FASE 1 “PEDAGÓGICA”

PROPUESTA DE TRABAJO DE PRACTICA NOVENO SEMESTRE

NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

DECIMO SEMESTRE

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

SEDE VILLA DEL ROSARIO

CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

2024-1

INSTITUCIÓN EDUCATIVA GENERAL SANTANDER

(SEDE FRANCISCO DE PAULA SANTANDER)

DOCENTE EN FORMACIÓN

NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN

CÓDIGO: 1092388749

TUTOR:

Ph. D: OSCAR ANTONIO QUINTERO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

SEDE VILLA DEL ROSARIO

CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

2024-1

Tabla de Contenido

1. Capítulo l Observación Institucional y Diagnóstico 9

1.1 Reseña Histórica 10

1.2 Proyecto Educativo Institucional 13

1.3 Marco Legal 14

1.4 Horizonte Institucional 18

1.4.1 Misión 18

1.4.2 Visión 18

1.4.3 Filosofia 19

1.4.4 Principios 20

1.4.4.1 “El ser humano es persona”. 20

1.4.4.2 “El hombre es un ser social”. 20

1.4.4.3 “La persona está llamada a la libertad y la autonomía” 20

1.4.4.4 “El hombre es un ser crítico” 20

1.4.4.5 “El hombre es un ser activo y creativo” 20

1.5 Perfil 21

1.5.1 Perfil del Rector 21

1.5.2 Perfil del Coordinador 22

1.5.3 Perfil de los Estudiantes 23

1.6 Símbolos Institucionales 24

1.6.1 Himno de la Institución Educativa General Santander 24

1.6.2 La Bandera de la Institución Educativa General Santander..... 25

1.6.3 Escudo de la Institución Educativa General Santander. 25

1.7 Uniformes 27

1.8 Inventario infraestructura 28

1.9 Manual de Convivencia 28

1.10 Derechos y Deberes 31

1.10.1 Derechos de los Estudiantes..... 31

1.10.2 Deberes de los Estudiantes..... 33

1.10.2.1 Deberes relativos a la asistencia al colegio y a las clases. 41

1.10.3 Derechos de los Padres de Familia. 47

1.10.4 Deberes de los Padres de Familia. 49

1.10.5 Derechos de docentes y directivos – docentes. 53

1.10.6 Deberes de docentes y directivos – docentes. 55

1.11 Manual de Convivencia 60

1.12 Ley del Menor..... 62

1.13 Salón de Deportes..... 65

1.14 Horarios 66

2. Capitulo II Propuesta Pedagógica 67

2.1 Título de la Propuesta 67

2.2 Objetivos 67

2.2.1 Objetivo General 67

2.2.2 Objetivos Específicos 67

2.3 Descripción del Problema 68

2.4 Justificación 69

2.5 Población 70

2.6 Muestra 71

3. Capitulo III Informe de los Procesos Curriculares 72

3.1 Cronograma de Actividades 72

3.2 Diseño de Planeadores. 73

3.3 Ejecución 98

3.4 Evaluación (Cualitativa) 100

4. Capitulo IV Actividades Interinstitucionales 102

5. Capitulo V Formatos de Evaluación 103

1. FASE 2 110

1. Capítulo I Problema 113

1.1 Descripción del Problema 113

1.2 Formulación 114

1.3 Justificación 115

1.4 Objetivos 116

1.4.1 Objetivo General 116

1.4.2 Objetivos Específicos 116

2. Capítulo II Marco Teórico 116

2.1 Antecedentes 116

2.2 Marco Conceptual 119

2.3 Bases Legales 123

2.4 Formulación de Variables 128

3. Marco Metodológico 129

3.1 Paradigma 129

3.2 Tipo de Investigación 129

3.3 Población y Muestra 130

3.4 Técnicas e Instrumentos de recolección de la información 131

4. Capitulo III Resultados 132

4.1 Aplicación 132

4.2 Análisis e Interpretación de Resultados 135

4.3 Discusión 137

4.4 Conclusiones 138

5. Referencias Bibliográficas 138

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1..... **27**

Tabla 2..... **42**

Tabla 3..... **65**

Tabla 4..... **71**

Tabla 5..... **72**

Tabla 6..... **73**

Tabla 7..... **75**

Tabla 8..... **78**

Tabla 9..... **81**

Tabla 10..... **83**

Tabla 11..... **86**

Tabla 12..... **89**

Tabla 13..... **92**

Tabla 14..... **95**

Tabla 15..... **98**

Tabla 16..... **102**

Tabla 17..... **135**

Tabla 18..... **136**

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 ..... **9**

Ilustración 2 ..... **21**

Ilustración 3 ..... **22**

Ilustración 4 ..... **23**

Ilustración 5 ..... **25**

Ilustración 6 ..... **26**

Ilustración 7 ..... **28**

Ilustración 8 ..... **103**

Ilustración 9 ..... **104**

Ilustración 10 ..... **105**

Ilustración 11 ..... **106**

Ilustración 12 ..... **107**

Ilustración 13 ..... **108**

Ilustración 14 ..... **109**

Ilustración 15 ..... **134**

1. Capítulo l Observación Institucional y Diagnóstico

Ilustración 1

Institución Educativa



Nota: Fotografía tomada por creación propia.

Dirección: Cra 2 con Calle 8 Barrio Villa Antigua

Teléfono: 607 5706153

Municipio: Villa del Rosario

1.1 Reseña Histórica

La creación inicial del colegio se hizo por acuerdo del concejo municipal de Villa del Rosario En el año de l938 con el nombre de GENERAL SANTANDER para honrar la memoria de este hijo ilustre del municipio. En el año 1942 las presiones políticas regionales interfieren en su organización y administración siendo forzoso clausurarlo.

En 1961 por iniciativa del diputado Simón Granados Avendaño se hace una evaluación de la población estudiantil que exige de nuevo la apertura de la institución para que los jóvenes puedan realizar sus estudios de bachillerato. Se presenta el proyecto a la Asamblea Departamental donde sigue el proceso de aprobación. Sancionada la ordenanza No. 5 de octubre de 1961 por la cual se crea nuevamente el colegio con el mismo nombre, se asignan auxilios para su funcionamiento y se dotan y adecuan los laboratorios de física y química.

En 1962 empezó su funcionamiento con un Rector, un profesor, una secretaria habilitada y una población estudiantil masculina de 65 alumnos, 35 en 5º primaria y 30 en 1º bachillerato. El 9 de noviembre de 1962 bajo la dirección del señor Ciro Alfonso Delgado R. se obtuvo la licencia de funcionamiento y hasta 1967 la institución funcionó en distintas plantas físicas en calidad de arrendamiento. En octubre de 1964 obtuvo la licencia de funcionamiento para los cursos 2º, 3º y 4º de bachillerato. En 1967 se trasladó a un local que pertenecía a la antigua casa cural, donde funcionó con un personal docente de 6 profesores y un 5º bachillerato.

En 1968 con fondos del departamento y del municipio se adquirió la propiedad de la carrera 8ª. Con calle 6ª. Esquina para la planta física. Fue remodelada y adecuada con la colaboración de las entidades gubernamentales y padres de familia. En 1969 se dio la primera promoción de bachilleres siendo director el Señor Luis Salvador Suárez. En los años siguientes su normal funcionamiento se entorpeció por deficiencia de carácter administrativo hasta al punto de retroceder a 4o. de bachillerato. El Profesor Ricardo Delgado Peñaloza en su afán por la educación de la juventud trató de superar esas deficiencias asumiendo la rectoría.

En el año 1971 se abre una nueva década con la dirección del señor José Maria Peláez quien organiza la administración de la institución. En 1972 se nombra Rector al Licenciado Milton Oliveros, En 1973 es nombrado rector el Licenciado José Vicente Melo López. Inaugura la biblioteca y se nombra a Gregoria González como bibliotecaria. El colegio se convierte en mixto. ECOPETROL, dona un bus y en 1974 se proclama la primera promoción de bachilleres. En el año 1991 se organiza un comité para la compra de un lote a Mercedes Hernández. Dicho comité lo conformó El Concejal Dr. Iván Darío Giraldo, Julián Zulúaga (F), Cristina Malaver, Francelina de Niño, Ángel Libardo Dulcey, Nancy Acuña, Milena Jiménez, Víctor Suárez, los profesores Darío Bernal, Luz Marina Galviz y el rector José Vicente Melo López, este comité Consigue la suma de $3.000.000.00 para completar el valor del lote en negociación. Octavio Martínez Acuña, ex alumno y concejal del Municipio presenta la ordenanza. El 28 de mayo de1991, se obtiene un aporte de $45.000.000.00 de pesos del departamento y $5.000.000.00 de pesos del Municipio.

En el año 1992 es designada como rectora encargada la Magíster Martha Piedad Gómez Pachón, se hace la compra real del lote; con aportes del departamento se inicia la modernización del colegio, ampliándose el número de cursos. Se construyen 8 aulas, un salón de actos, se remodela la sala de profesores, se instala la sala de bilingüismo, se construye la sala de informática, la biblioteca y el baño para profesores. Durante la construcción y remodelación los grados 6º funcionaron en otros establecimientos de primaria adyacentes a la institución como fueron: La escuela Pedro Fortoul y Manuel Antonio Rueda Jara. Su gestión fue beneficiosa para la institución porque le dio brillo, clase y altura.

El 4 de noviembre de 1998 fue designado como rector encargado el Licenciado Germán Octavio Guerrero Valderrama, ex alumno de la institución. En su administración se amplían los corredores del colegio, se adecua la cancha de Básquetball con nuevos tableros, se construye en el patio central la tarima para actos con un precioso mural de Jacumar y las baterías sanitarias para estudiantes; deja proyectados el laboratorio de Física y los planos de ampliación del colegio. Amplia la cobertura a 39 cursos, de los cuales 6 sextos se ubican en la escuela Pedro Fortoul.

El 28 de marzo de 2001 es nombrado en propiedad el licenciado Carlos Torrado, quien no fue aceptado por la comunidad. La Secretaría de Educación nombra como rector encargado al Magíster José Raúl Miranda Miranda quien con misión futurista inicia la construcción del PEI, Reestructura y organiza el colegio hacia un nuevo milenio. Se construye el laboratorio de física, se legalizan los procesos administrativos.

En septiembre de 2002 es nombrado en propiedad Aliro Cárdenas Yánez, gran gestor y organizador, pero es trasladado y en su reemplazo es nombrado el Licenciado José Alejandro Latorre Jaimes, quien actualmente trabaja por el bienestar de la comunidad, gestionando y obteniendo importantes logros como la dotación de la sala de informática, la adecuación de las baterías sanitarias, la cubierta del patio principal, la construcción de seis nuevas aulas.

1.2 Proyecto Educativo Institucional

A partir de la Ley General de Educación –Ley 115 de febrero 8 de 1994- se plantea un nuevo ordenamiento de la Educación en Colombia creando la necesidad en las comunidades de analizar sus problemáticas buscando soluciones a través de la organización de su quehacer educativo, mediante un Proyecto Educativo Institucional el cual se ha venido implementando y actualizando de acuerdo a la normatividad vigente y orientaciones dadas por la Secretaría de Educación Departamental.

Es aquí en el P.E.I. donde se plasman los deseos, las necesidades, los sueños, las proyecciones y las utopías que le permiten a la comunidad orientar su acción pedagógica y desarrollar un plan de vida para el desarrollo de la comunidad.

La Institución Educativa General Santander ha venido direccionando, rediseñando y estableciendo una propuesta básica del P.E.I., la cual le permitirá realizar acciones de mejoramiento de la Educación Preescolar, Básica, Media y en especial lo relacionado con la Educación Media Técnica.

En sus modalidades técnicas permite ubicar la institución Educativa en un sitial privilegiado acorde con los avances tecnológicos y logra importantes convenios con la Universidad Francisco de Paula Santander, la Universidad de Pamplona y el SENA.

Conscientes de la importancia de aprovechar éstos nuevos escenarios educativos, ha realizado alianzas estratégicas, para ofrecer a sus estudiantes las especialidades de PRODUCCIÓN INDUSTRIAL, DISEÑO DE CALZADO Y MARROQUINERIA, CERÁMICA ARTESANAL POR MODELADO EN TORNO y AUTOMATIZACIÓN Y CONTROL PARA PROCESOS INDUSTRIALES.

La Especialidad de Producción Industrial, se viene adelantando por la modalidad de ciclos propedéuticos desde el año 2008, graduando en el 2009 la primera promoción de bachilleres, los cuales continuaron su ciclo en la Universidad Francisco de Paula Santander en el año 2010 por primera vez.

El P.E.I. Visualiza una propuesta que se revisa, se analiza, se implementa, y se ajusta anualmente de acuerdo a las circunstancias y hechos significativos que sucedan en torno al tema educativo.

1.3 Marco Legal

Constitución Nacional: La Constitución Nacional de 1.991 plantea los elementos orientadores de la sociedad colombiana:

Como directrices constitucionales en cuanto a derechos y obligaciones de la educación se resaltan:

a. La libertad de aprendizaje

b. La educación como objeto fundamental y responsabilidad del estado, la sociedad y la familia.

c. La participación de la comunidad en la gestión educativa.

d. El desarrollo de la propia personalidad.

e. El reconocimiento de la pluralidad cultural.

f. El respeto a las minorías.

g. La libertad de conciencia y el reconocimiento de todos los credos.

h. La inspección y vigilancia por parte del estado.

i. La atención a limitados e impedidos, y a otros.

Ley General de Educación. La educación es:

Artículo 1. «Un proceso de formación permanente, personal, cultural y social, que se fundamente en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus

Artículo 5. Numeral 1. El tipo de educación que se debe ofrecer en toda institución educativa, es el l que permite «el pleno desarrollo de la personalidad «, que involucra al ser humano desde lo «físico, psíquico, intelectual, moral, espiritual, social, afectivo, ético, cívico y demás valores humanos».

Recoge el sentido de la Constitución Nacional al establecer como fines del sistema educativo:

1. El desarrollo de la personalidad.

2. El respeto a los derechos, la autoridad, la ley y la cultura.

3. La participación.

4. La adquisición de conocimientos.

5. El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica.

6. La práctica del trabajo.

7. La prevención en salud e higiene y la práctica del deporte.

8. La promoción de la creatividad, la investigación y la tecnología.

POLÍTICAS EDUCATIVAS QUE SUSTENTAN EL PROYECTO EDUCATIVO

De Estado:

Plan de Racionalización del sector educativo. Son estrategias en el fortalecimiento de la educación.

Resolución No 0105 del 7 de febrero del 2.000. Adopta el manual de criterios y lineamientos generales a tener en cuenta en la aplicación del plan de racionalización en el Norte de Santander, teniendo en cuenta los mecanismos y procedimientos de racionalización definidos por el Gobierno Nacional.

Plan de desarrollo. En el plan de desarrollo del departamento se determina como estrategia el transformar la gestión educativa mediante la creación de condiciones que permitan la conformación de instituciones educativas autónomas con capacidad de gestión y acción.

Decreto No 855.

De Gobierno: Constitución Política Artículo 67. «Se hace responsable al Estado, la sociedad y la familia, de garantizar la educación obligatoria entre los cinco y los quince años de edad y que corresponderá como mínimo un año de preescolar y nueve de educación básica».

Plan Decenal de Educación. Fija los grandes derroteros que deben seguir la educación y el horizonte hacia donde debe dirigirse.

Ley General de Educación. Ley 115 de 1994. Artículo 138, establece la naturaleza y condiciones de los establecimientos educativos. Indica que deben contar con la infraestructura Administrativa y soportes de la actividad pedagógica para ofrecer al menos un grado de preescolar y los nueve de educación básica.

Documento *CONPES 2738* Min educación- Como programa para el logro de esta nueva organización educativa se puso en marcha el programa «Implantación de institución escolar Básica», para garantizar la continuidad del proceso educativo, y ofrecer en los establecimientos educativos oficiales mínimo un grado de preescolar y nueve grados de educación básica.

Decreto 1860 de 1994.

Artículo 12. Indica la continuidad dentro del Servicio Educativo, constituyendo un solo sistema interrelacionado y adecuadamente flexible, como para permitir a los educandos su tránsito y avance en el proceso formativo personal.

Ley 344 de 1996. Artículo 11. Las entidades territoriales elaboraran y ejecutan anualmente un plan de racionalización de los recursos humanos del servicio educativo estatal que atiende con recursos propios del Situado Fiscal.

Decreto 088 de 2000. Artículo 20. Establece como función común de las direcciones de educación básica y media del MEN diseñar, coordinar y ejecutar estudios sobre los diferentes componentes de la educación preescolar.

1.4 Horizonte Institucional

1.4.1 Misión

La Institución Educativa General Santander ofrece y garantiza el servicio social educativo en los niveles de preescolar, básica, media académica y técnica en articulación con instituciones de Educación Superior a través de programas integrales de formación en competencias laborales, desarrollando los fines y fundamentos de la educación colombiana, formando ciudadanos para la vida en todas sus dimensiones y respetando los principios de diversidad y vulnerabilidad.

1.4.2 Visión

En el año 2015, la Institución Educativa General Santander de Villa del Rosario, será líder en la prestación del servicio educativo con calidad en zona de frontera, promoviendo valores de formación integral, respetando los principios de diversidad y vulnerabilidad, posibilitando el desarrollo de competencias laborales claves para la formación de personas con saberes humanistas y tecnológicos, capaces de mejorar su calidad de vida y la de su entorno social.

1.4.3 Filosofia

La Institución Educativa General Santander formará personas con sentido claro y práctico de la vida, autónomos y auténticos. Por esto:

1. Impartirá una educación que conduzca a la rectitud mediante la formación de una voluntad férrea, el fortalecimiento del carácter y la plena conciencia de sus actos, para lograr el equilibrio como ser humano, capaz de pensar racionar, analizar y así mejorar su calidad de vida.

2. Orientará a los educandos en la fe y en los principios morales, factores primordiales para la formación integral del ser humano.

3. Promoverá el desarrollo del interés por el saber, las capacidades y las habilidades para ponerlas a disposición de la comunidad.

4. Tendrá a Dios como principio en todas las acciones. Procurará un clima y un ambiente de fe, de seguridad y afecto, de tolerancia y respeto que hagan más agradable la convivencia. De valores, que exterioricen los principios trascendentales. De conocimientos científicos, tecnológicos, culturales y religiosos que permitan el desarrollo integral de los estudiantes.

5. Una educación generadora de orden racional, de aprecio, de dignificación e interés por el trabajo, y superación personal.

La filosofía de la institución se orientará a seguir los ideales del hombre de las Leyes enmarcada en sus acciones, obras y pensamientos que contribuyan positivamente al desarrollo del país frente al desafío del nuevo milenio.

1.4.4 Principios

La educación Santanderista se fundamenta en una formación Holística del Ser Humano.

Entre sus principios están:

1.4.4.1 "El ser humano es persona".

En esta dimensión el hombre debe procurar el valor de sí mismo en una búsqueda constante de superación personal y social.

1.4.4.2 "El hombre es un ser social".

El proceso educativo debe tender a la permanente búsqueda de la interacción del ser con su mundo circundante para lograr una convivencia pacífica y obtener un equilibrio dentro de la sociedad en que vive.

1.4.4.3 "La persona está llamada a la libertad y la autonomía"

La educación debe permitir que el educando se responsabilice de su propio destino y el del entorno para que adquiera un compromiso personal y social.

1.4.4.4 "El hombre es un ser crítico"

Capacita al educando para que conozca, profundice, analice, relacione y actúe frente a la problemática real dando alternativas de solución para lograr un bien común.

1.4.4.5 "El hombre es un ser activo y creativo"

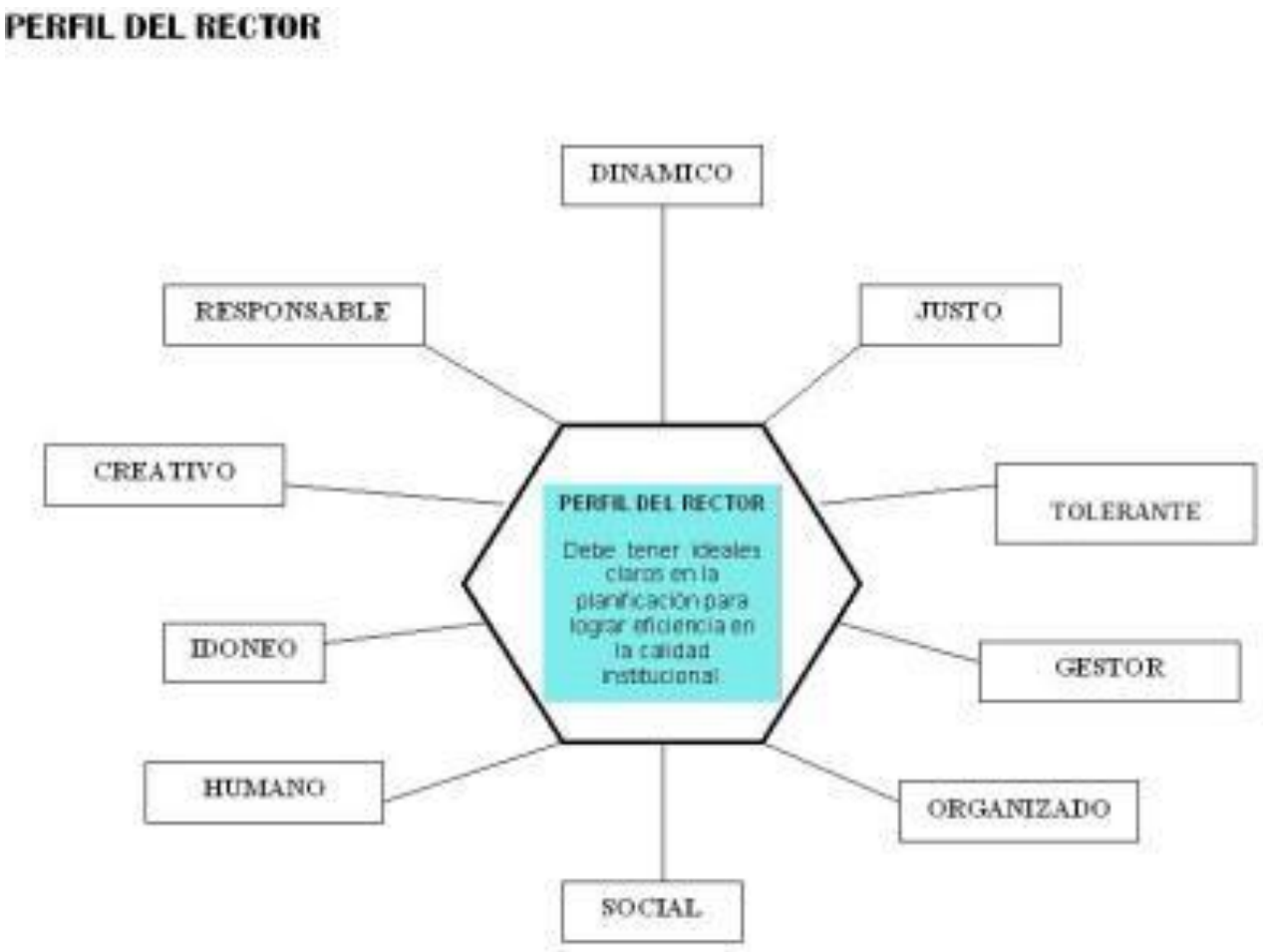
Permitir y desarrollar dentro de sus caracteristicas innatas la creatividad y el dinamismo para el mejoramiento personal y de su entorno.

1.5 Perfil

1.5.1 Perfil del Rector

Ilustración 2

Perfil del Rector

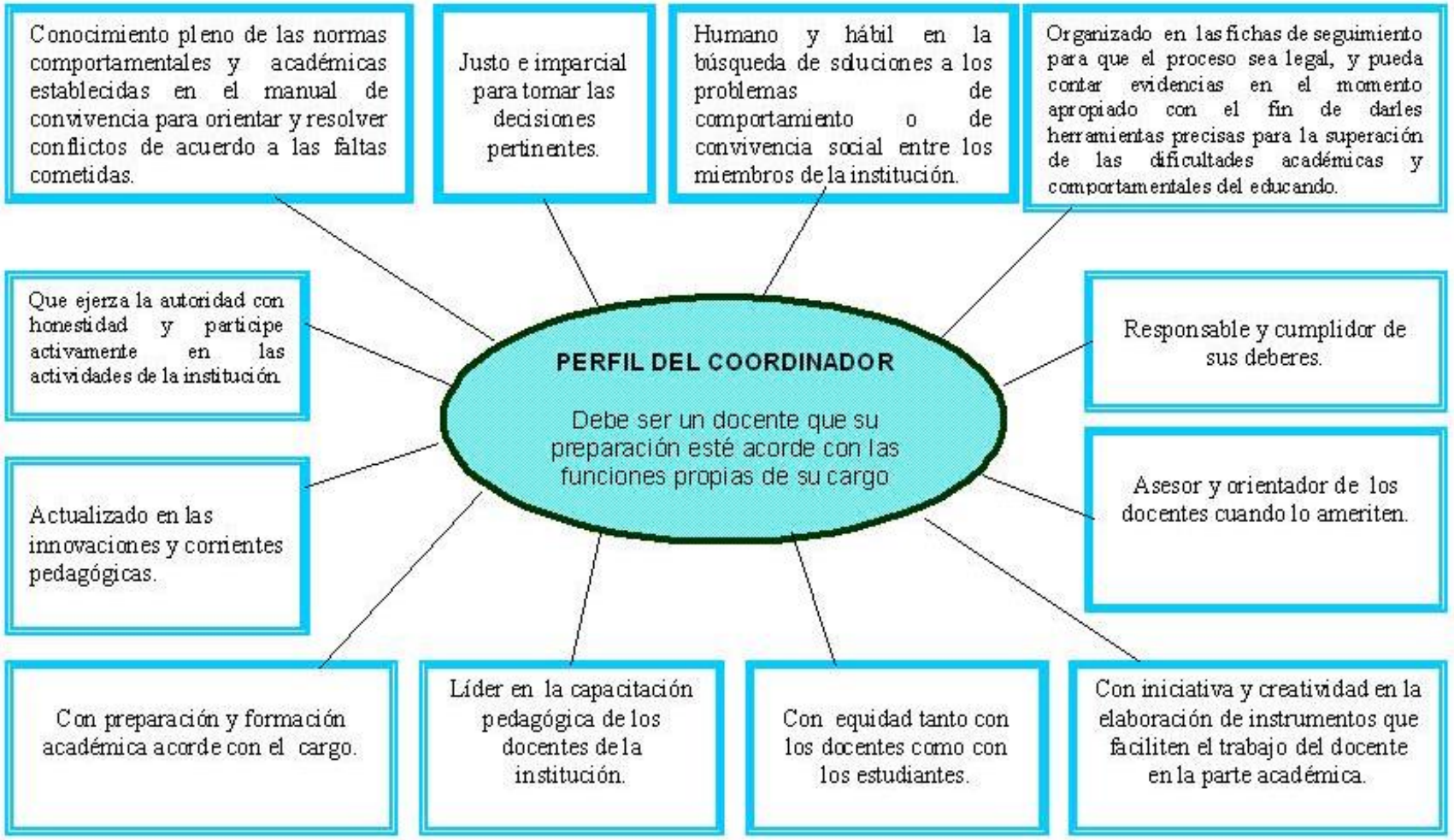


Nota: Ilustración obtenida del PEI de la Institución.

