



Aprovechamiento del tiempo libre, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

1. IDENTIFICACIÓN

TIPO DE PROYECTO:	Transversal (Obligatorio)	VIGENCIA	2025
ÁREAS RELACIONADAS:	Educación Física.		
RESPONSABLES Y/ O INTEGRANTES:	Diego Luis Guerra Mazo Johnny Arley Zapata Vélez Styven Serna Flórez Jorge Gomez Rios Líder SOYED: Brahyán Andrés Estrada Ocampo (11.01)		
NOMBRE	Aprovechamiento del tiempo libre para la formación integral en el CASD José María Espinosa Prieto		

2. SITUACIÓN PROBLEMATIZADORA

¿Cómo influyen las actividades de tiempo libre en la formación integral de la comunidad educativa de la institución CASD José María Espinosa Prieto?

3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

La Institución Educativa CASD José María Espinosa Prieto ofrece a su comunidad el proyecto “Aprovechamiento del tiempo libre, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo” como una posibilidad de esparcimiento dentro de la jornada educativa y en horas extracurriculares. Además, brinda actividades de integración con otras Instituciones tales como encuentros deportivos, artísticos y culturales, satisfaciendo necesidades e intereses motrices, adquisición de hábitos sanos, y el desarrollo de potencialidades en todas sus dimensiones: sociales, culturales, artísticas, corporales, recreativas y afectivas. Igualmente, motivando la búsqueda de un mejoramiento en su



calidad de vida (proyecto de vida) y en su convivencia, poniendo en práctica la filosofía institucional **“Construyendo ciudadanos integrales”** a través del respeto, la disciplina, la tolerancia, el sentido de pertenencia, la honestidad, la veracidad, el trabajo en equipo, la aceptación del triunfo y del fracaso, todo esto en beneficio de toda la comunidad educativa.

4. OBJETIVO GENERAL

Optimizar el aprovechamiento del tiempo libre de los educandos y docentes mediante el descubrimiento de sus talentos dentro de las habilidades motrices, con el propósito de cambiar las condiciones de su entorno y mejorar su calidad de vida desde la formación en educación física, recreación y deporte ofrecida en la institución educativa CASD José María Espinosa Prieto.

5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Desarrollar torneos deportivos para generar una cultura de la práctica del deporte en la comunidad educativa.
- Fortalecer el desempeño deportivo de los diferentes seleccionados en los juegos Indercolegiados.
- Promover la actividad física y las actividades recreativas como estrategia de estilo de vida en la comunidad educativa.
- Mejorar la disciplina institucional, a través del acatamiento de las normas y reglamentos de los diferentes torneos y juegos, fomentando la formación en arbitraje de los estudiantes.
- Fomentar la sensibilidad a través del reconocimiento multicultural.

6. MARCO TEÓRICO. (Incluye normatividad)



- Constitución política de Colombia de 1991, en su artículo 16. “todas las personas tienen derecho al desarrollo de su personalidad sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico.
- Ley 181 de enero 18 de 1995 “ley del deporte”
- Educación física:(Artículo 10) “Entiéndase por la educación física la disciplina científica cuyo objetivo de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos con sujeción a lo dispuesto en la ley 115 de 1994”
- La recreación:(Artículo 5) “es un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivienda de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento”
- Deporte formativo:(Artículo 16) “es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación fundamentación y perfeccionamiento deportivo. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes”
- El aprovechamiento del tiempo libre:(Artículo 5) “es el constructivo que el ser humano hace de él en beneficio de su enriquecimiento personal y el disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como función básica el descanso, la diversión el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psico-biológica.
- Ley de Infancia y adolescencia (Ley 1098 de 2006). El Estado, la sociedad y la familia como entes interdisciplinarios comprometidos en la formación del adolescente.



- Dando cumplimiento a la ley 1170/07 se crea la necesidad de generar un proyecto que favorezca el desarrollo de técnicas de expresión, orientadas a enriquecer y complementar la formación artística y humana a través de la práctica pedagógica de lo artístico y estético de la cual surge un clima de confianza que proyecta al ser humano integrándolo a la familia, a la educación y a la sociedad.

LINEAMIENTOS.

