



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, EL FOMENTO DE LAS DIVERSAS CULTURAS, LA PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE FORMATIVO



RESPONSABLES:

GERMÁN ZAPATA

JIMMY OSPINA

SANTIAGO PATIÑO

JOVANY RESTREPO

MAURICIO BOTERO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

Contenido

1. RESUMEN.....	¡Error! Marcador no definido.
2. CARACTERIZACIÓN.....	¡Error! Marcador no definido.
3. PROPÓSITOS	¡Error! Marcador no definido.
4. DIAGNÓSTICO.....	¡Error! Marcador no definido.
5. JUSTIFICACIÓN.....	¡Error! Marcador no definido.
6. POBLACIÓN BENEFICIADA	¡Error! Marcador no definido.
7. MARCO TEÓRICO Y LEGAL	¡Error! Marcador no definido.
7.1 Fundamentos teóricos epistemológicos y científicos del área de educación física:	
.....	¡Error! Marcador no definido.
7.2 Marco legal.....	¡Error! Marcador no definido.
8. OBJETIVOS.....	¡Error! Marcador no definido.
8.1 OBJETIVO GENERAL	¡Error! Marcador no definido.
8.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	¡Error! Marcador no definido.
9. MALLA CURRICULAR.....	¡Error! Marcador no definido.
10. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y AUTO-EVALUACIÓN.....	¡Error! Marcador no definido.
11. MÉTODOS.....	¡Error! Marcador no definido.
12. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	¡Error! Marcador no definido.
ACTIVIDADES.....	12
RESPONSABLE	12
FECHAS TENTATIVAS	12
13. RECURSOS	¡Error! Marcador no definido.
13.1 Locativos	¡Error! Marcador no definido.
13.2 Material didáctico	¡Error! Marcador no definido.
13.3 Humanos.....	¡Error! Marcador no definido.
14. BIBLIOGRAFIA Y CIBERGRAFÍA	¡Error! Marcador no definido.

PRESENTACIÓN

Con el objetivo de consolidar un gran proyecto que reúna los diferentes programas de esparcimiento, diversión, utilización del tiempo libre y actividad física, que ofrece la institución a toda la comunidad educativa, se muestran a continuación las siguientes líneas de acción del mismo: torneos deportivos interclases, ajedrez, tenis de mesa, reflexiones pedagógicas, aeróbicos, juegos callejeros, charlas, días deportivos. Cada uno de los cuales, contiene unos objetivos específicos acordes con las necesidades de brindar esparcimiento, conocimiento y nuevas posibilidades de la utilización del tiempo libre de la comunidad educativa.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

1. RESUMEN

El postulado en el que podríamos enfatizar con este proyecto sería el número cuatro el cual habla “en el proceso educativo es fundamental coadyuvar en la estructuración del pensamiento, en la formación del carácter y la capacidad del juicio, en la manifestación del sentimiento (ético-estético-religioso) y en el cuidado físico de sí y de lo otro. Con respecto a los conocimientos y desarrollo de las habilidades, tienen que fortalecer y cualificar el desempeño del individuo en el contexto en el que se conviva”.

Básicamente este postulado resume el objetivo de la Educación Física y el proyecto del tiempo libre, buscando la construcción de seres con capacidad de juicio y críticos, capaces de formarse dependiendo del contexto y que sean objetivos en cada una de las acciones que emprendan en sus diferentes labores cotidianas. Que tengan la posibilidad de construir conocimiento exacto y científico, autocrítico e independiente en la ejecución de diferentes actividades, seres formados en valores que comprendan y ayuden al otro a partir de sus posibilidades y limitaciones. Que puedan generar diferentes puntos de vista y que además tengan estilos de vida acordes a la necesidad del entorno y de sus posibilidades. Pretendemos dar a los alumnos bases para que su tiempo pueda ser bien distribuido, atacando males como el sedentarismo y la obesidad, que hoy en día a nivel mundial son causantes de tantas muertes.

Los postulados didácticos 2 y 3 son los más aplicables en la asignatura, es decir, con el segundo postulado se parte de la cooperación entre los individuos, el trabajo en redes y el trabajo en equipo, que contribuye con el mejoramiento de los niveles de eficiencia y que a su vez fomentan el espíritu solidario; los medios utilizados para la interacción con los otros fuera de las actividades lúdico-deportivas, contamos también con los sentimientos, pensamientos, el lenguaje, entre otros, los cuales son aplicados frecuentemente.

En el tercer postulado en el cual se plantea, la importancia que poseen las emociones, el asombro, la admiración, la sorpresa y el deseo en los procesos de enseñanza-aprendizaje, permite que el estudiante al momento de experimentar una de estas sensaciones, generen en él un aprendizaje significativo, ya que este puede ser recordado con mayor facilidad gracias a la experimentación proporcionada en las diferentes clases.

2. CARACTERIZACIÓN

La institución pretende a través de las diferentes áreas formar personas íntegras, tanto a nivel cognitivo como socio-afectivo, con valores cooperativos, que construyan una comunidad más amable y solidaria.