1.5.2 Perfil del Coordinador

Ilustración 3

Perfil del Coordinador

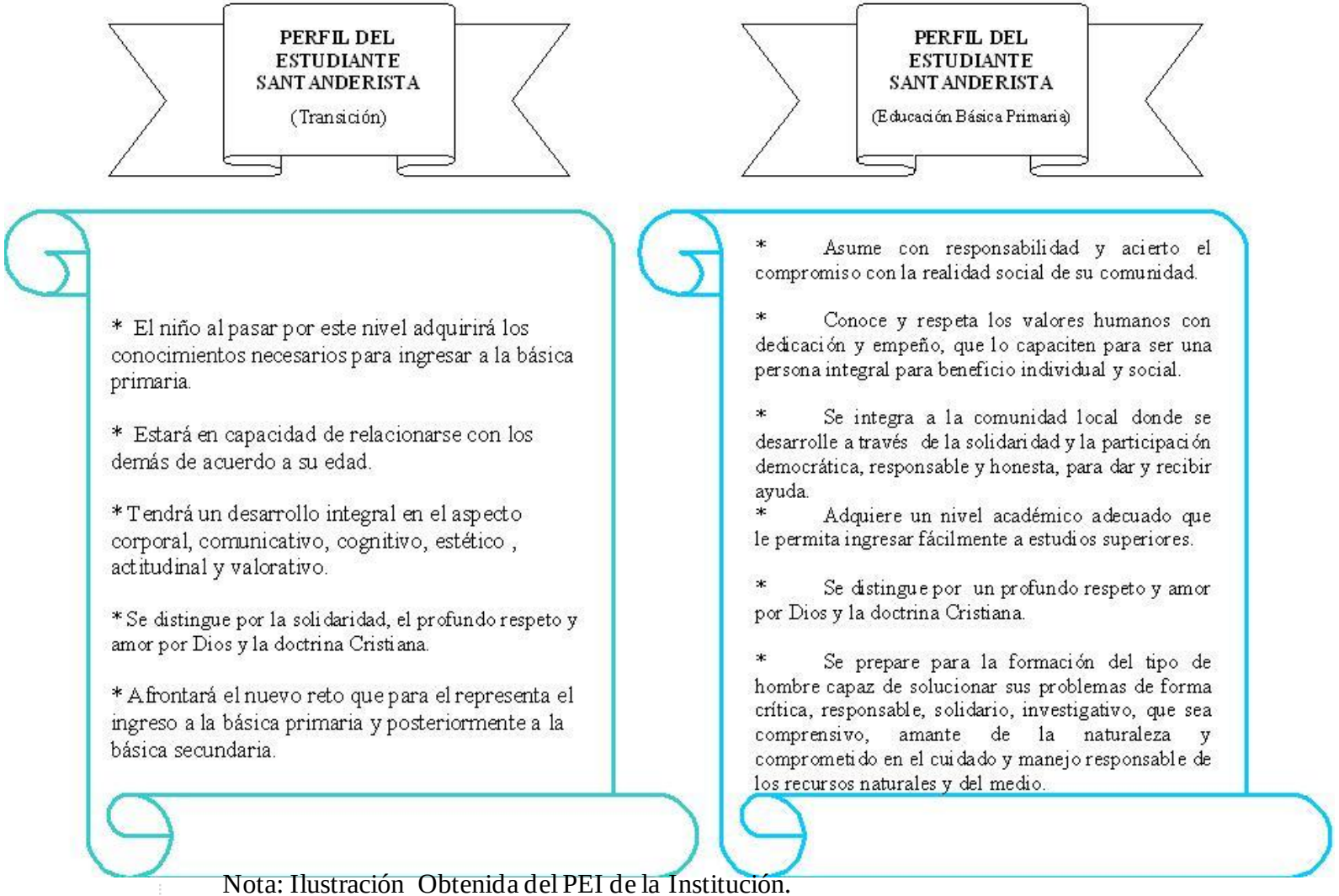


Nota: Ilustracion Obtenida del PEI de la Institución.

1.5.3 Perfil de los Estudiantes.

Ilustración 4

Perfil de los Estudiantes



Nota: Ilustración Obtenida del PEI de la Institución.

1.6 Símbolos Institucionales

1.6.1 Himno de la Institución Educativa General Santander

CORO

Nuestra villa esmaltada de historia nos reclama el amor del pasado,

Un pasado que es timbre de gloria, del que fuera adalid y soldado.

I

Aquí el hombre de leyes levanta su figura cual regio fanal,

Aquí nace, estudia y proclama, libertad para todo mortal.

II

Santander en el libro esperaba

Que los hombres buscaran la paz,

Y aunque estuvo en guerreras batallas,

En la ciencia buscó su ideal.

III

Aquí el templo arrulló la semblanza,

De las leyes que dan libertad,

Aquí nace el gran hombre de patria,

De esta patria Colombia inmortal.

LETRA: Profesor ***JOSÉ MARÍA PELÁEZ***. Rector Colgesan 1971.

MÚSICA: Profesor ***BENJAMÍN HERRERA.***

1.6.2 La Bandera de la Institución Educativa General Santander

Consta de dos franjas horizontales una superior blanca y una inferior azul. Colores distintivos del colegio que con orgullo y altivez ostentamos donde quiera que estemos.

Ilustración 5

Bandera



Nota: Ilustración obtenida del Manual de Convivencia

1.6.3 Escudo de la Institución Educativa General Santander.

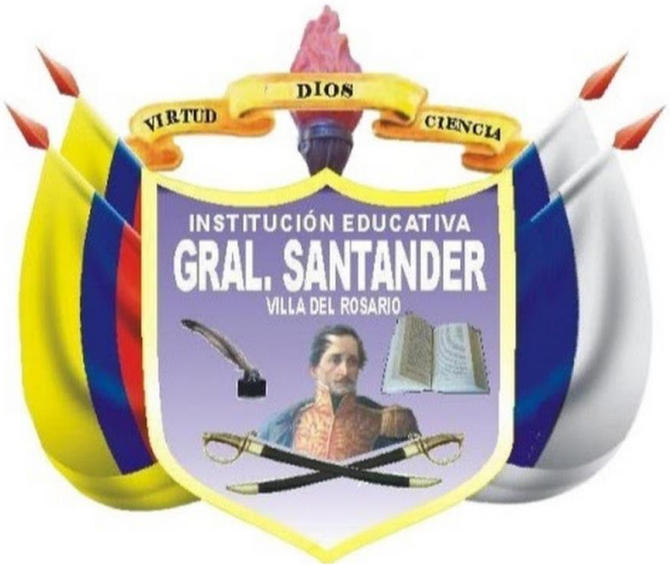
En la semana cultural del año 1966, el profesor RICARDO DELGADO, promovió un concurso entre los alumnos para elegir el escudo que sería adoptado como símbolo del colegio. Se distinguieron los trabajos presentados por: José Antonio Álvarez, Mario Beltrán, Rafael Niño (F) y Hermes A. San Juan. El diseño presentado por el estudiante Hermes A. San Juan, fue el ganador.

Descripción del Escudo Según su Autor: El MARCO que conforma el escudo está delineado en color negro con fondo blanco que significa claridad, limpieza y pulcritud. Dentro de este marco aparece en el centro el rostro del General Francisco de Paula Santander, en cuyo honor lleva el nombre nuestro colegio.

Al lado derecho del rostro del General Santander aparece una PLUMA y un TINTERO, representan el aprendizaje y la enseñanza que recibimos en este claustro; se complementa con el LIBRO ABIERTO, al lado izquierdo enseñando su contenido como fuente del saber y alimento de nuestro espíritu. Debajo entre cruzadas dos ESPADAS que simbolizan la lucha y el tesón con que se abrió paso en su camino luchando por nuestra libertad el General Santander; tomado como modelo de la lucha por la superación personal a través de la asimilación permanente de nuestros conocimientos en aras de ser algún día hombres útiles a la patria. Al lado derecho del escudo se observa EL TRICOLOR NACIONAL y al lado izquierdo LA BANDERA DEL COLEGIO.

Ilustración 6

Escudo



Nota: Ilustración obtenida del Manual Convivencia.

1.7 Uniformes

Tabla 1

Uniformes

Uniforme De Diario Para Los Hombres El uniforme de diario para los hombres consta de una camisa tipo polo de color blanco, un pantalón de color gris, una correa color negra, medias blancas y zapatos de color negro.	
Uniforme De Diario Mujeres El uniforme de diario para las mujeres consta de una camisa tipo poco de color blanco, una falda de cuadros con diferentes colores, una correa de color rojo, medias largas d color blanco y zapatos rojos.	

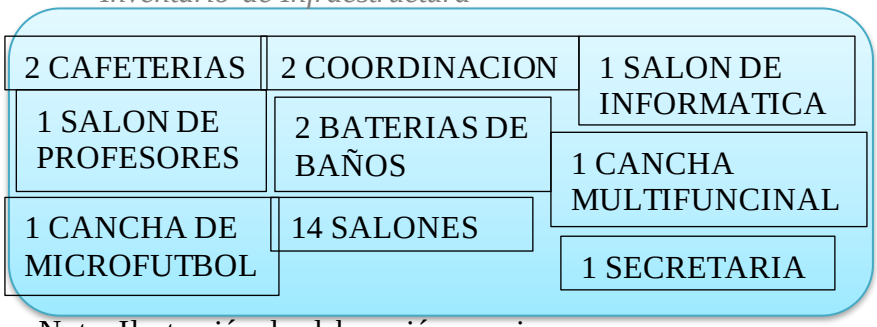
Uniforme De Educación Física El uniforme de educación física consta de una camisa de color blanco, azul y amarillo, una camisa tipo esqueleto de color blanco con franjas azules, una sudadera de color azul con una línea amarilla, una pantaloneta de color azul, medias blancas y zapatos blancos.	

Nota: Tabla de creacion propia,

1.8 Inventario infraestructura

Ilustración 7

Inventario de Infraestructura



Nota: Ilustración de elaboración propia.

1.9 Manual de Convivencia

La Institución Educativa Colegio General Santander del Municipio de Villa del Rosario, especifica en su misión el compromiso constitucional de "asistir y proteger a niños, niñas y adolescentes para garantizar su desarrollo armónico e integral" con el fin de "prepararlos para una vida adulta activa, inculcándoles el respeto por los derechos humanos, las orientaciones sexuales e identidades de género no hegemónicas y libertad de culto en la Institución, los valores

"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

culturales propios y el cuidado del medio ambiente natural, con espíritu de paz, tolerancia y solidaridad, sin perjuicio de la libertad de enseñanza establecida en la Constitución Política".

El presente Manual de Convivencia pretende propiciar la aceptación del otro para una sana convivencia, regular las relaciones interpersonales y buscar un clima favorable para el crecimiento personal y un aprendizaje incluyente y significativo. Pretende contribuir con el proceso de construcción del Proyecto Personal de Vida de los estudiantes en un ambiente sano, caracterizado por la confianza, la creatividad y con altos contenidos de compromiso sobre la base de comportamientos autónomos, la toma consensuada de decisiones y dado el caso, la regulación mediante la aplicación de normas y sanciones.

"La Institución Educativa es un lugar de aprendizaje, pero también un ámbito de convivencia. Si a través de los conocimientos y destrezas que se han de adquirir, se desarrollan las funciones individuales del pensar, las relaciones que impone la convivencia constituyen la mejor base para aprender a vivir. La adquisición o refuerzo de actitudes y hábitos que dan valor positivo y real a la convivencia constituyen la finalidad visible de la disciplina. Sin convivencia parece que no es necesaria la disciplina, pero sin disciplina no es posible la convivencia. Por consiguiente, la disciplina no se queda en la pura superficie de las relaciones externas o sociales, sino que hace posible el dominio de sí, la aceptación de las reglas de convivencia y la participación efectiva y la autonomía en la comunidad escolar".

En cualquier contexto escolar, el que hacer educativo se ha de entender como un derecho – deber por cuanto "no solamente otorga prerrogativas a favor del individuo, sino que comporta exigencias de cuyo cumplimiento depende en buena parte la subsistencia del derecho, pues quien no se somete a las condiciones para su ejercicio, como sucede con el discípulo que desatiende sus responsabilidades académicas o infringe el régimen disciplinario que se comprometió a

observar, queda sujeto a las consecuencias propias de tales conductas: la pérdida de las materias o la imposición de correctivos pedagógicos o de las sanciones previstas dentro del régimen interno de la institución, la más grave de las cuales, según la intensidad de la falta, consiste en su exclusión del establecimiento educativo". Todos los miembros de la comunidad educativa deben asegurar el cumplimiento de los lineamientos filosóficos y el reglamento escolar en cualquier tiempo y lugar.

OBJETIVOS DEL MANUAL DE CONVIVENCIA

➢ Facilitar la convivencia y propiciar el bienestar de cada uno de sus miembros en un ambiente de libertad, en el que se requiere de comportamiento que le permitan al estudiante convertirse en una persona capaz de auto disciplinarse, basándose en el reconocimiento de los derechos y deberes, que fortalecen los valores de las dimensiones del ser humano.

➢ 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 alegres, creativas, solidarias, críticas y 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 y capacidad de liderazgo.

➢ Formar una conciencia que valore la relación del hombre con el medio ambiente, cambiando su forma de pensar, sentir y actuar en beneficio del entorno.

➢ Sensibilizar sobre la realidad social que nos rodea, creando espacios de solidaridad, reflexión, tolerancia, diálogo y participación activa en la búsqueda de soluciones.

➢ Cumplir con las disposiciones legales correspondientes a garantizar los derechos y libertades que gozan los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

1.10 Derechos y Deberes

1.10.1 Derechos de los Estudiantes

Artículo 13. El estudiante matriculado legalmente en la Institución Educativa Colegio General Santander del Municipio de Villa del Rosario, tendrá derecho a:

a) Ser tratado con respeto en su integridad física y moral, sin discriminación alguna (de género, raza o culto) de acuerdo con la declaración universal de los derechos humanos, la constitución, las leyes y normas de la Institución.

b) Derecho a que se respete y proteja la imagen de los niños, niñas, adolescentes. Las palabras y/o imágenes de carácter difamatorio, que atenten contra la dignidad humana o que se opongan a los valores impartidos por el establecimiento, están prohibidas dentro o fuera de de la Institución y son causal de mala conducta.

c) Ser llamado por su nombre y apellido, sin uso de apodos o códigos.

d) Expresar sus ideas, creencias y opiniones de manera respetuosa y libre.

e) Ser escuchado oportunamente, siguiendo el conducto regular.

f) Conocer derechos y deberes contemplados en el Manual de Convivencia y en las normas legales.

g) De elegir y ser elegidos en los cargos de representación estudiantil, cuando cumpla con los requisitos establecidos.

h) Ser considerado como centro del proceso educativo y participe activo de su formación holística de manera que favorezca el pleno desarrollo de su personalidad.

i) Recibir una educación de calidad.

j) Ser evaluado de manera integral en los cuatro aprendizajes fundamentales de la educación: **Aprender a conocer, Aprender a hacer, Aprender a ser y Aprender a convivir.**

k) Conocer oportunamente el Manual de Convivencia, el Sistema Institucional de Evaluación de los Estudiantes – SIEE: criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación y promoción.

l) Conocer los resultados de los procesos de evaluación y recibir oportunamente las respuestas a las inquietudes y solicitudes presentadas respecto a estas.

m)Recibir la asesoría y acompañamiento de los docentes para superar dificultades presentadas en el proceso de aprendizaje.

n) Recibir un buen trato de parte de directivos, docentes y personal administrativo y de servicios generales de la Institución Educativa.

o) Recibir los estímulos previstos en el presente Manual de Convivencia.

p) Recibir apoyo y estímulos por parte de la Institución cuando el estudiante participe y la represente de eventos culturales, deportivos y artísticos (en representación de la Institución Educativa Colegio General Santander)

q) Obtener el informe del Rendimiento Académico, certificado de estudio, asistencia y de comportamiento; con previa notificación de estar a paz y salvo con todos los requerimientos institucionales para tal efecto.

r) Obtener una respuesta oportuna a solicitudes y reclamaciones ante las autoridades institucionales competentes.

s) Los estudiantes de último grado tendrán derecho a recibir su título correspondiente en ceremonia especial organizada por la Institución siempre y cuando su comportamiento no esté afectado por conductas negativas sancionadas de acuerdo con los procedimientos establecidos, sin que haya mérito para levantar las sanciones al momento del estudio previo a la graduación y estar a paz y salvo por todo concepto entre otros.

Parágrafo 1: Los estudiantes que participan en los grupos institucionales como: Banda Show, danzas, deportes, eventos culturales o cívicos y Pruebas Académicas (en las que represente la Institución), entre otras; contarán con el apoyo de los docentes para reprogramar las actividades académicas pendientes.

1.10.2 Deberes de los Estudiantes.

Artículo 14. Son deberes de los estudiantes de la Institución Educativa Colegio General Santander:

1. Comprometerse con dedicación y responsabilidad en todos los deberes emanados del derecho a la educación.

2. Preparar y presentar todos las actividades y compromisos académicos (evaluaciones parciales y semestrales, trabajos, guías, nivelaciones), culturales, cívicas y deportivas en las fechas determinadas en el cronograma de la Institución Educativa.

3. No utilizar el celular durante clases, patios de recreo, ni usarlo para filmar, tomar fotos y/o divulgar imágenes sin la debida autorización y que puedan lesionar la privacidad o la dignidad de las personas.

4. Presentarse puntualmente a las clases y evitar ausentarse sin causa alguna. La reiterada inasistencia a clases sin justificación ocasionará podrá ocasionar sanciones disciplinarias o académicas.

5. Tratar con respeto, dignidad y cortesía a directivos, docentes, administrativos, personal de servicios generales, compañeros y en general a todos los miembros de la comunidad.

6. Respetar la integridad física, psicológica y moral de los integrantes de la comunidad educativa, dentro y fuera de la Institución.

7. Respetar las creencias, opiniones y sentimientos de los demás.

8. No comportarse agresivamente ni participar en juegos cuya intención es lesionar física, psicológica o moralmente a un compañero o así mismo.

9. Rechazar todo tipo de autoagresión, agresión, violencia o acoso.

10. Expresar las dificultades al acudiente o a las personas idóneas, siguiendo el conducto regular y acorde al Debido Proceso, propiciando el diálogo.

11. Respetar la vida privada del prójimo y cuidar la propia, a través del buen uso de las redes sociales o de cualquier otro medio.

12. Mantener el decoro, el respeto por sí mismo y por los demás por tal motivo no está permitido realizar juegos eróticos, tener relaciones sexuales dentro de cualquier dependencia de la Institución Educativa o en cualquier sitio donde se presente como estudiante de la Institución.

13. Utilizar los servicios del Institución Educativa (tienda escolar, oficinas, laboratorios, biblioteca, materiales, muebles) con la compostura y el decoro que garantice la seguridad y el bienestar de quienes los comparten, respetando los turnos de compañeros u otras personas y cuidando la integridad y conservación de los bienes de la institución.

14. Al terminar la jornada escolar, los estudiantes tienen el deber de dirigirse a su casa. La responsabilidad sobre cualquier situación que se presente durante el desplazamiento del niño niña o adolescente hacia su casa es de los padres o acudientes quienes tienen el deber de cuidar y controlar el horario de sus hijos. Los estudiantes de Transición y Básica Primaria, deben presentarse a la Institución Educativa en compañía de un adulto responsable y ser recogidos a la salida de la misma manera y en los horarios establecidos o en caso contrario se informará a las autoridades competentes a fin que se aplique el Código de Infancia y Adolescencia. La Institución Educativa no es responsable de los transportes escolares ya que ellos no son contratados ni pertenecen a la Institución, sino por el contrario es responsabilidad exclusiva de los padres de familia, acudientes y/o cuidadores, entre otros.

15. Aprovechar el tiempo en los cambios de clase preparando su material para la clase siguiente, permaneciendo dentro del salón con un buen comportamiento y acatando los protocolos de bioseguridad.

16. Dar a conocer, siguiendo el conducto regular, cualquier hecho o situación que observe relacionada con el consumo, porte o comercio de armas o de sustancias psicoactivas, entre los miembros de la comunidad educativa.

17. Abstenerse de realizar o intentar cualquier tipo de adulteración, fraude o suplantación, situación que se considera como Tipo II, por ser contraria al conjunto de valores que orientan a la Institución Educativa.

18. No traer ningún elemento corto punzante, arma de fuego o arma blanca a la Institución Educativa Colegio General Santander, o a las actividades externas donde se participe.

19. Participar con actitud positiva los procesos pedagógicos, manteniendo orden y respeto en las actividades académicas, culturales, cívicas o deportivas.

20. Cuidar los útiles escolares, mobiliario, instalaciones y las zonas verdes de la institución, colaborando con su mantenimiento; en caso de causar algún daño el padre de familia o acudiente y el estudiante deberán responder por los costos correspondientes a la reparación y/o reemplazo del mismo. En el evento de probarse intención deliberada de causar daño, la situación se considerará como Tipo II.

21. Participar en las actividades extraescolares programadas por la Institución Educativa.

22. Tener al día los cuadernos, compromisos, consultas y/o guías de trabajo, diligenciadas apropiadamente según las indicaciones del docente.

23. Contribuir y cumplir con el aseo de los sitios (salones, aulas, laboratorios, cancha múltiple, entre otros) donde desarrolla la jornada escolar y evitar el consumo de chicle en las diferentes instalaciones de la Institución Educativa.

24. Entregar oportunamente a sus padres de familia y/o acudientes, las comunicaciones o citaciones emitidas por la institución.

25. Desarrollar y presentar el proceso de evaluación y nivelación en los términos establecidos por el SIEE y las fechas organizadas para tal fin. El no cumplir con estas actividades dentro de las fechas estipuladas será considerada como una falta al compromiso académico y por consiguiente se sigue el Debido Proceso.

26. Portar correctamente el uniforme de acuerdo con el horario de clase, limpio, en buen estado, sin accesorios y sin modificación alguna en el diseño establecido por el presente acuerdo, que lo aprobó. Se hace claridad que la bota del pantalón de diario y/o sudadera es clásica (18 cm), zapatos colegial cuero negro para el uniforme de diario o gala para los niños o jóvenes. La falda y pantalón de diario traerán pasadores con su respectiva correa; las faldas de las niñas sobre las rodillas las medias de diario y Educación Física no serán tobilleras y de color blanco (media escolar) y balaca blanca para utilizar con el uniforme de Educación Física.

27. Cumplir y participar activamente con todas las obligaciones académicas inherentes a la calidad del estudiante.

28. Cumplir con todos los requerimientos de su proceso educativo concerniente a su formación académica: tareas, trabajos de consulta, actividades que le correspondan en su proceso educativo, procesos de nivelación y de refuerzo según lo requieran dentro de los términos establecidos en el calendario escolar y planes de estudio propuestos por los docentes y el Proyecto Educativo Institucional (PEI) y el SIEE respectivamente.

29. Permanecer dentro de las instalaciones de la Institución Educativa durante la jornada escolar, según el nivel y asumir el comportamiento como estudiante regular.

30. Permanecer dentro del aula de clase, si requiere salir deberá solicitar el permiso al docente que inicie su actividad académica, quien entregará la escarapela de permiso y esta

deberá portarla el estudiante, para evitar ser registrado en la carpeta de seguimiento como evasión de clase, situación que puede acarrear reportes en el observador y por consiguiente rebajas en disciplina.

31. Si requieren permisos, solicitarlos personalmente el padre de familia o acudiente con antelación de un día, con su respectiva firma ante la Coordinación correspondiente, exceptuándose en caso fortuito o de fuerza mayor.

32. Mantener la debida puntualidad en el cumplimiento del horario y asistencia determinados por el calendario escolar, de no hacerlo realizará las actividades asignadas y/o asumirá los correctivos o sancione respectivas.

33. Presentar personalmente ante la Coordinación, oficio justificando la inasistencia con los respectivos soportes, la excusa médica o incapacidad médica, debe estar siempre acompañan de la epicrisis y la excusa firmada por los padres o acudientes en caso de calamidad doméstica. De no ser una excusa justificada no se dará la debida autorización para la presentación de trabajos o evaluaciones que se hubieren realizado durante el día de ausencia (la excusa se deberá presentar en el término máximo de tres días después de la inasistencia). En el caso en que el estudiante y su núcleo familiar presenten sintomatología asociadas con el covid-19 (dolor de cabeza, fiebre, tos, congestión nasal), entre otros, la justificación de la inasistencia a clase, se presentará mediante oficio ante la Secretaría de la Institución Educativa Colegio General Santander con la respectiva excusa firmada por el acudiente y el estudiante y sus soportes dirigida a la Coordinación Académica para su análisis y autorizaciones si son necesarias.

34. Las citas médicas y odontológicas y cualquier otra diligencia que deba realizar el estudiante se programarán en horas extraescolares. Si esto es imposible, deben pedir permiso los padres o acudientes personalmente ante la Coordinación.

35. Asistir con puntualidad y durante toda la jornada a las clases y actividades que la institución programe para cada día o para ocasiones especiales. Deben cumplir con las medidas establecidas de autocuidado, es decir el uso permanente de tapabocas, lavado constante de las manos con agua y jabón, aplicación de gel o alcohol.