La educación física en más de un siglo de presencia en la escuela y la sociedad colombiana, ha construido imaginarios prácticos, conceptos, organizaciones, modelos de enseñanza y aprendizaje que hoy se transforman en un contexto de globalización, diversidad, desarrollo tecnológico y tradición; diversidad del conocimiento y de nuevas sensibilidades; búsqueda de libertad individual y cultural democrática que influyen la perspectiva curricular hacia la atención de nuevas competencias humanas y apertura a una nueva visión del ser humano y de nación. La formación del ser humano no queda en manos exclusivas de la familia y la escuela bajo preceptos culturales prefigurados, si no que irrumpen nuevos fenómenos comunicativos, meros lenguajes que se superponen a las pautas de desarrollo tradicional y hacen más complejos y diversos los aprendizajes y los sistemas de enseñanza, en esta formación también está presente el Estado, como actor principal. (familia, sociedad y Estado) Ley 1098 de 2006

Denominamos Educación Física, a las mediaciones pedagógicas que tiene lugar en un determinado contexto histórico – social y que pretende la formación de las diferentes dimensiones humanas mediante la adquisición de normas, valores, actitudes y un cúmulo de conocimientos, desempeños y aptitudes intelectivas sobre los aspectos relacionados con el campo del ejercicio físico y sus manifestaciones.

Se llama tiempo libre al que se dedica a actividades que no son ni trabajo, ni tareas domésticas o académicas. Es diferente al tiempo dedicado a actividades obligatorias como son comer, dormir, hacer tareas entre otras.

El ocio es tomado por Hegel como una actividad realizada para descansar del trabajo. Debe



ser acciones libremente elegidas, que generen placer y satisfagan necesidades. La distinción entre las actividades del ocio y las obligatorias no es estricta y depende de cada persona, así estudiar, cocinar o hacer música puede ser ocio para unos y trabajo para otros, pues estas últimas pueden hacerse por placer, además de por su utilidad a largo plazo. Al ocio se le puede emplear en actividades motivadoras y productivas.

Desarrollo de la habilidad para cambiar la direccionalidad cuando aún se está en proceso. El aprendizaje de las artes enseña que una meta o fin pueden cambiar en el proceso, los fines a veces se desprenden del proceso y éste a veces se deriva del fin. Este tipo de interacción se simplifica mucho en la escuela, en donde casi siempre el fin o la meta son invariables. La vida real muestra lo artificial de este proceso aprendido (¿o no aprendido?) en la escuela. El esculpir una piedra en búsqueda de una figura hermosa, puede darnos como resultado un hermoso corcel, o lo que es más común, tallar una madera para elaborar un santo y obtener finalmente el más hermoso de los molinillos.

Habilidad para percibir y enfocar el mundo desde un punto de vista ético y estético. Ver el mundo real de la ingeniería desde un punto de vista del diseño nos lo releva como algo más fresco. Permite que la valoración estética de la naturaleza evite destrozar o malograr su paisaje, que sea imprescindible el susurro de una paloma para que conservando nuestra capacidad de asombro no necesitemos el sórdido estruendo de una bala que matando el ave aniquile del hombre sus sueños de grandeza.

CONCEPTUALIZACION

- Este marco educativo permite elaborar un concepto de educación física como parte práctica social, como disciplina del conocimiento, como disciplina pedagógica y como derecho del ser humano que la fundamenta como un proceso de formación permanente, personal, cultural y social a través de las actividades físicas, recreativas y deportivas para contribuir al desarrollo del ser humano en la multiplicidad de sus dimensiones.



