada ejercicio, en tiempos de 30 segundos de acción por 30 segundos de recuperación.	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Fuente: https://www.freepik.es/vectores/silueta-entrenamiento-funcional/2

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Registrar en tablero móvil; grado, competencia, núcleo de formación, aprendizaje o unidad temática en desarrollo. El trabajo específico comprende a los estilos 3, 4 y 5. **Estilo 3: Un pie, un rebote (pata sola)** Con la metodología de trabajo que caracteriza el aprendizaje, se solicita leer el nombre del estilo, de inmediato, se abre el espacio para que algún estudiante voluntario ejecute el mismo sin la demostración del profesor, requiriendo de tres a cinco repeticiones por el momento. Se prosigue con la demostración del profesor, dejando claro que la intensidad de ejecución es irrelevante, se puede hacer de manera lenta o rápida. Enfatizar en que la oscilación de la cuerda determina las repeticiones de ejecución. A continuación, se escriben en el tablero las tareas a realizar Tareas: • 5 repeticiones con derecho, pausa y luego el izquierdo o viceversa • 5 repeticiones con cada pie, sin pausa • Unir E1, E2 y E3 de 5 repeticiones cada uno En la misma metodología de trabajo en grupos reducidos de dos compañeros, preferiblemente un niño y una niña, hasta donde sea posible. Se entregan las cuerdas determinando el lugar de práctica de acuerdo al color de la cuerda. Se da un tiempo aproximado de 5 minutos para la ejecución de las tareas asignadas. Recordarles a los estudiantes el uso alternado de la cuerda entre parejas, no avanzar a la siguiente tarea hasta no superar la anterior. Cumplido el tiempo de trabajo, se da el llamado de los estudiantes en la formación de semicírculo y sentados, para proceder a la revisión de las tareas, esta de manera voluntaria y en la orden determinada. En caso que un voluntario no cumpla con la tarea en dos intentos, pasa a colaborarle el compañero de trabajo.	 Fuente: https://www.pinturasmontana.com/superficies/pintar-una-cancha/  Fuente: https://lc.cx/cCyo29  Fuente https://lc.cx/N_Gb8d

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Estilo 4: Un pie, dos rebotes (pata sola dos rebotes) Tareas; • 5 repeticiones con pie derecho, pausa, y 5 con izquierdo • 5 repeticiones con pie derecho y 5 con izquierdo (Sin pausa) • Unir E3 y E4, de 5 repeticiones cada uno sin pausa • Unir E1, E2, E3 y E4, de 5 repeticiones cada uno y sin pausa De igual manera el espacio de trabajo y se dan 8 a 10 min para la práctica y realización de las tareas. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se cumple con la revisión de las tareas, demostraciones voluntarias y en orden de las mismas. **Estilo 5: Alternado o skipping (uno o dos rebotes)** Tareas; • 5 repeticiones con un rebote • 5 repeticiones con dos rebotes • Unir E4 y E5, de 5 repeticiones cada uno sin pausa • Unir E3, E4 y E5, de 5 repeticiones cada uno y sin pausa • Unir E2, E3, E4 y E5, de 5 repeticiones cada uno y sin pausa • Unir E1, E2, E3, E4 y E5, de 5 repeticiones cada uno y sin pausa De igual manera el espacio de trabajo y se dan 10 min para la práctica y realización de las tareas. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se cumple con la revisión de las tareas, demostraciones voluntarias y en orden de las mismas **Cierre** Se recogen las cuerdas, de manera que un estudiante se encarga de las de color azul y otro las de color rojo. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	 Fuente https://lc.cx/8ccvvi  Fuente https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-comba

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, planilla física de asistencia, cuerdas personales o de 3 m, conos o vallas de señalización
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-comba https://todocomba.com/tipos-de-salto-a-la-cuerda/#google_vignette https://www.youtube.com/watch?v=qDSXvuYXd-w

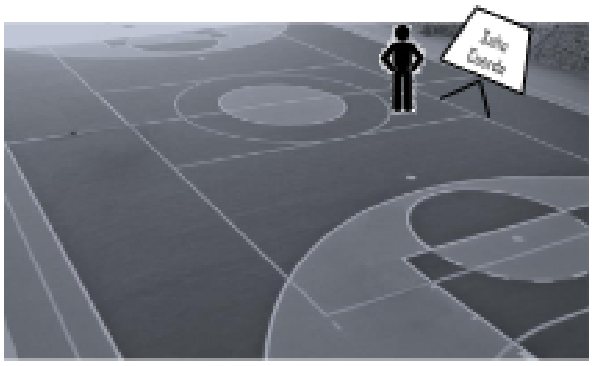
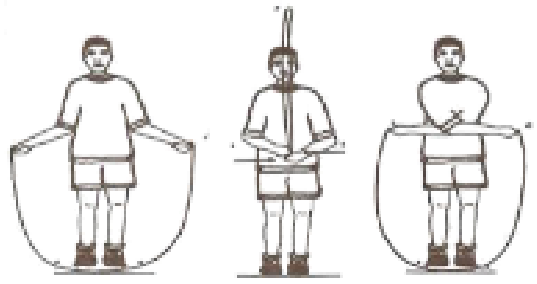
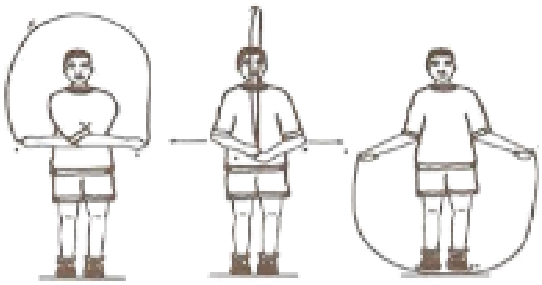
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

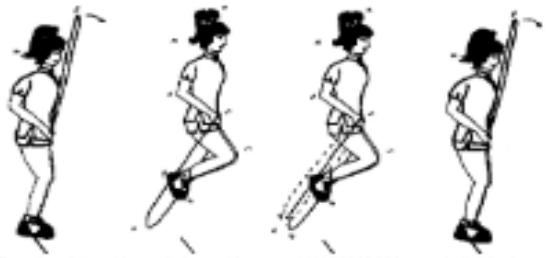
Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9° – 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Fundamentación – Estilos de salto; 6 y 7 / Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 29 a Mayo 03 (Semana 14)	Asimilar movimientos específicos de los estilos determinados seis y siete de saltos con cuerda con oscilación hacia adelante		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: Se conforman las parejas de trabajo (mixtas en lo posible), se ubican en el escenario formando dos filas a ancho de la cancha, de manera que los niños se ubiquen en primera fila y las niñas detrás. Ejecutan alternadamente a través del mando directo del profesor los siguientes movimientos y desplazamientos de línea lateral a línea lateral de ida y vuelta, en el respectivo orden: 1. Caminando frontalmente 2. Caminando a paso largo, pero lentamente 3. Caminando en punta de pies 4. Trotando lentamente 5. Trotando a paso moderado 6. Salticos en un pie, retorno cambia de pie 7. Saltos a pies juntos	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Fuente: https://libreriacad.com/dwg/cancha-multifuncional-3d/

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Importante registrar en tablero móvil; grado, competencia, núcleo de formación, aprendizaje o unidad temática en desarrollo, actividad del día. El trabajo específico comprende a los estilos 6 y 7. **Estilo 6: Cruzado a dos pies (uno o en dos rebotes)** Con la metodología de trabajo que caracteriza el aprendizaje, se solicita leer el nombre del estilo, de inmediato, se abre el espacio para que algún estudiante voluntario ejecute el mismo sin la demostración del profesor, requiriendo uno o dos repeticiones. Se prosigue con la demostración del profesor, dejando claro que la intensidad de ejecución es irrelevante, se puede hacer de manera lenta o rápida. Enfatizar en la decisión del estudiante en cuanto a ejecutarlo: en un rebote, a dos rebotes, con o sin descruce, de igual manera en completar las repeticiones con pausa en el consecutivo, pero sin detener la oscilación de la cuerda. A continuación, se escriben en el tablero las tareas a realizar Tareas: • Memorizar movimientos de extremidades superiores sin cuerda • El anterior, pero agregando salto a pies juntos • Memorizar movimientos con la oscilación de la cuerda, pero sin salto • El anterior, pero adiciona paulatinamente el salto • Intentar el mayor número de repeticiones • Unir E5 y E6, de 5 repeticiones cada uno • Unir E4, E5 y E6, de 5 repeticiones cada uno • Unir E1 al E8, de 5 repeticiones cada uno En la metodología de trabajo de parejas mixtas, se entregan las cuerdas determinando el lugar de práctica de acuerdo al color de la cuerda. Se da un tiempo aproximado de 10 minutos para la ejecución de las tareas asignadas.	 Fuente: https://www.pinturasmontana.com/superficies/pintar-una-cancha/   Fuente: https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-cumba

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Recordarles a los estudiantes el uso alternado de la cuerda entre parejas, no avanzar a la siguiente tarea hasta no superar la anterior. Cumplido el tiempo de trabajo, se da el llamado de los estudiantes en la formación de semicírculo y sentados, para proceder a la revisión de las tareas, esta de manera voluntaria y en el orden determinado. En caso que un voluntario no cumpla con la tarea en dos intentos, pasa a colaborarle el compañero de trabajo. **Estilo 7: Doble vuelta** **Tareas;** • Memorizar movimientos de extremidades superiores sin cuerda • El anterior, pero agregando salto a pies juntos y palmaditas con cada mano en los costados de la cadera respectivamente • Memorizar movimientos de la oscilación de cuerda, sujeta por los extremos en una sola mano, con la otra se dan las palmaditas • Intentar conseguir una repetición del estilo • Unir E6 y E7, de 3 y 1 repetición respectivamente • Unir E4, E5, E6 y E7, de 5 repeticiones cada uno, excepto los dos últimos • Unir E1 al E7, de 5 repeticiones cada uno De igual manera el espacio de trabajo y se dan 10 minutos aproximadamente para la práctica y realización de las tareas. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se cumple con la revisión de las tareas, demostraciones voluntarias y en orden de las mismas. **Cierre** Se recogen las cuerdas, de manera que un estudiante se encarga de las de color azul y otro las de color rojo. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	 Fuente: https://lc.cx/N_6b8d  Fuente: https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-comba  Fuente https://lc.cx/8tcvvi

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, planilla física de asistencia, cuerdas personales o de 3 m, conos o vallas de señalización
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-comba https://todocomba.com/tipos-de-salto-a-la-cuerda/#google_vignette https://www.youtube.com/watch?v=qDSXvuYXd-w

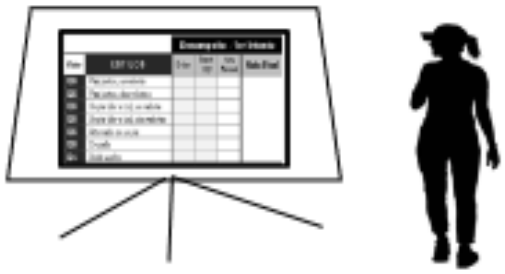
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9° – 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Prueba Institucional: Prueba de Ejecución / Evidencia: Directa; Instrumento de registro	
Fecha	**Objetivo**		
Mayo 06 a 17 (Semana 15 y 16)	Realizar la Prueba Institucional pertinente al primer periodo del área de Educación Física, Recreación y Deportes de acuerdo a los indicadores y criterios acordados		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la actividad. Acondicionamiento neuromuscular: Se registra en el tablero móvil breve lista de ejercicios recomendados para ejecutar alternadamente entre las parejas conformadas, indicando que se ubican en espacios separados dentro de la cancha o patio, que lo pueden realizar por repeticiones, por lapsos cortos de 20 segundos, o a su criterio, el total de tiempo máximo para este espacio 10 minutos. • Jumping Jacks • Sentadillas de media flexión • Estocadas con pie adelante • Abdominales Crunch • Elevaciones de talones • Escaladores • Fondos – flexiones de codo para tríceps	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Fuente: https://librerilocad.com/dwg/cancha-multifuncional-3d/

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

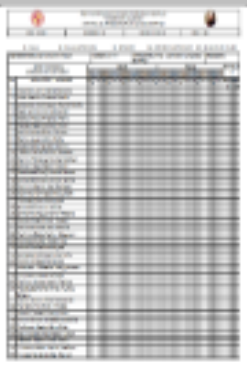
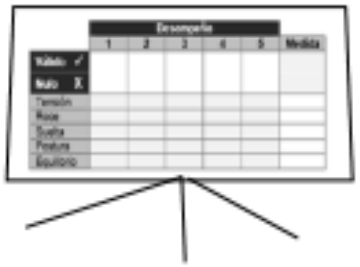
Contenido	Gráficos
Desarrollo En esta ocasión es supremamente importante dibujar en el tablero móvil la tabla o cuadro para registro del desempeño, esta es igual a la del instrumento de evaluación. En la medida que el estudiante avance en la ejecución secuencial de estilos, a la par se registra en el tablero, un estudiante se encarga del rol de registro en el instrumento o del tablero, el profesor ejecuta la otra tarea. Finalizado el acondicionamiento neuromuscular, se facilitan las cuerdas para brindar espacio de poner a tono la prueba como tal, este momento es aproximadamente de 10 minutos, los cuales deben practicar fuera de la zona o espacio de la prueba. Pasado los minutos otorgados para prepararse, se concentran los estudiantes alrededor de la zona de presentación, de manera que de un lado queden niñas y del otro lado los niños, intercalando el turno van pasando a presentar la prueba, no sin antes recordarles que son dos intentos y el mejor de ellos será la valoración de acuerdo a la escala de calificación acordada. El estudiante que presente un desempeño bajo, tendrá la oportunidad de un tercer intento en la siguiente clase, de igual manera para aquellos que deseen mejorar su rendimiento. **Cierre** Estudiante que finalice su presentación y obtenga valoración mayor a la nota mínima de aprobación, puede retirarse a realizar deporte, los que no logren superar la nota de 3,0 deben tomar cuerda y dedicar tiempo a practicar su siguiente intento.	 Fuente: Elaboración propia  Fuente: Elaboración propia

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, plataforma institucional de calificaciones, planilla física de asistencia, cuerdas personales o de 3 m, conos o vallas de señalización
Evaluación	Por parte del Docente: Prueba de ejecución, con instrumento de registro del desempeño en la dimensión del HACER: Cada estilo con valor de 0,6 y el estilo de doble vuelta con valor de 0,4. La calificación inicia desde 1,0 como indica el SIES.
Bibliografía	Sistema de Evaluación De Salista https://lc.cx/6QmYni MEN. (2008). *Evaluación para los aprendizajes* https://lc.cx/z7qCVT Araguas, R.(2009*). La evaluación formativa en Educación Física.* https://lc.cx/-s0KoZ