36. Asistir y participar en las salidas de campo dentro y fuera de la ciudad, jornadas culturales, deportivas y sociales que se promuevan por parte del Colegio, previo el cumplimiento de las directrices del Ministerio de Educación Nacional, el Ministerio de Transporte y la Institución Educativa Colegio General Santander, entre otras.

37. Acatar el reglamento interno de cada una de las oficinas, de la Biblioteca, las Salas de Informática, Punto Vive Digital y Laboratorios, los cuales están publicados en cada una de ellas.

38. Llevar consigo y de manera permanente el carnet estudiantil y presentarlo cuando sea requerido, el cual será indispensable para su ingreso a la institución.

39. Presentarse con su padre de familia o acudiente cuando así sea solicitado. No se permitirá la entrada al aula de clase al estudiante hasta tanto no haga presencia el padre de familia o acudiente, con las consecuencias correspondientes (No podrá entregar trabajos, realizar evaluaciones entre otras y su calificación será de 1.0).

40. Entregar los documentos solicitados con anterioridad, en caso de no hacerlo hará anotación en el Observador del Estudiante y se deberán presentar con su padre de familia o acudiente.

41. Durante las horas de descanso, los estudiantes deben permanecer fuera del salón y en los lugares autorizados acorde a las normas de distanciamiento social y usando el tapabocas cuando la Institución Educativa lo determine.

42. Asistir a las jornadas de simulacro programadas por la Institución Educativa como espacios de preparación para las Pruebas Externas.

43. De ser necesario, firmar las Actas de Compromiso Académico y cumplir con los compromisos adquiridos en las mismas.

44. Usar con responsabilidad y precaución los útiles escolares y/o elementos deportivos que ocasionen daño a la integridad física de alguno de los integrantes de la comunidad educativa o enseres de la Institución Educativa.

45. Presentarse puntualmente a las clases y evitar ausentarse sin causa alguna. La reiterada inasistencia a clases sin justificación ocasionara la aplicación de correctivos pedagógicos disciplinarios o académicos (acta de compromiso, matrícula en observación, suspensión de clases, matricula condicional), entre otras.

Parágrafo 1. La Institución Educativa Colegio General Santander no se hace responsable del porte de armas blancas, armas de fuego, vapers, entre otros que posean los estudiantes dentro o fuera del colegio y de la realización de juegos peligrosos. Es responsabilidad de los padres de familia o acudientes quienes deben revisar los útiles de sus hijos antes de enviarlos a clases.

Parágrafo 2. La Institución Educativa Colegio General Santander no se hace responsable por la pérdida o daño de cualquier dispositivo electrónico que ingrese el estudiante al colegio.

Parágrafo 3. La asistencia a actividades fuera de la ciudad, estará limitada a la presentación individual de la autorización escrita del representante legal (patria potestad) autenticada, y el acompañamiento de un padre de familia a dicha actividad y la póliza, seguro de vida, previo visto bueno de Rectoría por escrito.

Parágrafo 4. La violación a un deber se constituye en una falta que será valorada por parte de quien la observe y se aplicarán los correctivos establecidos dentro del conducto regular.

Parágrafo 5. El incumplimiento de los deberes y las actuaciones en contra de los valores institucionales, se considerarán como situaciones Tipo I y II y se aplicarán las medidas establecidas en el presente Manual de Convivencia.

1.10.2.1 Deberes relativos a la asistencia al colegio y a las clases.

Artículo 15. Es deber y responsabilidad de los Padres de Familia informar personalmente a la Coordinación de Convivencia de la sede sobre las causas de la inasistencia del estudiante.

Parágrafo 1. Si existe incapacidad médica con epicrisis, la Institución Educativa Colegio General Santander deberá hacer las evaluaciones desarrolladas y aplicadas durante el período de inasistencia en un espacio de 15 días, después de legalizada la inasistencia ante la Coordinación Académica.

Artículo 16. Al reintegrarse después de una ausencia, el estudiante debe presentarse con su representante legal o cuidador ante la Institución Educativa Colegio General Santander en la coordinación respectiva (académica o de convivencia); en caso contrario, el estudiante no será admitido en el aula de clase, con las consecuencias correspondientes.

Artículo 17. No se aceptan excusas provenientes de una persona diferente del representante legal ante la Institución Educativa, quien es aquel que firmó el folio de matrícula.

Parágrafo 1. Entiéndase como representante legal quien haya firmado el folio de matrícula o quién ejerza la patria potestad del menor.

Artículo 18. El Coordinador de Convivencia de la sede, entregará al estudiante la autorización para reintegrarse a las clases; con dicha autorización el estudiante podrá enmendar a criterio de cada profesor en cuanto al tiempo las tareas, los trabajos y las evaluaciones que haya dejado de presentar durante su ausencia, dentro de un plazo no mayor a los tres (3) días hábiles siguientes.

Artículo 19. Cualquiera que haya sido el motivo de la ausencia, corresponde al representante legal velar porque el estudiante se ponga al día en los temas y en las actividades académicas desarrolladas durante la misma.

Artículo 20. Para los estudiantes que sean designados para representar a la Institución Educativa en eventos extraescolares rigen, en principio, las mismas condiciones de normalización académica exigidas a quienes faltan por motivos propios.

Artículo 21. Estudiantes que llegan tarde a la institución. Se considera retardo el llegar a la Institución después de haber sonado el timbre, según los horarios de ingreso y salida:

Tabla 2

Horarios de clase

ITEM	JORNADA	NIVEL	HORA DE INGRESO	HORA DE SALIDA
1.	Mañana	Transición	7:00 am	11:00 am
2.		Básica Primaria	6:15 am	11:15 am
3.		Básica Secundaria	6:15 am	12:15 am
4.		Media	6:15 am	12:15 am
5.		Complementaria de la Técnica de la mañana	2:00 pm	5:00 pm
6.	Tarde	Transición	1:00 pm	5:00 pm
7.		Básica Primaria	12:30 pm	5:30 pm
8.		Básica Secundaria	12:30 pm	6:30 pm
9.		Media	12:30 pm	6:30 pm
10.		Complementaria de la Técnica de la tarde	7:00 am	10:00 pm

Nota: Tabla obtenida del Manual de Convivencia.

Seguimiento a los retardos durante el período: los estudiantes que durante el período académico registre reiteradas llegadas tarde, se realizará el siguiente proceso:

Primera vez: llamado de atención verbal con registro en la carpeta de seguimiento y deberá realizar actividades formativas.

Segunda vez: llamado de atención escrito en la carpeta de seguimiento y deberá realizar actividades formativas.

Tercera vez: Citación al Padre de Familia para asumir un compromiso de mejoramiento, registrado en el Observador del Estudiante y en la carpeta de seguimiento, además se les notifica que, a partir de la fecha, el día que el estudiante llegue nuevamente tarde deberá realizar actividades formativas y se continúa la aplicación del procedimiento. Si el estudiante incumple la actividad asignada se registra en el Observador del Estudiante, se le cita al Padre de Familia/Acudiente y se le da a conocer la continuidad en la aplicación del procedimiento.

Cuarta Vez: Se firma un requerimiento por parte del acudiente o padre de familia y el estudiante.

Parágrafo 1. El requerimiento disciplinario y de convivencia, se concibe como una serie de condiciones exigidas al estudiante que no ha cumplido las estrategias de mejoramiento y los compromisos acordados en las normas contenidas en el presente Manual de Convivencia. Es definido por Coordinación o el Comité de Convivencia Escolar de jornada y lo firman los padres de familia o acudiente y el estudiante ante la Coordinación de Convivencia y el Titular de Grado.

Parágrafo 2. Procedimiento:

• Se cita al estudiante, padres y/o acudiente.

• En la reunión, se indica de manera clara: las estrategias de mejoramiento y los compromisos que no ha cumplido el estudiante y/o los padres.

• Se levanta un acta, donde conste: nombre del estudiante; nombres de los padres y/o acudiente que asistieron; las normas transgredidas del Manual de Convivencia a este respecto; las estrategias de mejoramiento y los compromisos que no ha cumplido el estudiante y/o los padres; las nuevas estrategias y compromisos que se adquieren; la indicación de no procedencia de recurso alguno, contra este correctivo.

Quinta vez: Se cita al acudiente, se remite a orientación escolar y se aplican los correctivos de formación necesarios.

Sexta vez: Remisión al Comité de Convivencia Escolar para su correspondiente análisis y deliberación.

Séptima vez: Citación al padre de Familia o al acudiente para firmar Matrícula en Observación Comportamental.

En caso de llegar tarde a la Institución Educativa, el estudiante debe presentarse ante el Coordinador de Convivencia de la sede quien autorizará o no, según las causas del retardo, su ingreso a las clases. De no ser autorizado, el estudiante desarrollará un trabajo asignado por su coordinador. Los retardos se consideran una falta disciplinaria; su reiteración acarreará la aplicación de correctivos pedagógicos y podrá acarrear sanciones.

Parágrafo 3. La reiterada llegada tarde a la Institución Educativa afectará la valoración de comportamiento social en el período respectivo y podrá ser causal de cambio de jornada y/o sede (previo estudio realizado por Rectoría y según la disponibilidad de cupo en concordancia con la norma NTC-4595) o pérdida de la renovación de matrícula por considerarse como una no aceptación a lo consagrado en el presente Manual de Convivencia.

Parágrafo 4. Cuando el retardo sea ocasionado por exámenes o citas médicas debe presentar el respectivo soporte para la justificación requerida. En caso de presentarse algún tipo de situación familiar delicada se presentará con el acudiente para justificar ante coordinación lo sucedido. No aplica el procedimiento anterior.

Parágrafo 5. Los estudiantes que lleguen a la Institución Educativa después de las 6:30 am o 12:45 pm deben presentarse con su acudiente ante Coordinación de Convivencia para ser autorizado su ingreso al colegio. Se aplicará el procedimiento anterior.

Parágrafo 6. El estudiante que pierda su primera hora de clase por su llegada fuera del tiempo establecido para su ingreso a la Institución Educativa, no se le realizarán las actividades de evaluación entre otros que el docente desarrolle. Siempre y cuando el estudiante no presente una justificación ante este hecho.

Parágrafo 7. Se considera a un estudiante Inasistente: aquel que, por razones conocidas o desconocidas, no asiste a la Institución Educativa Colegio General Santander en un tiempo de quince (15) días hábiles consecutivos en cada semestre y se activará la ruta de atención para este caso.

• Reporte de los estudiantes ausentes, por parte del docente de cada área y asignatura, al titular del grado.

• Informe a Coordinación Académica, Coordinación de Convivencia y a Orientación Escolar por parte del docente titular de cada grado.

• Reporte al Padre de Familia o acudiente del estudiante.

• Remisión a Comisaría de Familia de los estudiantes ausentes en tres o más área o asignaturas.

Artículo 22. Dentro de la Institución Educativa Colegio General Santander, los desplazamientos de un lugar a otro deben realizarse dentro de un ambiente de orden y de rapidez para permitir la pronta iniciación de la actividad siguiente. En caso de atraso por parte del estudiante, el profesor de la materia debe hacérselo notar, aceptarlo en la clase o actividad y, posteriormente, proceder a registrar esta falta en la carpeta de seguimiento y de ser reiterativo (más de tres veces), el registro se realizará en el observador del estudiante y se afectará su valoración comportamental. Además, se debe cumplir con los protocolos de bioseguridad.

Parágrafo 1. En caso de no ser autorizado para ingresar al salón por su reincidencia en llegar tarde al salón de clases, se le asignará un trabajo por la falta cometida, no se dará justificación por inasistencia ni se autorizará la presentación de trabajos, talleres, evaluaciones y demás, exceptuándose las incapacidades médicas con su respectiva epicrisis o casos fortuitos o de fuerza mayor.

1.10.3 Derechos de los Padres de Familia.

Artículo 27. Son derechos de los Padres de Familias o Cuidadores:

a) Conocer las características de la Institución Educativa Colegio General Santander y el Proyecto Educativo Institucional y lograr mancomunadamente el desarrollo integral de los hijos.

b) Ser informados sobre los objetivos, programas, competencias, metodología y formas de evaluación de las distintas áreas o asignaturas.

c) Ser informadas periódicamente sobre el acontecer y marcha de la Institución y sobre la realidad académica, disciplinaria, conductual y personal de sus hijos.

d) Participar en el proceso educativo que desarrolle la Institución y de manera especial, en la construcción, ejecución y modificación del Proyecto Educativo Institucional.

e) Ser atendidos personalmente por los docentes, administrativos y directivos de la Institución Educativa en los horarios destinados para tal efecto.

f) Hacer propuestas, a través del titular de grupo o de los directivos, para buscar mejorar la formación personal de sus hijos y el bienestar de la comunidad educativa.

g) Participar en las diversas actividades formativas, deportivas, cívicas, de integración y culturales que se programen en la Institución Educativa.

h) Elegir y ser elegidas como miembro del Consejo de Padres o de la Asociación de Padres de Familia de la Institución Educativa Colegio General Santander.

i) Representar o ser representados en el Consejo Directivo de la Institución Educativa de acuerdo con lo establecido en el Gobierno Escolar.

j) Hacer reclamos justificados de carácter administrativo o educativo, siguiendo los conductos regulares, así: ***a.*** Si son relacionados con la convivencia: docente, titular de grado, coordinador de convivencia, Comité de Convivencia Escolar, Rectoría y Consejo Directivo. ***b.*** Si son de orden académico: docente, titular de grupo, coordinador académico, Consejo Académico, Rectoría y Consejo Directivo.

k) Presentar de manera respetuosa y de acuerdo al conducto regular, sugerencias que tiendan a mejorar los objetivos, programas, desempeños, metodologías y formas de evaluación de las distintas áreas o asignaturas.

l) Interponer recurso de apelación, motivado y en forma respetuosa, contra las decisiones que afecten la participación de su hijo en el Proyecto Educativo Institucional.

1.10.4 Deberes de los Padres de Familia.

Artículo 28. Son deberes de los Padres de Familia o Cuidadores:

1. Responsabilizarse de la formación y educación de sus hijos en concordancia con los lineamientos establecidos por la Constitución Política; Código de la Infancia y Adolescencia (Ley 1098 del 2006) y por el presente Manual de Convivencia.

2. Asumir con sus hijos el compromiso con el Horizonte Institucional y por ende, con todos los deberes emanados de los fines de la educación.

3. Asumir con total compromiso y convicción todo lo contemplado en el manual de convivencia y Siee de la Institución Educativa Colegio General Santander.

4. Ejercer control en el uso de dispositivos móviles por parte de sus representados y responsabilizarse por el mal uso de los mismos

5. Estar atentos a cooperar con el comportamiento disciplinario, actitudinal y rendimiento académico de los estudiantes durante todo el año escolar.

6. Colaborar con el controlar el uso de dispositivos móviles y responsabilizarse por el uso de los mismos.

7. Acompañar de forma permanente y activa a sus hijos en el proceso pedagógico que adelante la Institución Educativa para la sana convivencia y la sexualidad responsable.

8. Fomentar en sus hijos los principios y valores que rigen la Institución Educativa, establecidos en el Proyecto Educativo Institucional y que fortalecen las acciones cotidianas en la vida escolar.

9. Presentar las inquietudes, observaciones, quejas o reclamos al personal docente y demás funcionarios en forma respetuosa y siguiendo el conducto regular.

10. Notificar por escrito las novedades de información personal o familiar y todo tipo de permiso que requiera el estudiante.

11. Autorizar por escrito el retiro de su hijo de las instalaciones de la Institución Educativa por una persona diferente a los padres o acudientes.

12. Informar a las directivas de la Institución Educativa acerca de cualquier anomalía que afecte la buena marcha del plantel o su imagen ante la comunidad.

13. Presentar oportunamente a la Institución Educativa, cuando sea pertinente, documentos sobre la custodia de sus hijos o de aquellos procesos de tipo jurídico que de alguna manera involucren al niño.

14. Asistir a las reuniones de padres de familia, a los encuentros de formación y capacitación cuando sean citados por la Institución Educativa.

15. Dotar a los estudiantes de los elementos necesarios (uniformes, útiles escolares, textos, libros, materiales didácticos, entre otros.) para desarrollar sus actividades escolares.

16. Afiliar a una entidad de salud a sus hijos menores y anexar fotocopia al folio de matrícula. La Institución Educativa no se hace responsable de la no afiliación del estudiante a un sistema de seguridad social (Artículo 27 sobre el Derecho a la Salud del Código de Infancia y Adolescencia: Todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la salud integral. La salud es un estado de bienestar físico, síquico y fisiológico y no solo la ausencia de enfermedad. Ningún hospital, clínica, centro de salud y demás entidades dedicadas a la prestación del servicio de salud, sean públicas o privadas, podrán abstenerse de atender a un niño, niña que requiera de atención en salud).

17. Responder por los daños y perjuicios que los estudiantes causen en la Institución Educativa o en los lugares en los que se encuentren bajo su tutela o en su representación.

18. Proveer a sus hijos espacios y ambientes en el hogar, que generen confianza, ternura, cuidado, protección de sí y de su entorno físico, social, ambiental.

19. Brindar orientación a sus hijos en cuanto a su sexualidad teniendo en cuenta la edad y el grado de escolaridad del menor.

20. Realizar un acompañamiento y supervisión de las redes sociales a las cuales tiene acceso su hijo para evitar situaciones como el cyberbullyng, el sexting entre otras.

21. Estar dispuestos a escuchar las sugerencias hechas por la Institución Educativa en beneficio de la formación integral de sus hijos.

22. Velar constantemente por el cumplimiento de las obligaciones escolares de sus hijos y respaldar a la Institución en sus exigencias a todo nivel (respecto al uniforme, llegada oportuna, comportamiento dentro y fuera de la institución, buen uso del tiempo libre).

23. Asumir responsablemente las remisiones externas realizadas por las directivas, docente de apoyo y orientación escolar, presentando los informes dentro de los plazos establecidos.

24. Leer las informaciones que envía la Institución Educativa por medio físico o electrónico y devolver oportunamente el desprendible firmado cuando se requiera.

25. Participar en la formulación, planeación y desarrollo de estrategias que promuevan la promoción, prevención, atención y seguimiento en la convivencia escolar, los derechos humanos, sexuales y reproductivos, la participación y la democracia, y el fomento de estilos de vida saludable. Además de las actividades pedagógicas para garantizar una formación de calidad de sus hijos.

26. Participar en la revisión y ajuste del Manual de Convivencia y del Sistema Institucional de Evaluación de Estudiantes (SIEE) a través de las instancias de participación definidas en el Proyecto Educativo Institucional (Consejo Directivo, Asociación de Padres de Familia y el Consejo de Padres, entre otros).

27. Cumplir con los deberes establecidos en el Manual de Convivencia y responder cuando su hijo incumple alguna de las normas allí definidas.

28. Asumir responsabilidades en actividades para el aprovechamiento del tiempo libre de sus hijos y para el desarrollo de competencias ciudadanas.

29. Conocer y seguir la Ruta de Atención Integral cuando se presente un caso de agresión, uso de sustancias psicoactivas, violencia escolar, la vulneración de los derechos sexuales y reproductivos o una situación que lo amerite, de acuerdo con las instrucciones impartidas en el presente Manual de Convivencia.

30. Utilizar los mecanismos legales existentes y los establecidos en la Ruta de Atención Integral a que se refiere Ley 1620, para restituir los derechos de sus hijos cuando éstos sean vulnerados.

31. Mantener actualizada la base de datos de la Institución Educativa, (teléfonos fijos y celulares, dirección de residencia, correos electrónicos y novedades de salud).

32. Verificar que sus hijos no usen o porten armas blancas en sus útiles escolares. La Institución Educativa no se hace responsable por lo que pueda suceder por el incumplimiento en lo establecido en el presente Manual de Convivencia.

33. Diligenciar los formatos establecidos por la Secretaría de Educación del Departamento Norte de Santander y la Institución Educativa para la renovación del proceso de matrícula.

1.10.5 Derechos de docentes y directivos – docentes.

Artículo 30. Los derechos de docentes y directivos – docentes de la Institución Educativa Colegio General Santander del Municipio de Villa del Rosario, son:

1. Ser tratado de manera equitativa y justa a nivel laboral y profesional.

2. Al reconocimiento de la dignidad de todo ser humano y sus derechos fundamentales, en el autodesarrollo, en la autonomía, en la comunicación y la solidaridad. Y su regulación debe explicitar y facilitar la práctica de sus valores propios, destacando por lo menos la responsabilidad, la honestidad, el conocimiento, la justicia, el respeto y la transparencia.

3. Hacer propuestas que busquen mejorar su formación personal, la educación general y el bienestar institucional.

4. Recibir retroalimentación profesional por medio de la evaluación de desempeño anual, con un plan de mejoramiento continuo. Entiéndese por evaluación de desempeño la ponderación del grado de cumplimiento de las funciones y responsabilidades inherentes al cargo que desempeña el docente o directivo y al logro de los resultados (Artículo 32 del Decreto 1278 de 2002).

5. Contar con el apoyo de la Institución Educativa para participar en procesos y eventos que le permitan crecer humana, espiritual, profesional y laboralmente.

6. Participar en actividades de integración social, cultural, deportiva y recreativa que la Institución Educativa o el Municipio de Villa del Rosario programe.

7. Participar en la elaboración de planes, proyectos y propuestas educativas en beneficio de la Institución Educativa.

8. Ser tratado de manera respetuosa por parte de los miembros de la comunidad educativa.

9. Permanecer en los cargos y funciones mientras su trabajo y conducta sean enteramente satisfactorios y realizados conforme a las normas vigentes (Artículo 37 del Decreto 1278 de 2002).

10. Tener momentos para compartir experiencias exitosas con los demás miembros de la comunidad educativa.

11. Contar con el tiempo y el material necesarios para el desarrollo de las diferentes actividades académicas o pedagógicas.

12. Participar en el Gobierno Escolar directamente o por medio de sus representantes en los órganos escolares.

13. Recibir estímulos y reconocimientos por sus logros y desempeño en el ejercicio docente o directivo docente.

14. Recibir capacitación, formación y actualización permanente por parte de la Institución Educativa y de los organismos competentes para tal fin.

15. Impartir sus conocimientos y enseñanzas bajo un principio de libertad y respeto por su cátedra.

16. Los docentes que ingresan a laborar en la Institución Educativa, deberán tener los procesos de inducción.

17. Asociarse libremente (Artículo 37 del Decreto 1278 de 2002). 18. Disfrutar de las licencias por enfermedad, luto y maternidad de acuerdo con el régimen de seguridad social vigente.

Parágrafo 1. Los docentes podrán crear grupos de WhatsApp con padres de familia y estudiantes para informar situaciones particulares y justificadas, siempre y cuando se realice dentro de la jornada académica y laboral (Ley 2191 del 6 de enero del 2022).

1.10.6 Deberes de docentes y directivos – docentes.

Artículo 31. Los deberes de los docentes y directivos – docentes de la Institución Educativa Colegio General Santander del Municipio de Villa del Rosario, son:

1. Desempeñar con dignidad, eficacia y lealtad las funciones inherentes al cargo.

2. Asistir puntualmente a las horas de clase asignada, demostrar una actitud de escucha y respeto hacia sus estudiantes y demás miembros de la comunidad educativa.

3. Respetar la vía jerárquica y el debido proceso.

4. Buscar de manera permanente el incremento de la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje, mediante la investigación, la innovación y el mejoramiento continuo, de acuerdo con el plan de desarrollo educativo de la Secretaría de Educación del Departamento Norte de Santander y el Proyecto Educativo Institucional.

5. Utilizar la plataforma Gnosoft (mensajería) para la comunicación de aspectos académicos y comportamentales con estudiantes y padres de familia.

6. Subir las calificaciones obtenidas por estudiantes en los ocho días siguientes a la realización de la actividad evaluada.

7. Creación de grupos de WhatsApp con padres de familia y estudiantes para informar situaciones particulares y justificadas, siempre y cuando se realice dentro de la jornada académica y laboral (Ley 2191 del 6 de enero del 2022).

8. Cumplir con el calendario, la jornada escolar y la jornada laboral, de acuerdo con la reglamentación que expida el Gobierno Nacional.

9. Observar una conducta acorde con la función educativa y no desempeñar actividad que afecta la dignidad docente.

10. Conocer y apropiarse del Proyecto Educativo Institucional.

11. Responsabilizarse de las horas clases y demás actividades escolares a su cargo.

12. Comprometerse con el desarrollo de un ambiente educativo positivo que permita alcanzar los fines de la educación.

13. Cumplir de manera diligente las funciones asignadas, haciendo uso de la propia capacitación profesional y de los recursos a su servicio.

14. Tratar de forma respetuosa y equitativa a todos los estudiantes atendiendo a sus particularidades, buscando siempre su crecimiento y madurez como personas.

15. Diseñar y aplicar las adecuaciones curriculares a los estudiantes que lo requieran y hacer seguimiento de manera oportuna retroalimentando sus avances.

16. Seguir el conducto regular para la solución de problemas y ser prudente en el manejo de la información.

17. Cumplir con la jornada de trabajo establecida y ser puntuales en las funciones y tareas asignadas.

18. Controlar la asistencia de los estudiantes a la Institución Educativa e informar al acudiente la inasistencia de su representado para evitar en lo posible la deserción escolar.

19. Cumplir con los procesos evaluativos según lo estipulado en el Sistema Institucional de Evaluación de Estudiantes – SIEE.

20. Cumplir con los turnos de disciplina asignados de manera responsable y eficiente.

21. Mantener una presentación personal adecuada.

22. Mostrar un interés sincero por la formación permanente y la continua actualización en el área específica o en aspectos relacionados con la pedagogía y con la administración de la Institución Educativa.

23. Diligenciar y entregar oportunamente los documentos requeridos por las directivas de la Institución Educativa.

24. Ofrecer a los estudiantes una educación ética y coherente, que desarrolle en ellos actitudes de convivencia y respeto hacia sí mismos, los demás, el mundo y respeto por el ambiente.

25. Permitir a los estudiantes sus justos reclamos, siempre y cuando ellos actúen con el respeto debido y siguiendo los conductos regulares teniendo en cuenta lo establecido en el SIEE y Manual de Convivencia.

26. Ofrecer a los estudiantes una educación en la cual se puedan conocer más a sí mismos, puedan construir su propia identidad y puedan desplegar sus capacidades espirituales.