- Como practica social y cultural, es inherente a la naturaleza humana para la supervivencia, adaptación, desenvolvimiento y transformación de las condiciones de vida en una interacción inseparable con el medio, a través del movimiento corporal y sus múltiples manifestaciones. En esa interacción se producen prácticas, técnicas y usos del cuerpo, formas de vida, convivencia y organización social, determinadas por las características de cada cultura
- Como disciplina del conocimiento, es objeto de reflexión, sistematización, e investigación desde diferentes enfoques orientados a su explicación, comprensión, experimentación y formas de aplicación en función del ser humano. Desde esta perspectiva orienta la acción educativa y las relaciones con las demás disciplinas y las necesidades del contexto.
- Como disciplina pedagógica asume una tarea de formación personal y social de tal naturaleza que el que el alcance sus logros es caracterizado por la visión desde la cual se establezcan relaciones e interrelaciones en distintos campos del desenvolvimiento del ser humano, sus formas de movimiento y su expresión; las significaciones de su acción y su sentido
- Como derecho está incluido en la Carta constitucional y la legislación que permite desarrollarla como un servicio público, para satisfacer necesidades fundamentales de calidad de vida, bienestar y requerimientos sociales para la competencia.
- Desde esta perspectiva la concepción curricular busca responder al para que de la educación física según unos propósitos contenidos en los fines y objetivos de la educación y la constitución Política Colombiana, analizar los referentes socioculturales en que está inscrita, conocer el tipo de estudiantes que pretende formar, afrontar el reto de definir qué tipos de procesos desarrolla la educación física, cuales son las competencias que fundamentan en el estudiante qué prácticas culturales y conocimientos enseña, como investiga, diseña, organiza los planes y programas, como realiza la evaluación y cuáles son las exigencias que hacen al educador.



Propósitos de la Educación Física: “lineamientos curriculares Educación Física Recreación y Deportes”

- Aportar a los actores del proceso educativo, en el contexto de sus intereses, necesidades de salud, derechos, deberes y responsabilidades individuales y sociales, a través del conocimiento, valoración, expresión y desarrollo de la dimensión corporal, la dimensión lúdica y la enseñanza de la diversidad de prácticas culturales de la educación física
- Contribuir al desarrollo de procesos formativos del ser humano, la organización de tiempo y espacio, la interacción, social, la construcción de técnicas de movimiento y del cultivo y expresión del cuerpo, las experiencias lúdicas y recreativas.
- Orientar una Educación Física que reconozca su desarrollo histórico y responda a las exigencias de la educación, la cultura y la sociedad, en las condiciones actuales.
- Generar prácticas sociales de la cultura física como el deporte, el uso creativo del tiempo libre, la recreación, el uso del espacio público, la lúdica, la salud, la estética y el medio ambiente interrelacionados con diferentes áreas del conocimiento que respondan a la diversidad de un marco de unidad nacional
- Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones y prácticas de la educación física, la dinámica de cambio de la escuela y la construcción de los proyectos educativos institucionales.
- Impulsar una nueva dinámica pertinente a los procesos formativos; que sea investigativa, participativa y generadora de proyectos creativos.
- Orientar el establecimiento de las condiciones educativas que permite los cambios requeridos en los ambientes de participación y organización de materiales, espacios físicos, tiempos y equipos adecuados y necesarios para el mejoramiento cualitativo de la educación física
- Orientar para que se asuma la investigación como aptitud proceso cotidiano y permanentes del trabajo curricular, como estrategia pedagógica para que el área responda a las necesidades actuales del desarrollo pleno de la personalidad



- Promover la cualificación de los derechos como gestores y constructores de cambios educativos, impulsar la adquisición de nuevas competencias disciplinarias, éticas, políticas, estéticas, pedagógicas y consolidar las comunidades académicas del área.

7. METODOLOGÍA

Etapas de Sensibilización

Se hará la promoción de cada actividad a través de información a toda la institución, luego por medio de los representantes de grupo con el diligenciamiento y entrega de las planillas a los responsables de cada una de las actividades.

Planeación

Se realizarán reuniones en el tiempo académico programado por el equipo de tiempo libre y autorizado por las directivas de la institución, donde se definan los parámetros a tener en cuenta para la ejecución del proyecto.

Ejecución

El consejo académico autorizará el inicio de dichas actividades, con el ánimo de que todos los docentes, aun aquellos que no estén involucrados directamente en el proyecto, puedan participar y colaborar en el buen desarrollo del mismo.

Evaluación y Seguimiento

Se hará una evaluación continua y permanente para hacer retroalimentación y corrección de algunas actividades que no hayan tenido el desarrollo esperado, o que amerite una corrección o cancelación.

8. RECURSOS



Recursos Humanos:

Personal administrativo, personal docente, estudiantes de la institución CASD, personal capacitado de otras instituciones: “INDER”, Ligas, clubes.