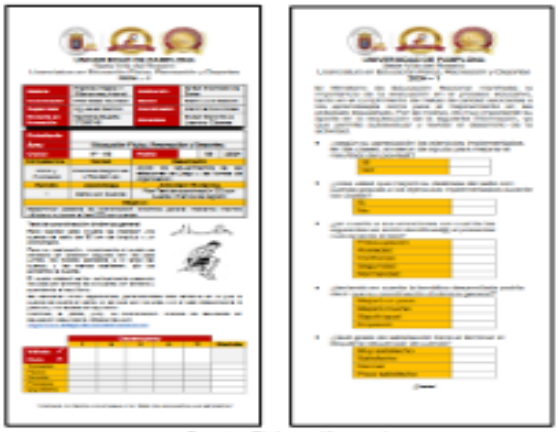
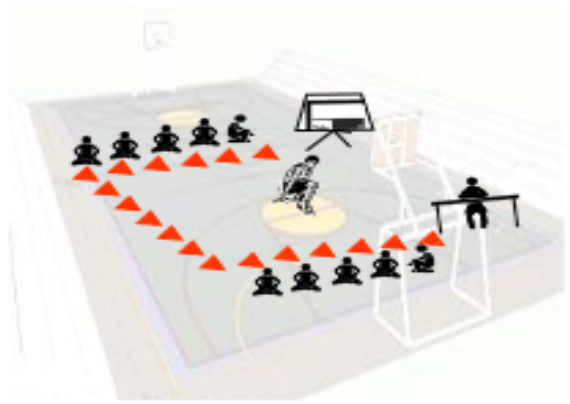
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9° – 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Post Test: Test de coordinación DG con cuerda / Evidencia: Directa; Instrumento de registro	
Fecha	**Objetivo**		
Mayo 20 a 24 (Semana 17)	Realizar el Post Test de coordinación dinámica general (DG) con cuerda a los estudiantes de grado noveno cero tres (9°03) de la IE San Francisco De Sales		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la actividad. Siempre en lo posible sí se tiene el recurso, apuntar en el tablero la competencia, el núcleo de formación, el aprendizaje en desarrollo, la actividad del día. Al igual que con la actividad anterior, muy pertinente dibujar en el tablero, la parte que corresponde al registro del desempeño en la ejecución del test, de manera que el estudiante pueda visualizar permanentemente lo que se va a realizar. En esta ocasión para el Post Test, se tiene un documento particular de registro del desempeño, de manera que cada estudiante tiene el suyo, dado que, al respaldo del mismo, se tiene unos interrogantes que sería de gran interés conocer el aporte de los mismos jóvenes.	 Fuente: Plataforma Institucional - Ovy   Fuente: Elaboración propia

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Acondicionamiento neuromuscular: En esta oportunidad se lleva a cabo con 10 minutos de práctica de la secuencia de estilos de salto con cuerda, tanto los desarrollados en clase, cómo otros que los estudiantes manejen o dominen. El material es una cuerda por parejas y se lleva a cabo fuera de la zona de presentación del test. Aquellos estudiantes que desean ejecutar otros movimientos o ejercicios para este momento, se les brinda el apoyo que necesiten. **Desarrollo** Finalizado el acondicionamiento neuromuscular, se recoge el material y los estudiantes se ubican cómo en la prueba institucional, de manera que alternadamente pasan a ejecutar el test un caballero y seguidamente una niña. A la indicación del docente, se prepara el primer caballero y se alista la niña a continuar, de esa manera se prosigue hasta presentar todos los estudiantes el test.  Fuente: Elaboración propia **Cierre** Estudiante que finalice el Test, recibe el documento, verifica su desempeño y da el aporte con relación a los interrogantes planteados al respaldo.	 Fuente: https://libreriacad.com/dwg/cancha-multifuncional-3d/  Fuente: https://libreriacad.com/dwg/cancha-multifuncional-3d/

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, plataforma institucional de calificaciones, planilla física de asistencia, cuerdas de 60 cm, conos o vallas de señalización.
Evaluación	Por parte del Docente: Prueba de ejecución, documento de registro del desempeño. Saltos válidos o Saltos Nulos
Bibliografía	Martínez, E. (2004, julio). *La Coordinación. Análisis de resultados en educación secundaria*. efedportes.com https://www.efdeportes.com/efd74/coord.htm Sánchez, J. (2011). La coordinación dinámica general. Efedeportes.com Revista Digital Año 16 N° 157 https://www.efdeportes.com/efd157/la-coordinacion-dinamica-general.htm https://www.efdeportes.com/efd74/coord.htm https://www.youtube.com/watch?v=3M4V4GQetf4

EVALUACIÓN

Evaluación inicial

Al llegar a la Institución Educativa San Francisco de Sales, se realiza en la primera semana una observación directa con los estudiantes de secundaria, y al percibir la opinión del docente a cargo de los grados decimos, sobre la desatención hacía la competencia de expresivo corporal, el docente solicita realizar una dinámica para la expresión y comunicación corporal que se pueda realizar con ellos en clase, esto para visualizar la capacidad gestual y su grado de aceptación de diferentes situaciones expresivas, para lo cual el docente no se equivoca y se deja ver entre los estudiantes condición de vergüenza, timidez e inseguridad que coarta la comunicación no verbal con sus compañeros y docentes.

Con base en lo anterior, surge la idea de ajustar una propuesta que permita, por una parte, dar continuidad a la planeación del docente y por otra, desarrollar un aprendizaje que consienta ideas de docentes y el aporte de los estudiantes para fortalecer la competencia expresivo corporal, evidente en las Orientaciones curriculares para la educación física, recreación y deportes en educación básica y media, del Ministerio de Educación Nacional. Documento que detalla los respectivos núcleos de formación, desempeños por conjunto de grados y las orientaciones metodológicas para el maestro y en estas enfatiza en el trabajo y creación de movimientos y esquemas corporales que puedan relacionarse con objetos y la música.

Evaluación final

Una vez culminada la planeación en ejecución de esquemas rítmicos con ayuda de los step, según la necesidad se puede observar de forma directa que algunos estudiantes han dado rienda suelta a su imaginación y se permite denotar una mejora en su expresión, dando una

actitud positiva ante las distintas situaciones presentadas durante la practica de dicho esquema, proponiendo nuevos movimientos que desarrollan de forma reveladora la coordinación del cuerpo, mente, tiempo y espacio a través del ritmo. A pesar del corto tiempo con el que se cuenta para dar resultados de impacto, es clara la evolución ejercida por los estudiantes, ya que ellos mismos comienzan a descubrir posibilidades de mejora, creando en ellos seguridad y espontaneidad para enfrentar cualquier situación a lo largo de su existir.

Cada estudiante presenta y deja ver una capacidad de resolver problemas lo que implica que este mismo deja entrever, confianza, fluidez y deseos de seguir trabajando en el progreso de sus expresiones. Durante la ejecución de lo propuesto se puede afirmar la complejidad de lograr que el estudiante rompa su timidez lo cual se logra alternando ejercicios progresivos expresivos que permitan una relación fluida entre el estudiante, el step y la música. Importante mencionar la incorporación de elementos que permitan apoyar en la ejecución de manera par que este deposite su confianza, logre ser mas expresivo y deje de lado la timidez e inseguridad reflejada al principio. Es de gran satisfacción ver lo que se puede lograr en el área de la Educación Física, el impacto que emerge de esta y el cambio obtenido por consecuencia a una necesidad que se desea reemplazar.

CAPÍTULO IV

Actividades Interinstitucionales

	Celebración día internacional de la mujer (09 de Marzo/ 2024)
	la final de fútbol juegos Intercolegiados (11 de abril/ 2024)
	Dia internacional del agua (19 de Abril/2024)

	Izada de bandera, día del idioma (23 de Abril/ 2024)
	Celebración día del maestro (15 de Mayo/2024)
	Fiesta de María auxiliadora (24 de Mayo / 2024)

CAPÍTULO V

Formatos de evaluación

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. **Rol en la Institución**
   - Pertenencia con la institución
     Excelente
   - Da a conocer sus inquietudes
     Excelente
   - Cumple y respeta los conductos regulares
     Excelente
   - Interactúa y se relaciona con facilidad y adecuadamente
     Excelente
   - Su presentación personal es acorde a las situaciones de trabajo
     Excelente

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

3. **Organización**
   - Elabora y presenta su proyecto de desarrollo de área
     E
   - Lleva los diarios de campo-planes de unidad de clase
     E

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

4. **Ejecución**

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

5. **Control**

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

NOMBRE DEL SUPERVISOR: Rubén Dario Silva Castillo.
FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO: Carolina Duarte Chinchilla.
FECHA: Junio 06 de 2024.

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

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: Carolina Duarte Chinchilla
SUPERVISOR: Rubén Darío Silva Castillo
INSTITUCIÓN: IE San Francisco De Sales
FECHA: Junio 06 de 2024

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

OBSERVACIONES: Demuestra con fluidez las diversas funciones que se le asignan, toma iniciativas para el desarrollo de actividades, mantiene disciplina en su quehacer y con los estudiantes. El compromiso con la educación va más allá del aula, busca oportunidades para mejorar y crecer profesionalmente.

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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: Carolina Duarte Chinchilla
SUPERVISOR: Rubén Darío Silva Castillo
INSTITUCIÓN: IE San Francisco de Sales
CURSO: Práctica II FECHA: Junio 06 de 2024

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	5.0	1,5
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	5.0	2.5
III. EXTRACURRICULAR	20%	5.0	1,0
	NOTA DEFINITIVA		5.0

OBSERVACIONES ESPECIALES:
Es un honor destacar las cualidades y el desempeño sobresaliente de la Docente en formación Carolina Duarte, ha demostrado ser una persona excepcional, manifestando respeto a los demás como a su entorno. Su conducta ejemplar inspira constantemente, ha sido un privilegio interactuar con ella en esta etapa de su formación.

ALUMNO – MAESTRO: Carolina Duarte Chinchilla.

SUPERVISOR: Rubén Darío Silva.

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL ALUMNO – MAESTRO

NOMBRE ESTUDIANTE: Carolina Duarte chinchilla
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: I E San Francisco De Sales.
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Rubén Darío Silva Castillo

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. De la Institución de Práctica

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

2. De la Universidad

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

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

3. **Formación profesional y personal.**

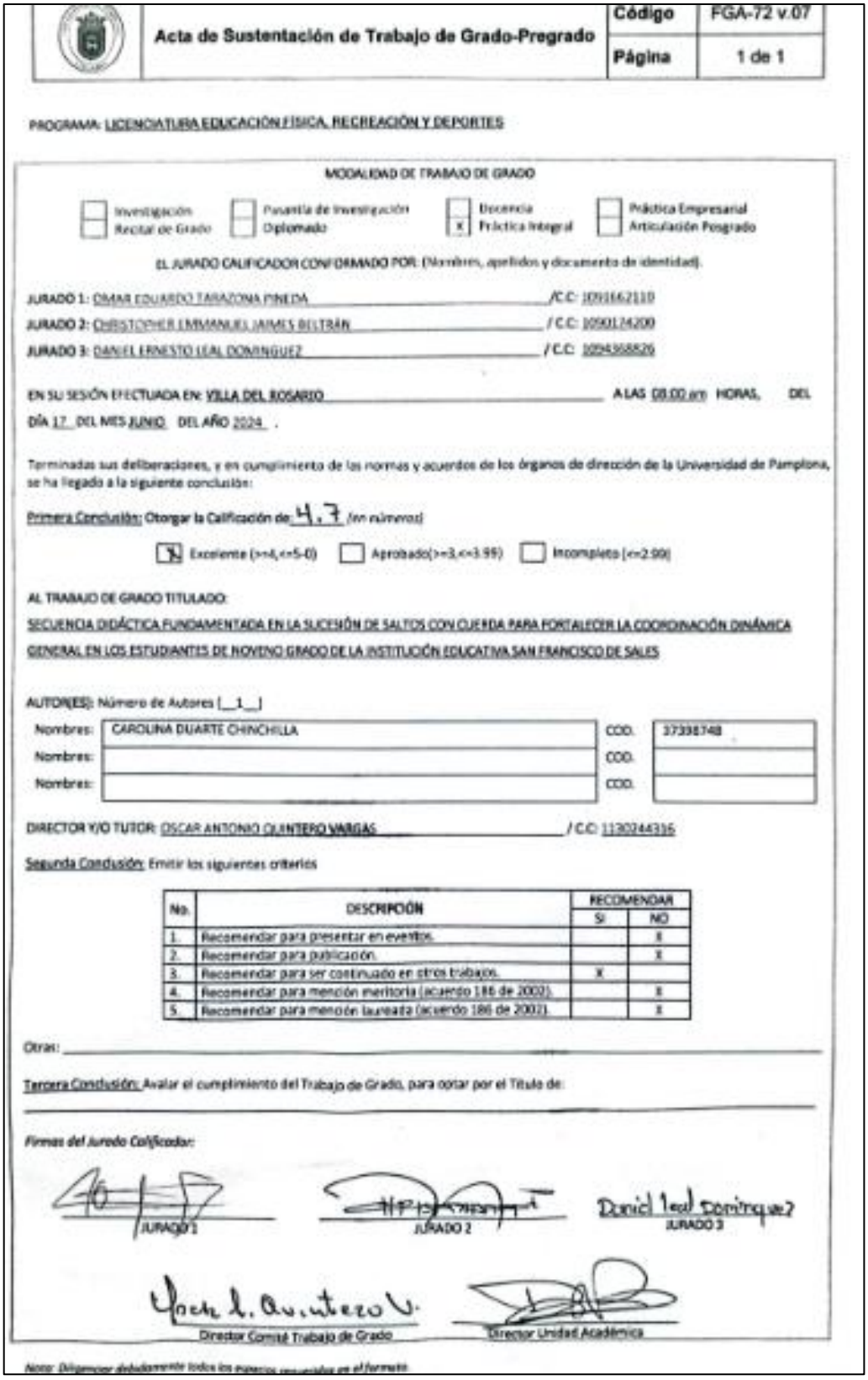
- A través de la práctica tuve mayor conocimiento de mis debilidades y fortalezas. E
- La practica me ayudo a ser autónomo en mis decisiones. E
- Logre un sentido de pertenencia con la institución E
- Las relaciones personales e interpersonales fueron provechosas y productivas. E
- Los objetivos propuestos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

SUGERENCIAS:

FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO: Carolina Duarte Chinchilla

FECHA: 06 - Junio - 2024

Acta de sustentación de trabajo de grado-pregrado



	Acta de Sustentación de Trabajo de Grado-Pregrado	Código	FGA-72 v.07
		Página	1 de 1

PROGRAMA: LICENCIATURA EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

MODALIDAD DE TRABAJO DE GRADO

[ ] Investigación	[ ] Pasantía de Investigación	[ ] Docencia	[ ] Práctica Empresarial
[ ] Recital de Grado	[ ] Diplomado	[x] Práctica Integral	[ ] Articulación Posgrado

EL JURADO CALIFICADOR CONFORMADO POR: (Nombres, apellidos y documento de identidad).