27. Ser corresponsables con la disciplina de la Institución Educativa, favoreciendo un ambiente positivo para el aprendizaje, tanto en las labores a su cargo, como en las demás actividades escolares.

28. Actuar con un auténtico sentido de pertenencia, con una actitud entusiasta y optimista frente a los compromisos asumidos con la Institución.

29. Comportarse en todos los lugares donde representen oficialmente a la institución, en coherencia con el Proyecto Educativo Institucional.

30. Mantener relaciones cordiales con los padres, acudientes, estudiantes, administrativos y compañeros de trabajo, promoviendo una firme vinculación y una cooperación vital entre la escuela y la comunidad y respetar a las autoridades educativas.

31. Atender a los padres de familia para informarlos acerca del estado académico y disciplinario de los estudiantes, resolviendo sus dudas, inquietudes, reclamos y sugerencias, de forma respetuosa. Empleando para ello el horario de atención a padres que organiza la coordinación de convivencia y los docentes, al inicio del año escolar.

32. Colaborar y participar de manera eficaz y responsable en la construcción del PEI, SIEE y Manual de Convivencia y representar dignamente su estamento en las instancias del Gobierno Escolar.

33. Cumplir la jornada laboral y dedicar la totalidad del tiempo reglamentario a las funciones propias de su cargo.

34. Entregar con antelación a la Coordinación de Convivencia de la sede, los talleres que suplirán su ocasional inasistencia.

35. Solicitar los permisos de salidas y ausencias ante la Rectoría, diligenciando los formatos respectivos (Ley 715 de 2001).

36. Tener una actitud acorde con los valores de la Institución Educativa, en lo referente a manifestaciones o expresiones afectivas con los estudiantes.

37. Hacer uso adecuado de los equipos de sistemas de la Institución Educativa, de acuerdo con la normatividad establecida.

38. Identificar, reportar y realizar el seguimiento a los casos de acoso escolar, violencia escolar y vulneración de derechos sexuales y reproductivos que afecten a estudiantes de la Institución Educativa, acorde a la normatividad vigente, con el Manual de Convivencia y con los protocolos definidos en la ruta de atención integral para la convivencia escolar. Si la situación de

intimidación de la que tienen conocimiento se hace a través de medios electrónicos igualmente deberá reportar al Comité de Convivencia Escolar para activar el protocolo respectivo.

39. Transformar las prácticas pedagógicas para contribuir a la construcción de ambientes de aprendizajes democráticos y tolerantes que potencien la participación, la construcción colectiva de estrategias para la resolución de conflictos, el respeto a la dignidad humana, a la vida, a la integridad física y moral de los estudiantes.

40. Contribuir a la construcción y aplicación del Manual de Convivencia.

1.11 Manual de Convivencia

La Institución Educativa Colegio General Santander del Municipio de Villa del Rosario, especifica en su misión el compromiso constitucional de "asistir y proteger a niños, niñas y adolescentes para garantizar su desarrollo armónico e integral" con el fin de "prepararlos para una vida adulta activa, inculcándoles el respeto por los derechos humanos, las orientaciones sexuales e identidades de género no hegemónicas y libertad de culto en la Institución, los valores culturales propios y el cuidado del medio ambiente natural, con espíritu de paz, tolerancia y solidaridad, sin perjuicio de la libertad de enseñanza establecida en la Constitución Política".

El presente Manual de Convivencia pretende propiciar la aceptación del otro para una sana convivencia, regular las relaciones interpersonales y buscar un clima favorable para el crecimiento personal y un aprendizaje incluyente y significativo. Pretende contribuir con el proceso de construcción del Proyecto Personal de Vida de los estudiantes en un ambiente sano, caracterizado por la confianza, la creatividad y con altos contenidos de compromiso sobre la base de comportamientos autónomos, la toma consensuada de decisiones y dado el caso, la regulación mediante la aplicación de normas y sanciones.

"La Institución Educativa es un lugar de aprendizaje, pero también un ámbito de convivencia. Si a través de los conocimientos y destrezas que se han de adquirir, se desarrollan las funciones individuales del pensar, las relaciones que impone la convivencia constituyen la mejor base para aprender a vivir. La adquisición o refuerzo de actitudes y hábitos que dan valor positivo y real a la convivencia constituyen la finalidad visible de la disciplina. Sin convivencia parece que no es necesaria la disciplina, pero sin disciplina no es posible la convivencia. Por consiguiente, la disciplina no se queda en la pura superficie de las relaciones externas o sociales, sino que hace posible el dominio de sí, la aceptación de las reglas de convivencia y la participación efectiva y la autonomía en la comunidad escolar".

En cualquier contexto escolar, el que hacer educativo se ha de entender como un derecho – deber por cuanto "no solamente otorga prerrogativas a favor del individuo, sino que comporta exigencias de cuyo cumplimiento depende en buena parte la subsistencia del derecho, pues quien no se somete a las condiciones para su ejercicio, como sucede con el discípulo que desatiende sus responsabilidades académicas o infringe el régimen disciplinario que se comprometió a observar, queda sujeto a las consecuencias propias de tales conductas: la pérdida de las materias o la imposición de correctivos pedagógicos o de las sanciones previstas dentro del régimen interno de la institución, la más grave de las cuales, según la intensidad de la falta, consiste en su exclusión del establecimiento educativo". Todos los miembros de la comunidad educativa deben asegurar el cumplimiento de los lineamientos filosóficos y el reglamento escolar en cualquier tiempo y lugar.

OBJETIVOS DEL MANUAL DE CONVIVENCIA

"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

➢ Facilitar la convivencia y propiciar el bienestar de cada uno de sus miembros en un ambiente de libertad, en el que se requiere de comportamiento que le permitan al estudiante convertirse en una persona capaz de auto disciplinarse, basándose en el reconocimiento de los derechos y deberes, que fortalecen los valores de las dimensiones del ser humano.

➢ 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 alegres, creativas, solidarias, críticas y 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 y capacidad de liderazgo.

➢ Formar una conciencia que valore la relación del hombre con el medio ambiente, cambiando su forma de pensar, sentir y actuar en beneficio del entorno.

➢ Sensibilizar sobre la realidad social que nos rodea, creando espacios de solidaridad, reflexión, tolerancia, diálogo y participación activa en la búsqueda de soluciones.

➢ Cumplir con las disposiciones legales correspondientes a garantizar los derechos y libertades que gozan los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

1.12 Ley del Menor.

LEY 1098 DE 2006 (noviembre 8)

por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia.

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

2. **Artículo 30. Derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes.** Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, al juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural y las artes. Igualmente, tienen derecho a que se les reconozca, respete, y fomente el conocimiento y la vivencia de la cultura a la que pertenezcan.

3. **Artículo 31. Derecho a la participación de los niños, las niñas y los adolescentes.** Para el ejercicio de los derechos y las libertades consagradas en este código los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a participar en las actividades que se realicen en la familia, las instituciones educativas, las asociaciones, los programas estatales, departamentales, distritales y municipales que sean de su interés.

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

1. Comprobar la inscripción del registro civil de nacimiento.
2. Establecer la detección oportuna y el apoyo y la orientación en casos de malnutrición, maltrato, abandono, abuso sexual, violencia intrafamiliar, y explotación económica y laboral, las formas contemporáneas de servidumbre y esclavitud, incluidas las peores

formas de trabajo infantil.

3. Comprobar la afiliación de los estudiantes a un régimen de salud.

4. Garantizar a los niños, niñas y adolescentes el pleno respeto a su dignidad, vida, integridad física y moral dentro de la convivencia escolar.

5. Proteger eficazmente a los niños, niñas y adolescentes contra toda forma de maltrato, agresión física o psicológica, humillación, discriminación o burla de parte de los demás compañeros o profesores.

6. Establecer en sus reglamentos los mecanismos adecuados de carácter disuasivo, correctivo y reeducativo para impedir la agresión física o psicológica, los comportamientos de burla, desprecio y humillación hacia los niños, niñas y adolescentes con dificultades de aprendizaje, en el lenguaje o hacia niños o adolescentes con capacidades sobresalientes o especiales.

7. Prevenir el tráfico y consumo de todo tipo de sustancias psicoactivas que producen dependencia dentro de las instalaciones educativas y solicitar a las autoridades competentes acciones efectivas contra el tráfico, venta y consumo alrededor de las instalaciones educativas.

8. Coordinar los apoyos pedagógicos, terapéuticos y tecnológicos necesarios para el acceso y la integración educativa del niño, niña o adolescente con discapacidad.

9. Reportar a las autoridades competentes, las situaciones de abuso, maltrato o peores formas de trabajo infantil detectadas en niños, niñas y adolescentes.

10. Orientar a la comunidad educativa para la formación en la salud sexual y reproductiva y la vida en pareja.

5. Artículo 45. Prohibición de sanciones crueles, humillantes o degradantes. Los

directores y educadores de los centros públicos o privados de educación formal, no formal e informal, no podrán imponer sanciones que conlleven maltrato físico o psicológico de los estudiantes a su cargo, o adoptar medidas que de alguna manera afecten su dignidad. Así mismo, queda prohibida su inclusión bajo cualquier modalidad, en los manuales de convivencia escolar.

1.13 Salón de Deportes

Para las clases de educación física, se cuenta con una cancha de microfutbol con techo para protección de lluvia y sol, la cual cuenta con las marcaciones necesarias para desarrollar deportes como, futbol sala, microfutbol. Y una cancha multifuncional que cuenta con las marcaciones necesarias para practicar deportes como el futbol sala, aloncesto y microfutbol. También se cuenta con un cuarto donde se guardan los implementos deportivos, los cueles en estos momentos, hay baolones de baloncesto, futbol sala y voleibol, y una malla de voleibol la cual no se puede utilizar ya que la cancha no cuenta con los agujeros para ubicar la malla.

Tabla 3

Inventario de Materiales Deportivos

MATERIALES	
4 balones de Microfutbol	
8 balones de Baloncesto	
5 balones de Voleibol	
2 aros	
1 malla de voleibol	
4 conos grandes	
3 conos pequeños	

Nota: Tabla de Creación propia.

1.14 Horarios

Table 1

HORARIOS DE EDUCACIÓN FISICA					
HORA	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**
6:15 a 7:10	**Edu. Física 702**	**Administrativa**	**Edu. Física 703**	**Edu. Física 603**	**Informática**
7:10 a 8:05	**Edu. Física 702**	**Administrativa**	**Edu. Física 703**	**Edu. Física 603**	**Informática**
8:05 a 9:00	**Edu. Física 601**	**Edu. Física 602**	**Edu. Física 701**	**Administrativa Informática**	**Informática**
9:00 a 9:30	**DESCANSO**				
9:30 a 10:25	**Edu. Física 601**	**Edu. Física 602**	**Edu. Física 701**	**Edu. Física 704**	**Informática**
10:25 a 11:20	**Administrativa Informática**			**Edu. Física 704**	**Informática**
11:20 a 12:15					**Informática**

Horarios de Práctica

Nota: Tabla de creación propia.

2. Capitulo II Propuesta Pedagógica

2.1 Título de la Propuesta

El baloncesto como medio para fortalecer las capacidades condicionales y coordinativas de los estudiantes del grado Sexto 01 del Colegio General Santander Sede Pedro Fortul.

2.2 Objetivos

2.2.1 Objetivo General

Fortalecer la coordinación y las capacidades condicionales mediante el baloncesto en los estudiantes del grado 6° de la institución educativa colegio general Santander sede pedro Fortul, jornada de la mañana.

2.2.2 Objetivos Específicos

*Conocer las condiciones en las que se encuentran los estudiantes del grado 6° de la Institución Educativa Colegio General Santander sede Pedro Fortul, Jornada de la mañana.

* Diseñar guías con ejercicios deportivos del baloncesto como herramienta para el fortalecimiento de las capacidades condicionales y la coordinación en los estudiantes del grado 6° de la Institución Educativa Colegio General Santander Sede Pedro Fortul, Jornada de la mañana.

*Ejecutar los ejercicios deportivos del baloncesto planteados para el fortalecimiento de las capacidades condicionales y coordinación en los estudiantes del grado 6° de la Institución Educativa Colegio General Santander Sede Pedro Fortul, Jornada de la mañana.

*Evaluar los procesos y la herramienta aplicada para fortalecer las capacidades condicionales y la coordinación en los estudiantes del grado 6° de la Institución Educativa Colegio General Santander Sede Pedro Fortul, Jornada de la mañana.

2.3 Descripción del Problema

El baloncesto como medio para fortalecer las capacidades condicionales y coordinativas. De las cuales se va trabajar la velocidad, resistencia y coordinación, centrándonos en mejorar la técnica correcta al correr, además de la posición anatómica a ejercer el momento en la ejecución del mismo y aumentar su resistencia (anaeróbica y aeróbica). En el primer diagnóstico se observa una falencia notoria en la ejecución de la técnica, la cual es incorrecta al momento de efectuar movimientos, se observa que los estudiantes del grado sexto 01 de la sede pedro Fortul no realizan desplazamientos coordinativos adecuados, sus miembros superiores e inferiores no son utilizados de manera correcta para su buena coordinación, también optan por una postura inadecuada para la realización de dicho deporte y esto genera inestabilidad al momento de desempeñarse en el mismo.

> Se entiende por "capacidades de coordinación" la aptitud de organizar (formar, subordinar, enlazar en un todo único) actos motrices integrales y, en segundo lugar, la facultad de modificar las formas elaboradas de las acciones o trasladarse de unas a otras conforme a las exigencias de las condiciones variables (L.P. Matveev, 1983).

Este autor antes planteado nos aclara la importancia de las capacidades coordinativas y el interés de enlazar en un todo único el manejo de las mismas, ya que para lograr estas funciones se debe elaborar una modificación de las acciones conforme a las exigencias de las condiciones.

Después de realizar una prueba diagnóstica en la Sede Pedro Fortul lo primero que se observa son las falencias en los adolescente de básica secundaria en sus capacidades coordinativas tales como lo son: el manejo del equilibrio, ritmo, orientación espacio-temporal,

"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

reacción motora, diferenciación kinestésica, adaptación y transformación, combinación y acoplamiento de los movimientos, por este motivo esta propuesta se centra en los ejercicios metodológicos que fortalezcan estas capacidades coordinativas y condicionales durante las clases de educación física.

Analizando lo antes planteado por los autores se observa lo importante que es que nuestros adolescentes dominen las capacidades coordinativas para el desarrollo evolutivo en sus vidas, y que más adelante esto no afecte su vida cotidiana. Tenemos que la educación física nos ofrece la oportunidad de cambiar esas falencias, mediante los ejercicios metodológicos planteados para lograr fortalecer esas capacidades en nuestros estudiantes.

2.4 Justificación

Sánchez Ruiz, Juan Carlos, en su trabajo de Grado titulado Fortalecimiento de las capacidades condicionales en los estudiantes del Grado Noveno Dos en la Institución Educativa Técnica Jacinto Vega Santa María (Boyacá) en el 2016; Las capacidades condicionales son adquiridas desde la niñez, son de gran importancia para la realización y ejecución de gestos deportivos en la vida diaria. Entre más amplio sea el aprendizaje de las capacidades condicionales, mayor será la seguridad para la ejecución de gestos deportivos.

La educación física está en la capacidad de permitir que el ser humano fortalezca las capacidades condicionales entre edades desde los dieciséis y quince años; El cual se implementaron ejercicios que fortalecieron las capacidades físicas como lo son: resistencia, velocidad, fuerza, flexibilidad, desde luego permitiendo que el joven obtenga un fortalecimiento de sus capacidades físicas bajo la aplicación de ejercicios prácticos. Si

la condición física no está en un buen nivel pues no permite que el alumno tenga un proceso adecuado para la ejecución de ejercicios corporales, movimientos.

"El entrenamiento deportivo es un proceso sistemático y complejo que debe estar muy bien organizado. Para obtener un buen rendimiento, cualquier entrenador o preparador físico debe planificar cronológicamente el proceso global de entrenamiento mediante unas determinadas acciones o pasos a seguir." López (2007).

El baloncesto es uno de los deportes más populares en el mundo, a su vez es un instrumento muy valioso en el proceso de formación del individuo, ya que fortalece la salud mediante su práctica, desarrolla valores personales y sociales tales como: el compromiso, la disciplina, la perseverancia, la responsabilidad personal, el trabajo en equipo, el respeto a las normas, en particular el saber competir sanamente. Al mismo tiempo fomenta capacidades coordinativas especiales como: orientación, equilibrio, lateralidad, reacción, ritmo, anticipación, diferenciación y acoplamiento, además de una condición física significativa.

2.5 Población

la 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. Según Selltiz al (1990 citado por Sampieri y otros 2006, p.)

En donde la población seria todos los estudiantes del Colegio General Santander Jornada de la mañana que se componen de 6° hasta 7° grado.

Tabla 4

Población de la Institución

POBLACION	
6°01 = 43	7°01 = 37
6°02 = 41	7°02 = 39
6°03 = 42	7°03 = 35
	7°04 = 34

Nota: Tabla de creación propia.

2.6 Muestra

Entonces, el muestreo tiene por objetivo estudiar las relaciones existentes entre la distribución de una variable "y" en una población "z" y las distribuciones de esta variable en la muestra a estudio (Hernández Sampieri et al., 2006).

La muestra seleccionada sería los estudiantes que cursan el grado 6° 01 que se conforma por 43 estudiantes.

3. Capitulo III Informe de los Procesos Curriculares

3.1 Cronograma de Actividades

Tabla 5

Cronograma de Actividades de la Institución

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	MARZO				ABRIL				MAYO					JUNIO			
ACTIVIDADES	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
INDUCCIÓN DE LA UNIVERSIDAD	X																
ESPERA DE LA CARTA	X																
ESPERA DEL ARL	X																
LLEVAR LA CARTA A LA INSTITUCIÓN		X															
ENCUENTRO CON LA SUPERVISORA DEL ÁREA DE EDU. FÍSICA		X															
ENCUENTRO CON LA COORDINADORA DE LA INSTITUCIÓN		X															
INICIO DE PRÁCTICAS		X															
DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL			X														
DIAGNÓSTICO INICIAL			X														
EJECUCIÓN DE LA PROPUESTA				**RECESO**	X	X	X	X	X	X	X	X					
FASE DE EVALUACIÓN												X					
ENTREGA DEL INFORME													X	X	X		
SUSTENTACIÓN INFORME FINAL																X	X

Nota: Tabla de creación propia.

3.2 Diseño de Planeadores.

El formato de planeadores para las clases de prácticas es el formato que se compone de la información general, donde encontramos las especificaciones de grado, fecha, edades, habilidad, tema, competencia, logro, indicador de logro y desempeños, donde también se conforman por una parte inicial, parte central y parte final.

Tabla 6

Plantilla de Planeador de Clase

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN:**	**DOCENTE:**	**GRADO:**
JORNADA:	**PARTICIPANTES:**	**DURACIÓN:**	**EDADES:**
TEMA:			
METODO DE ENSEÑANZA:			
COMPETENCIA:			
INDICADOR IDENTIFICADOR:			
COMPONENTE:			
DESEMPEÑO:			
ACTIVIDADES		**GRAFICAS**	
PARTE INICIAL (10MIN)			
PARTE CENTRAL (40 MIN)			

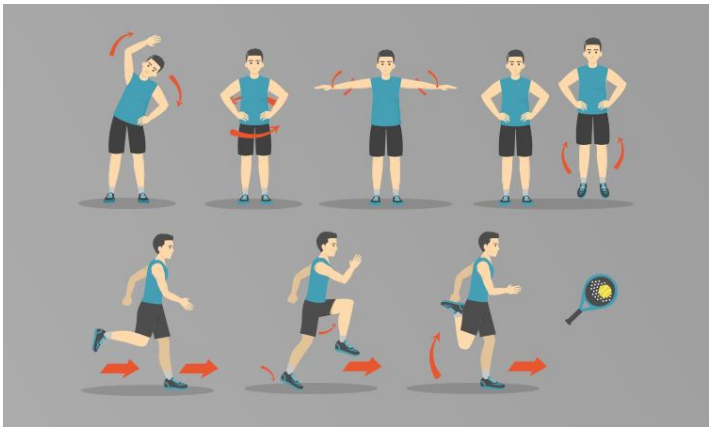
PARTE FINAL (10 MIN)	
EVALUACIÓN:	
MATERIAL:	
BIBLIOGRAFÍA:	
OBSERVACIONES:	

Nota: Tabla de creación propia.

Tabla 7

Planeador de Clase #1

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN: SEDE PEDRO FORTUL**	**DOCENTE: NAIKER VALDERRAMA**	**GRADO: 6 A 7**
JORNADA: MAÑANA	**PARTICIPANTES: 40**	**DURACIÓN: 80 min**	**EDADES: 11 A 14 AÑOS**
TEMA: El atletismo como herramienta metodológica para el mejoramiento de las capacidades condicionales.			
METODO DE ENSEÑANZA: constructivista			
COMPETENCIA: Motriz			
INDICADOR IDENTIFICADOR: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
COMPONENTE: Desarrollo motor			
DESEMPEÑO: Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.			

ACTIVIDADES	GRAFICAS
PARTE INICIAL **(10MIN)**	
1. Llegada de los estudiantes a la cancha y la debida presentación del docente. 2. Acondicionamiento neuromuscular: Realizaremos diferentes ejercicios de movilidad articular como lo son: - Rotación de cuello - Rotación de hombres adelante y atrás - Rotación de tronco - Rotación de cadera - Flexión y extensión de rodillas	

- Eversión e eversión de tobillo

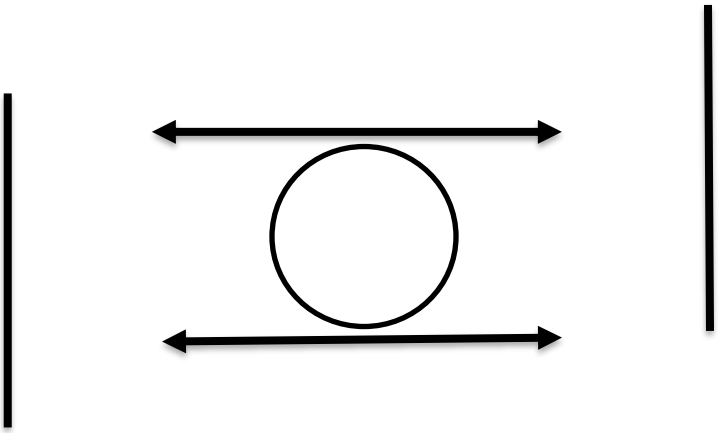
Para completar realizaremos una pequeña carrera de relevos con unos conos para aumentar aún más esa frecuencia cardiaca.

Espacio físico, ropa adecuada, silbato, balones y aros. 2.

1 minuto para hidratar.

PARTE CENTRAL

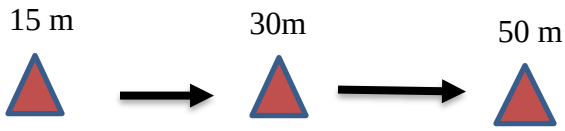
(60 MIN)

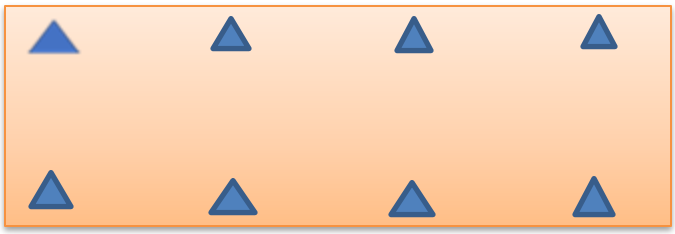


EJERCICIOS

1) Ubicamos los estudiantes en las líneas laterales de la cancha y ejecutamos ejercicios tales como lo son:
- Trote línea a línea
- Elevación de rodilla
- Toque de talón
- Desplazamiento lateral

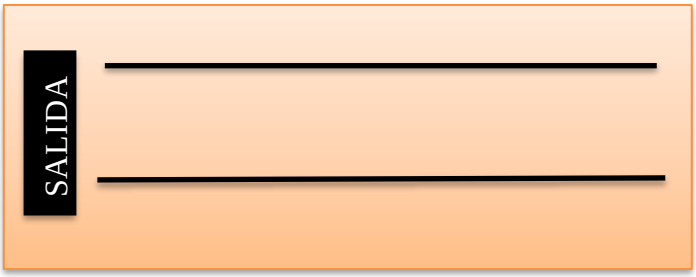
2) Dividimos los grupos de manera equitativa donde a cada estudiante se le otorga un numero de 1 a 3 dividiendo el grupo en carriles y por iguales.
- Carrera cono 1 15m.
- Carrera cono 2 30m.
- Carrera cono 3 50m.





3) Posición baja y de salida, en este ejercicio fortaleceremos la posición fundamental de salida en el atletismo, el ejercicio consta de que cada estudiante se ubique frente a un cono y al sonido del silbato ejecutaran los dos tipos de posición la baja y la de salida.

4) Carrera con salida más posición fundamental: en este punto realizaremos una competencia donde se pondrá en práctica lo aprendido durante la ejecución de la clase.



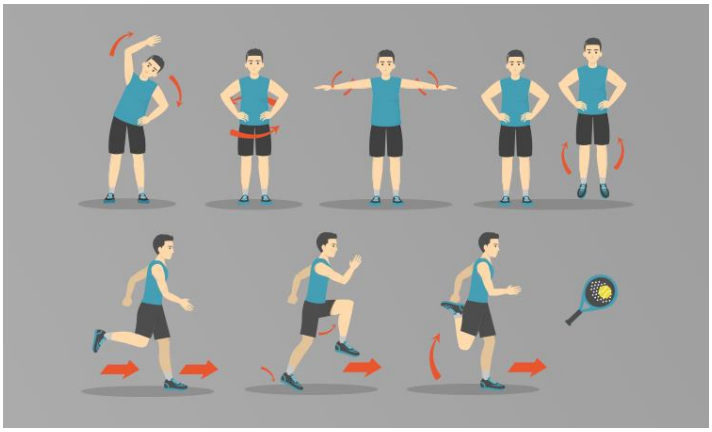
PARTE FINAL (10 MIN)	
Realizamos un círculo y ejecutamos una elongación general, mientras retroalimentamos sobre la clase del día de hoy.	
EVALUACIÓN: observación directa	
MATERIAL: conos, escenario deportivo, silbato.	
BIBLIOGRAFÍA: https://www.atletismoarjona.com/mis-propios-artculos-15/21-ejercicios-para-la-resistencia-y-velocidad-en-la-carrera-344	
OBSERVACIONES: se debe de tener en cuenta siempre la hidratación de nuestros estudiantes y el docente debe de tener su silbato y llevar siempre el buen manejo de esta clase.	