Recursos didácticos: Los materiales requeridos serán tomados desde el presupuesto del área de educación física, más los siguientes adicionales:

- 3 Juegos de Uniformes de 20 uniformes c/u (Camiseta, Pantalóneta y Medias)
- 10 balones de fútbol sala 60-62
- 10 balones fútbol de salón (banquitas)
- Kit de Pickleball (4 raquetas, 1 malla y 2 pelotas)
- 8 platillos de ultimate
- 98 medallas y 20 placas de reconocimiento
- 12 transporte de ida y regreso a los escenarios deportivos o salidas a Indercolegiados y actividades recreodeportivas.

Recursos físicos Institucionales:

Canchas recreativas, auditorio, aulas y biblioteca.

Recursos Financieros:

Transporte, refrigerio para invitados y pago de algunas presentaciones, compra de implementos deportivos y artísticos.



9. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	RESPONSABLE	RECURSOS	FECHA
1. Participación de equipos deportivos seleccionados en los Juegos INDERcolegiados, organizados por Coldeportes e INDER.	Dar a conocer a la comunidad educativa y otras entidades el talento deportivo de nuestros educandos y docentes.	Johnny Arley Zapata Vélez Styven Serna Florez Diego Luis Guerra	Transporte (14) Uniformes Hidratación Póliza Permisos acudientes	Primer Semestre Reunión Informativa en el mes de marzo con INDER Medellín.
OBSERVACIONES	Inscripciones desde el 20 de febrero hasta el 14 de marzo (aprox). La I. E. participará en Baloncesto, Fútbol sala y voleibol Deportes Individuales (participación de alumnos destacados).			



2. Torneo interno interclases de tenis de mesa, ajedrez, fútbol sala (masculino), baloncesto (mixto), voleibol (mixto), atletismo, pickleball, kickball y juegos múltiples (con apoyo delINDER)	Desarrollar torneos deportivos para generar una cultura de la práctica del deporte en la comunidad de la institución educativa CASD	Johnny Arley Zapata Vélez Styven Serna Florez Diego Luis Guerra Jorge Gómez Ríos	• Premiación (medallas salida pedagógica para los más destacados) • Hidratación • Balones • Petos • Pitos • Postes y malla de Voleibol y pickleball. • Pintura de trafico para demarcar las canchas. • Alfabetizadores para juzgamiento	Reunión informativa inicial 14 de febrero con posibles capitanes e inicio de primeros torneos (tenis de mesa y ajedrez) 24 febrero. Siguientes reuniones por deporte 10 días antes de iniciar la competencia.
OBSERVACIONES	-Convocatoria Febrero: Ajedrez y tenis de mesa Marzo: voleibol y basquet Mayo: futbol sala -Entrega de planillas hasta la reunión informativa de cada deporte o juego (10 días antes) -Reunión delegados de los equipos 14 de febrero (reglamentación) para ajetreada y tenis de mesa -Gran desfile inaugural por la institución Primer Viernes 4 de Marzo. Tematica: Regiones geograficas Colombianas (por deportes o muestras artisticas).			



3. Préstamo de implementos deportivos en los descansos (Ajedrez, Juegos de Mesa, Balonería)	Prestar implementación deportiva a estudiantes en descansos pedagógicos con la intención de aprovechar el tiempo libre con actividades lúdico-deportivas y recreativas.	Johnny Arley Zapata Vélez Styven Serna Florez Diego Luis Guerra		Primer semestre y segundo semestre. Desde primera semana de febrero.
OBSERVACIONES	Planilla de préstamo Alfabetizadores Dos balones de baloncesto para cancha 1 Organizar cronograma de días para préstamo de balones en la cancha 2, lunes, miércoles y viernes (fútbol de salón) y martes y jueves (voleibol)			
SEGUNDO SEMESTRE				
ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	RESPONSABLE	RECURSOS	FECHA
4. Festivales INDERESCOLARES	Participar en los torneos realizados por el ente deportivo INDER Medellín	Johnny Arley Zapata Vélez Styven Serna Flórez Diego Luis Guerra	Transporte	Segundo semestre
OBSERVACIONES				



5. Día internacional de la juventud	Incentivar el trabajo en equipo y la práctica de actividad física de con un sentido de identidad desde la juventud	Johnny Arley Zapata Vélez Styven Serna Flórez Diego Luis Guerra	Implementación recreativa Apoyo del INDER	22 de julio
6. Festival Juegos Múltiples	Incentivar el trabajo en equipo y la práctica de actividad física con sentido lúdico.	Johnny Arley Zapata Vélez Styven Serna Flórez Diego Luis Guerra	Implementación recreativa Apoyo del INDER	19 de septiembre
7. Salida lúdico pedagógica docentes, administrativos y personal de apoyo.	Promover la salud física y mental de los docentes, administrativos y personal de apoyo de la institución.	Johnny Arley Zapata Vélez Styven Serna Flórez Diego Luis Guerra Jorge Gómez Ríos		Finalizando el calendario
OBSERVACIONES	Los estamentos encargados como el INDER, realizan convocatoria.			