JURADO 1: OMAR EDUARDO TARAZONA PINEDA /C.C: 1091662110

JURADO 2: CHRISTOPHER EMMANUEL JAIMES BELTRÁN / C.C: 1090174200

JURADO 3: DANIEL ERNESTO LEAL DOMINGUEZ / C.C: 1094968826

EN SU SESIÓN EFECTUADA EN: VILLA DEL ROSARIO A LAS 08:00 am HORAS, DEL DÍA 17 DEL MES JUNIO DEL AÑO 2024 .

Terminadas sus deliberaciones, y en cumplimiento de las normas y acuerdos de los órganos de dirección de la Universidad de Pamplona, se ha llegado a la siguiente conclusión:

Primera Conclusión: Otorgar la Calificación de 4,7 (en números)

[x] Excelente (>=4,<=5-0) [ ] Aprobado(>=3,<=3.99) [ ] Incompleto (<=2.99)

AL TRABAJO DE GRADO TITULADO:

SECUENCIA DIDÁCTICA FUNDAMENTADA EN LA SUCESIÓN DE SALTOS CON CUERDA PARA FORTALECER LA COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL EN LOS ESTUDIANTES DE NOVENO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE SALES

AUTOR(ES): Número de Autores [__1__]

Nombres:	CAROLINA DUARTE CHINCHILLA	COD.	37338748
Nombres:		COD.	
Nombres:		COD.	

DIRECTOR Y/O TUTOR: OSCAR ANTONIO QUINTERO VARGAS / C.C: 1130244316

Segunda Conclusión: Emitir los siguientes criterios

No.	DESCRIPCIÓN	RECOMENDAR SI	RECOMENDAR NO
1.	Recomendar para presentar en eventos.		X
2.	Recomendar para publicación.		X
3.	Recomendar para ser continuado en otros trabajos.	X	
4.	Recomendar para mención meritoria (acuerdo 186 de 2003).		X
5.	Recomendar para mención laureada (acuerdo 186 de 2003).		X

Otras: _____

Tercera Conclusión: Avalar el cumplimiento del Trabajo de Grado, para optar por el Título de:

_____

Firmas del Jurado Calificador:

JURADO 1 JURADO 2 JURADO 3

Director Comité Trabajo de Grado Director Unidad Académica

Nota: Diligenciar debidamente todos los espacios requeridos en el formato

FASE 2

PROPUESTA DE

INVESTIGACIÓN PEDAGÓGICA

FORMATIVA

SECUENCIA DIDÁCTICA FUNDAMENTADA EN LA SUCESIÓN DE SALTOS CON CUERDA PARA FORTALECER LA COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL EN LOS ESTUDIANTES DE NOVENO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE SALES

Presentado por:

CAROLINA DUARTE CHINCHILLA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

PRÁCTICA INTEGRAL I “BÁSICA SECUNDARIA”

AMPLIACIÓN VILLA DEL ROSARIO

2024-1

SECUENCIA DIDÁCTICA FUNDAMENTADA EN LA SUCESIÓN DE SALTOS CON CUERDA PARA FORTALECER LA COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL EN LOS ESTUDIANTES DE NOVENO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN FRANCISCO DE SALES

Presentado por:

CAROLINA DUARTE CHINCHILLA

Docente asesor de práctica:

PHD. OSCAR ANTONIO QUINTERO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

PRÁCTICA INTEGRAL II “BÁSICA SECUNDARIA”

AMPLIACIÓN VILLA DEL ROSARIO

2024-1

Secuencia Didáctica Fundamentada en la Sucesión de Saltos con Cuerda para Fortalecer la Coordinación Dinámica General en los Estudiantes de Noveno Grado de la Institución Educativa San Francisco de Sales

Resumen

Como componente de las capacidades perceptivas se encuentra la coordinación dinámica general, la cual relaciona movimientos involuntarios, voluntarios y controlados que enmarcan el cuerpo humano, el movimiento como capacidad física natural surge de manera innata, pero esto no quiere decir que el cuerpo humano no necesite estimular ciertos movimientos. En el entorno educativo el movimiento juega un papel primordial y aún más en la educación física, de esta se derivan infinidades de oportunidades de enseñanza, por tanto, hay de donde escoger y mucho más cuando se dejan ver necesidades de aprendizaje, esto conlleva a observar una necesidad de trabajo de la coordinación en estudiantes de noveno grado por lo que se decide proponer en el presente trabajo una secuencia didáctica basada en un esquema de salto a la cuerda, que a través de un test de coordinación deje ver en alguna medida en la que se encuentra el estudiante para de ahí partir a plantear la estrategia de implementar medidas que ayuden al estudiante a mejorar su horizonte de coordinación.

Con ayuda del salto a la cuerda como instrumento educativo se pretende llevar esa coordinación a un nivel más desarrollado, lo que indica que luego de la aplicación de la secuencia se debe realizar nuevamente el test para evaluar los resultados e interpretarlos, a partir de estos establecer sí hay significancia o por el contrario se hace necesaria la implementación de otras estrategias para lograr el objetivo planteado.

TABLA DE CONTENIDO

Resumen 74

Introducción 77

CAPITULO I 78

Planteamiento del Problema 78

1.1 Descripción del Problema 78

1.2 Formulación del Problema 81

1.3 Justificación 82

1.4 OBJETIVOS ..... **¡Error! Marcador no definido.**

1.4.1 Objetivo General ..... **¡Error! Marcador no definido.**

1.4.2 Objetivo Específicos ..... **¡Error! Marcador no definido.**

CAPITULO II 83

Marco teórico 83

2.1 Antecedentes 83

2.2 Bases Teóricas (marco conceptual) 86

La educación 86

La educación física 87

Condición física ..... **¡Error! Marcador no definido.**

Condición físico-motora ..... **¡Error! Marcador no definido.**

Capacidades coordinativas 88

Coordinación dinámica general 88

El salto a la cuerda 89

2.3 Bases legales 90

Marco constitucional 90

Marco educativo normativo 90

3.MARCO METODOLÓGICO 92

3.1 Paradigma Investigativo 92

3.2 Tipo de investigación 93

3.3 Diseño de la investigación 93

3.4 Nivel de la investigación 94

3.5 Población y muestra 95

Población 95

Muestra 95

3.6 Recolección de datos 96

3.7 Análisis de los datos ..... **¡Error! Marcador no definido.**

Referencias bibliográficas 120

Anexos ..... **¡Error! Marcador no definido.**

Introducción

El estudiante se presenta cómo el elemento más importante de la educación, por tanto, todos los esfuerzos educativos giran en torno a ellos lo que conduce a variables constantes en el paso del tiempo. Contando con el movimiento que engloba su entorno corporal y esto hace que las necesidades se dejen visualizar en cuanto a esquemas posturales de movimiento, tiempo y espacio agregando instrumentos que enmarcan una mayor complejidad a la hora de combinar estas estructuras. Por tal motivo, con base a esas necesidades nacen un sinfín de oportunidades de mejora y desarrollo según su capacidad y habilidad. En las que se precisa mencionar la diferencia de cada mente y cuerpo, lo que implica la implementación de estrategias detalladas para nivelar esas capacidades, el ser humano se desarrolla de distintas formas, lo que para uno es difícil para el otro puede ser fácil y es ahí donde el educador físico entra a realizar un engranaje que permita esa nivelación general del estudiantado.

La educación física como entorno práctico se hace llamativa ante el estudiante, lo que permite una comunicación fluida y una oportunidad de llegar a él de forma divertida, lo que el estudiante necesita desarrollar con lo que le atrae, por esto es importante que el educador físico sea de mente abierta, innovador, solvente y conocedor de los innumerables aprendizajes con los que cuenta para estimular y potenciar el proceso de enseñanza y aprendizaje necesarios no solo en cuestión de educación si no que estos sea significativos, que le ayuden en diferentes contextos de su vida social ya que la educación física encierra todo el sistema corporal, mente, cuerpo, espíritu y pensamiento.

CAPÍTULO I

Planteamiento del Problema

1.1 Descripción del Problema

A través del tiempo se ha venido destacando la importancia del movimiento ya que surge de forma voluntaria desde las primeras semanas de gestación resaltando la necesidad de estímulos que complementen naturalmente la acción corporal requerida, de ahí que nace la idea de convertir movimientos naturales en movimientos controlados por la mente y el cuerpo dando respuestas a vertientes que van más allá de una simple modificación a un control total y absoluto del cuerpo para poder desarrollarse en un ambiente social, facilitando su relación consigo mismo y con los de más, fortaleciendo su seguridad y solvencia ante cualquier situación presentada a lo largo de su vida.

En la actualidad se denota una necesidad de estímulos de movimiento en niños, adolescentes, jóvenes y adultos que dejan ver desatinos influyentes en el desarrollo corporal, de ahí que nacen ideas escolares que pretenden dar cambios significativos en las habilidades y condiciones motrices de los estudiantes, ya que la educación agrupa a la mayoría de los individuos en un entorno de aprendizaje y hace preciso el trabajo de movimientos coordinados, estimulados a un mejoramiento continuo que permitan que la persona crezca en un nivel de conciencia de movilidad corporal, lo cual implica el trabajo directo del educador físico ya que él mismo debe estar preparado para el desarrollo clasificado y estructurado de estas habilidades, condiciones y destrezas motoras.

Con base a lo anterior, la educación física llega con un enorme reto ya que las habilidades locomotrices tienen su perfeccionamiento en la etapa de la niñez, por tanto, demanda una serie de trabajos que ayuden a controlar y perfeccionar cada una según su clasificación, teniendo en

cuenta que estas edades son pertenecientes a la etapa de básica primaria y que en esta, no se refleja de forma significativa la educación física, el reto del educador físico en básica secundaria será aún mayor ya que surgen necesidades de ayudar a desaprender al estudiante para enseñar de forma pertinente movimientos que enriquezcan su actividad locomotriz.

Una vez planteado lo anterior y en una visualización de las fortalezas y oportunidades de mejora en los estudiantes de la institución expuesta, se permite la aplicación de una serie de ejercicios estáticos, dinámicos, con desplazamientos, saltos simples, saltos con obstáculos, entre otros, que dejan ver una dificultad clara al momento de combinar movimientos con algún elemento o patrón que requiere concentración y coordinación, lo que da espacio a idear un trabajo que permita impulsar el desarrollo de movimientos que aporten al alcance de una coordinación pertinente y que desplieguen motivación por parte del estudiantado.

El salto a la cuerda aparece como una habilidad locomotora que permite ver su ejecución en diferentes formas, convirtiéndose en un recurso pedagógico de la educación física, moldeable a la edad en la que se desee trabajar, permitiendo una comunicación pertinente entre docente y estudiante y a su vez una mejora en su coordinación, la cual tiene como objetivo no solo despertar una condición, sino que también mejora la sincronización general entre el cerebro y las extremidades dejando ver de forma natural movimientos planteados en el esquema secuencial que se plantea desde lo más simple a lo más complejo, permitiendo una evolución paulatina durante su realización y presumiendo un aprendizaje de gran significado.

Como base fundamental en el presente escrito la coordinación dinámica según Hafelinger y Schuba (2010, c), “puede ser considerada como el factor central de la capacidad de rendimiento motor, puesto que su efecto es el que permite que las demás características motoras básicas de la condición física, como la fuerza, la resistencia, la velocidad y la movilidad, puedan

ser utilizadas". Debido a esto el presente proyecto trae consigo una propuesta que ayude al docente de educación física a ver el salto de cuerda como una estrategia innovadora, aliada para la elaboración de mejores resultados en trabajos o tareas de movimientos coordinados que ayuden al educando a obtener un claro desarrollo de su coordinación dinámica general.

El docente de educación física debe mantener una constante vertiente que permita a los educandos un desarrollo de destrezas que impacten de forma positiva en una educación plasmada para la vida, que les de herramientas constructivas de retos y desafíos a los cuales se puedan enfrentar seguros de haber explorado cada medio de trabajo a sus destrezas ya que en la actualidad la mayoría de niños, adolescentes y jóvenes se dejan llevar por el sedentarismo a lo que abre una amplia posibilidad de enfermedad que dificulta y deja aberturas a prácticas que dañan la conexión entre mente y cuerpo.

La educación física es una de las asignaturas predilecta de la mayoría de los estudiantes por lo tanto el educador físico, tiene como desafío ser el mediador principal y debe estar preparado para innovar y motivar al estudiante en una educación completa que le permita conocer su cuerpo y sus capacidades, implementando estrategias que lleven a la obtención del éxito en sí mismo, como a la realización de su ser capaz ya que esta misma permite situaciones de aprendizaje lúdico, deportivo, social, permite que el estudiante aprenda divirtiéndose y que por lo tanto obtenga un desarrollo integro donde él es el único protagonista, pues la educación existe por él y para él.

1.2 Formulación del Problema

Para atender las necesidades planteadas en el problema, el presente estudio plantea el siguiente interrogante:

¿Qué incidencia tiene la realización de una secuencia didáctica basada en el salto a la cuerda en los estudiantes de grado noveno de la Institución Educativa San Francisco de Sales?

Esta cuestión se resolverá dando respuesta a las siguientes preguntas:

¿Cómo mejorar la coordinación dinámica general a través de la ejecución secuencial de estilos de salto a la cuerda en los estudiantes de sexto grado de la Institución Educativa San Francisco de Sales?

¿Cómo diagnosticar la coordinación dinámica general en los estudiantes de grado noveno de la Institución Educativa San Francisco de Sales?

¿Qué estrategia funcionaría como método de enseñanza para el desarrollo de la coordinación dinámica general en los estudiantes de grado noveno de la Institución Educativa San Francisco de Sales?

¿Cómo integrar estilos de saltos con la cuerda en una secuencia didáctica para el desarrollo de la coordinación dinámica general de los estudiantes de grado noveno?

¿De qué manera se puede evaluar la enseñanza en la sucesión de saltos a la cuerda para el desarrollo de la coordinación dinámica general en estudiantes de grado noveno?