Nota: Tabla de creación propia.

Tabla 8

Planeador de Clase #2

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN: SEDE PEDRO FORTUL**	**DOCENTE: NAIKER VALDERRAMA**	**GRADO: 6 A 7**
JORNADA: **MAÑANA**	**PARTICIPANTES: 40**	**DURACIÓN: 80 min**	**EDADES: 11 A 14 AÑOS**
TEMA: El atletismo como herramienta metodológica para el mejoramiento de las capacidades condicionales.			
METODO DE ENSEÑANZA: constructivista			
COMPETENCIA: Motriz			
INDICADOR IDENTIFICADOR: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
COMPONENTE: Desarrollo motor			
DESEMPEÑO: Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.			

ACTIVIDADES	GRAFICAS
PARTE INICIAL **(10MIN)**	
1. Llegada de los estudiantes a la cancha y la debida presentación del docente. 2. Acondicionamiento neuromuscular: Realizaremos diferentes ejercicios de movilidad articular como lo son: - Rotación de cuello - Rotación de hombres adelante y atrás - Rotación de tronco - Rotación de cadera	

- Flexión y extensión de rodillas

- Eversión e eversión de tobillo

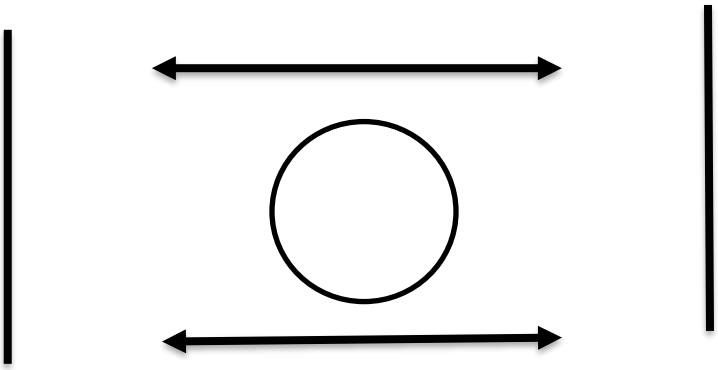
Para completar realizaremos una pequeña carrera de relevos con unos conos para aumentar aún más esa frecuencia cardiaca.

Espacio físico, ropa adecuada, silbato, balones y aros. 2.

1 minuto para hidratar.

PARTE CENTRAL

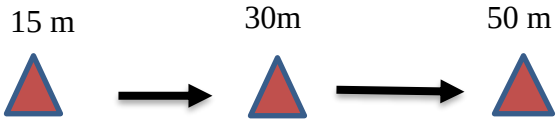
(60 MIN)



EJERCICIOS

5) Ubicamos los estudiantes en las líneas laterales de la cancha y ejecutamos ejercicios tales como lo son:

- Trote línea a línea
- Elevación de rodilla
- Toque de talón
- Desplazamiento lateral



6) Dividimos los grupos de manera equitativa donde a cada estudiante se le otorga un numero de 1 a 3 dividiendo el grupo en carriles y por iguales.

- Carrera cono 1 15m.
- Carrera cono 2 30m.
- Carrera cono 3 50m.



7) Explicación de que es el testimonio y como debemos entregárselo a nuestro compañero, el ejercicio consta de dos puntos un punto A y B donde deben trasladarse con el testimonio en la mano del punto A al B y regresar al A para que ejecute el ejercicio el siguiente así hasta que logren culminar todos los del grupo.



8) relevos más posición fundamental: en este punto realizaremos una competencia donde se pondrá en práctica lo aprendido durante la ejecución de la clase realizando una carrera de relevos.

PARTE FINAL (10 MIN)	
Realizamos un círculo y ejecutamos una elongación general, mientras retroalimentamos sobre la clase del día de hoy.	
EVALUACIÓN: observación directa	
MATERIAL: conos, escenario deportivo, silbato, testimonio.	
BIBLIOGRAFÍA: https://www.atletismoarjona.com/mis-propios-artculos-15/21-ejercicios-para-la-resistencia-y-velocidad-en-la-carrera-344	
OBSERVACIONES: se debe de tener en cuenta siempre la hidratación de nuestros estudiantes y el docente debe de tener su silbato y llevar siempre el buen manejo de esta clase.	

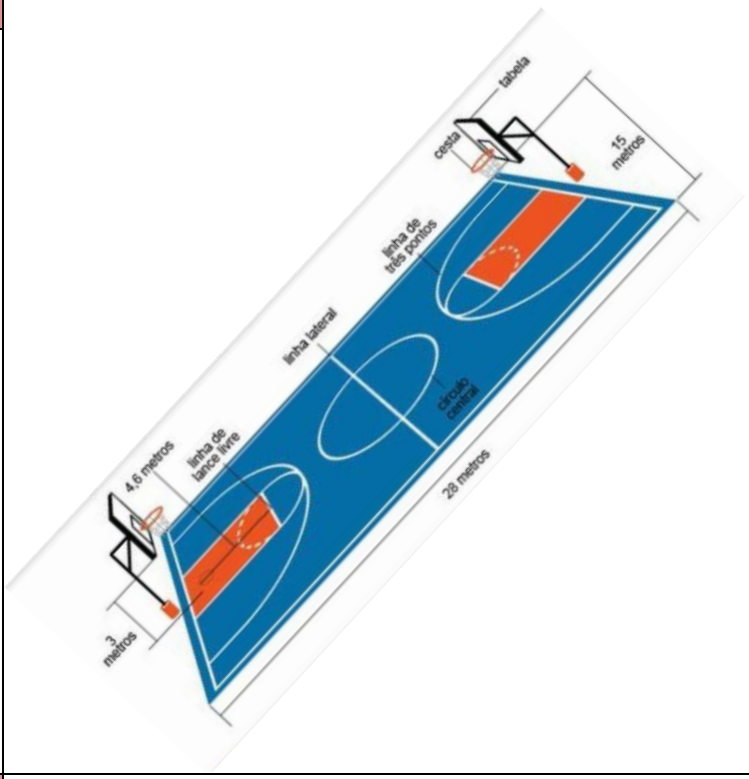
Nota: Tabla de creación propia.

Tabla 9

Planeador de Clase #3

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN:** SEDE PEDRO FORTUL	**DOCENTE:** NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN	**GRADO: 6 A 7.**
JORNADA: MAÑANA	**PARTICIPANTES:** 40	**DURACIÓN: 8**0MIN	**EDADES:** 11 a 14 AÑOS
TEMA: Enseñanza teórico- practica de las reglas básicas del baloncesto para mejorar el desarrollo de las mismas.			
METODO DE ENSEÑANZA: Constructivista			
COMPETENCIA: Axiológica corporal			
INDICADOR IDENTIFICADOR: Identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de las reglas del baloncesto.			
COMPONENTE: Cuidado de sí mismo.			
DESEMPEÑO: Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de cómo se aplican las reglas en el baloncesto.			

ACTIVIDADES	**GRAFICAS**
PARTE INICIAL **(10MIN)** 1. Saludo inicial a los estudiantes, se realiza una pausa activa y pasa a darles una introducción de lo que se va realizar en la clase del día hoy.	

PARTE CENTRAL (60 MIN)	
1. Se inicia la clase sobre las reglas básicas del baloncesto las cuales son las siguientes: - historia - La cancha y sus medidas. - El balón - Saque de inicio - Saque de fondo - Tiros libres - Tipos de falta - Señalizaciones - Árbitros 2. Luego de culminar la explicación el docente indicara que se reúnan por parejas, realizaran el dibujo de una cancha la pintaran e indicaran donde quedan las diferentes áreas y medidas que recuerden.	
PARTE FINAL **(10 MIN)**	
Para culminar, se realiza una retroalimentación de la temática, dirigiéndonos a la cancha a observar e indicar las diferentes áreas y medidas de la cancha. Todo con el objetivo de ver que la teoría quedo totalmente clara para que en la próxima clase se realice la práctica y ultimar detalles para el mejor entendimiento del reglamento.	
EVALUACIÓN: Observación directa	
MATERIAL: Escenario deportivo, tablero, marcadores, diapositivas.	
BIBLIOGRAFÍA: https://clubdelarbitro.com/documentos/Reglas%20Oficiales%20de%20Baloncesto%20FIBA%202022_V2.pdf	
OBSERVACIONES: Se ejecuto con el fin de enriquecer y superar esas falencias presentadas a la hora de practicar este deporte.	

Nota: Tabla de creación propia.

Tabla 10

Planeador de Clase #4

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN:** SEDE PEDRO FORTUL	**DOCENTE:** NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN	**GRADO:** 6 y 7
JORNADA: MAÑANA	**PARTICIPANTES:** 40	**DURACIÓN: 8**0MIN	**EDADES:** 11 a 14 AÑOS
TEMA: El baloncesto como herramienta metodológica para el mejoramiento de las capacidades coordinativas.			
METODO DE ENSEÑANZA: Constructivista.			
COMPETENCIA: Motriz.			
INDICADOR IDENTIFICADOR: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			
COMPONENTE: Desarrollo motor.			
DESEMPEÑO: Exploro formas básicas de movimientos y combinaciones con elementos y sin ellos.			
ACTIVIDADES		**GRAFICAS**	
PARTE INICIAL **(15MIN)**			
1. Llegada de los estudiantes a la cancha y la debida presentación del docente. 2. Acondicionamiento neuromuscular: Realizaremos una ronda en la cual ejecutaremos diferentes ejercicios de movilidad articular como lo son: - Rotación de cuello. - Rotación de hombros adelante y atrás. - Rotación de tronco. - Rotación de cadera. - Flexión y extensión de rodillas.			

- Dorsiflexión y plantiflexión del pie.

Para completar realizaremos una pequeña carrera de relevos con unos conos para aumentar aún más esa frecuencia cardiaca.

1 minuto para hidratar.



PARTE CENTRAL

(50 MIN)



1. CIRCUITO

1. Se dividí el grupo en partes iguales, al frente de cada grupo estarán plasmadas unas escaleras, en las cuales realizaremos diferentes ejercicios coordinativos como:

- Carrera a dos pies.
- Saltos a un pie.
- Saltos de separar y cerrar.



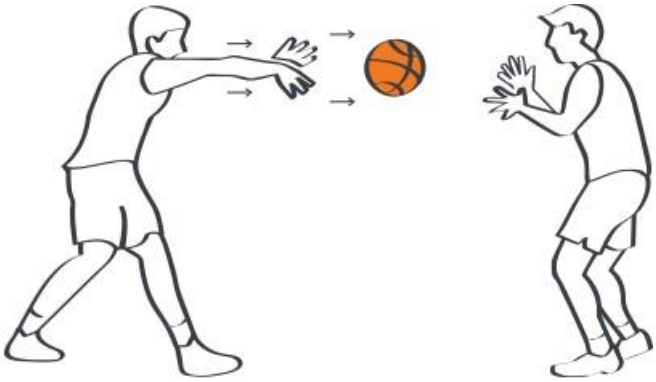
2. Luego pasaremos a unos aros que estarán ubicados en fila, en ese momento a los estudiantes se les entregará un balón de baloncesto con el cual deberán de driblar dentro de los aros con su mano dominante superando así el ejercicio para pasar al siguiente.



3. Los estudiantes deberán encestar y llevar el balón en driblin nuevamente al inicio, con el fin de que el siguiente estudiante siga con la actividad.

4. Tipos de pases: (mejora de la técnica)

- Pase de pecho
- Pase de pique
- Pase por encima de la cabeza
- Pase de beisbol



1 minuto para hidratar.

PARTE FINAL (10 MIN)	
Para culminar nuestra clase haremos una elongación articular y muscular, donde deben de caminar por el escenario deportivo con unos ejercicios de respiración. Para finalizar se sentarán para el docente dar las últimas indicaciones y hacer una pequeña retroalimentación y saber cómo culmino la actividad cada estudiante y como se sintió.	
EVALUACIÓN: Observación directa	
MATERIAL: Espacio físico, ropa adecuada, silbato, balones y aros.	
BIBLIOGRAFÍA: https://www.mauriziomondoni.com/2017/01/27-ejercicios-para-el-desarrollo-de-los-fundamentos-de-baloncesto/	
OBSERVACIONES: falencias presentadas durante la ejecución de los estudiantes y se corrigieron con la enseñanza y el buen manejo de la clase.	

Nota: Tabla de creación propia.

Tabla 11

Planeador de Clase #5

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN:** SEDE PEDRO FORTUL	**DOCENTE:** NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN	**GRADO:** 6 Y 7
JORNADA: MAÑANA	**PARTICIPANTES:** 40	**DURACIÓN: 8**0MIN	**EDADES:** 11 A 14 AÑOS

TEMA: el baloncesto como herramienta metodológica para el mejoramiento de las capacidades coordinativas.

METODO DE ENSEÑANZA: CONSTRUCTIVISTA.

COMPETENCIA: MOTRIZ.

INDICADOR IDENTIFICADOR: EXPLORA FORMAS BÁSICAS DEL MOVIMIENTO Y SUS COMBINACIONES EN DIFERENTES SITUACIONES Y CONTEXTOS.

COMPONENTE: DESARROLLO MOTOR.

DESEMPEÑO: CONTROLO DE FORMA GLOBAL Y SEGMENTARIA LA REALIZACIÓN DE MOVIMIENTOS TÉCNICOS.

ACTIVIDADES	**GRAFICAS**
PARTE INICIAL **(15MIN)**	
1. llegada de los estudiantes a la cancha y la debida presentación del docente. 2. acondicionamiento neuromuscular: Realizaremos una ronda en la cual ejecutaremos diferentes ejercicios de movilidad articular como lo son: - rotación de cuello - rotación de hombres adelante y atrás	

- rotación de tronco
- rotación de cadera
- flexión y extensión de rodillas
- eversión y eversión de tobillo

ejercicio de coordinación: consta de mantener la ronda y en la misma explicar el ejercicio trata de:

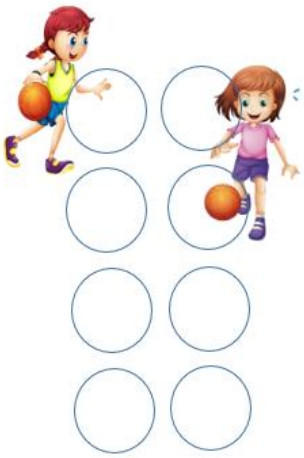
1) aplauso dos.
2) seguido de tres golpecitos en el pecho.
3) cinco golpecitos en el cuádriceps.
4) y dos pisadas.

1 minuto para hidratar.



PARTE CENTRAL

(35 MIN)



1. **CIRCUITO**

1. se divide el grupo en partes iguales, al frente de cada grupo estarán dibujados unos círculos, en las cuales realizaremos diferentes ejercicios coordinativos como:

- saltos a dos pies.
- sentadilla ambos pies dentro del círculo.
- saltos pierna derecha e izquierda combinados.
- elevación de extremidades inferiores con desplazamiento lateral.

2. pasaremos a driblar balón por los aros con nuestra mano dominante y la no dominante.

3. por último, se jugará piedra papel o tijera de avance por los aros se ubicaron varios aros y se dividirá el grupo en 4 partes iguales donde se ejecutarán dos juegos para que ningún estudiante se quede sin hacer nada.



4. Partido de baloncesto: 1 minuto para hidratar.	
PARTE FINAL **(10 MIN)**	
Para culminar nuestra clase haremos una elongación articular y muscular, donde deben de caminar por el escenario deportivo con unos ejercicios de respiración. para finalizar se sentarán para el docente dar las últimas indicaciones y hacer una pequeña retroalimentación y saber cómo culmino la actividad cada estudiante y como se sintió.	
EVALUACIÓN: OBSERVACIÓN DIRECTA	
MATERIAL: ESPACIO FÍSICO, ROPA ADECUADA, SILBATO, BALONES Y AROS.	
BIBLIOGRAFÍA: https://www.larazon.es/local/castilla-y-leon/el-baloncesto-se-echa-a-la-calle-AE23728190/	
OBSERVACIONES:	

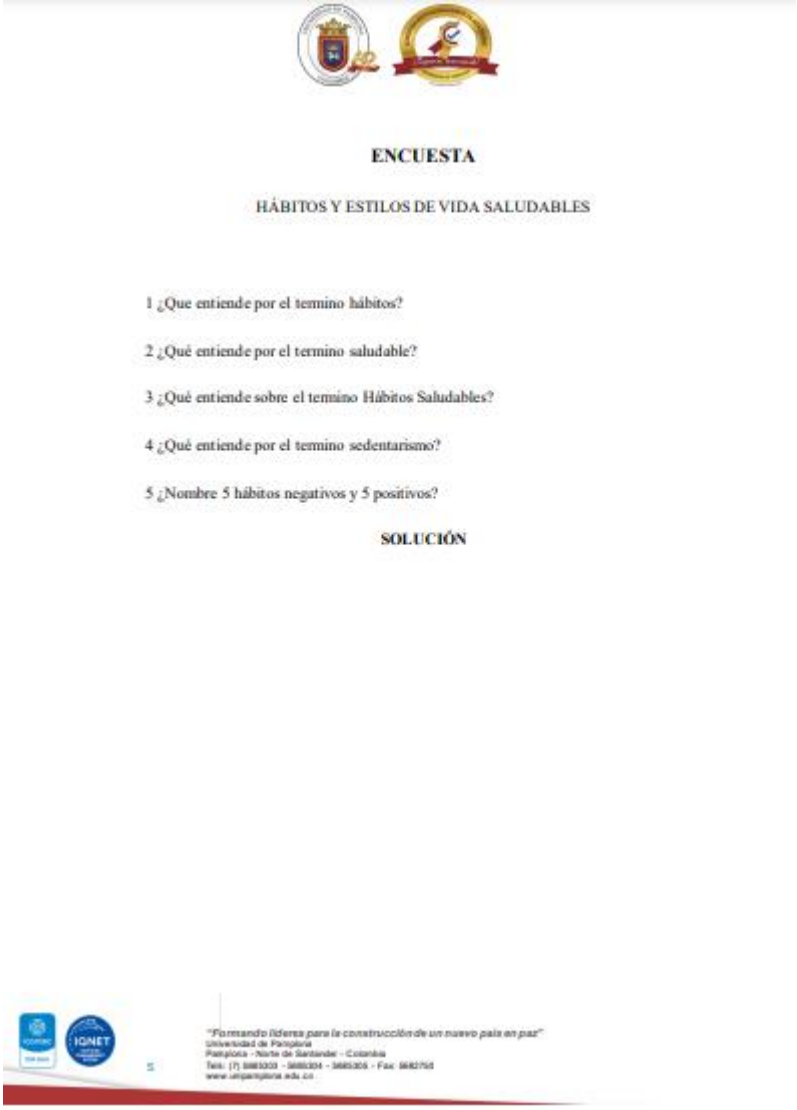
Nota: Tabla de creación propia.

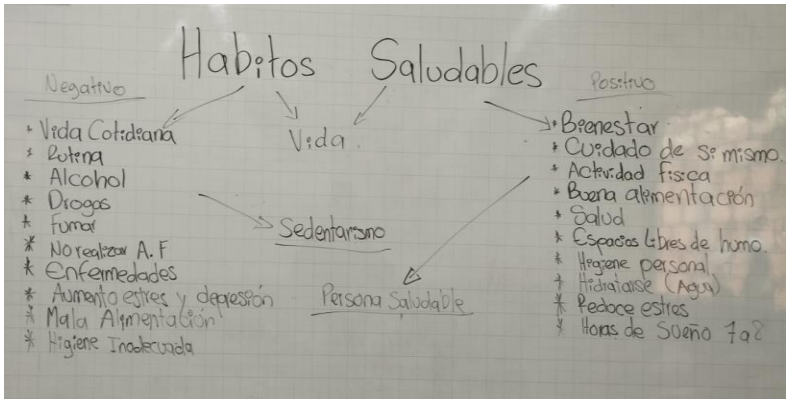
Tabla 12

Planeador de Clase #6

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN:** SEDE PEDRO FORTUL	**DOCENTE:** NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN	**GRADO:** 6°2 y 6°3
JORNADA: MAÑANA	**PARTICIPANTES: 41 y** 42	**DURACIÓN: 8**0MIN	**EDADES:** 11 A 14 AÑOS
TEMA: Los hábitos y estilos de vida saludable como herramienta para el desarrollo integral de los estudiantes del grado sexto de la institución educativa colegio general Santander sede pedro Fortul.			
METODO DE ENSEÑANZA: CONSTRUCTIVISTA.			
COMPETENCIA: Axiológica corporal			
INDICADOR IDENTIFICADOR Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.			
COMPONENTE: Cuidado de sí mismo.			
DESEMPEÑO: Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.			
ACTIVIDADES		**GRAFICAS**	
PARTE INICIAL **(15 MIN)**			
Inicio activo ejercicio de coordinación: consta de mantener la ronda y en la misma explicar el ejercicio trata de: 5) aplauso dos. 6) seguido de tres golpecitos en el pecho. 7) cinco golpecitos en el cuádriceps. 8) y dos pisadas.			

<table>
<tr><td>El fin del ejercicio es crear una secuencia coordinativa musical y generar interacción positiva en el grupo.</td><td></td></tr>
<tr><td>PARTE CENTRAL
(50 MIN)</td><td></td></tr>
<tr><td>ENCUESTA

Para iniciar con la aplicación del proyecto se da inicio a una encuesta con el fin de validar qué tanto conocimiento tiene los estudiantes del grado sexto 02 y sexto 03 de la jornada de la mañana de la sede Pedro Fortul; En la cual se ejecutaron cinco preguntas claves para dar el resultado en porcentaje de esta encuesta y conocer las falencias presentes sobre los conocimientos en los hábitos y estilos de vida saludables.</td><td>
ENCUESTA
HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES
1 ¿Que entiende por el termino hábitos?
2 ¿Qué entiende por el termino saludable?
3 ¿Qué entiende sobre el termino Hábitos Saludables?
4 ¿Qué entiende por el termino sedentarismo?
5 ¿Nombre 5 hábitos negativos y 5 positivos?
SOLUCIÓN</td></tr>
</table>

EXPLICACION En este momento el docente en formación da inicio a la explicación, usando los siguientes ítems de qué es un hábito de qué es saludable y juntando los mismos que son y los beneficios que puede traer para nuestras vidas incluyendo la importancia de evitar el sedentarismo en edades tempranas trabajando siempre por el bienestar y el cuidado de sí mismo esta charla con el fin de subsanar todas las dudas presentes en este tema.	
PARTE FINAL **(15 MIN)**	
ACTIVIDAD DE PARTICIPACIÓN En esta fase final realizaremos con el grupo una pequeña retroalimentación por medio de una serie de preguntas y participación alumno maestro paras aclarar las dudas que quedaron sobre el tema expuesto.	
EVALUACIÓN: OBSERVACIÓN DIRECTA	
MATERIAL: Encuesta, tablero, marcadores, borrador.	
BIBLIOGRAFÍA:	
OBSERVACIONES:	

Nota: Tabla de creación propia.

Tabla 13

Planeador de Clase #7

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN:** SEDE PEDRO FORTUL	**DOCENTE:** NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN	**GRADO:** 6°2 y 6°3
JORNADA: MAÑANA	**PARTICIPANTES: 41 y** 42	**DURACIÓN: 8**0MIN	**EDADES:** 11 A 14 AÑOS
TEMA: Los hábitos y estilos de vida saludable como herramienta para el desarrollo integral de los estudiantes del grado sexto de la institución educativa colegio general Santander sede pedro Fortul.			
METODO DE ENSEÑANZA: CONSTRUCTIVISTA.			
COMPETENCIA: Axiológica corporal			
INDICADOR IDENTIFICADOR Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.			
COMPONENTE: Cuidado de sí mismo.			
DESEMPEÑO: Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.			
ACTIVIDADES		**GRAFICAS**	
PARTE INICIAL **(15 MIN)**			
Inicio activo ejercicio de coordinación: consta de mantener la ronda y en la misma explicar el ejercicio trata de: 9) aplauso dos. 10) seguido de tres golpecitos en el pecho. 11) cinco golpecitos en el cuádriceps. 12) y dos pisadas.			

El fin del ejercicio es crear una secuencia coordinativa musical y generar interacción positiva en el grupo.	
PARTE CENTRAL **(50 MIN)**	
ACTIVIDAD FÍSICA MUSICALIZADA En este espacio se decidió realizar una actividad física musicalizada con el grado sexto 02 y sexto 03 de la jornada de la mañana sede Pedro Fortul con el fin de dar a entender que la actividad física musicalizada a nivel fisiológico estimula el sistema cardiopulmonar e involucra el trabajo rítmico, fortalece la parte corporal y la memoria motriz a través del movimiento de diferentes géneros musicales, en lo cual la práctica constante de la misma tiene como fin aportar el mejoramiento de los hábitos de vida saludable y la interacción social en la comunidad.	
PARTE FINAL **(15 MIN)**	
Charla de la importancia de la actividad física musicalizada como herramienta vital de los hábitos y estilos de vida saludables para el mejoramiento y el cuidado de sí mismo este espacio se dio con el fin de incitar a la población estudiantil a realizar actividad física musicalizada ya que va de la mano con la herramienta hevs.	

EVALUACIÓN: OBSERVACIÓN DIRECTA
MATERIAL: Espacio adecuado tablero, marcadores, borrador, bafle.
BIBLIOGRAFÍA:
OBSERVACIONES:

Nota: Tabla de creación propia.