CRONOGRAMA DEL PROYECTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y TIEMPO LIBRE

ENCARGADO	ACTIVIDAD	MES
STYVEN SERNA FLOREZ	Interclases de tenis de mesa y ajedrez	febrero y marzo
DIEGO GUERRA MAZO	Interclases de voleibol y baloncesto	marzo y abril
JORGE GOMEZ RIOS	Práctica de predeportivos de voley	abril
JOHNNY ZAPATA	Interclases de fútbol	mayo-junio



DIEGO GUERRA MAZO	Interclases de Pickleball	junio y julio
DOCENTES ED. FÍSICA	Día internacional de la juventud.	julio 21
STYVEN SERNA FLOREZ	Interclases atletismo	agosto
DOCENTES ED. FISICA	Jornada Lúdico recreativa (CONTRANAL)	agosto (tentativo)
JOHNNY ZAPATA O REEMPLAZO POR INCAPACIDAD	Interclases Kickball	septiembre
DOCENTES EDUCACIÓN FÍSICA E INDER	Juegos múltiples	octubre (tentativo depende de la disponibilidad del INDER)
DOCENTES EDUCACIÓN FÍSICA	Presentación de danzas folclóricas	noviembre
DOCENTES EDUCACIÓN FÍSICA	Salida lúdico pedagógica docentes, administrativos y personal administrativo	Segundo semestre

SEGUIMIENTO

RESPONSABLE: Johnny Arley Zapata Vélez, Styven Serna Flórez, Diego Luis Guerra y Jorge Gómez Ríos

Fecha	ACTIVIDAD- COMENTARIO
21 al 25 abril	Predeportivos de voleibol escuela CONTRANAL. Como estrategia para el mejoramiento de la convivencia.
21 mayo	Finalización del torneo de Tenis de mesa. Campeón Miguel Roldan grado 10°-1
27 mayo	Festival predeportivo de Palotroque. Se realizó con diversos grupos durante la jornada escolar de manera exitosa.
Pendiente	Interclases de futbol sala y voleibol. Pendientes de realizar por falta de implementos deportivos.



EVALUACIÓN (CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS)

FECHA:

PARTICIPANTES:

LOGROS ALCANZADOS:

ASPECTOS POR RESALTAR – FORTALEZAS:

ASPECTOS POR MEJORAR- DEBILIDADES:

RECOMENDACIONES:

9.

BIBLIOGRAFÍA.

⇒ Revista U de A. Educación física



- ⇒ MUNER Kurt. 1000 ejercicios y juegos de atletismo. Editorial hispano Europea Barcelona 1992.
- ⇒ GLOVER Bob, CVHEPHERD, lac. Correr para vivir mejor. Círculo de lectores 1980.
- ⇒ Conocimientos técnicos básicos y pedagógicos 1981
- ⇒ Reglas de juego. Enciclopedia ilustrada del Deporte ed. Voluntad
- ⇒ GARDNER, Howard. “Estructuras de la mente (teoría de las inteligencias múltiples)”. Mexico 1994.
- ⇒ CASTAÑEDA, Molina Luis Alfredo. “El juego: una estrategia pedagógica”. Medellín 1995.
- ⇒ Cuaderno de trabajo “Cultura deportiva” Colombia 1998
- ⇒ MEINEL, Kurt. “didáctica del movimiento” Cuba 1997.
- ⇒ GARCIA, Manso Juan Manuel “Bases teóricas del entrenamiento deportivo “España
- ⇒ CHINCHILLA, Gutiérrez Víctor Jairo, y otros “lineamientos curriculares en educación física, recreación y deportes. Bogotá, Julio 2000. Ministerio de educación Nacional. Cooperativa Editorial del magisterio.
- ⇒ ARENAS ACEVEDO, Jairo et. Al. Diccionario de educación física, deporte y recreación. Itagüí, Colombia. 1987.
- ⇒ BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, Domingo y SEBASTIANI I OBRADOR, Enric. Enseñar por competencias en Educación Física. Barcelona: INDE publicaciones. 2009.
- ⇒ Ministerio de Educación Nacional. Documento: 15 - Orientaciones pedagógicas del área de Educación Física, Recreación y Deportes. 2010.
- ⇒ BELLO PACHON, Marcelino. Desarrollo de la creatividad del docente y el niño de la escuela primaria. Tunja: Centro Experimental Piloto, 1989
- ⇒ CAGIGAL, José Maria. ¿La educación física ciencia? En Revista educación física y deporte N°6 Universidad de Antioquia, Medellín, 1984