1.3 Justificación

El presente anteproyecto ofrece llevar a cabo una propuesta pedagógica que permita implementar una secuencia didáctica basada en la ejecución secuencial de estilos de saltos a la cuerda en el área de educación física con el propósito de mejorar la coordinación dinámica general en los estudiantes de noveno grado, dado que, este recurso ofrece un beneficio de sus funciones de ajuste, mando y control del tiempo y el espacio. El trabajo de la coordinación dinámica general no solo aporta al estudiante beneficios corporales, sino que también aporta una mejora significativa en su psicomotricidad permitiéndole múltiples posibilidades de encajar perfectamente en un mundo tan cambiante.

La educación física ha tenido su incidencia durante los últimos años, pero esta no ha sido suficiente, ya que se siguen evidenciando vacíos y necesidades que impulsan a seguir trabajando para conseguir una transformación de un ser humano integral donde se visualice a distancia el trabajo evolutivo desde su niñez hasta su adultez, trayendo consigo motricidad, expresividad y una filosofía de valores, que idealice una educación física de contenidos prácticos que van más allá de una disciplina invaluable sometida a estudios que demuestren su efectividad y por consiguiente está en constante evolución, permitiéndose ser una necesidad incontenible a través de estrategias pedagógicas que articulen un estado de conciencia entre cuerpo, mente y espacio.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Proponer una sucesión de estilos de saltos con cuerda para la coordinación dinámica general en los estudiantes de noveno grado de la Institución Educativa San Francisco de Sales.

1.4.2 Objetivos específicos

Diagnosticar la coordinación dinámica general de los estudiantes de noveno grado de la Institución Educativa San Francisco De Sales.

Diseñar una secuencia didáctica mediante estilos de saltos con cuerda para la coordinación dinámica general en los estudiantes de noveno grado de la Institución Educativa San Francisco De Sales.

Aplicar la secuencia didáctica a través de los estilos de salto con cuerda en los estudiantes de noveno grado de la Institución Educativa San Francisco De Sales.

Evaluar la coordinación dinámica general por medio de la sucesión de saltos a la cuerda en los estudiantes de noveno grado de la Institución Educativa San Francisco de Sales.

CAPITULO II

Marco teórico

2.1 Antecedentes

Mediante una recopilación de datos, se encontraron diversos artículos que aportan de forma directa al planteamiento en el presente trabajo, dando bases que permiten el apoyo del discurso ofrecido y que ayudan a orientar nuevas ideas de implementación de un sistema atento a las dificultades observadas en las distintas vertientes de la educación física y su relación con la motricidad. Cada uno de estos antecedentes reúnen conceptos y pensamientos necesarios para soportar el objetivo o propósito de adquisición dejando un claro acuerdo entre lo que se desea trabajar y lo que se espera lograr. Es necesario vincular personas que lleven el mismo hilo conductor por lo que se hable en un mismo idioma en concordancia con lo que se expresa en el presente documento.

Internacional

En el ámbito internacional se correlaciona a David Arranz en el año 2022, que realiza su trabajo de grado titulado, “Diseño de una propuesta para educación física de salto de comba para cuarto curso de educación primaria a partir del análisis global del movimiento”, Utilizando una metodología cualitativa y desglosando las características que encierran el movimiento humano generando de este modo concordancia con el presente trabajo y denotando el salto a la cuerda como un recurso propicio para el aporte que se desea dar a la educación física.

El siguiente teórico, se deja visualizar en una tesis de maestría en la Universidad Técnica de Manabí. Ecuador, planteada por Jonathan Eudaldo Valencia Román y Rafael Tejeda Díaz, del año 2020, con una propuesta de “guía de ejercicios para mejorar la coordinación motriz de los estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Atahualpa. Con un objetivo general de proponer una guía de ejercicios para mejorar la coordinación motriz de estudiantes de bachillerato, aplicando el método cualitativo y cuantitativo para el análisis de los datos obtenidos a través de la aplicación de test de coordinación motriz, obteniendo resultados favorables ya que en las primeras pruebas se visualizó una clara dificultad de movimientos como por ejemplo al saltar con un solo pie de forma consecutiva entere muchos otros. Debido a esto se articulan conceptos de coordinación su clasificación y l importancia del desarrollo de esta en las clases de educación física ya que contienen un alto contenido de destreza motriz que a su vez abarca a nivel general el estado corporal y sensorial del individuo.

Nacional

En secuencia con la temática expuesta en este espacio se desea relacionar a: Lil Chiquet Barroso de la universidad Libre de Colombia, la cual sugiere el título de “Una Propuesta didáctica basada en la esgrima para mejorar la coordinación dinámica general de los estudiantes

de grado quinto del ITI Francisco José de Caldas" con objetivo principal de "Diseñar una propuesta didáctica basada en la esgrima, que contribuya al desarrollo de la coordinación dinámica general de los estudiantes de 5 grado del colegio Francisco José de Caldas, con un enfoque cuantitativo, con una muestra conformada por los estudiantes de 5°01 del colegio Francisco José de Caldas.

El anterior antecedente, deja significancias de buscar medios que ayuden a desarrollar las capacidades y habilidades motrices de los estudiantes de acuerdo a cada una de las necesidades, en este caso la esgrima presto su utilidad para el propósito mayor de mejorar la coordinación dinámica general y en el trabajo en cuestión se presenta el salto a la cuerda como herramienta para trabajar esta misma capacidad. Queda claro que sin importar el medio que se desee utilizar para alcanzar un objetivo es necesario dejar plasmada cual es la necesidad a la que se debe aportar partiendo desde un diagnóstico que permita identificarla, tratarla y mejorarla.

Desde el mismo ámbito nacional llega Oscar David Camargo Rodríguez del año 2022 con una propuesta de tesis de la universidad Libre de Colombia que lleva por título, "La calistenia para el fortalecimiento del esquema corporal y la coordinación dinámico general en niñas de 9 a 12 años del grado 5B del colegio Magdalena Ortega de Nariño Jornada tarde", plasmando un objetivo general de "Diseñar una propuesta didáctica desde la calistenia para el fortalecimiento del esquema corporal y la coordinación dinámico general en niñas de 9 a 12 años del grado 5B del colegio Magdalena Ortega de Nariño jornada tarde" reforzando de manera significativa el objeto de estudio en cuestión y utilizando un enfoque cuantitativo. De este modo se logra corroborar el planteamiento expuesto ya que todo se dirige por un distinto instrumento hacia un mismo objetivo.

Local

En el ámbito local cabe mencionar a Xavier Alberto Martínez Ruiz del año 2023 con su propuesta titulada “Fortalecimiento De La Coordinación Dinámica General A Partir De La Herramienta Tecnológica Mil Aulas En Los Estudiantes De Grado 303 De La Institución Educativa Juan Pablo I, este lleva el objetivo general, “Fortalecer la coordinación dinámica general a partir de la implementación del recurso educativo Mil aulas en los estudiantes de grado 303 de la jornada de la tarde, pertenecientes a la sede principal de la Institución Educativa Juan Pablo I del municipio de Cúcuta, con enfoque cualitativo, esto significa que sigue creciendo la empatía y concordancia con los distintos teóricas que fortalecen la teoría planteada.

2.2 Bases Teóricas (marco conceptual)

La educación

Momento en el cual se acentúa aquellos conceptos, ilustraciones, presunciones, establecimientos, técnicas o métodos sobre la educación física el papel que juega en la educación y la influencia que tiene en el desarrollo de las habilidades y capacidades locomotrices, una secuencia didáctica basada en el salto a la cuerda para mejorar la coordinación dinámica general de los estudiantes según sea su edad y según sea su solvencia, el educador físico deberá estructurar de forma pertinente el desarrollo de las clases de educación física ya que esto lo conlleva a enfrentar retos de movilidad que interfieren de forma global en el aprendizaje del educando sobreponiéndolo como ser moldeable a las situaciones transcurridas, por lo tanto se destaca que:

> Educación es el conjunto de todos los efectos procedentes de personas, de sus actividades y actos, de las colectividades, de las cosas naturales y culturales que resultan beneficiosas para el individuo, despertando y fortaleciendo en él sus capacidades esenciales para que

> pueda convertirse en una personalidad capaz de participar responsablemente en la sociedad, la cultura y la religión, capaz de amar y ser amado y de ser feliz. (Henz, 1976, p39).

De acuerdo con lo anterior se presume que la educación es la forma de elaborar seres pensantes, seguros de lo que desean y capaces de enfrentar cualquier situación adversa en desarrollo de su ser integral.

La educación física

Por otra parte, es de considerar la educación física como una asignatura de gran auge ya que la misma está destinada a un trabajo global entre cuerpo y movimiento que la hace llamativa ante los ojos de los estudiantes gracias a sus múltiples posibilidades de ejecución, por esto, Calzada (1996), menciona que la educación física "Es el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento". El término integral se refiere a todas las dimensiones del ser humano, a saber: físico (cuerpo), mental, espiritual y social" (p123). En lo que coincide con la anterior cita, desplegando así una infinidad de ideas y estructuras a seguir por el docente de educación física con base a su implementación metodológica para el desarrollo integral del estudiante en sus clases, de tal forma que ese estudiante reciba una educación asertiva que lo dirija hacia una conducta social respetuosa que le sirva en cada momento de su vida ya sea estudiantil, laboral, social o cultural.

Capacidades coordinativas

Con base al anterior párrafo se puede asociar innumerables estudios donde se ven manifestados los esfuerzos por darle una clara definición y clasificación a al entorno propio de la capacidad coordinativa, de donde viene el termino y cuál sería su mejor clasificación, para que no aparezca confusa y de este modo poder comprender mejor su contenido y todo cuanto la englobe, por tal motivo, después de una amplia búsqueda de información y con base a la realización de contrastes de lectura se coincide con el planteamiento de (TORRES, J. 1996: 79), citado por López Neira (2006) quien describe, fase por fase la condición física de la cual se derivan diferentes componentes y a su vez de estos componentes se derivan factores o cualidades en las que se encuentran las capacidades coordinativas también llamadas cualidades perceptivo motrices.

Para seguir soportando con teóricos, es evidente la definición de coordinación dada por (Herlitz et. (2021) quien menciona que “es definida por la conexión amorosa y económica del sistema musculoesquelético, del sistema nervioso y del sistema sensorial, con la finalidad de producir acciones motoras precisas y equilibradas. Mediante este sistema se precisa una educación de movimientos que requieran de esfuerzo, pues este esfuerzo es el que hace que haya una sincronización entre el cuerpo, la mente y el espacio que permitan movimientos armónicos, fluidos y controlados ya sea con objetos o sin ellos ya que estos representan un lenguaje favorable ante las distintas situaciones presentadas.

Coordinación dinámica general

Resulta interesante adentrar en el mundo del movimiento pues aparece con múltiples posibilidades de interrelación ya sea con un elemento u otro esta tiene la facultad de atribuir habilidades trabajadas muchas veces sin tenerlo en cuenta por que su enfoque está previsto para

otro objetivo pero que permite transmitir y sensibilizar muchas otras vertientes conectadas al movimiento general de un individuo, por lo que Bernal et al. (2019, p. 9) se refieren a la coordinación dinámica general "como aquella que tiene lugar cuando se ponen en funcionamiento gran parte o la totalidad de segmentos corporales (o musculatura)".

El salto a la cuerda

Saltar cuerda puede parecer una actividad simple y poco llamativa, pero sin duda en el desarrollo de esta, se va evidenciando un sin números de beneficios que permite una estrategia didáctica que permite al educando aprender de forma divertida, desarrollando así una excelente coordinación y sincronización de su entorno corporal como también permitiendo que el salto a la cuerda como elemento pedagógico fortalezca su comunicación con los demás efectuando un aprendizaje para todo su entorno. Según De la Paz y Dorta (1976) mencionan que "el salto es uno de los patrones de movimiento que conlleva a una buena coordinación dinámica. Mediante su técnica funcionan la totalidad de los músculos de las piernas y de la cintura pelviana". Esto demuestra que el trabajo con salto a la cuerda es la combinación perfecta para llegar al punto en específico que se requiere en esta propuesta de mejorar la coordinación dinámica con un elemento multifuncional como lo es el salto a la cuerda.

2.3 Bases legales

Marco constitucional

La Constitución política de Colombia de 1886, en su artículo 41 (modificado por el acto legislativo No. 1 de 1936 art. 14) mencionaba las palabras “formación física”, en un contexto en el que se refería a la educación física como parte del complemento de la formación de los ciudadanos, al ser considerada como uno de los fines sociales de la cultura.

La Educación Física como área fundamental y obligatoria dentro de la sociedad colombiana cumple un papel importante y significativo en el contexto educativo, por ello cobra importancia todas las investigaciones referentes a ella, como es el caso del estado actual de la misma en las distintas instituciones educativas.

Marco educativo normativo

La Ley 115 de 1994 o Ley General de Educación, señala que la educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes y que, además, al ser un servicio público, cumple una función social, acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad

El artículo 67 de la Constitución Política dispone que la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social, en cual el Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación. Corresponde al Estado garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo.

Artículo 11. Corresponde al Ministerio de Educación Nacional, la responsabilidad de dirigir, orientar, capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de Educación Física

de los niveles de Preescolar, Básica Primaria, Educación Secundaria e instituciones escolares especializadas para personas con discapacidades físicas, síquicas y sensoriales, y determinar las estrategias de capacitación y perfeccionamiento profesional del recurso humano.

El documento N° 15 promueve el desarrollo de las competencias motriz, expresiva y axiológica a través de acciones motrices, el trabajo en el área de Educación Física, Recreación y Deporte propicia que el estudiante enriquezca su pensamiento, su sensibilidad, su expresión y su actividad lúdica, contribuyendo también al desarrollo de sus competencias básicas, en la medida en que le permite fortalecerse; controlar sus emociones ante el éxito y el fracaso; coordinar acciones para lograr ciertos objetivos; manejar dinámicamente el tiempo y el espacio; asumir situaciones que exigen grandes esfuerzos; y resolver problemas rápidamente.

En estos tres aspectos legales se evidencia la concordancia de la importancia que tiene la educación en el país por lo que se visualizan leyes, decretos y artículos que ofrecen un acompañamiento y respaldo a todo lo requerido con respecto a la educación, como también la jerarquía que tiene la educación física en las instituciones educativas por lo que se espera un desarrollo adecuado de las clases y una perspectiva más allá de una enseñanza, es un desarrollo evolutivo conformado por la comunidad educativa.

3 MARCO METODOLÓGICO

En este capítulo se pretende la ilustración de los elementos esgrimidos para el análisis de la problemática planteada a través del presente trabajo,

Franco (2011) el marco metodológico es el conjunto de acciones destinadas a describir y analizar el fondo del problema planteado, a través de procedimientos específicos que incluye las técnicas de observación y recolección de datos, determinando el "cómo" se realizará el estudio, esta tarea consiste en hacer operativa los conceptos y elementos del problema que estudiamos. Eso significa la ejecución de los objetivos planteados.