Tabla 14

Planeador de Clase #8

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA FACULTAD CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES			
FECHA:	**INSTITUCIÓN:** SEDE PEDRO FORTUL	**DOCENTE:** NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN	**GRADO:** 6°2 y 6°3
JORNADA: MAÑANA	**PARTICIPANTES: 41 y** 42	**DURACIÓN: 8**0MIN	**EDADES:** 11 A 14 AÑOS
TEMA: Los hábitos y estilos de vida saludable como herramienta para el desarrollo integral de los estudiantes del grado sexto de la institución educativa colegio general Santander sede pedro Fortul.			
METODO DE ENSEÑANZA: CONSTRUCTIVISTA.			
COMPETENCIA: Axiológica corporal			
INDICADOR IDENTIFICADOR Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.			
COMPONENTE: Cuidado de sí mismo.			
DESEMPEÑO: Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.			
ACTIVIDADES		**GRAFICAS**	
PARTE INICIAL **(15 MIN)**			
Inicio activo ejercicio de coordinación: consta de mantener la ronda y en la misma explicar el ejercicio trata de: 13) aplauso dos. 14) seguido de tres golpecitos en el pecho. 15) cinco golpecitos en el cuádriceps. 16) y dos pisadas.			

El fin del ejercicio es crear una secuencia coordinativa musical y generar interacción positiva en el grupo.

PARTE CENTRAL

(50 MIN)

RALLY HEVS

El Rally hevs en esta actividad el fin es afianzar los conocimientos obtenidos durante el proceso de la aplicación de este proyecto otorgando 10 estaciones de actividad en este rally.

Generando el trabajo en equipo.

Afianzando conocimientos obtenidos durante el proceso.

Ejercicios

1) sopa de letras hevs
2) comer saludable
3) sentadillas 20
4) flexo extensión de codo 20
5) abdominales 20
6) trote distancia A a B
7) burpee 20
8) saltos bipodales
9) preguntas hevs
10) bolos hevs



PARTE FINAL **(15 MIN)**	
Charla de la importancia de la actividad física como herramienta vital de los hábitos y estilos de vida saludables para el mejoramiento y el cuidado de sí mismo este espacio se dio con el fin de incitar a la población estudiantil a realizar actividad física ya que va de la mano con la herramienta hevs.	
EVALUACIÓN: OBSERVACIÓN DIRECTA	
MATERIAL: Espacio adecuado tablero, marcadores, borrador, bafle.	
BIBLIOGRAFÍA:	
OBSERVACIONES:	

Nota: Tabla de creacion propia.

3.3 Ejecución

Según el calendario académico de la universidad se inició con el proceso académico con una inducción a los estudiantes- docentes el día 24 de agosto donde se dieron las normas y procesos a realizar, de una vez me coloque en la labor de buscar la institución a la cual iría con la carta para hacer el proceso de prácticas de noveno semestre.

Una vez escogida la institución me dirijo a llevar la carta junto a la documentación solicitada por la institución educativa y ser aprobado por el coordinador de prácticas, se me asigna una sede y los docentes supervisores, se comienza con los procesos de información de los cursos asignados, horario y funciones dentro de la institución.

Tabla 15

Ejecución de Actividades

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN
Inducción de estudiantes a la práctica de decimo semestre 6 de marzo del 2024	Se informa el proceso de inicio de prácticas, documentación a entregar, como se debe realizar el proceso del informa final.
Llevar la carta de prácticas a la Institución Educativa 12 de marzo del 2024	Se hizo entrega de la carta de prácticas a la Institución Educativa

Aprobación de la carta por parte de la Institución 15 de marzo del 2024	La carta fue respondida con la aprobación por parte del colegio
Encuentro con la coordinadora y el docente supervisor del colegio. 15 de marzo del 2024	Se realizo el encuentro con la coordinadora académica para organizar horarios y hablar con el coordinador disciplinario encargado de la institución
Inicio de las prácticas Diagnostico Institucional Diagnostico Estudiantes 18 de marzo del 2024	Se realizo el diagnostico institucional, como se conforma que factores tiene, y se realizó la observación a los estudiantes para el área de educación física.
Inicio y Ejecución de la propuesta 18 de marzo del 2024	Se dio inicio a los planeadores, con base a la investigación planteada
Evaluación de los procesos de práctica 29 de mayo del 2024	Se realizo el proceso de evaluación de los procesos aplicados durante las 8 semanas de trabajo en la institución.

Entrega del Trabajo e Informe de prácticas, sustentación del proyecto	Se realizará la entrega del informe de práctica, con toda la información requerida.

Nota: Tabla de creación propia.

3.4 Evaluación (Cualitativa)

La evaluación cualitativa Según Galantón, María del Valle en su trabajo de **UNA APROXIMACIÓN A LOS PARADIGMAS DE EVALUCIÓN CUANTITATIVA VS EVALUACIÓN CUALITATIVA,** en el 2013, es aquella donde se juzga o valora más la calidad tanto del proceso como del nivel de aprovechamiento alcanzado de los estudiantes que resulta de la dinámica del proceso de enseñanza y aprendizaje. La misma procura por lograr una descripción holística, esto es, que intenta analizar exhaustivamente, con sumo detalle, tanto la actividad como los medios y el aprovechamiento alcanzado por los estudiantes en la sala de clase. En este aspecto, se presentan los diversos enfoques que se le ha dado a la evaluación y que es muy importante resaltar para posteriormente llegar a una propuesta sólida y convincente de que no necesariamente cualquier investigador docente debe inclinarse por una de ellas, sino más bien encontrar diversas líneas de fuga que permitan así buscar el punto de encuentro en ambos enfoques. Como se había manifestado al inicio de este escrito, la evaluación puede ser estudiada y/o aplicada desde dos enfoques: cuantitativo y el cualitativo. Desde el campo teórico se puede afirmar que eso tiene que ver con dos paradigmas totalmente diferentes: el positivista y el naturalista. El paradigma positivista pone su acento en lo observable y medible, en donde subyace la cuantificación, donde se sostiene la defensa de la

objetividad y neutralidad del observador en el proceso de evaluación, es decir, lo que interesa aquí es producir información que sea de utilidad para el control.

Su enfoque educativo general, y respecto a la evaluación en particular, se enmarca dentro de los siguientes rasgos: el fin de la educación es alcanzar un repertorio de objetivos, la organización escolar está orientada hacia una mayor eficacia, con el objeto de lograr mejoras progresivas en las metas y métodos, el currículum está centrado en la estructura de las disciplinas, el profesor es un instructor especialista de su materia, la función principal de la evaluación es medir, jerarquizar y seleccionar, dando prioridad al rigor sobre la riqueza evaluativa, cada etapa educativa se concibe como una preparación para la siguiente, por lo que a medida que se va ascendiendo en el sistema educativo, la evaluación va eliminando estudiantes hasta quedar pocos en el vértice, es una concepción piramidal de la educación. En resumidas cuentas, para estos autores, la evaluación es esencial para la educación porque en principio afirman que al menos los productos importantes de la educación, explicitados en los rasgos esenciales de los objetivos de aprendizaje, son medibles. Lo explican de la siguiente manera: si son productos importantes deben producir un cambio de comportamiento observable, es decir, una persona que ha cambiado considerablemente debe comportarse de una forma claramente diferente, si es observable, dicho de otra manera, existe una base para medirlo porque lo fundamental de toda medida es una observación verificable en relación con un referente.

4. Capitulo IV Actividades Interinstitucionales

Tabla 16

Actividades Interinstitucionales

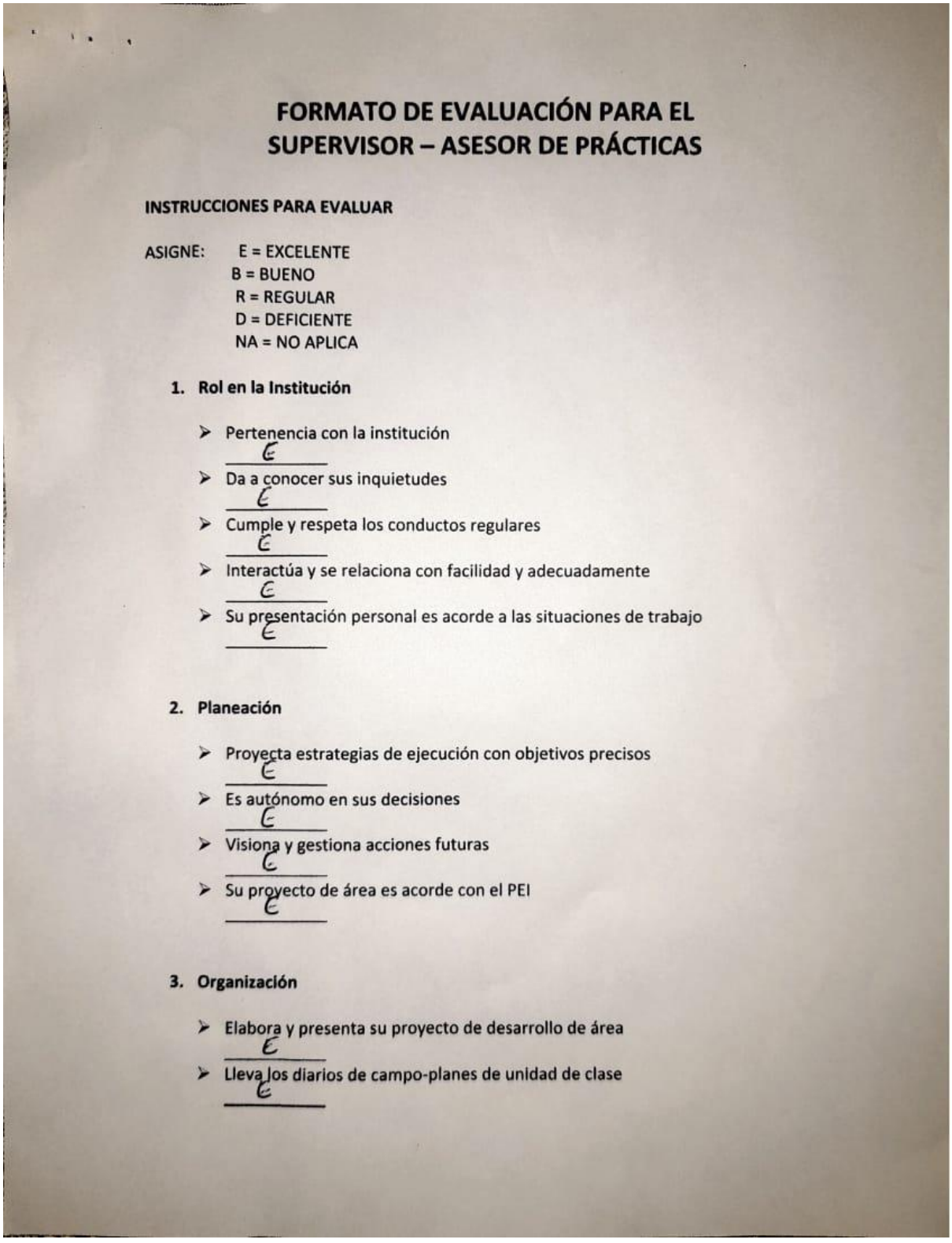
FECHA DE EJECUCIÓN	ACTIVIDAD Y PARTICIPACIÓN	EVIDENCIA FOTOGRAFICA
23/04/2024 (ABRIL)	DIA DEL IDIOMA (Participación en organización, actividad física musicalizada, y acompañamiento.)	
06/06/2024	(Participación en la izada de bandera del día de maestro, día de la madre y el día de la virgen)	

Nota: Tabla de Creación propia.

5. Capitulo V Formatos de Evaluación

Ilustración 8

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

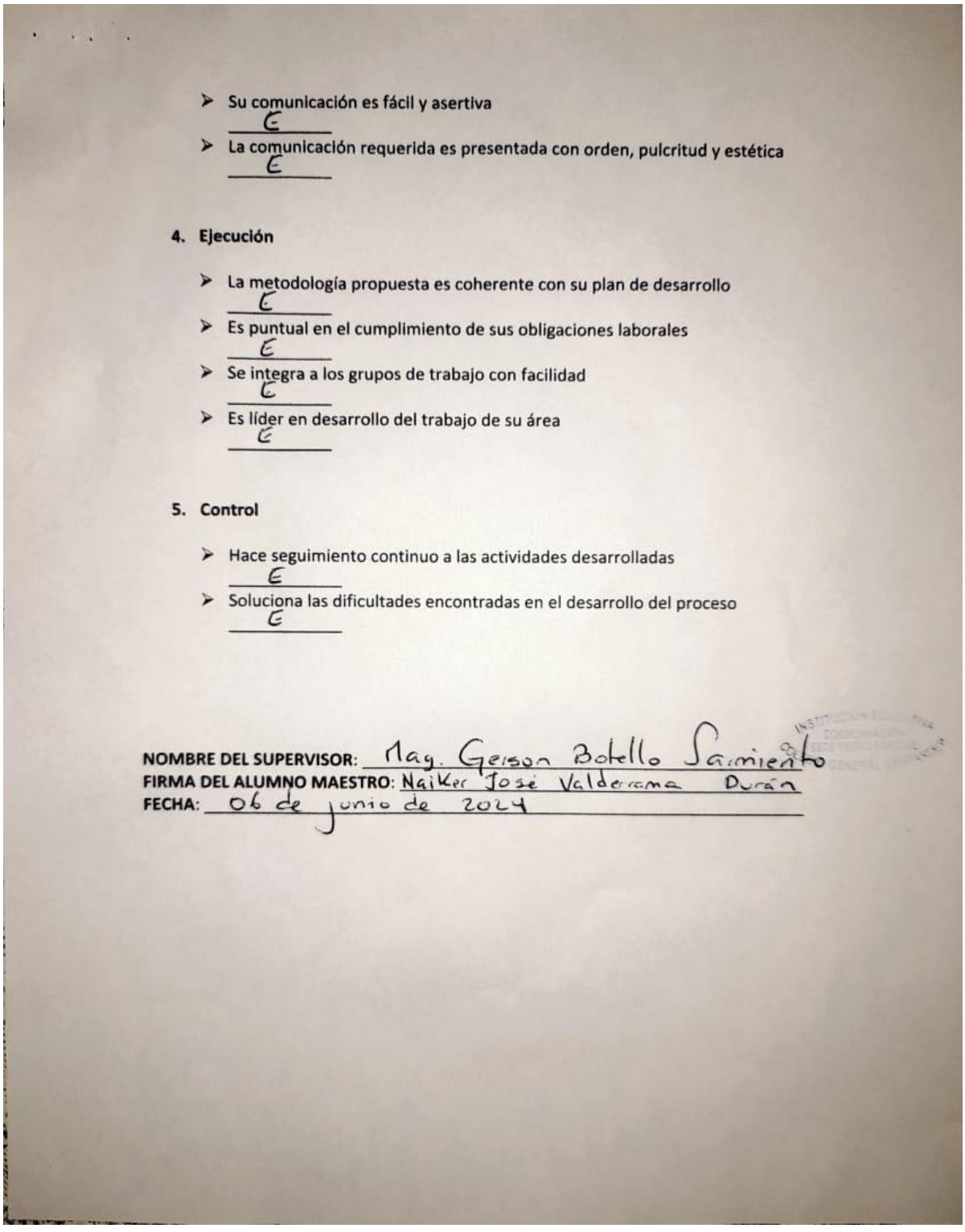
2. **Planeación**
   - Proyecta estrategias de ejecución con objetivos precisos ___E___
   - Es autónomo en sus decisiones ___E___
   - Visiona y gestiona acciones futuras ___E___
   - Su proyecto de área es acorde con el PEI ___E___

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

Nota: Ilustración del Formato de Evaluación dado por la Universidad.

Ilustración 9

Formato de Evaluación



- 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

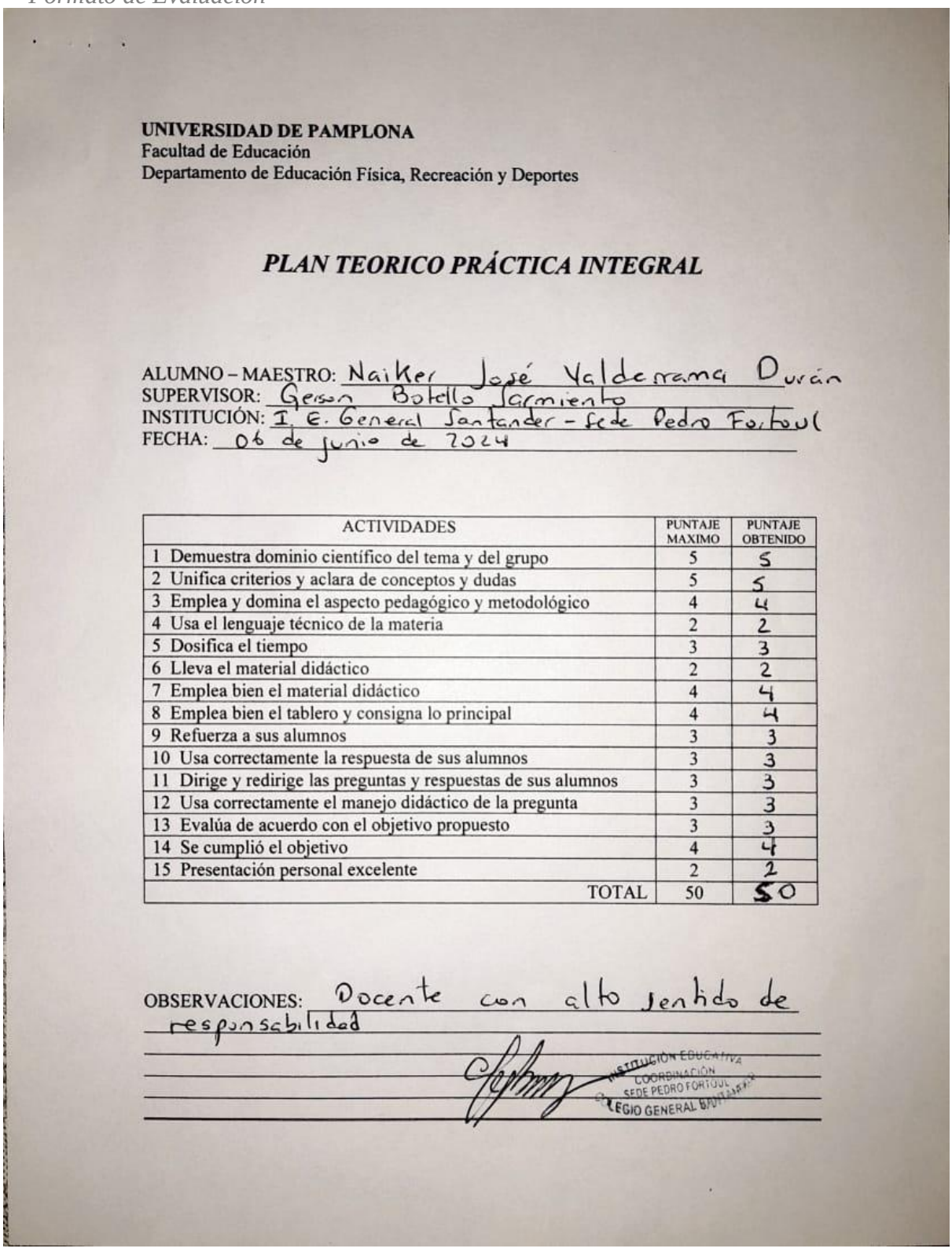
- Hace seguimiento continuo a las actividades desarrolladas
  E
- Soluciona las dificultades encontradas en el desarrollo del proceso
  E

NOMBRE DEL SUPERVISOR: Mag. Geison Botello Saimiento
FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO: Naiker José Valderrama Durán
FECHA: 06 de junio de 2024

Nota: Ilustración del Formato de Evaluación dado por la Universidad.

Ilustración 10

Formato de Evaluación



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

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: Naiker José Valderrama Durán
SUPERVISOR: Gerson Botello Jarmiento
INSTITUCIÓN: I. E. General Santander - Sede Pedro Fortoul
FECHA: 06 de junio 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	3
6 Lleva el material didáctico	2	2
7 Emplea bien el material didáctico	4	4
8 Emplea bien el tablero y consigna lo principal	4	4
9 Refuerza a sus alumnos	3	3
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11 Dirige y redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	3
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3
14 Se cumplió el objetivo	4	4
15 Presentación personal excelente	2	2
TOTAL	50	50

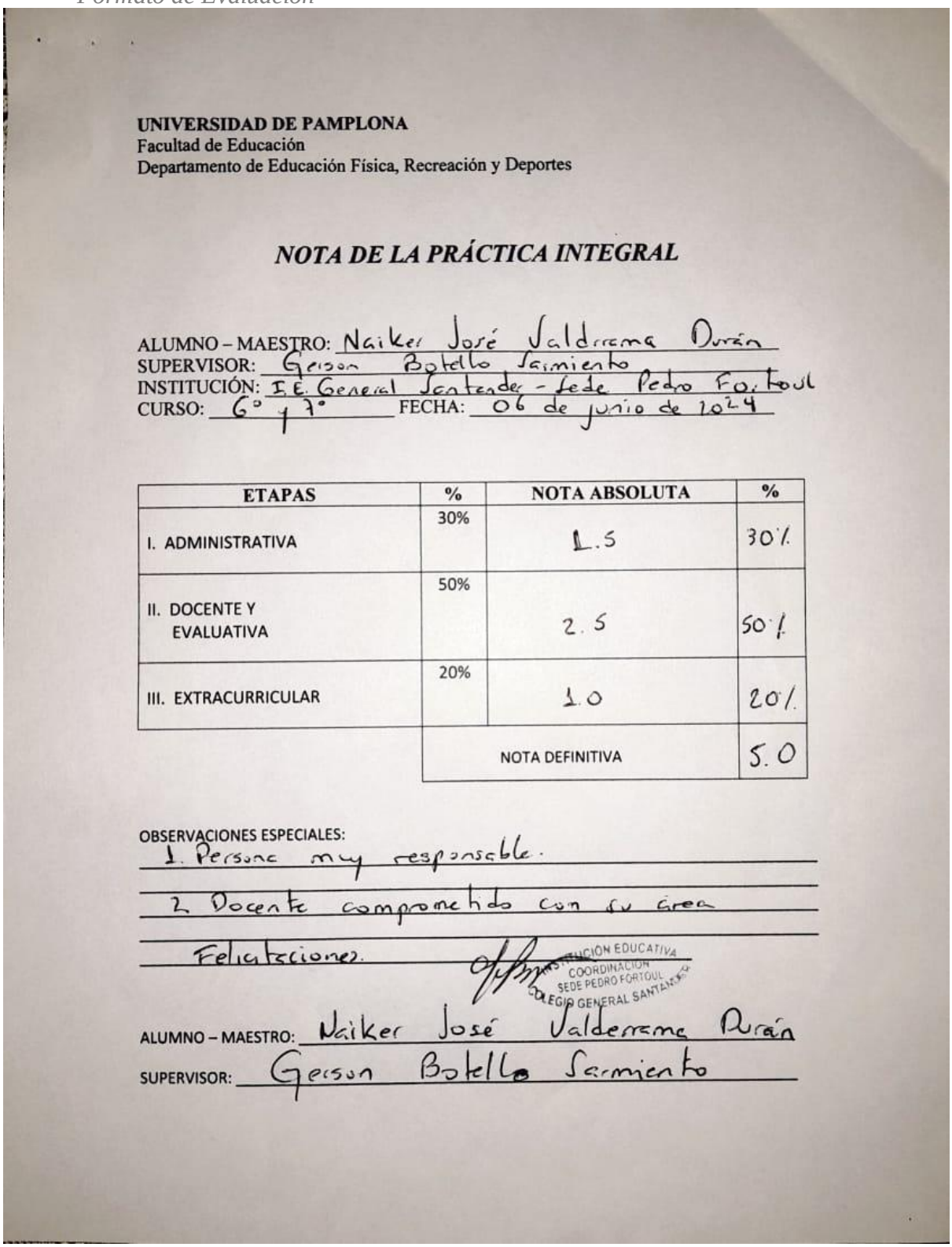
OBSERVACIONES: Docente con alto sentido de responsabilidad

INSTITUCIÓN EDUCATIVA COORDINACIÓN SEDE PEDRO FORTOUL COLEGIO GENERAL SANTANDER

Nota: Ilustración del Formato de Evaluación dado por la Universidad.

Ilustración 11

Formato de Evaluación



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

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO – MAESTRO: Naiker José Valderrama Durán
SUPERVISOR: Gerson Botello Sarmiento
INSTITUCIÓN: I.E. General Santander - Sede Pedro Fortoul
CURSO: 6° y 7° FECHA: 06 de junio de 2024

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	1.5	30%
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	2.5	50%
III. EXTRACURRICULAR	20%	1.0	20%
		NOTA DEFINITIVA	5.0

OBSERVACIONES ESPECIALES:
1. Persona muy responsable.
2. Docente comprometido con su área
Felicitaciones.