- ⇒ CAMACHO, Coy Hipolito y otros. Alternativa Curricular para la Educación Física de Secundaria. Universidad Surcolombiana, Neiva. 1991
- ⇒ CASTILLO LUGO, Eduardo. Definir logros, ¿tarea de especialistas? Documento de trabajo. Neiva, 1995
- ⇒ COLECTIVO DE ESPECIALISTAS. Ministerio de Educación de Cuba. La Habana, 1984.
- ⇒ COLL, Salvador et al. El marco curricular de una escuela renovada. Módulo 2. Maestría Administración educativa. USCO- Universidad del valle, 1991
- ⇒ EQUIPO INTERINSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA. Alternativa Curricular para la Educación Física de Secundaria. Neiva, 1993.
- ⇒ FRANCO DE MACHADO, Clara. Currículo, factor de cambio. Santa fe de Bogotá: Ministerio de Educación Nacional, 1976.
- ⇒ FRITZEN, José Silvio, Juegos dirigidos.
- ⇒ GALLAHUE, David I. Understanding Motor Development in Children. 1982
- ⇒ GINES, Siuj. Gimnasia Deportiva Básica. I°. Ed. Madrid: Alambra, 1985
- ⇒ Ley 115 de 1.994.
- ⇒ LORA, Josefa. Alternativas teórico-metodológicas de la Educación Física, Memorias XV Congreso Panamericano de Educación Física. Lima Perú, Junio 1995.
- ⇒ Marco general: Programas curriculares de educación física, recreación y deporte (MEN)
- ⇒ MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. El Salto Educativo. Santafé de Bogotá D.C., octubre 1994.
- ⇒ NASSIF, RICARDO. Pedagogía General. México. Kapeluz, 1984
- ⇒ Reglamentos internacionales de Baloncesto, Voleibol, Atletismo, tenis de mesa, Ajedrez y Microfútbol.



- ⇒ Resolución No 2343 del 5 de julio de 1.996.
- ⇒ RUIZ AGUILERA, El desarrollo y perfeccionamiento de las capacidades físicas. Tomado de colectivo de autores cubanos. En: Desarrollo de capacidades físico motrices. 1996
- ⇒ SERIE LINEAMIENTOS CURRICULARES EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES. MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL
- ⇒ YOVANOVIC, Prieto Daniel y RIVERA, Pérez Pedro Antonio, Caracterización del movimiento humano, Documento de trabajo. Programa de Educación Física. Universidad Surcolombiana. 1990.
- ⇒ Instituto tecnológico metropolitano. Propuesta de un itinerario formativo único por ciclos para la educación pre-escolar, básica y media. Microdiseño curricular núcleo de formación en motricidad humana, sexualidad y salud campos del saber educación física, recreación y deporte; salud y sexualidad. Medellín 2.003. BENJAMÍN DÍAZ LEAL, ANGELA PATRICIA RESTREPO SUAZA, PATRICIA ALVAREZ ZAPATA
- ⇒ COMPETENCIAS Y ESTÁNDARES PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA. "EXPERIENCIA QUE SE CONSTRUYE PASO A PASO" Hipólito Camacho Coy, Jaime Monje Mahecha, Eduardo Castillo Lugo, Gloria Milena Ramírez López. Revista Educación física y deporte - Universidad de Antioquia. Medellín 2007
- ⇒ Carles, M.J. la educación en la vida cotidiana. Barcelona (1994). Anthropos.
- ⇒ Mandoki, K. Estética cotidiana y juegos de la cultura: Prosaica I. México (2006)