3.1 Paradigma Investigativo

El presente anteproyecto se enmarca dentro del paradigma cuantitativo ya que es una herramienta de gran valor por su determinación y profundización entre los diferentes motivos de los hechos para la perspicacia de un fenómeno del cual surge la recolección y análisis de datos cuantitativos sobre las variables. Rodríguez Peñuelas (2010) señala que el método cuantitativo se centra en los hechos o causas del fenómeno social, con escaso interés por los estados subjetivos del individuo" (p. 32). En otras palabras, este método puede ser analizado mediante la estadística para verificar, aprobar o rechazar las relaciones entre las variables definidas operacionalmente, además regularmente la presentación de resultados de estudios cuantitativos viene sustentada con tablas estadísticas, gráficas y un análisis numérico, lo cual quiere decir que con este paradigma se pude obtener resultados claros y concretos para la situación planteada en el objeto de estudio.

3.2 Tipo de investigación

De acuerdo al estudio, el tipo de la investigación es no experimental, de corte transversal. conforme al diseño de la investigación, este se refiere al abordaje general que se utilizará en el proceso de investigación.

Para Sampieri (2003), el tipo de investigación no experimental se divide tomando en cuenta el tiempo durante se recolectan los datos, estos son: diseño trasversal donde se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único, su propósito es descubrir variables y su incidencia de interrelación en un momento dado, y el diseño longitudinal, donde se recolectan datos a través del tiempo en puntos o periodos, para hacer inferencias con respecto al cambio, sus determinantes y sus consecuencias.

Esto puede indicar que el presente ante proyecto debe recolectar los datos acertados sin intervenir en el ambiente en el cual se va a desarrollar el objeto de estudio que sería en la Institución Educativa San Francisco De Sales.

3.3 Diseño de la investigación

Este diseño de investigación está enmarcado en una exploración de campo, en un nivel descriptivo enfocado en un diseño transversal que permite una la interrelación y recopilación de datos en un tiempo específico por lo tanto Ramírez, (1999), indica que:

la investigación de campo puede ser extensiva, cuando se realiza en muestras o en poblaciones enteras (censos); e intensiva cuando se concentra en casos particulares, sin la posibilidad de generalizar los resultados. Con base a lo anterior se recomienda que realizar una deducción para ser más concretos en la información recopilada y que esto pueda ser útil claramente en la idea a cumplir.

3.4 Nivel de la investigación

En este punto se determina el nivel de la investigación resaltando que existen diferentes niveles y que este se define dependiendo del tipo de investigación ya planteada por que este consiste en un nivel descriptivo en lo que determina las habilidades motrices básicas especialmente de las locomotoras y en la propuesta del fortalecimiento de la habilidad del salto en los niños de una institución en específico. Siendo esto el motivo por el cual se determina el nivel de la descripción ya que debe darse según lo planteado una profunda exploración para corroborar esto podemos resaltar a Carrasco Díaz (2006), que al respecto dice. La investigación descriptiva responde a las preguntas. ¿Cómo son?, ¿Dónde están?; ¿Cuántos son?; ¿Quiénes son?, etc.; es decir, nos dice y refiere sobre las características, cualidades internas y externas, propiedades y rasgos esenciales de los hechos y fenómenos de la realidad, en un momento y tiempo histórico y determinado.

Fases de la investigación

Primera fase:

De acuerdo al problema y a los objetivos planteados en el presente estudio se diseña, como primera medida, un diagnóstico sobre el nivel de coordinación dinámica general en que se encuentran los estudiantes, el mismo se pretende medir por medio del test de coordinación dinámica general de Le Boulch o Escobar, (1998) del cual se espera obtener el estado de coordinación de cada educando. A partir de los datos arrojador por dicho test se presume la aplicación de la secuencia para buscar de esta forma, una mejora significativa en los datos del test realizado.

3.5 Población y muestra

Población

Esta etapa deja ver la población en la cual se pretende trabajar para poder desarrollar por lo que permitirá identificar la cantidad de elementos en los cuales se plasma el estudio. Al respecto, Tamayo (2008) afirma que "una población está determinada por sus características definitorias, por lo tanto, el conjunto de elementos que posean estas características se denomina población" (92). afirma que población es la totalidad del fenómeno a estudiar en donde las unidades de población poseen una característica común, la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación. En este orden de ideas la institución cuenta con dos mil (2.000) estudiantes los cuales hacen parte de la población con la que se desea trabajar.

Muestra

En esta se selecciona la parte de los elementos que será el objeto de estudio en este anteproyecto en la cual se centra el objetivo de la investigación ante esto Tamayo y Tamayo (2006), define la muestra como: "el conjunto de operaciones que se realizan para estudiar la distribución de determinados caracteres en totalidad de una población universo, o colectivo partiendo de la observación de una fracción de la población considerada" (p.176). con base a lo anteriormente expuesto se denota el trabajo con una parte especifica de la población involucrada por lo que se sitúa una muestra correspondiente a treinta (30) estudiantes, compuesta por 13 niñas y 17 niños del grado noveno cero tres (9°03) de la institución educativa San Francisco de Sales.

GENERO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Femenino	13	47,3%
Masculino	17	52,7%
	30	100%

3.6 Técnicas e instrumentos de Recolección de datos

Siguiendo con las fases que determinan el proceso se dispone una base de datos para la aplicación del test (pre-test) el cual se realiza por medio de un instrumento creado con base al test de dinámica general con cuerda, este, permite a modo de diagnostico, manifestar el estado de coordinación global en la que se encuentra el individuo. El test de coordinación dinámica general con cuerda, de Le Boulch o Escobar, (1998), esta consiste en que inicialmente el sujeto se colocará en posición erguida con los pies juntos, los brazos estirados a lo largo del cuerpo, y las manos sostienen, por los extremos, una cuerda de 60 cm. de longitud. El sujeto deberá saltar verticalmente pasando los pies por encima de la cuerda, sin soltarla y guardando el equilibrio. Se realizarán cinco repeticiones, penalizándose toda tentativa en la que la cuerda se suelte al saltar, si se roza con los pies, o si al caer descompone la postura y no se está en equilibrio. Para Gras García (1985) esta prueba debe estar incluida entre los test básicos para la medida global de la aptitud física de los sujetos.

La propuesta continúa conformándose mediante la intervención directa de los estudiantes. En la primera clase se realiza el pre-test al que el docente a cargo le llama diagnostico el cual dará apertura al esquema secuencial de salto con cuerda, quedando para la segunda clase la apertura de la enseñanza de los estilos de salto con cuerda que a continuación se

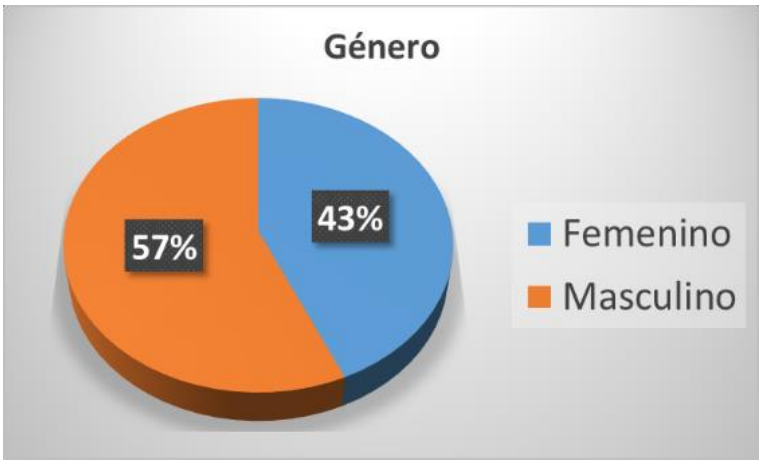
verán reflejados, manteniendo un orden que permita ir desde lo mas sencillo hasta lo más complejo, facilitando de manera progresiva el aprendizaje de cada uno de los estilos.

SECUENCIA DIDÁCTICA				
Semana 11	Abril 08 a 12	Clase 1	Diagnóstico	PRE TEST – de Coordinación DG con cuerda
Semana 12	Abril 15 a 19	Clase 2	Fundamentación: Estilos 1 y 2	Estilo 1: Salto pies juntos, un rebote Estilo 2: Pies juntos, dos rebotes
Semana 13	Abril 22 a 26	Clase 3	Fundamentación: Estilos 3, 4 y 5	Estilo 3: Un Pie (dch-izq), un rebote Estilo 4: Un pie (dch-izq.), dos rebotes Estilo 5: Alternado (uno o dos rebotes)
Semana 14	Abril 29 a Mayo 03	Clase 4	Fundamentación: Estilos 6 y 7	Estilo 6: Cruzado (con o sin descruce) Estilo 7: Doble vuelta
Semana 15	Mayo 06 a 10	Clase 5	Prueba Institucional	Ejecución secuencial de siete estilos de salto con cuerda con oscilación hacía adelante
Semana 16	Mayo 13 a 17	Clase 6		
Semana 17	Mayo 20 a 24	Clase 7	Evaluación	POST TEST – de Coordinación DG con cuerda

Una vez desarrollado el esquema se procede a realizar nuevamente el test de coordinación DG, (pos-test) y en este se espera que los resultados hayan mejorado de forma significativa a través de lo propuesto. Para realizar el consolidado de datos y reflejar los cambios o alteraciones obtenidas durante el proceso, se unifica la información implementando una técnica de análisis de datos mediante tablas de frecuencia las cuales muestran grupalmente todos los datos y así dejar ver los resultados.

3.7 Análisis de datos e interpretación de resultados

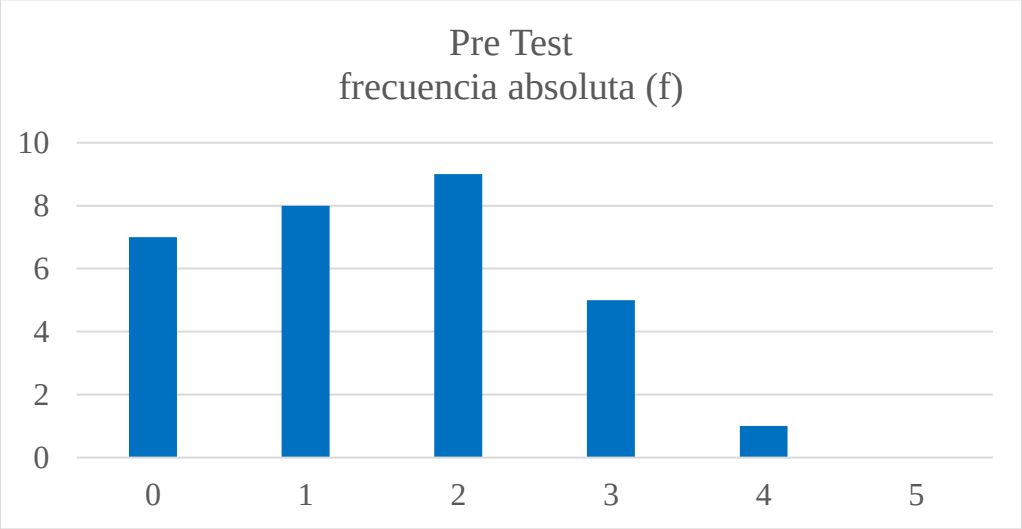
El test de coordinación DG con cuerda fue presentado por 30 estudiantes, dentro de los cuales se encuentran 13 niñas y 17 niños.

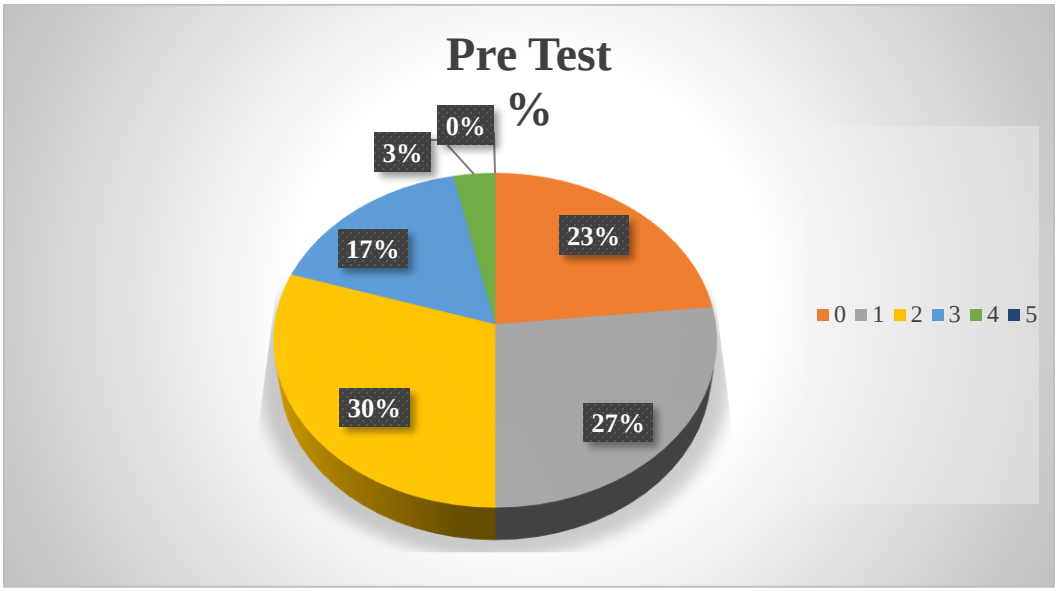


El pre test, deja ver que los estudiantes registran un nivel de desempeño bajo, ya que el 80% de la muestra no supera 2 intentos válidos, el 20% se ubica entre 3 a 4 intentos válidos, y ninguno se ubica con 5 válidos

PRE TEST				
Medida	**frecuencia absoluta f**	**Frecuencia relativa Fr**	**%**	**Frecuencia absoluta acumulada F**
0	7	0,233	23,3	7
1	8	0,267	26,7	15
2	9	0,300	30,0	24
3	5	0,167	16,7	29
4	1	0,033	3,3	30
5	0	0,000	0,0	30
	30	**1**	**100**	

De cinco (5) intentos que se realizan por cada estudiante, un estudiante logra realizar cuatro saltos validos, cinco estudiantes; logran tres saltos validos, nueve realiza dos, ocho realizan un salto y siete no alcanzan a validar un solo salto.