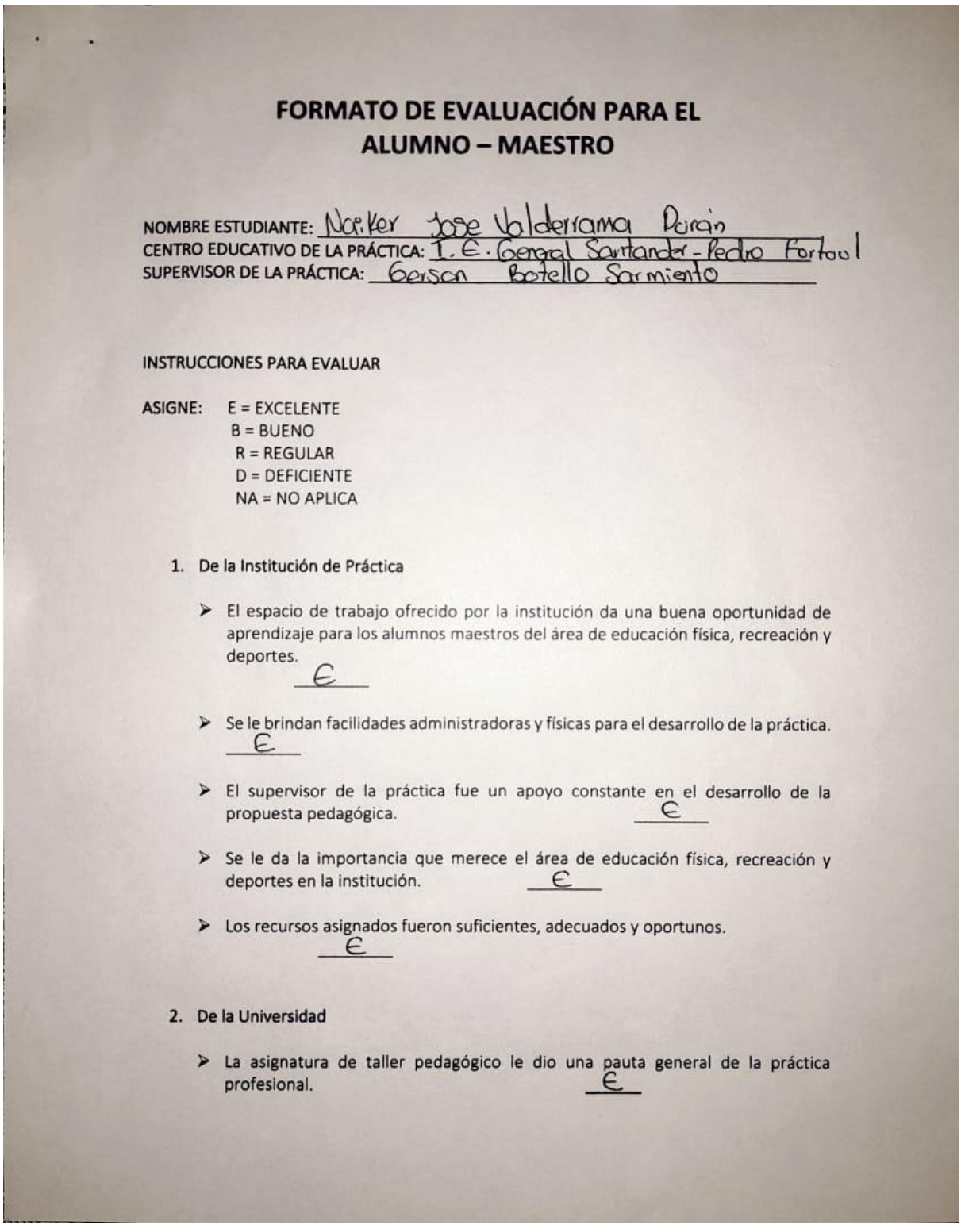
INSTITUCIÓN EDUCATIVA COORDINACIÓN SEDE PEDRO FORTOUL COLEGIO GENERAL SANTANDER

ALUMNO – MAESTRO: Naiker José Valderrama Durán
SUPERVISOR: Gerson Botello Sarmiento

Nota: Ilustración del Formato de Evaluación dado por la Universidad.

Ilustración 12

Formato de Evaluación



FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL ALUMNO – MAESTRO

NOMBRE ESTUDIANTE: Naiker Jose Valderrama Perán
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: I.E. General Santander - Pedro Fortoul
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Gerson Botello Sarmiento

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

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

1. De la Institución de Práctica

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

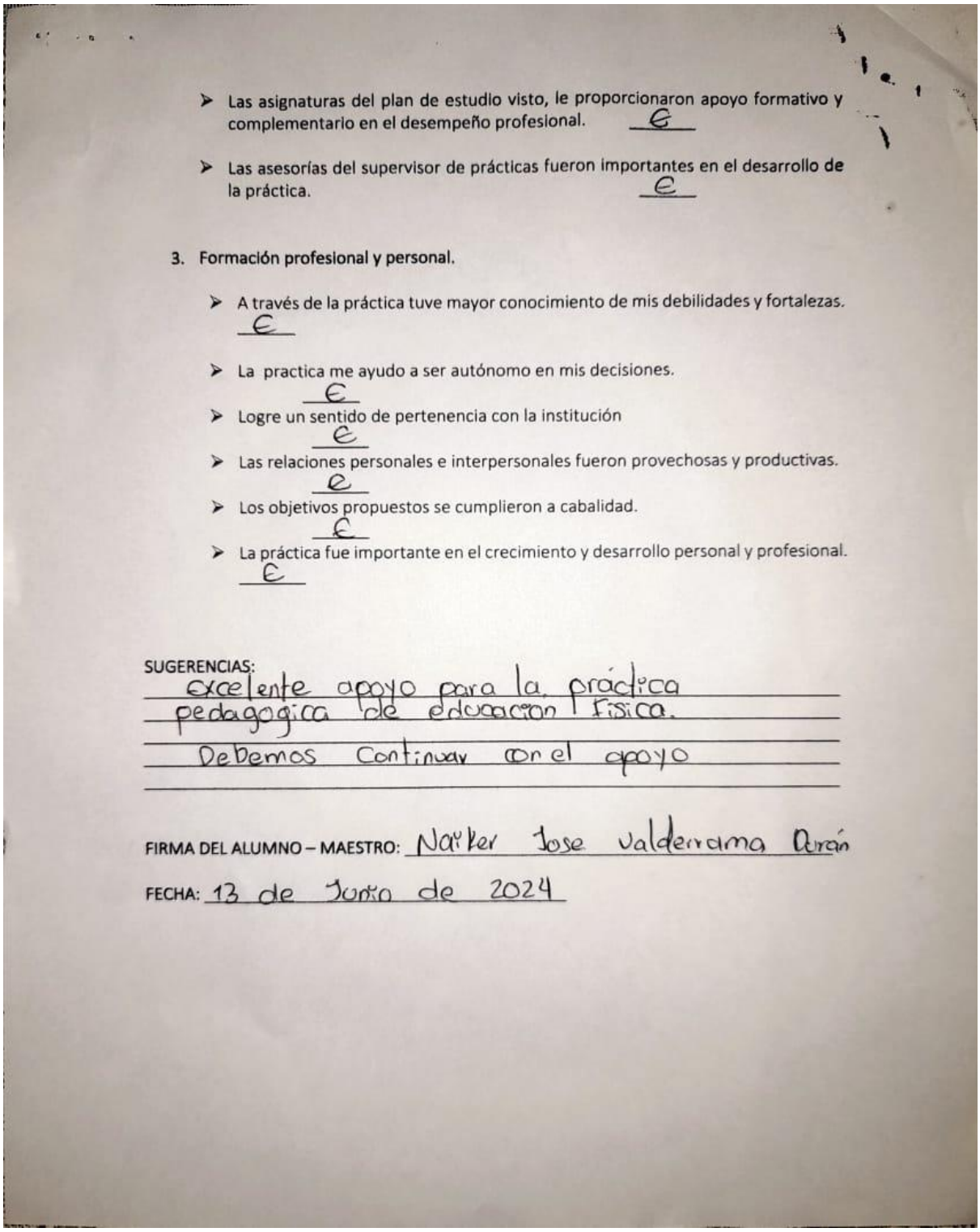
2. De la Universidad

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

Nota: Ilustración del Formato de Evaluación dado por la Universidad.

Ilustración 13

Formato de Evaluación



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

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:
Excelente apoyo para la práctica pedagogica de educacion fisica.
Debemos Continuar con el apoyo

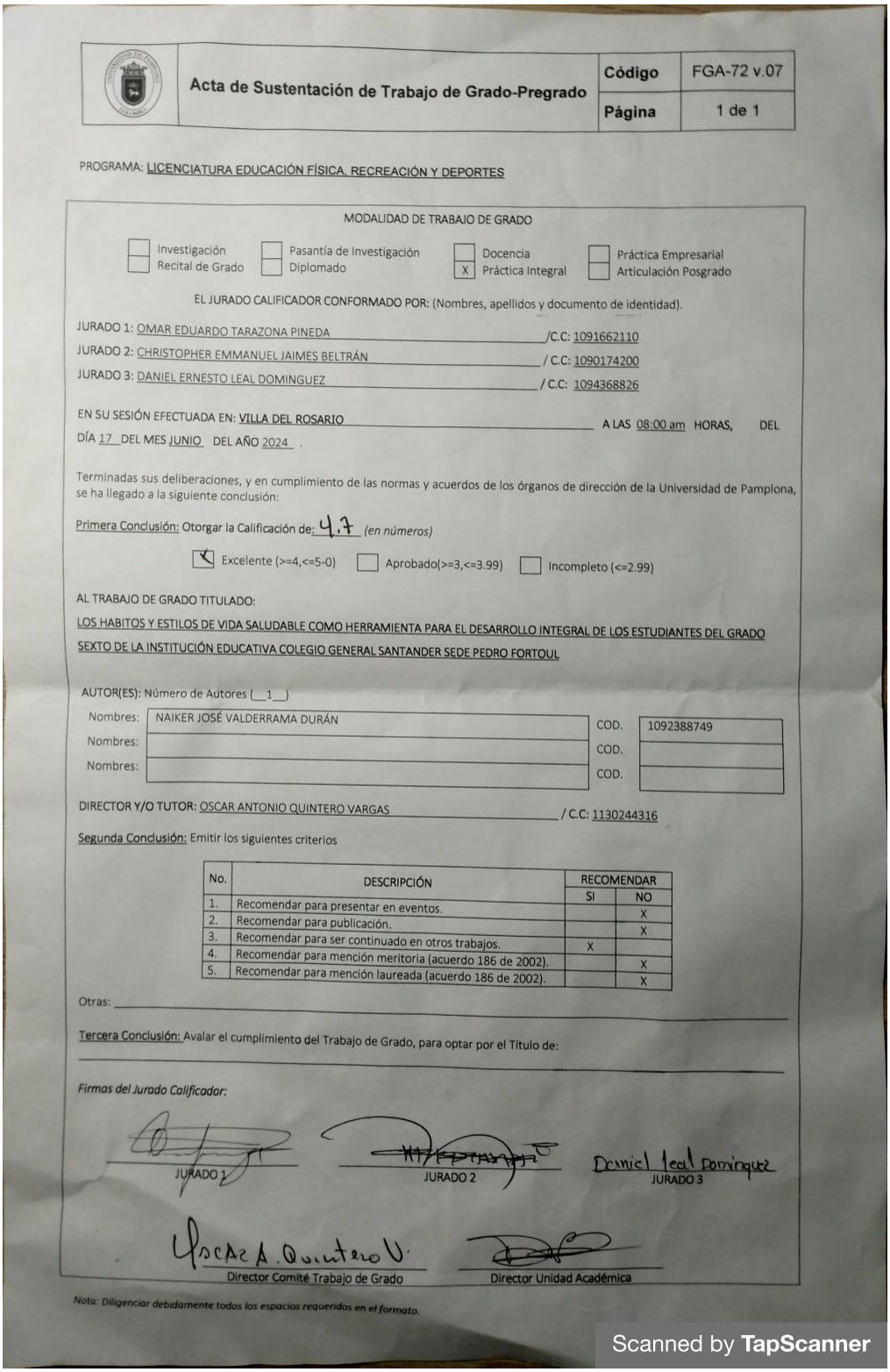
FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO: Naiker Jose Valderrama Arán

FECHA: 13 de Junio de 2024

Nota: Ilustración del Formato de Evaluación dado por la Universidad.

Ilustración 14

Acta de sustentación de trabajo de grado



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 [ ] Recital de Grado [ ] Pasantía de Investigación [ ] Diplomado [ ] Docencia [X] Práctica Integral [ ] Práctica Empresarial [ ] 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: 1094368826

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:

LOS HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE COMO HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO SEXTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO GENERAL SANTANDER SEDE PEDRO FORTOUL

AUTOR(ES): Número de Autores (__1__)

Nombres:	NAIKER JOSÉ VALDERRAMA DURÁN	COD.	1092388749
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 2002).		X
5.	Recomendar para mención laureada (acuerdo 186 de 2002).		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 Daniel Leal Dominguez JURADO 3

Oscar A. Quintero V. Director Comité Trabajo de Grado

Director Unidad Académica

Nota: Diligenciar debidamente todos los espacios requeridos en el formato.

Scanned by TapScanner

1. FASE 2

PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN PEDAGÓGICA FORMATIVA

LOS HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE COMO HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DEL GRADO SEXTO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO GENERAL SANTANDER SEDE PEDRO FORTOUL

DOCENTE EN FORMACIÓN

NAIKER JOSE VALDERRAMA DURAN

CÓDIGO: 1092388749

TUTOR:

Ph. D: OSCAR ANTONIO QUINTERO

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

SEDE VILLA DEL ROSARIO

CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

2024-1

Resumen

En este trabajo de investigación, propuesta pedagógica vamos a encontrar una problemática muy común y es la falta de trabajo, conocimiento y didáctica sobre el área de educación física el cual se ve planteado en la importancia de la educación física y los componentes de esta área que se ven reflejados en los lineamientos curriculares del documento #15 en el cual esos lineamientos no se están cumpliendo, por motivos los cuales son el común de siempre el docente es una persona mayor, o no le da el valor a la educación física, en donde se ven afectados los espacios educativos y el descuido de la salud y el desarrollo de las competencias en la salud y el deporte, donde se plantea una estrategia muy trabajada y que está tomando mucha importancia a nivel departamental y son los Hábitos y Estilos de Vida Saludable (HEVS), donde en su estructura de planificación incluye factores, sociales, físicos, ambientales, emocionales, psicológicos, entre otros aspectos en el desarrollo integral de las personas y el cuidado de sí mismos y en los estudiantes del colegio es una estrategia para generar esa conciencia del cuidado de sí mismo y brindar las herramientas didácticas para una alternativa y eliminar la excusa de pero no tengo espacio o recursos para ganar un gimnasio o así esos espacios.

1. Capítulo I Problema

1.1 Descripción del Problema

Hoy en día observamos en los niños y jóvenes malos hábitos de estilo de vida saludable y sobre peso, esto se debe al desinterés por llevar una vida sana y por la falta de ganas por mejorar sus hábitos no solo a nivel de mejorar sus capacidades físicas si no sus capacidades higiénicas y sociales, todo con el fin de llevar unos hábitos más saludables de cada estudiante.

Otro factor para tener en cuenta en la propuesta es la continuidad de los estudiantes en su proceso de estudio de la básica primaria a la básica secundaria, ya que en la primaria no se cuenta con un docente de educación física, que trabaje, estimule y desarrolle estos procesos, los cuales cuando lleguen en a la básica secundaria, no tendrán algún conocimiento sobre actividad física, por se practica, que beneficios trae la práctica de la actividad física, como son los procesos, cuáles son sus criterios como se fundamenta, mediante que herramientas y medios se practica actividad física, los cuales un enfoque muy importante son los Hábitos y Estilos de Vida Saludable, y más en estas etapas donde su desarrollo motor y componentes físicos.

Estilos de vida saludables se consideran simplistas si no avanzan un segundo paso en el que se trate de conocer cómo se relacionan entre sí dichas variables. Solo así, cuando se aborde esa relación, se habrá conseguido que el término estilo de vida no pierda su significado original. Con lo anteriormente basado tenemos claro que el enemigo más grande es la tecnología y la falta de empeño desde el ámbito escolar donde se deberían de forma a nuestros niños y adolescentes con conocimiento básico sobre llevar un buen estilo de vida de salud y un gran error de cuidado desde los hogares por eso hoy en día en nuestros colegios nos encontramos contentos casos de obesidad donde nuestros niños y adolescentes superan el

peso límite de cada uno y el error más grande que se comete es no ponerle más atención a esta problemática que se presenta por falta de empeño de parte del entorno de nuestros niños y adolescentes. En pronostico vemos que estos jóvenes pueden sufrir diferentes enfermedades por no realizar actividad física y es más si no se les motiva o se les presta la suficiente atención pueden llevar incluso a grandes complicaciones en su salud he aquí la importancia de llevar una buena alimentación y la importancia del deporte en nuestra vida diaria.

1.2 Formulación

En este proyecto fundamentalmente, la necesidad es generar conciencia en los estudiantes de la importancia de la actividad física y sus resultados en la salud, donde no tiene que ser prácticas profesionales de deportes o tener que pagar gimnasios, solo tener espacio disponible, ganas de realizar actividad física y brindar las herramientas pedagógicas y didácticas que se hacen los HEVS, con sus diferentes modalidades de campaña de Consumo de una dieta equilibrada, Higiene personal, Tener un patrón y calidad del sueño, Realizar actividad física, Evitar hábitos tóxicos: fumar, consumo de drogas, alcohol en exceso, Planificación de las actividades diarias, Evitar el estrés, Combatir el Sedentarismo, entre otras más, los cuales vamos a generar un impacto mediante las clases de educación física, y darles a entender que así sea 1 hora o 30 minutos de actividad física al día ayuda a tener un buen estado de salud, actitud y aptitud física, en la cual ayudamos a mejorar la composición corporal como lo son las capacidades condicionales en los estudiantes, el cual es una gran ayuda ya que la fuerza es un factor importante para la vida ya que la fuerza es la competencia fundamental, ya que de ella parten las demás capacidades condicionales.

1.3 Justificación

Así, el interés social que despierta este ámbito de estudio ha conducido a la proliferación de investigaciones y publicaciones, de forma que en la actualidad el concepto de estilo de vida se utiliza en mayor medida desde el área de la salud que desde otros ámbitos de estudio Según nuestro autor nos da a conocer que si no cambiamos paulatinamente nuestros hábitos alimenticios podrían estos llegar a afectar a nuestra salud, teniendo fallos a nivel cardiaco que afecten estos directamente a la persona. Entendemos por estilo de vida saludable aquellos hábitos de nuestra vida diaria que nos ayudan a mantenernos más sanos y con menos limitaciones funcionales. Para llevar una vida más sana nos debemos centrar, principalmente, en dos aspectos: nuestra dieta y el ejercicio físico. Los estilos de vida saludable son un estrategia global, que hace parte de una tendencia moderna de salud, básicamente está enmarcada dentro de la prevención de enfermedades y promoción de la salud, tal vez el momento clave o el inicio de esta tendencia fue en el año 2004 y se generó por una declaración de la organización mundial de salud, para mejorar los factores de riesgo como alimentación poco saludable y sedentarismo según lo planteado por el siguiente autor:(Coreil et al., 1992; Donovan, Jessor & Costa, 1991; Elliot, 1993): Algunos investigadores concluyen sus estudios con un análisis simplista de los estilos de vida, estudiando de manera aislada e independiente las variables que conforman los estilos de vida saludables(e.g. hábitos de alimentación, higiene dental, actividad física, consumo de sustancias, sexualidad, etc.).Esta forma de proceder, aunque bien delimitada, no deja de mostrar una realidad excesivamente diseccionada del comportamiento complejo de los individuos y, por tanto, resulta difícil extraer conclusiones acerca de cómo proceder para su modificación o reforzamiento. Dicho de otra manera, aquellos enfoques que se centran únicamente en analizar de 8 Estilos de vida y Promoción de la Salud: material didáctico forma independiente las variables que conforman los estilos de vida saludable.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Fomentar los Hábitos y Estilos de Vida Saludable para el desarrollo integral de los estudiantes del grado Sexto de la Institución Educativa Colegio General Santander Sede Pedro Fortoul.

1.4.2 Objetivos Específicos

*Conocer las condiciones iniciales de los estudiantes del grado 6° de la Institución Educativa Colegio General Santander Sede Pedro Fortoul.

*Planificar las actividades teniendo en cuenta los para metros HEVS para el desarrollo integral de los estudiantes del grado 6° de la Institución Educativa Colegio General Santander Sede Pedro Fortoul.

*Evaluar el Desarrollo Integral de los estudiantes del grado 6° de la Institución Educativa Colegio General Santander Sede Pedro Fortoul.

2. Capítulo II Marco Teórico

2.1 Antecedentes

En esta parte se mencionarán diferentes antecedentes relacionados con el objeto de estudio tratado en este proyecto de investigación nos referiremos a los antecedentes internacionales, nacionales, locales y a nivel institucional; los cuales darán de que hablar al hacerse un análisis y me permitirán como investigadora ubicarme en diferentes perspectivas ampliando el conocimiento sobre el objeto de estudio y así tener una visión general para poder escribir de manera clara y precisa.

Antecedente Internacional

Un trabajo de investigación realizado en México Según, Bryan Suarez, (2009), en el cual se aborda la promoción de estilos de vida saludable, así como la importancia que ha adquirido la prevención en los últimos años, desplazando las enfermedades infecciosas como principales causas de muerte, por las que provienen de estilos de vida y conductas poco saludables. En el artículo también se expone que el promocionar los estilos de vida saludable implica conocer aquellos comportamientos que mejoran la salud de los individuos y que repercuten en su bienestar físico y en su longevidad, como lo son: practicar ejercicio físico, nutrición adecuada, adoptar comportamientos de seguridad, evitar el consumo de drogas, sexo seguro y adherencia terapéutica. Refiere también diferentes programas que se han realizado en varios países para promocionar estilos de vida saludable como por ejemplo concursos que se han hecho por televisión para dejar de fumar, así también como programas orientados básicamente a prevenir la enfermedad cardíaca coronaria.

Además de su clara influencia y utilidad para curar y rehabilitar enfermedades y prevenir muchas de ellas (enfermedades cardiovasculares, metabólicas, osteoarticulares, entre otros). Igualmente, un estilo de vida físicamente activo, conlleva estilos de vida saludables, alejados del consumo de tóxicos (alcohol, tabaco, drogas), de hábitos insanos (malas costumbres nutritivas, no respeto del ciclo sueño-vigilia y del sedentarismo). La inactividad física se ha relacionado con numerosos problemas de salud, desde las enfermedades cardiovasculares, hasta por problemas osteoarticulares, problemas endocrino-metabólicos (diabetes, sobrepeso, obesidad, dislipemias); mientras que la conducta opuesta se ha relacionado con efectos positivos y beneficiosos sobre esas mismas patologías, así como con una mayor longevidad y esperanza de vida. El deporte y la actividad física es una conducta aprendida: el aprendizaje de las habilidades, la motivación y las oportunidades para practicar deporte tienen lugar a través del proceso de socialización. También el autor promueve la

educación para la salud y promoción de la salud, la cual debe ser dada en la escuela (niños y adolescentes), en la comunidad y en los centros de salud.

Antecedente Nacional

En Villavicencio en la institución educativa técnica marco Fidel Suarez a la fecha se han trabajado actividades de recreación y aprovechamiento del tiempo libre; como actividades de deportes, juegos Inter cursos y algunas actividades de carácter cultural, como música, teatro y danzas. En el año 2012 se dio inicio al proyecto de la tuna, el cual se terminó de consolidar en el año 2013, conformando un grupo representativo, que se ha mantenido hasta la fecha.

Además de estas actividades, desde el año 2012 se conformó el grupo H2O, grupo de investigación que son asesorías desarrollando un proyecto encaminado a promover los hábitos saludables en la población estudiantil, a través de campañas sobre consumo de fruta y práctica de actividad física.

Antecedente Local

Según Ortiz, W; Caicedo, S; Ortega, A, en el año 2017, en su estudio de evaluación en hábitos y estilo de vida saludable en personas mayores del municipio de villa del rosario, El proyecto trata de los beneficios para la salud de la actividad física. Estos comprenden la reducción del riesgo de morir por enfermedades cardiovasculares, el control del sobrepeso y la obesidad, disminución de la probabilidad de presentar diabetes mellitus tipo 2 (diabetes del adulto) y osteoporosis (descalcificación de los huesos); además de la reducción del riesgo de padecer de algunos tipos de cáncer (colón, próstata, seno, pulmón y endometrio); así como disminución de la ansiedad, la depresión y reducción del estrés. Guía comunitaria de Actividad Física (2004). En la presente investigación se expone el estudio realizado con una población conformada por un grupo de treinta (10) personas mayores comprendidas entre 60 y 89 años integrantes de la asociación Adulto Mayor García Herreros del municipio Villa del

Rosario, a quienes se le desarrolló el estudio en tres momentos, la fase I, consistió en la aplicabilidad de un cuestionario internacional para la actividad física (IPAQ), por Duperly J. y et., (2011), y la realización de los test de valoración de la condición física de los adultos mayores a través de la batería SENIOR FITNES TEST (FST) diseñada por (Rikli y Jones 2001) , la fase II denominada de intervención desarrollado a través de las sesiones de actividad física dirigida musicalizada, de manera regular, cumpliendo con las recomendaciones de la OMS (2010) por Duperly J. y et., (2011), y la fase III, de evaluación se observan los resultados obtenidos indicando el estilo de vida y la aptitud física de las personas mayores objeto de estudio y su evolución durante el proceso de investigación.

2.2 Marco Conceptual

A continuación, se tratarán conceptos con mayor énfasis, argumentos por diferentes autores que darán soporte en este trabajo de investigación, conceptos en los cuales se tendrán en cuenta diferentes aspectos que hacen que la información no sea conjeturada y de esta manera todo estará claro para que el conocimiento adquirido sea de manera satisfactoria.

Educación Física

Según González, citado por Buñuel (1997), define la Educación Física como la ciencia y elarte de ayudar al individuo en el desarrollo intencional de sus facultades de movimiento y con ellas el del resto de sus facultades personales.

Por su parte, según Cajigal (1968) afirma que la Educación Física, es el proceso o sistema deayudar al individuo en el correcto desarrollo de sus posibilidades personales y de relación social con especial atención a sus capacidades físicas de movimiento y expresión.

Clase de educación física

La clase de educación física tiene gran importancia en el contexto educativo porque a priori beneficiara una población entera debido a su fin principal que esta maneja, la clase de educación física no debe ser mirada con insignificancia ya que el trabajo que en esta se hace es eficaz y significativo a la hora de enseñar y generar un aprendizaje. La clase de educación física es donde se concreta aquello que fue planeado principalmente, como la metodología, los propósitos instructivos-educativos entre otros, previstos en la programación del docente estipulado en el currículo (Lopez,1999). Teniendo en cuenta lo que se parafraseo del autor, la clase de educación física es planeada teniendo en cuenta las necesidades que los estudiantes requieren por lo tanto los resultados en ellos serán consolidados.

Desarrollo Integral

al desarrollo del ser humano ("la persona") de manera integral, que incluya no solamente conocimientos, sino principios éticos, razonamiento crítico, el saber convivir, el participar activa y positivamente en su medio, que fomente y fortalezca la una cultura de derechos, pero también de deberes y compromiso. Aunque la educación por si misma, no puede resolver todos los problemas humanos, puesto que éstos tienen orígenes múltiples y los sistemas educativos como producto humano que son, también son susceptibles a ello, hasta ahora, la educación es la mejor opción que conocemos para transformar una sociedad. Es necesario, en fin, recuperar el sentido eminentemente formativo de la educación, la cual se ha desplazado más bien hacia la instrucción para adquirir conocimientos y poder en el sentido básicamente económico y laboral. La educación puede lograr las transformaciones sociales, precisamente porque ésta puede ser conceptualizada como "el dar sentido a la vida". Una forma de "dar sentido a la vida", es el ser y sentirse útil asimismo y a los demás. Lo anterior, conlleva el tener un proyecto de vida y las oportunidades para desarrollarlo. Por lo tanto,

puede decirse que la "educación es un proceso social", y al ser un proceso social en el cual intervienen varias etapas y diversos actores, la educación tiene también un componente histórico y da oportunidad tanto para conservar las tradiciones, como para plantear y dirigir cambios.