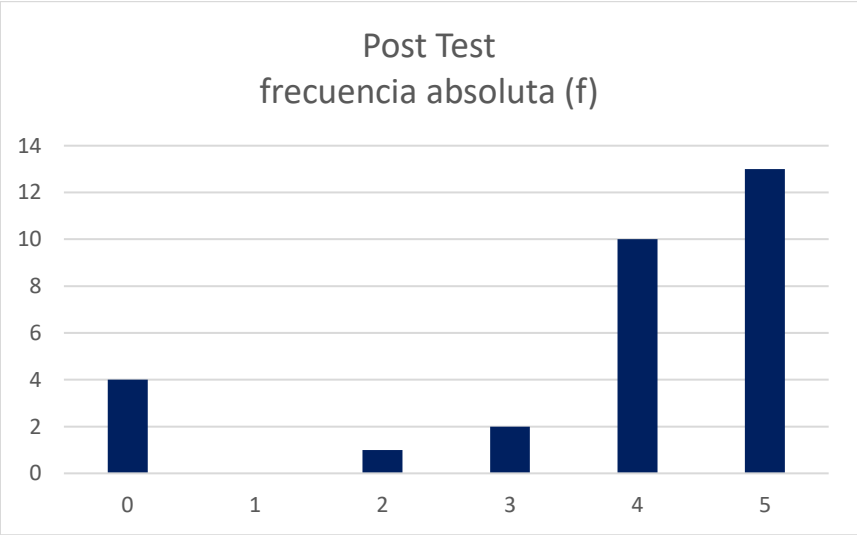


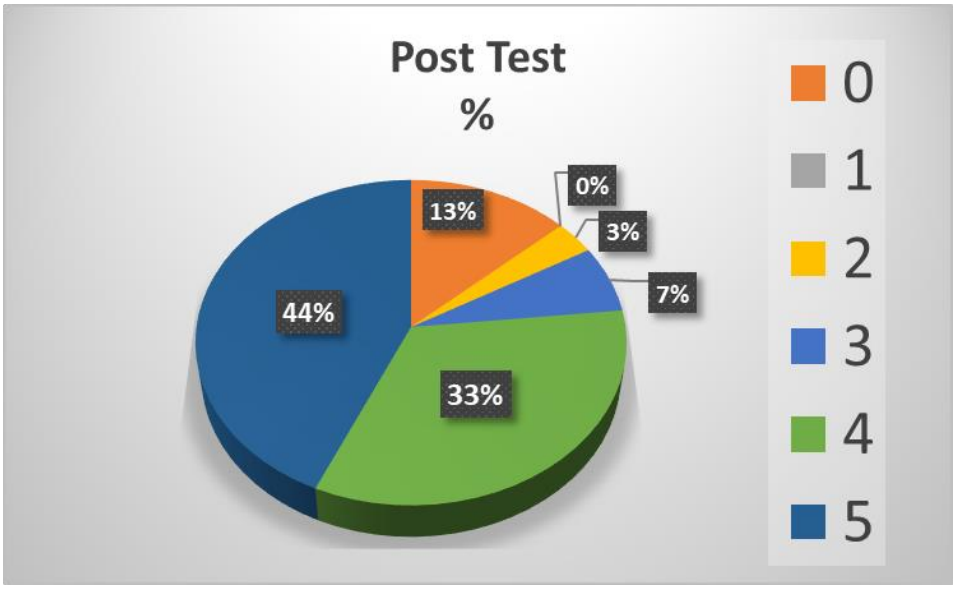


Resultados

La mayor parte de estudiantes obtienen una mejoría mediante la intervención con el esquema secuencial de salto con cuerda; esto, se percibe significativamente en los datos representados, de manera que, cuatro estudiantes, no lograron ningún salto valido, un estudiante realizó dos saltos, dos estudiantes realizaron tres saltos validos, diez estudiantes realizaron cuatro saltos validos y 13 llegaron fácilmente a realizar cinco saltos validos, sugiriendo que los resultados son positivos.

POST TEST				
Medida	**frecuencia absoluta f**	**Frecuencia relativa Fr**	**%**	**Frecuencia absoluta acumulada F**
0	4	0,133	13,3	4
1	0	0,000	0,0	4
2	1	0,033	3,3	5
3	2	0,067	6,7	7
4	10	0,333	33,3	17
5	13	0,433	43,3	30
	30	**1**	**100**	

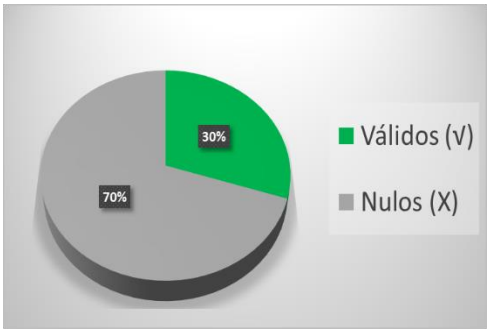


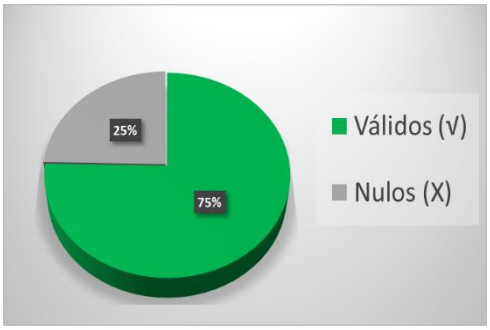


Se permite la visualización de un 77% de estudiantes que logran alcanzar entre tres, cuatro y cinco saltos validos mientras que el 23% logra validar entre dos, uno y cero saltos. Los treinta estudiantes que hacen parte de la muestra, deben realizar cinco saltos cada uno, eso equivale a un total de 150 saltos a realizar, tanto en el pre test como en el post test los cuales se ven reflejados en la siguiente tabla:

PRE TEST		
Válidos (√)	45	**30%**
Nulos (X)	105	**70%**
	150	100%

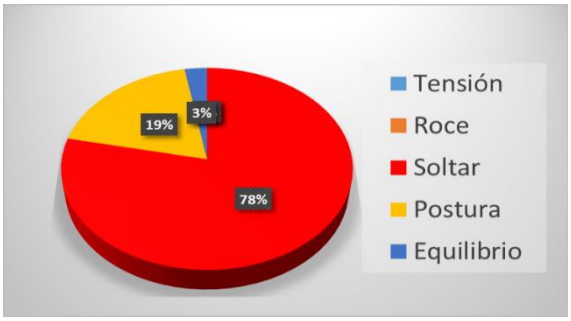
POST TEST		
Válidos (√)	113	**75,3%**
Nulos (X)	37	**24,7%**
	150	100%





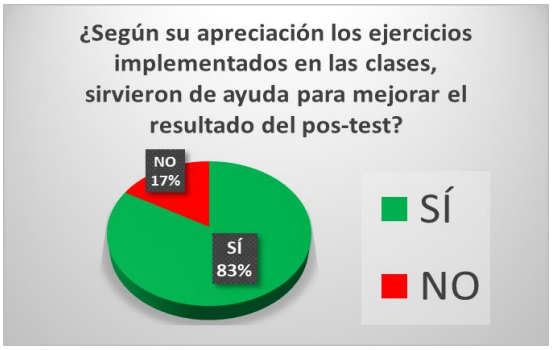
Otros datos a tener presentes precisan en la siguiente tabla la cual deja ver el aspecto en el que más fallan los estudiantes en el momento de realizar el test de coordinación DG de salto con cuerda, lo que dictamina un salto sea nulo.

POST TEST		
Tensión	0	0%
Roce	0	0%
Soltar	**29**	**78%**
Postura	7	19%
Equilibrio	1	3%
	37	100%

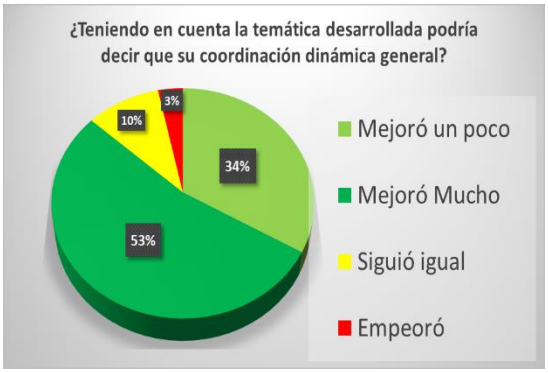


La tensión de la cuerda y el roce de esta con los pies, deja ver un porcentaje de 0%, la postura corporal del estudiante deja ver un 7%, en el equilibrio se obtiene un 3%, mientras que con un porcentaje del 78% el motivo más relevante de invalidar un salto es que el estudiante suelta la cuerda en el momento de realizar el salto.

Es importante conocer la percepción de los estudiantes en cuanto al proceso implementado, que piensan con respecto al desarrollo de las clases, como se sintieron, en que según ellos se debe mejorar entre otras. Esto con el objetivo de buscar nuevas ideas y de mejorar corrigiendo quizás fallas presentadas sobre la marcha. Por tal motivo se realiza una serie de interrogantes para que los estudiantes respondan en el mismo instrumento en el que fue plasmado el post test. A continuación, se referencian algunas de estas preguntas.







De esta forma se presume un impacto positivo en la destreza del estudiante dejando ver gran satisfacción por su parte, dado que en las tres preguntas relacionadas los porcentajes denotan positivamente e impactan en el racionamiento del alumno permitiéndoles emitir un juicio según su percepción durante la realización de la propuesta.

Conclusiones

Los estilos del salto con cuerda con oscilación hacia adelante que se implementaron través de la secuencia didáctica, favorecen de manera significativa el desarrollo de la coordinación dinámica general, ya que se puede evidenciar a través de los resultados entre el pre y el post test, que, el número de saltos válidos aumentó de forma vertiginosa en un 45%, pasando de 45 a 113 saltos. De igual manera, el número de saltos nulos disminuyó un 46% pasando de 105 a solo 37 saltos nulos. De manera que, en el pre-test, ningún estudiante logra completar

lo que participa una gran mejoría de la coordinación dinámica general en los estudiantes, dejando una enorme satisfacción pues se presume que al existir un cambio tan significativo la propuesta es realmente viable y aplicable en cualquier institución, dando paso al fortalecimiento de la coordinación teniendo en cuenta que cada estudiante evoluciona de forma diferente y que el tiempo empleado en la realización de los movimientos dados también es fundamental ya que la práctica crea un mecanismo de memorización lo que desarrolla la agilidad y destreza motora, entre otras.

Los planeadores: **Propuesta de Investigación Pedagógica Formativa**;

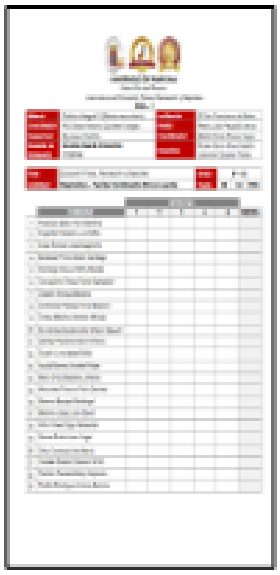
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9°- 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Diagnóstica – Test de coordinación DG con cuerda / Planilla de registro	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 08 a 12 (Semana 11)	Determinar estados de coordinación dinámica general mediante intentos válidos o nulos en el test DG con cuerda		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el aula de clase, saludo y buenas tardes. Disposiciones generales; vestuario y desplazamiento al espacio físico de trabajo. Sentados en el lugar de trabajo, verificación y toma de asistencia, orientaciones pertinentes y ruta de la clase. Acondicionamiento neuromuscular: • Movilidad articular; miembros inferiores, cintura escapular, miembros superiores y cuello • Elongación preventiva; isquiotibiales, cuádriceps, gastrocnemios, recto del abdomen, espalda baja, tríceps y antebrazo • Activación; skipping bajo y moderado, elevación de talones, sentadillas, saltos de jumping jacks, saltos verticales en extensión.	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Tomado de: https://lc.cx/ZSu61R

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

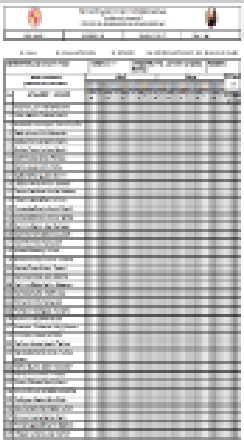
Contenido	Gráficos
Desarrollo Test de Coordinación DG con cuerda: Socialización de la dinámica de la actividad; entrega del documento para registro del desempeño (instrumento de evaluación → planilla), lectura del contenido apoyado desde la proyección visual a través de video beam y del mismo documento, demostración básica por la docente y finalmente visualización a través de un video del ejemplo de la ejecución del test. Aclaración y respuesta a dudas e inquietudes. Seguidamente se procede a llamar individualmente de acuerdo al orden de lista de curso para la ejecución del test, finalizado el mismo, diligencia la información requerida al respaldo del documento. **Cierre** Recolección del documento de registro del desempeño, seguidamente, se les expresa algunas observaciones reflexiones a tener en cuenta, de la misma forma se les brinda la oportunidad a los estudiantes de expresar cualquier inquietud o reflexión sobre el desarrollo de la actividad.	  Fuente: Elaboración propia  Fuente: https://www.youtube.com/watch?v=3M4V4GQetf4

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón, salón o aula de clase), video beam, PC, amplificador de sonido, planilla física de asistencia, documento físico de registro, cuerdas de 60 cm, conos de señalización.
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	https://www.efdeportes.com/efd74/coord.htm https://www.youtube.com/watch?v=3M4V4GQetf4

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	Carolina Duarte Chinchilla 37398748	**Docentes**	Rubén Darío Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9°- 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Fundamentación – Estilos de salto; 1 y 2 / Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 15 a 19 (Semana 12)	Asimilar movimientos específicos de los estilos determinados uno y dos de saltos con cuerda con oscilación hacia adelante		

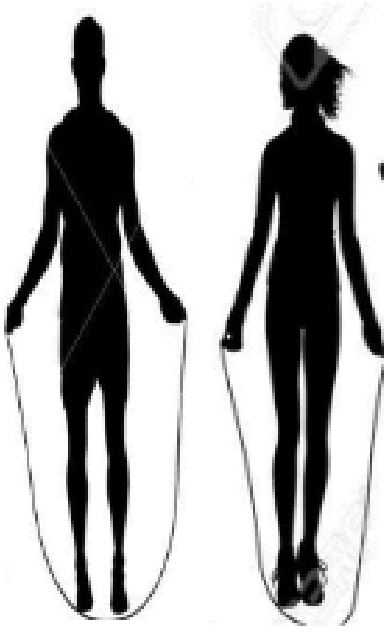
Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: De pie en formación dispersa alrededor del profesor, se realizan movimientos articulares a través de orden directa y guiados por el mismo docente. Seguidamente van los estiramientos con la misma metodología guiada, enfatizando estos en músculos de muslos, piernas, abdomen y espalda y finalmente las extremidades superiores. Para culminar este momento, se llevan a cabo de la misma manera, repeticiones de sentadillas normales, de sumo, saltos de jumping jacks, plancha y push ups o flexiones de brazo.	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Fuente: https://acortar.link/zlGofR