"La educación debe permitir que todos puedan aprovechar la información, recabarla, seleccionarla, ordenarla, manejarla y utilizarla. Por consiguiente, la educación tiene que adaptarse en todo momento a los cambios de la sociedad, sin por ello dejar de transmitir el saber adquirido, los principios y los frutos de la experiencia". Así, se consideran como pilares de la educación, tres acciones o cambios de conducta fundamentales:

1. Aprender a Conocer. Considerando la rapidez de los cambios en los diversos ámbitos del quehacer humano, "es conveniente compaginar una cultura general suficientemente amplia con la posibilidad de estudiar a fondo un número reducido de materias".

2. Aprender a Hacer. Conviene adquirir una competencia que permita hacer frente a numerosas situaciones, algunas irreversibles y que facilite el trabajo en equipo, dimensión muy olvidada en la actualidad. El aprender a hacer, conlleva la posibilidad de evaluarse a si mismo y de enriquecer el acervo de conocimientos al participar en actividades profesionales o sociales en forma paralela a los estudios.

3. Aprender a Ser. El siglo XXI exigirá una mayor autonomía y capacidad de juicio, junto con el fortalecimiento de la responsabilidad personal en la realización del destino colectivo. Para ello se requiere del conocimiento y comprensión de la propia persona y del reconocimiento de sus talentos como pueden ser: raciocinio, imaginación, aptitudes físicas, sentido de la estética, facilidad para comunicar, carisma natura de dirigente, y otras.

Hábitos y Estilos de Vida Saludables

El estilo de vida es un constructo que se ha usado de manera genérica, como equivalente a la forma en que se entiende el modo de vivir "estar en el mundo", expresado en los ámbitos del comportamiento, fundamentalmente en las costumbres, también está moldeado por la vivienda, el urbanismo, la posesión de bienes, la relación con el entorno y las relaciones interpersonales. Según Perea (2004) en su forma más llana el estilo de vida es el modo, forma y manera de vivir. Algunas áreas de la ciencia utilizan el término con un sentido más específico. Por ejemplo, en epidemiología, el estilo de vida, hábito de vida o forma de vida, se entiende como un conjunto de comportamientos que desarrollan las personas, que unas veces son saludables y otras son nocivos para la salud (Perea, 2004).

El habitus no es un simple estilo de vida que se deriva de pertenecer a una clase; implica la totalidad de los actos y pensamientos, pues es la base con la cual se toman determinadas decisiones. La base de todas las acciones es el mismo habitus de clase. Es el pilar que conforma el conjunto de conductas y juicios aprendidos de manera imitativa, aunque pareciese que es lo "natural", como lo llama Bordieu, los gestos, gustos, lenguaje, entre otros. Es por ello que las personas de determinadas clases sociales comparten los mismos gustos que aquellos que se encuentran en su mismo habitus social. En ese mismo orden, Barrios (2007, p.6), señala "los hábitos son costumbres que se adquieren por aprendizaje imitativo en la niñez o por la larga y constante repetición de una misma conducta". Así mismo, Pedraz (2007), sugiere que el estilo de vida se construye a partir de sutiles pero permanentes técnicas de acondicionamiento social, que penetran el cuerpo y crean una retícula de lazos (emocionales, ideológicos, prácticos, entre otros), a través de los que discurre el poder, no como algo que se ejerce sino como algo que circula, estableciendo una relación de sujeción infinitesimal, microfísica, no intencionada, pero en todo caso indeleble entre el individuo y su corporeidad. Una aproximación al estudio del estilo de vida,

como hipótesis de trabajo, probablemente confirmaría que las culturas iberoamericanas, y muy concretamente las de la franja caribeña, son más coloristas, sensuales y comunicativas que las centroeuropeas, en las que predominarían las inclinaciones reflexivas. Otros factores determinantes del predominio de unas u otras formas de expresión del estilo de vida, son la edad y el nivel socioeducativo. El estudio del estilo de vida procede de enfoques de reflexión psicosocial y socioeducativa tradicionales; desde los cuales se piensa la salud. A partir de estos enfoques se analiza la existencia de determinados estilos de vida que propician o inhiben algunas formas de enfermedad. Según estas visiones, los factores sociales, psicológicos y de comportamiento condicionan los modos de vida de los individuos y condicionan sus consecuencias. Por otro lado, el constructo estilo de vida se asocia a las ideas de comportamiento individual y patrones de conducta, aspectos permeables que dependen de los sistemas socioeducativos. Estilo de vida hace referencia a la manera de vivir, a una serie de actividades, rutinas cotidianas o hábitos, como el número de comidas diarias, características de alimentación, horas de sueño, consumo de alcohol, cigarrillo, estimulantes y actividad física entre otras. Al conjunto de estas prácticas se les denomina hábitos o comportamientos sostenidos; de los cuales se distinguen dos categorías: los que mantienen la salud y promueven la longevidad y aquellos que la limitan o resultan dañinos y reducen la esperanza de vida. Estos comportamientos se conocen como factores proyectivos y conductas de riesgo (Jenkins, 2005 p.209-217; Barrios, 2007 p.6-7).

2.3 Bases Legales

En esta parte se mencionarán algunas de las leyes importantes como lo son, artículos, mensajes que tienen una relación directa con el área de educación física teniendo en cuenta la constitución política de Colombia, el documento #15, la ley 181 de 1995; de esta forma todo lo que se ha dicho en este proyecto de investigación será una información fidedigna ya que está sustentada por un marco jurídico que rige el ámbito educativo en Colombia.

Constitución política de Colombia

Artículo 52. El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

Documento número 15

Un propósito fundamental de la política de calidad en la Revolución Educativa es brindar referentes de calidad para que los maestros desarrollen su quehacer pedagógico. Estos referentes tienen el objetivo de guiar el diseño de planes de estudio, el desarrollo del trabajo de aula y el sistema de evaluación en las instituciones educativas, para dar a los estudiantes una formación integral que promueva el desarrollo de las competencias necesarias para tener éxito en el mundo actual y futuro.

En este contexto, el Ministerio de Educación Nacional presenta las Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte, documento que constituye un referente fundamental para la enseñanza de una disciplina, cuyo objeto de estudio es la disposición del cuerpo humano para adoptar posturas y ejercer movimientos que favorecen su crecimiento y mejoran su condición física.

Al promover 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.

El presente documento expone las grandes metas de formación en el área, entre las que se destacan promover la formación personal desde la realidad corporal, aportar al enriquecimiento de la cultura ciudadana para la convivencia y la paz, así como desarrollar una educación ecológica e incluyente. Además, ofrece una aproximación histórica y conceptual a la noción de "competencia" en el campo de la educación y define las competencias específicas del área, la motriz, la expresiva corporal y la axiológica, mostrando cómo éstas facilitan la consolidación de las competencias comunicativas, matemáticas, científicas y ciudadanas. Finalmente, el documento señala una serie de estrategias didácticas para renovar la formación tradicional en el área, junto con los «indicadores y desempeños» que han de ser considerados para diseñar el plan de estudios de cada institución.

Teniendo en cuenta lo descrito anteriormente, estas Orientaciones serán un elemento de apoyo valioso para el quehacer de los docentes del área de Educación Física, Recreación y Deporte, por lo cual los invitamos a su estudio y su apropiación.

Artículo 4. Derecho social. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social, bajo los siguientes principios:

*Universalidad. Todos los habitantes del territorio nacional tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre.

*Participación comunitaria. La comunidad tiene derecho a participar en los procesos de concertación, control y vigilancia de la gestión estatal en la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.

*Participación ciudadana. Es deber de todos los ciudadanos propender la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, de manera individual, familiar y comunitaria.

*Integración funcional. Las entidades públicas o privadas dedicadas al fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, concurrirán de manera armónica y concertada al cumplimiento de sus fines, mediante la integración de funciones, acciones y recursos, en los términos establecidos en la presente ley. Democratización. El Estado garantizará la participación democrática de sus habitantes para organizar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, sin discriminación alguna de raza, credo, condición o sexo.

*Ética deportiva. La práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, preservará la sana competición, pundonor y respeto a las normas y reglamentos de tales actividades.

*Los organismos deportivos y los participantes en las distintas prácticas deportivas deben acoger los regímenes disciplinarios que le sean propios, sin perjuicio de las responsabilidades legales pertinente.

Desde la perspectiva de las bases legales anteriormente plasmadas, se puede evidenciar la relación directa con el área de educación física, por lo que cabe resaltar la gran importancia de esta área en el contexto educativo, de este modo la educación física toma un lugar bastante elevado como medio para formar de manera integral a la persona y también

como contexto de investigación, es necesario destacar el soporte jurídico que este área presenta ya que los beneficiados en el ámbito investigativo son mucho.

***Proyectos de "Hábitos y Estilos de Vida Saludable en Niños, Niñas y Adolescentes.**

El Proyecto "Hábitos y Estilos De Vida Saludable En Niños, Niñas y Adolescentes", se soporta en la Constitución Política de Colombia (Artículos: 11, 13, 15, 16, 22, 44, 45, 48, 49, 52, 64, 79 y 95); La Ley 100 de 1993 Sistema de Seguridad Social; La Ley 115 de 1994 y/o Ley General de Educación, sus decretos y resoluciones reglamentarias; Ley 81 de 1995.

Práctica del deporte; Ley 715 de 2001 Sistema General de Participaciones y la Ley 99 de 1993 denominada Ley del medio ambiente; Ley 1098 de 2006. Infancia y Adolescencia; Ley 1355 de 2009. Obesidad y enfermedad; Decreto 2771 Fomento de la actividad física y la recreación; Resoluciones 4288 de 1996 (PAB), la 3997 de 1996, la 4210 de 1996, entre otras normas.

Con la implementación de la Ley 100 de 1993, la población escolar fue identificada como el núcleo al cual debe dirigirse las acciones de promoción de salud y prevención de la enfermedad a través del Plan de Atención Básico (PAB) y el Plan Obligatorio de Salud (POS).

En 1997, Colombia adopta la Iniciativa Regional de Escuelas Promotoras de la Salud promovida por la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS), elabora en 1999 el primer documento de política "Escuela Saludable: La alegría de vivir en paz", como lineamientos preliminares para la formulación de la política de Escuela Saludable. El artículo 52 de la Constitución Política de Colombia, establece que "el ejercicio del deporte sus manifestaciones recreativas,

competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas además de preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano".

La Ley del Deporte, Ley 181 de 1995, artículo 2 señala como objetivo especial, la creación del Sistema Nacional del Deporte, la recreación el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.

Lo anteriormente mencionado busca respaldar este proyecto en el marco legal siendo un proyecto sujeto a las leyes mencionadas por algún gobierno y organización mundial, que desde este ámbito funcione en aporte al mejoramiento de hábitos y estilos de vida saludables, los cuales son importantes basarlos en una serie de menciones y reglamentos que nos permitan llevar a cabo la orientación de este proyecto.

2.4 Formulación de Variables

Objetivo	Dimensiones	Indicios	Ítems
Conocer las condiciones del desarrollo integral de los estudiantes en su parte inicial y luego de la intervención.	Trabajar el desarrollo integral de los estudiantes	Manejo del cuerpo, control de acciones, expresión de emociones, cuidado de si mismo, cuidado al medio ambiente, aspectos sociales, psicológicos.	Encuesta sobre HEVS. Test de Sentadillas, Test de Abdominales, Test de flexiones de brazo.

3. Marco Metodológico

3.1 Paradigma

El enfoqué mixto puede ser comprendido como "un proceso que recolecta, analiza y vierte datos cuantitativos y cualitativos, en un mismo estudio" (Tashkkori y Teddlie, 2003, citado en Barrentes, 2014, p.100).

Durante mucho tiempo, se consideró que los enfoques cuantitativo y cualitativo eran completamente contrarios y que, por ende, no podían utilizarse de forma conjunta; sin embargo, tal como Uwe Flick (2012) explica "(…) la combinación de ambas estrategias ha cristalizado como una perspectiva que se analiza y practica de varias formas." (p.277).

Actualmente, se puede observar una posición más ecléctica por parte de algunos expertos, y esta tendencia se puede encontrar en algunos estudios en donde se busca dar, tanto una explicación de los hechos (enfoque cuantitativo) como una comprensión de estos (enfoque cualitativo). Lo que puede contribuir a anular los posibles sesgos de la investigación y fortalecer el proceso investigativo (Barrantes, 2014, p. 98).

Es importante mencionar que, en una investigación con enfoque mixto, tanto el enfoque cuantitativo como el cualitativo son importantes y valiosos, ninguno prevalece respecto al otro; al contrario, se trabajan de forma conjunta, lo cual permite comprender la realidad que se estudia de una manera más integral.

3.2 Tipo de Investigación

Los diseños cuasiexperimentales, principales instrumentos de trabajo dentro del ámbito aplicado, son esquemas de investigación no aleatorios. Dado la no aleatorización, no es posible establecer de forma exacta la equivalencia inicial de los grupos, como ocurre en los diseños experimentales. Cook y Campbell (1986) consideran los cuasiexperimentos como una alternativa a los experimentos de asignación aleatoria, en aquellas situaciones sociales

donde se carece de pleno control experimental: Los cuasiexperimentos son como experimentos de asignación aleatoria en todos los aspectos, excepto en que no se puede presumir que los diversos grupos de tratamiento sean inicialmente equivalentes dentro de los límites del error muestral (p. 142). Tal como afirma Campbell (1988), "podemos distinguir los cuasiexperimentos de los experimentos verdaderos por la ausencia de asignación aleatoria de las unidades a los tratamientos" (p. 191).

Una definición que incluye las características más relevantes de la metodología cuasi-experimental es la ofrecida por Pedhazur y Schmelkin (1991):

¿Qué es un cuasiexperimento? Es una investigación que posee todos los elementos de un experimento, excepto que los sujetos no se asignan aleatoriamente a los grupos. En ausencia de aleatorización, el investigador se enfrenta con la tarea de identificar y separa los efectos de los tratamientos del resto de factores que afectan a la variable dependiente (p.227).

3.3 Población y Muestra

Población

Palella y Martins (2008), definen la muestra como: ‘’una parte o el subconjunto de la población dentro de la cual deben poseer características reproducen de la manera más exacta posible’’.

La población posible serán los estudiantes que compongan los grados de la básica secundaria que son de 6° a 7° incluyendo la media técnica del colegio que son 271 estudiantes.

Muestra

Paella y Martins (2008), que la población es: ‘’ un conjunto de unidades de las que desea obtener información sobre las que se va a generar conclusiones’’.

La muestra hace referencia a una porción o parte de la población quienes suministran datos precisos en el desarrollo de una investigación. Autores como Hernández, Fernández y baptista (2010), enfatizan que para ‘’el proceso cuantitativo, la muestra es un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectan los datos y que tiene que diferirse y delimitarse de antemano con precisión’’ (p.173).

La muestra seleccionada serán los estudiantes que conformen el grado 603 que son 42 de la Institución Educativa Colegio General Santander Sede Pedro Fortoul.

3.4 Técnicas e Instrumentos de recolección de la información

Hernández, Fernández y Baptista (2010), mencionan que, “recolectar los datos implica elaborar un plan detallado de procedimientos que nos conduzcan a reunir datos con un propósito específico” (p.189). Así mismo, la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2016), considera que las técnicas de recolección de datos “son los medios auxiliares de la metodología (normas, procedimientos, instrumentos), que se utilizan para realizar una actividad y son particulares al tipo y objetivo de investigación” (p.118); en este caso entonces, se emplearon técnicas pertinentes que condujeron a obtener una información confiable, objetiva y sin vacilaciones en relación a las variables de comportamiento, aptitudinales, actitudinales, físicas.

Los medios aplicados para la recolección y la valoración de las características para esta investigación una encuesta que realizo Mercedes Fuentes sobre los hábitos y estilos de vida saludables, también se realizó una batería de cuantas repeticiones podría hacer en 1 minuto de flexiones, sentadillas y abdominales.

4. Capitulo III Resultados

4.1 Aplicación

Para la aplicación de esta propuesta se realizó una valoración de inicio como diagnóstico, que fue el pre-test, luego de acuerdo a esto se planificaron, ejecutaron y valoraron las clases, se planificaron de acuerdo a la necesidad encontrada, el cual los planeadores se ejecutaron en 8 semanas en los cuales, luego de finalizar se realizó la misma valoración para poder evaluar y encontrar cambios significativos en los estudiantes teniendo en cuenta la importancia de la actividad física y los hábitos de estilos de vida saludable.

Se aplico esta encuesta.

Cuestionario Actividad Física y hábitos saludables en los jóvenes

Por favor contesta las preguntas completamente.

La finalidad de esta encuesta es saber un poco más sobre tus hábitos saludables y el tiempo que inviertes en actividades físicas. De esta manera de darás cuenta que hábitos debes cambiar para mantenerte saludable.

:

Edad: _____

Grado: _____

Nombre de la institución educativa a la que asistes: _____

1. Sexo
   - Femenino
   - Masculino
2. Consideras que tu ESTADO DE SALUD en general es:
   - Excelente
   - Muy bueno
   - Bueno
   - Regular
   - Malo
3. Consideras que tu CALIDAD DE VIDA en general es;

- Excelente
- Muy buena
- Buena
- Regular
- Mala.

4. Las horas que duermes_____, ¿te permiten descansar lo suficiente?:
   - Si
   - No
5. ¿Te han diagnosticado alguna enfermedad crónica o padeces alguna discapacidad?:
   - Si
   - No

6. Si tu respuesta es sí, ¿Que enfermedades crónicas padeces?
   - Diabetes
   - Problemas cardiovasculares
   - Asma
   - Dolor muscular
   - Colesterol
   - Estrés
   - insomnio
   - Otra enfermedad:_____(especificar)
7. ¿Haces ejercicio físico?:
   - Si
   - No
8. ¿Con qué frecuencia prácticas ejercicio físico a la semana?:
   - Nunca
   - Una vez a la semana
   - Dos veces
   - Tres veces
   - De 4 a 5 veces
   - Todos los días

12. ¿Qué tipo de actividades físicas sueles practicar?:

- Fútbol
- Baloncesto,
- Balonmano
- Aerobic
- Danza o baile
- andar o salir a pasear;
- gimnasia
- pesas
- musculación;
- atletismo,
- ciclismo, natación;
- tenis

- Que haceres en el hogar
- Otras actividades (por favor especifica)
- Ninguno

13. En caso de no realizar ejercicio físico ¿por qué no lo realizas?

- Por falta de tiempo
- Por falta de voluntad
- Por motivos económicos
- Porque los horarios de clase o trabajo no me lo permiten
- Por mis problemas de salud

14. Sabes que es sedentarismo

- Si
- No

Ilustración 15

Aplicación de la prueba



Nota: Fotografía de creacion propia.

4.2 Análisis e Interpretación de Resultados

Para el pre-test obtuvimos estos resultados.

Tabla 17

Pre-test

SEXO	MUJER	HOMBRE			
42	16	26			
	38%	62%			
Pregunta #1	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Malo
42	10	5	3	10	14
%	24	12	7	24	33
Pregunta #2	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Malo
42	7	5	0	13	17
%	17	12	0	31	40
Pregunta #3	PROMEDIO	SI	NO		
42	6.5 HORAS	20	22		
	%	48	52		
Pregunta #4 y 5	3 diabetes tipo 1				
	2 con asma				
discapacidad	inmovilidad en tren inferior				
Pregunta #6	SI	NO			
42	10	32			
%	24	76			
Pregunta #7	Nunca	Una vez	Dos veces	Tres veces	De 4 a 5 veces	Todos los dias
42	3	29	0	0	10	0
%	7	69	0	0	24	0
Pregunta #8	Futbol	Ninguno				
	10	32				
Pregunta #9	Falta de tiempo	Falta de voluntad	Motivos económicos	Horarios de clase o trabajo	Problemas de salud	
32	0	27	0	0	5	
%	0	84	0	0	16	
Pregunta #10	SI	NO				
42	2	40				
%	5	95				

Nota: Tabla de Creacion Propia.

Gracias a esta valoración previa al inicio del trabajo, pudimos observar que la necesidad encontrada, y la planificación del trabajo, es lo que se refleja en la tabla ya que los

estudiantes no tienen un conocimiento de la importancia de la actividad física, de jugar o de entrenar los cuales puede repercutir en su vida y su salud, los cuales se busca generar un cambio como medio de los hábitos y estilos de vida saludables.

Luego evaluamos con las mismas pruebas en el pos-test encontramos cambios significativos en los estudiantes mediante la encuesta el cual fue una de las pruebas que se utilizaron y el que nos deja una mejoría significativa.

Tabla 18

Post-test

SEXO	MUJER	HOMBRE			
42	16	26			
	38%	62%			
Pregunta #1	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Malo
42	10	5	6	15	6
	24	12	14	36	14
Pregunta #2	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Malo
42	7	5	5	15	10
	17	12	12	36	24
Pregunta #3	PROMEDIO	SI	NO		
42	7 HORAS	26	16		
		62	38		
Pregunta #4	3 diabetes tipo 1				
	2 con asma				
discapacidad	inmovilidad en tren inferior				
Pregunta #6	SI	NO			
42	20	22			
	48	52			
Pregunta #7	Nunca	Una vez	Dos veces	Tres veces	De 4 a 5 veces	Todos los días
42	3	10	7	12	10	0
	7	24	17	29	24	0
Pregunta #8	Futbol	Ninguno	Andar o salir a pasear			
	10	12	20			
Pregunta #9	Falta de tiempo	Falta de voluntad	Motivos económicos	Horarios de clase o trabajo	Problemas de salud	
12	0	7	0	0	5	

	0	58	0	0	42

Pregunta #10	SI	NO
42	39	3
	93	7

Nota: tabla de creacion propia.

SENTADILLAS	PRE-TEST	POST-TEST
PROMEDIO	20.67	41.57
DESVEST	6.43	5.68

FLEXIONES DE BRAZO	PRE-TEST	POST-TEST
PROMEDIO	14.83	24.95
DESVEST	3.64	9.89

ABDOMINALES	PRE-TEST	POST-TEST
PROMEDIO	25.21	40.19
DESVEST	9.29	6.10

4.3 Discusión

Teniendo en cuenta los autores encontrados que nos hablan sobre los estilos de vida saludable, y la importancia de la actividad física, los cuales podemos encontrar que la actividad física es un factor muy importante para la salud los cuales también podemos encontrar que en los factores de la actividad física, la clase de educación física y en el documento #15 los cuales los factores de cuidado de si mismo y el cuidado del cuerpo, va con la actividad física y los hábitos y estilos de vida saludables ya que la salud es un factor muy clave ya que nos encontramos muchos estudiantes con problemas de salud, diabetes, asma, y algunas personas sedentarias, en su estilo de vida lo que se busca con este proyecto es generar el impacto de que las personas cambien su vida, cambien su forma de vivir el día a día, y se

logro generar ese cambio significativo para los estudiantes del grado 603 del colegio predo Fortoul.

4.4 Conclusiones

Teniendo en cuenta los objetivos planteado que es fomentar y fortalecer el desarrollo integral mediante los HEVS, los cuales se planificaron se ejecutaron y se evaluaron los procesos pudimos encontrar que los estudiantes del grado 603 del Colegio General Santander Sede Pedro Fortoul se generó un cambio significativo en mejoría en el estilo de vida y en la salud de los estudiantes, los cuales mediante las pruebas y las encuestas donde pudimos observar que el estilo de vida de los estudiantes mejoraron, ya hacen actividad física, su condición física, mejoro de acuerdo a los resultados encontrado y se generó la conciencia de la actividad física en los estudiantes

5. Referencias Bibliográficas

*Barrantes, R. (2014). Investigación, Un camino al conocimiento, Un Enfoque Cualitativo, Cuantitativo y Mixto. San José, Costa Rica, Editorial EUNED.

* Cárdenas, H. (2006). El desarrollo humano integral, la teoría de sistemas y el concepto de competencias en el ámbito académico universitario. Revista Méxicana de Ciencia Farmacéuticas, Vol. 37(3), pp. 40-55.

*Galantón, M; **UNA APROXIMACIÓN A LOS PARADIGMAS DE EVALUACIÓN CUANTITATIVA VS EVALUACIÓN CUALITATIVA,** 2013, Vol IV, Número 3, Revista Didasc@lia: D&E, ISSN 2224-2643, pagina 109-122.

*Gobierno Nacional, ley 1098 de 2006, Código de la Infancia y la Adolescencia, REPUBLICA DE COLOMBIA 8 de noviembre del 2006.

*Jenkins, David. (2005). Mejoremos la salud a todas las edades. Un manual para el cambio de comportamiento. Organización Panamericana de la Salud. Washington, D.C

*Limón Mendizábal, Rosario. (2004), en Perea Quesada, Rogelia. (Copm.). Factores que determinan el nivel de salud-enfermedad en el mundo actual, en Educación para la salud, reto de nuestro tiempo. Editorial Díaz de Santos. Madrid, 2004.

*Ortiz. S., W., Caicedo. P., . S. A., & Ortega. P., A. J. (2021). ESTUDIO DE EVALUACIÓN EN HÁBITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN PERSONAS MAYORES DEL MUNICIPIO DE VILLA DEL ROSARIO. ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO HUMANO, 8(1), 1–8. Recuperado a partir de https://ojs.unipamplona.edu.co/index.php/afdh/article/view/678

*Ramos, F. (1997). La recreación: Una herramienta didáctica para enseñanza. Trabajó de ascenso presentado como requisito para optar al cargo de Profesor Titular. Universidad Pedagógica Libertador. Instituto Pedagógico de Caracas

*Roser, B., (2012). Diseños Cuasiexperimentales y longitudinales. DIPÓSIT DIGITAL. http://hdl.handle.net/2445/30783

* Sánchez, J. C. (2016). *Fortalecimiento de las capacidades condicionales en los estudiantes del grado noveno dos en la Institución Educativa Técnica Jacinto Vega Santa María (Boyacá).*. Recuperado de: http://hdl.handle.net/20.500.12209/2953.