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Con apoyo de un tablero móvil se escribe el núcleo, el aprendizaje y la actividad del día. Esta corresponde al trabajo de fundamentación en los estilos: 1 y 2 Estilos de salto; **Estilo 1: Pies juntos, un rebote** Se solicita leer el nombre del estilo, de inmediato, se abre el espacio para que algún estudiante voluntario ejecute el estilo sin la demostración del profesor, solicitando de tres a cinco repeticiones por el momento. Se prosigue con la demostración del profesor, dejando claro que la intensidad de ejecución es irrelevante, se puede hacer de manera lenta o rápida. Enfatizar en que la oscilación de la cuerda determina las repeticiones de ejecución. A continuación, se escriben en el tablero las tareas a realizar Tareas: • 5 repeticiones • 10 repeticiones • 15 repeticiones • 20 repeticiones Se conforman equipos de trabajo de dos estudiantes, preferiblemente un niño con una niña, hasta dónde sea posible. Cada pareja con una cuerda, de manera que se distribuye equitativamente entre cuerdas de color azul y las de color rojo, asignando la mitad del escenario para un color y la otra mitad para el otro. Se brinda espacio de tiempo para las tareas de aproximadamente 7 minutos. Importante señalar que el uso de la cuerda es alternado entre los dos compañeros, durante el tiempo, se hacen observaciones o correcciones tanto a nivel grupal como particular. Finalizado el tiempo de trabajo, se forma un semicírculo en posición sentados, de manera voluntaria pasan estudiantes al frente de uno en uno y ejecutan una de las tareas de acuerdo al orden de las mismas.	 Fuente: https://www.pinturasmontana.com/superficies/pintar-una-cancha/  Fuente https://acortar.link/50loog  Fuente https://acortar.link/V1qRLH

alamy

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

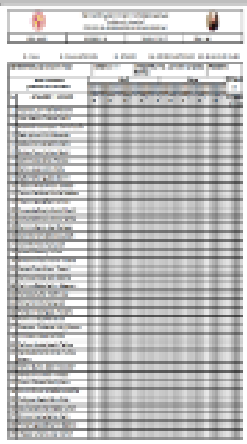
Contenido	Gráficos
Estilo 2: Pies juntos, dos rebotes Se aplica la misma metodología de trabajo que en el estilo 1. Leer el nombre, estudiante voluntario para hacer la demostración, luego la del profesor y se escriben en el tablero las tareas a realizar. Tareas; • 5 repeticiones • 10 repeticiones • 15 repeticiones • 20 repeticiones En estas se agrega una más, con el objeto de dar memoria motriz a la secuencia y trabajar en la coordinación pertinente • Unir E1 y E2 sin pausa de 5 repeticiones cada uno. De igual manera el espacio de trabajo y se dan 10 min para la práctica y realización de las tareas. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se cumple con la revisión de las tareas, demostraciones voluntarias y en orden de las mismas. **Cierre** Se recogen las cuerdas, de manera que un estudiante se encarga de las de color azul y otro las de color rojo. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	 Fuente https://acortar.link/wN8ZNA

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, planilla física de asistencia, cuerdas personales o de 3 m, conos o vallas de señalización
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	https://www.efdeportes.com/efd74/coord.htm https://todocomba.com/tipos-de-salto-a-la-cuerda/#google_vignette https://www.youtube.com/watch?v=qDSXvuYXd-w https://www.youtube.com/watch?v=Mir21GP6oBo

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Darío Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9° – 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Fundamentación – Estilos de salto; 3, 4 y 5 / Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 22 a 26 (Semana 13)	Asimilar movimientos específicos de los estilos determinados tres, cuatro y cinco de saltos con cuerda con oscilación hacia adelante		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: En grupos reducidos de seis estudiantes, realizar de manera de circuito los ejercicios relacionados a continuación: 1. Estocadas con derecha e izquierda 2. Extensiones de cadera 3. Escaladores con apoyo manual 4. Abdomen bajo elevando tronco y extremidades 5. Crunch de piernas 6. Abdomen tipo bicicleta De manera que roten entre sí para ejecutar cada ejercicio, en tiempos de 30 segundos de acción por 30 segundos de recuperación.	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Fuente: https://www.freepik.es/vectores/silueta-entrenamiento-funcional/2

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Registrar en tablero móvil; grado, competencia, núcleo de formación, aprendizaje o unidad temática en desarrollo. El trabajo específico comprende a los estilos 3, 4 y 5. **Estilo 3: Un pie, un rebote (pata sola)** Con la metodología de trabajo que caracteriza el aprendizaje, se solicita leer el nombre del estilo, de inmediato, se abre el espacio para que algún estudiante voluntario ejecute el mismo sin la demostración del profesor, requiriendo de tres a cinco repeticiones por el momento. Se prosigue con la demostración del profesor, dejando claro que la intensidad de ejecución es irrelevante, se puede hacer de manera lenta o rápida. Enfatizar en que la oscilación de la cuerda determina las repeticiones de ejecución. A continuación, se escriben en el tablero las tareas a realizar **Tareas:** • 5 repeticiones con derecho, pausa y luego el izquierdo o viceversa • 5 repeticiones con cada pie, sin pausa • Unir E1, E2 y E3 de 5 repeticiones cada uno En la misma metodología de trabajo en grupos reducidos de dos compañeros, preferiblemente un niño y una niña, hasta donde sea posible. Se entregan las cuerdas determinando el lugar de práctica de acuerdo al color de la cuerda. Se da un tiempo aproximado de 5 minutos para la ejecución de las tareas asignadas. Recordarles a los estudiantes el uso alternado de la cuerda entre parejas, no avanzar a la siguiente tarea hasta no superar la anterior. Cumplido el tiempo de trabajo, se da el llamado de los estudiantes en la formación de semicírculo y sentados, para proceder a la revisión de las tareas, esta de manera voluntaria y en la orden determinada. En caso que un voluntario no cumpla con la tarea en dos intentos, pasa a colaborarle el compañero de trabajo.	 Fuente: https://www.pinturasmontana.com/superficies/pintar-una-cancha/  Fuente: https://ic.cx/cCyo29  Fuente https://ic.cx/N_Gb8d

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Estilo 4: Un pie, dos rebotes (pata sola dos rebotes) Tareas; • 5 repeticiones con pie derecho, pausa, y 5 con izquierdo • 5 repeticiones con pie derecho y 5 con izquierdo (Sin pausa) • Unir E3 y E4, de 5 repeticiones cada uno sin pausa • Unir E1, E2, E3 y E4, de 5 repeticiones cada uno y sin pausa De igual manera el espacio de trabajo y se dan 8 a 10 min para la práctica y realización de las tareas. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se cumple con la revisión de las tareas, demostraciones voluntarias y en orden de las mismas. **Estilo 5: Alternado o skipping (uno o dos rebotes)** Tareas; • 5 repeticiones con un rebote • 5 repeticiones con dos rebotes • Unir E4 y E5, de 5 repeticiones cada uno sin pausa • Unir E3, E4 y E5, de 5 repeticiones cada uno y sin pausa • Unir E2, E3, E4 y E5, de 5 repeticiones cada uno y sin pausa • Unir E1, E2, E3, E4 y E5, de 5 repeticiones cada uno y sin pausa De igual manera el espacio de trabajo y se dan 10 min para la práctica y realización de las tareas. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se cumple con la revisión de las tareas, demostraciones voluntarias y en orden de las mismas **Cierre** Se recogen las cuerdas, de manera que un estudiante se encarga de las de color azul y otro las de color rojo. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	 Fuente https://lc.cx/8ccvvi  Fuente https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-comba

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, planilla física de asistencia, cuerdas personales o de 3 m, conos o vallas de señalización
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-comba https://todocomba.com/tipos-de-salto-a-la-cuerda/#google_vignette https://www.youtube.com/watch?v=qDSXvuYXd-w

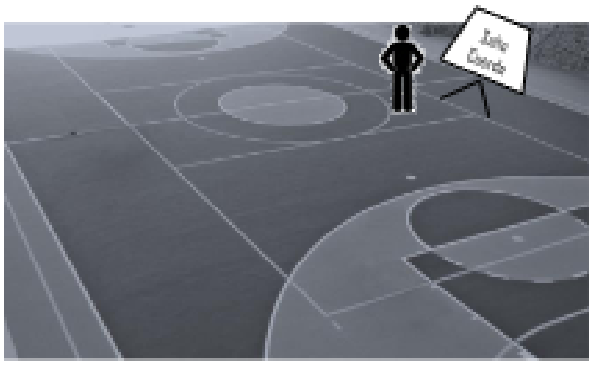
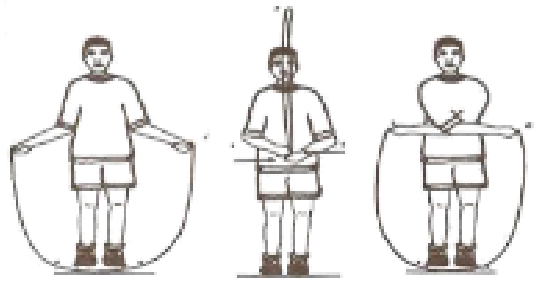
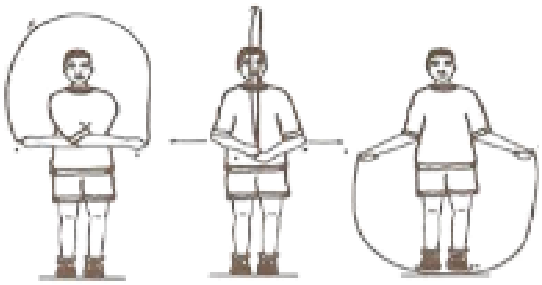
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

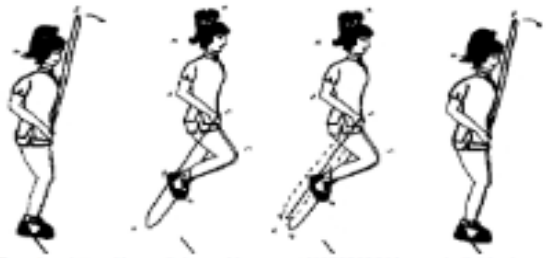
Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9° – 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Fundamentación – Estilos de salto; 6 y 7 / Evidencia: Directa; Observación conductual	
Fecha	**Objetivo**		
Abril 29 a Mayo 03 (Semana 14)	Asimilar movimientos específicos de los estilos determinados seis y siete de saltos con cuerda con oscilación hacia adelante		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la práctica. Acondicionamiento neuromuscular: Se conforman las parejas de trabajo (mixtas en lo posible), se ubican en el escenario formando dos filas a ancho de la cancha, de manera que los niños se ubiquen en primera fila y las niñas detrás. Ejecutan alternadamente a través del mando directo del profesor los siguientes movimientos y desplazamientos de línea lateral a línea lateral de ida y vuelta, en el respectivo orden: 1. Caminando frontalmente 2. Caminando a paso largo, pero lentamente 3. Caminando en punta de pies 4. Trotando lentamente 5. Trotando a paso moderado 6. Salticos en un pie, retorno cambia de pie 7. Saltos a pies juntos	 Fuente: Plataforma Institucional - Oxy  Fuente: https://libreriacad.com/dwg/cancha-multifuncional-3d/

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Desarrollo Importante registrar en tablero móvil; grado, competencia, núcleo de formación, aprendizaje o unidad temática en desarrollo, actividad del día. El trabajo específico comprende a los estilos 6 y 7. **Estilo 6: Cruzado a dos pies (uno o en dos rebotes)** Con la metodología de trabajo que caracteriza el aprendizaje, se solicita leer el nombre del estilo, de inmediato, se abre el espacio para que algún estudiante voluntario ejecute el mismo sin la demostración del profesor, requiriendo uno o dos repeticiones. Se prosigue con la demostración del profesor, dejando claro que la intensidad de ejecución es irrelevante, se puede hacer de manera lenta o rápida. Enfatizar en la decisión del estudiante en cuanto a ejecutarlo: en un rebote, a dos rebotes, con o sin descruce, de igual manera en completar las repeticiones con pausa en el consecutivo, pero sin detener la oscilación de la cuerda. A continuación, se escriben en el tablero las tareas a realizar Tareas: • Memorizar movimientos de extremidades superiores sin cuerda • El anterior, pero agregando salto a pies juntos • Memorizar movimientos con la oscilación de la cuerda, pero sin salto • El anterior, pero adiciona paulatinamente el salto • Intentar el mayor número de repeticiones • Unir E5 y E6, de 5 repeticiones cada uno • Unir E4, E5 y E6, de 5 repeticiones cada uno • Unir E1 al E8, de 5 repeticiones cada uno En la metodología de trabajo de parejas mixtas, se entregan las cuerdas determinando el lugar de práctica de acuerdo al color de la cuerda. Se da un tiempo aproximado de 10 minutos para la ejecución de las tareas asignadas.	 Fuente: https://www.pinturasmontana.com/superficies/pintar-una-cancha/   Fuente: https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-cumba

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Recordarles a los estudiantes el uso alternado de la cuerda entre parejas, no avanzar a la siguiente tarea hasta no superar la anterior. Cumplido el tiempo de trabajo, se da el llamado de los estudiantes en la formación de semicírculo y sentados, para proceder a la revisión de las tareas, esta de manera voluntaria y en el orden determinado. En caso que un voluntario no cumpla con la tarea en dos intentos, pasa a colaborarle el compañero de trabajo. **Estilo 7: Doble vuelta** **Tareas;** • Memorizar movimientos de extremidades superiores sin cuerda • El anterior, pero agregando salto a pies juntos y palmaditas con cada mano en los costados de la cadera respectivamente • Memorizar movimientos de la oscilación de cuerda, sujeta por los extremos en una sola mano, con la otra se dan las palmaditas • Intentar conseguir una repetición del estilo • Unir E6 y E7, de 3 y 1 repetición respectivamente • Unir E4, E5, E6 y E7, de 5 repeticiones cada uno, excepto los dos últimos • Unir E1 al E7, de 5 repeticiones cada uno De igual manera el espacio de trabajo y se dan 10 minutos aproximadamente para la práctica y realización de las tareas. Al cumplir el tiempo se pasa a la formación de semicírculo sentados y se cumple con la revisión de las tareas, demostraciones voluntarias y en orden de las mismas. **Cierre** Se recogen las cuerdas, de manera que un estudiante se encarga de las de color azul y otro las de color rojo. Estiramientos de miembros inferiores, control de respiraciones y heteroevaluación de la actividad.	 Fuente: https://lc.cx/N_6b8d  Fuente: https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-comba  Fuente https://lc.cx/8tcvvi

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, planilla física de asistencia, cuerdas personales o de 3 m, conos o vallas de señalización
Evaluación	Por parte del Docente: Observación directa; en las dimensiones del HACER y SER. SER; puntualidad, porte de uniforme, presentación personal y respeto HACER; realizar las distintas tareas indicadas, a la intensidad del estudiante.
Bibliografía	https://es.scribd.com/document/407856364/pasos-individuales-comba https://todocomba.com/tipos-de-salto-a-la-cuerda/#google_vignette https://www.youtube.com/watch?v=qDSXvuYXd-w

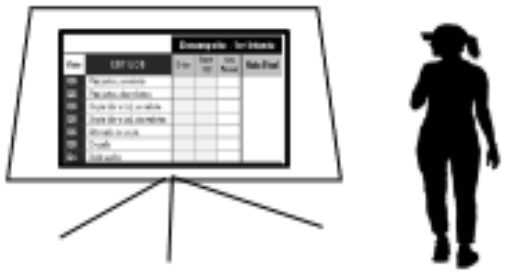
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9° – 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Prueba Institucional: Prueba de Ejecución / Evidencia: Directa; Instrumento de registro	
Fecha	**Objetivo**		
Mayo 06 a 17 (Semana 15 y 16)	Realizar la Prueba Institucional pertinente al primer periodo del área de Educación Física, Recreación y Deportes de acuerdo a los indicadores y criterios acordados		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la actividad. Acondicionamiento neuromuscular: Se registra en el tablero móvil breve lista de ejercicios recomendados para ejecutar alternadamente entre las parejas conformadas, indicando que se ubican en espacios separados dentro de la cancha o patio, que lo pueden realizar por repeticiones, por lapsos cortos de 20 segundos, o a su criterio, el total de tiempo máximo para este espacio 10 minutos. • Jumping Jacks • Sentadillas de media flexión • Estocadas con pie adelante • Abdominales Crunch • Elevaciones de talones • Escaladores • Fondos – flexiones de codo para tríceps	 Fuente: Plataforma Institucional - Orv  Fuente: https://librerilocad.com/dwg/cancha-multifuncional-3d/

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

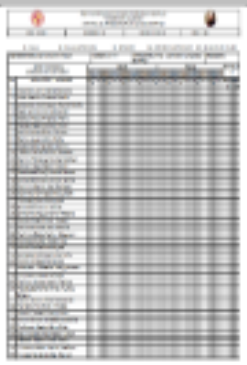
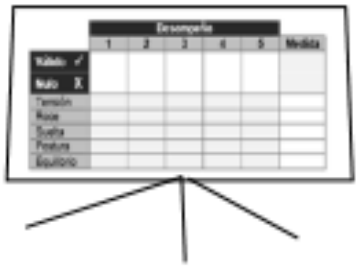
Contenido	Gráficos
Desarrollo En esta ocasión es supremamente importante dibujar en el tablero móvil la tabla o cuadro para registro del desempeño, esta es igual a la del instrumento de evaluación. En la medida que el estudiante avance en la ejecución secuencial de estilos, a la par se registra en el tablero, un estudiante se encarga del rol de registro en el instrumento o del tablero, el profesor ejecuta la otra tarea. Finalizado el acondicionamiento neuromuscular, se facilitan las cuerdas para brindar espacio de poner a tono la prueba como tal, este momento es aproximadamente de 10 minutos, los cuales deben practicar fuera de la zona o espacio de la prueba. Pasado los minutos otorgados para prepararse, se concentran los estudiantes alrededor de la zona de presentación, de manera que de un lado queden niñas y del otro lado los niños, intercalando el turno van pasando a presentar la prueba, no sin antes recordarles que son dos intentos y el mejor de ellos será la valoración de acuerdo a la escala de calificación acordada. El estudiante que presente un desempeño bajo, tendrá la oportunidad de un tercer intento en la siguiente clase, de igual manera para aquellos que deseen mejorar su rendimiento. **Cierre** Estudiante que finalice su presentación y obtenga valoración mayor a la nota mínima de aprobación, puede retirarse a realizar deporte, los que no logren superar la nota de 3,0 deben tomar cuerda y dedicar tiempo a practicar su siguiente intento.	 Fuente: Elaboración propia  Fuente: Elaboración propia

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, plataforma institucional de calificaciones, planilla física de asistencia, cuerdas personales o de 3 m, conos o vallas de señalización
Evaluación	Por parte del Docente: Prueba de ejecución, con instrumento de registro del desempeño en la dimensión del HACER: Cada estilo con valor de 0,6 y el estilo de doble vuelta con valor de 0,4. La calificación inicia desde 1,0 como indica el SIES.
Bibliografía	Sistema de Evaluación De Salista https://lc.cx/6QmYni MEN. (2008). *Evaluación para los aprendizajes* https://lc.cx/z7qCVT Araguas, R.(2009*). La evaluación formativa en Educación Física.* https://lc.cx/-s0KoZ

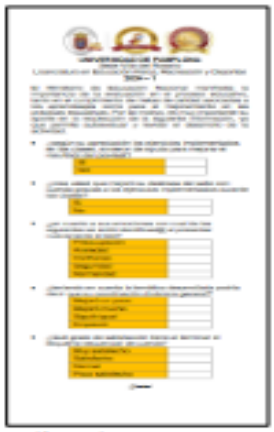
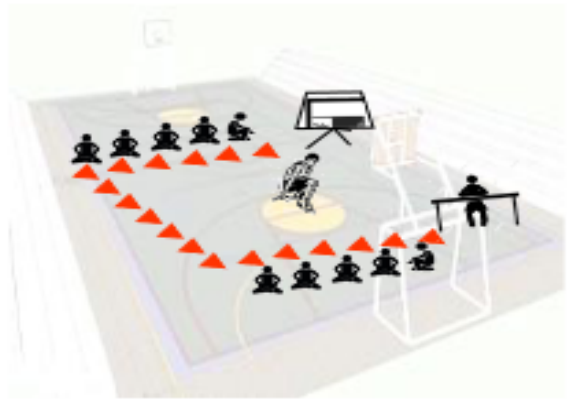
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Materia	**Práctica Integral II** (Básica secundaria)	**Institución**	**IE San Francisco de Sales**
Coordinador	PhD Oscar Antonio Quintero Vargas	**Rector**	Pedro Julio Pezzotti Lemus
Supervisor	Mg Javier Cantillo	**Coordinador**	Martín Emilio Flórez Verjel
Docente en formación	**Carolina Duarte Chinchilla** 37398748	**Docentes**	Rubén Dario Silva Castillo Lisandro Cáceres Torres

Área	Educación Física, Recreación y Deportes	**Grado**	**9° – 01, 02, 03, 04**
Competencia	**Núcleo**	**Desempeño**	
Motriz y Axiológica	Prácticas Deportivas y Recreativas	Aplico los requerimientos de las estaciones de juego y las formas de organización.	
Periodo	**Aprendizaje**	**Actividad / Evidencia**	
1	**Salto con Cuerda**	Post Test: Test de coordinación DG con cuerda / Evidencia: Directa; Instrumento de registro	
Fecha	**Objetivo**		
Mayo 20 a 24 (Semana 17)	Realizar el Post Test de coordinación dinámica general (DG) con cuerda a los estudiantes de grado noveno cero tres (9°03) de la IE San Francisco De Sales		

Contenido	Gráficos
Inicio Recepción de estudiantes en el patiosalón o cancha múltiple, ya en disposición de vestuario para la práctica, saludo y buenas tardes. Ubicados en medio círculo y sentados en el piso, se toma asistencia, se registra en planilla aquellos estudiantes que no van a realizar las actividades y se da la ruta de la actividad. Siempre en lo posible sí se tiene el recurso, apuntar en el tablero la competencia, el núcleo de formación, el aprendizaje en desarrollo, la actividad del día. Al igual que con la actividad anterior, muy pertinente dibujar en el tablero, la parte que corresponde al registro del desempeño en la ejecución del test, de manera que el estudiante pueda visualizar permanentemente lo que se va a realizar. En esta ocasión para el Post Test, se tiene un documento particular de registro del desempeño, de manera que cada estudiante tiene el suyo, dado que, al respaldo del mismo, se tiene unos interrogantes que sería de gran interés conocer el aporte de los mismos jóvenes.	 Fuente: Plataforma Institucional - Ovy   Fuente: Elaboración propia

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Sede Villa del Rosario
Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes
2024-1
PLANEADOR

Contenido	Gráficos
Acondicionamiento neuromuscular: En esta oportunidad se lleva a cabo con 10 minutos de práctica de la secuencia de estilos de salto con cuerda, tanto los desarrollados en clase, cómo otros que los estudiantes manejen o dominen. El material es una cuerda por parejas y se lleva a cabo fuera de la zona de presentación del test. Aquellos estudiantes que desean ejecutar otros movimientos o ejercicios para este momento, se les brinda el apoyo que necesiten. **Desarrollo** Finalizado el acondicionamiento neuromuscular, se recoge el material y los estudiantes se ubican cómo en la prueba institucional, de manera que alternadamente pasan a ejecutar el test un caballero y seguidamente una niña. A la indicación del docente, se prepara el primer caballero y se alista la niña a continuar, de esa manera se prosigue hasta presentar todos los estudiantes el test.   Fuente: Elaboración propia **Cierre** Estudiante que finalice el Test, recibe el documento, verifica su desempeño y da el aporte con relación a los interrogantes planteados al respaldo.	 Fuente: https://libreriacad.com/dwg/cancha-multifuncional-3d/  Fuente: https://libreriacad.com/dwg/cancha-multifuncional-3d/

Medios Educativos	Espacio físico (patio, cancha, patiosalón), tablero móvil, marcadores, plataforma institucional de calificaciones, planilla física de asistencia, cuerdas de 60 cm, conos o vallas de señalización.
Evaluación	Por parte del Docente: Prueba de ejecución, documento de registro del desempeño. Saltos válidos o Saltos Nulos
Bibliografía	Martínez, E. (2004, julio). *La Coordinación. Análisis de resultados en educación secundaria*. efedportes.com https://www.efdeportes.com/efd74/coord.htm Sánchez, J. (2011). La coordinación dinámica general. Efedeportes.com Revista Digital Año 16 N° 157 https://www.efdeportes.com/efd157/la-coordinacion-dinamica-general.htm https://www.efdeportes.com/efd74/coord.htm https://www.youtube.com/watch?v=3M4V4GQetf4

Referencias bibliográficas

Danielle Estefane de Marins RC 5308 Recreación escolar: y el Juego en Educación infantilLic.

Leydis Rodríguez Valdivia | MSc. Marlene García Ravelo

La comunicación educativa entre estudiantes, docentes y tutores como elemento indispensable en la formación de profesionales. Su historicidad.

EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - N.º 156 - Mayo de 2011. http://www.efdeportes.com/

*Vanessa Cidoncha Falcón*vanessacidoncha@hotmail.com Erika Díaz Riveroerikasport@hotmail.com*

Sánchez, M. (2015) Fortalecimiento de las Habilidades Básicas Motoras Correr, Saltar y Lanzar en niños de 6 a 11 años del Municipio de Guateque

a través de la Educación Física en Ambientes Extraescolares. Universidad Pedagógica Nacional Centro Valle de Tenza. Sutatenza, Boyacá. Recuperado de http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2771/TE-18476.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Cantor, C., Palencia, C. (2017) propuesta didáctica basada en los juegos tradicionales para fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes de grado tercero del colegio universidad libre en la clase de educación física. Universidad Libre Bogotá D.C.

Cindoncha, V., Díaz, V, (2010) Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. España. Recuperado de: https://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-

equilibrio.htm#:~:text=Algunos%20autores%20coinciden%20en%20considerar,%2C%20rodar%2C%20trepar%2C%20etc

Romero, C. (2004) Saltos. CHINCHILLA, RAMOS y BLANCA (1998). Educación física en primaria 1º ciclo/2. Editorial CCS. (44, 45 ,46) recuperado de: https://portafoliosfranciscopulido.files.wordpress.com/2010/07/gta11-hmb-los-saltos.pdf

Danielle Estefane de Marins RC 5308 Recreación escolar: y el Juego en Educación infantil.

La comunicación educativa entre estudiantes, docentes y tutores como elemento indispensable en la formación de profesionales. Su historicidad.

Sánchez, M. (2015) Fortalecimiento de las Habilidades Básicas Motoras Correr, Saltar y Lanzar en niños de 6 a 11 años del Municipio de Guateque a través de la Educación Física en Ambientes Extraescolares. Universidad Pedagógica Nacional Centro Valle de Tenza. Sutatenza, Boyacá. Recuperado de http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2771/TE-18476.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Cantor, C., Palencia, C. (2017) propuesta didáctica basada en los juegos tradicionales para fortalecer las habilidades sociales de los estudiantes de grado tercero del colegio universidad libre en la clase de educación física. Universidad Libre Bogotá D.C.

Cindoncha, V., Díaz, V, (2010) Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas: coordinación y equilibrio. España. Recuperado de: https://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm#:~:text=Algunos%20autores%20coinciden%20en%20considerar,%2C%20rodar%2C%20trepar%2C%20etc

Nuevoshttps://www.efdeportes.com/efd152/unidad-didactica-juegos-de-habilidades-basicas.htm

https://www.efdeportes.com/efd145/habilidades-motrices-basicas-a-traves-de-juegos-atleticos.htm

https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/13042/1/Habilidades%20Motrices%20y%20su%20Importancia%20en%20las%20Etapas%20de%20la%20Vida.%20Una%20revisio%CC%81n%20documental.pdf

https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/14674/TGF_Erika%20Jimenez_Francisco%20Moreno_Natalia%20Ramirez.pdf?sequence=6&isAllowed=y

https://emasf.webcindario.com/Propuesta_de_UD_de_saltos_y_giros_basada_en_los_principios_de_variabilidad_practica.pdf

https://revistas.um.es/rie/article/view/121481/114161

file:///C:/Users/Asus/Downloads/Dialnet-LaLudomotricidadYHabilidadesMotricesBasicasLocomot-8368607.pdf

https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8493/PROPUESTA%20DID%c3%81CTICA%20BASADA%20EN%20EL%20JUEGO%20PEDAG%c3%93GICO%20PARA%20MEJORAR%20EL%20DESARROLLO%20DE%20LAS%20HABILIDADES%20B.pdf?sequence=1&isAllowed=y