Este proyecto está sustentado en la filosofía institucional, psicología del amor y cultura de la responsabilidad, amor por el entorno y por nuestras actividades diarias, sin amor no existen personas alegres y responsabilidad por todo lo que hacemos y decimos. Se pretende que los alumnos comprendan la finalidad y los propósitos que desde el proyecto de tiempo libre se buscan desarrollar, que entienden la importancia de un buen uso de su tiempo y que puedan estar ocupados en diferentes actividades que ayuden al goce y al disfrute.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

3. PROPÓSITOS

- Lograr el mejoramiento psicobiológico, socioafectivo y motor mediante actividades físicas que permitan equilibrio funcional.
- Obtener estimulación oportuna que favorezca el desarrollo integral.
- Crear espacios lúdicos, culturales, deportivos y recreativos que permitan desarrollar habilidades necesarias para la vida cotidiana.
- Adquirir hábitos que respondan a las necesidades de la vida cotidiana requeridas para el mantenimiento y mejoramiento de la salud y superación de las tensiones.
- Participar en actividades físicas, culturales, deportivas y recreativas en forma individual y comunitaria, utilizando positivamente el tiempo libre, para contribuir al desarrollo social del país, resaltando los valores para afianzar la identidad y el nacionalismo.
- Valorar la importancia de la práctica de actividades físicas como medio de prevención de diferentes tipos de adicciones.
- Mejorar las relaciones interpersonales y la convivencia ciudadana, haciendo un buen manejo del tiempo libre.
- Mejorar a través de actividades físicas y lúdicas la maduración psicomotora; básica para el desarrollo de los procesos mentales.
- Desarrollar las cualidades físicas, habilidades y destrezas para aplicarlas a la vida, a las actividades deportivas y artísticas.
- Aplicar los principios de salud e higiene para la formación de hábitos.
- Fomentar las actividades propias de su medio, resaltando sus valores.
- Crear espacios deportivos y recreativos que apunten a la convivencia ciudadana, para desarrollar valores como el amor, la responsabilidad, la disciplina, la solidaridad, el respeto, la cooperación, la concertación, la equidad de género, el liderazgo, etc. Con el fin de crear iniciativas de paz y convivencia.
- Adquirir hábitos de posturas funcionales que contribuyan al mejoramiento y conservación de la salud.
- Adquirir aptitudes de solidaridad y participación con la comunidad mediante experiencias físicas, deportivas y recreativas.
- Transferir las experiencias adquiridas en la Educación Física al respecto por personas, normas, uso apropiado de medios, utilización del tiempo libre y hábitos de salud e higiene.
- Identificar intereses y capacidades específicas en el deporte, para representar su institución y con asesoría extraclase participar en eventos nacionales e internacionales

4. DIAGNÓSTICO

Hemos observado en términos de la motricidad de los alumnos, carencias en cuanto a su desarrollo, entendiendo que existen una serie de repertorios básicos acordes con su edad y etapa de maduración que deberían estar superados; elementos que deben tenerse en cuenta para perfeccionar la expresión del movimiento.

Pocos dan razón de la organización deportiva de diferentes eventos, aplicación de reglamentos, de juzgamiento, arbitraje, competencias básicas.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

En general las instalaciones deportivas son de espacios muy reducidos, y los elementos didácticos pocos para la cantidad de alumnos por grupo y se encuentran en regular estado.

Observando como ejecutan los alumnos el deporte libre, los hombres abarcan la totalidad de la placa deportiva en actividades futbolísticas, desplazando las mujeres a hacer deporte en lugares muy reducidos, otros juegan voleibol o se desplazan al baño y algunos se sitúan debajo de los árboles, observándose poca disposición para el trabajo físico con grandes índices de sedentario.

Así el concepto de educación física, recreación y deporte no existe y es poco respetado, sumándole una terminología inadecuada, consideran la clase como un buen relajamiento, a la cantidad de asignaturas dadas; les enfada quedarse en el aula pues la asignatura es el escape del estrés, pero no una materia científica con elementos cognoscitivos que determinen la apropiación del movimiento psicomotor y la performance para la vida real y social. De esta forma la misma educación física parece buscar solamente competencia, observando el PIA actual existen unidades como el atletismo del cual poco se da razón, así como algunas actividades de educación rítmica, de la misma manera la organización y administración deportiva en los grados diez y once.

5. JUSTIFICACIÓN

La Educación es un proceso de formación para el individuo, condición que implica el ser en su totalidad y que por tanto incluye la educación del movimiento, porque podemos decir que “La educación es mucho más que Educación física, pero es muy poco sin ella”.

El hombre se mueve por naturaleza, el movimiento es inherente al individuo. Pero es así mismo un elemento básico y susceptible de ser mejorado; con el trabajo diario o mejor con un programa de afianzamiento lograremos que éste sea realizado en forma armónica y eficaz.

La Educación física en el preescolar y en la enseñanza de la escuela primaria y secundaria, debe proporcionar a los niños las oportunidades que posibiliten y contribuyan al desarrollo secuencial y organizado de su comportamiento motor. Se entiende esto, como la posibilidad de establecer una organización y sistematización de los objetivos, contenidos y procesos instruccionales que puedan atender adecuadamente las necesidades del alumno.

La Educación física, el deporte y la recreación contribuye con el mejoramiento del individuo desde todo punto de vista: físico, síquico, social, intelectual, biológico; permitiendo que se dé un trabajo armónico e integrado con posibilidad de crecer en valores, de adquirir responsabilidad y sobre todo de vivir con principios básicos de salud, esta área permite que el alumno se muestre tal y como es, que manifieste a través del movimiento sus deseos e intereses, es una área que hace posible la relación entre la ética, la estética y la cultura, en su máxima expresión que es el movimiento corporal armónico, cumpliendo así su función de educar integralmente al individuo.

Para el mejoramiento del acervo motriz, es necesario el aprendizaje de habilidades y destrezas básicas y específicas, partiendo de procesos de interacción permanente entre las capacidades



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

perceptivas, físicas y socio-motrices de tal forma que todos se potencien y enriquezcan mutuamente; de esta manera se construye efectivamente la capacidad en el ser.

Es importante para la futura capacidad deportiva del niño descubrir todo el potencial de movimiento que hay en el ser humano, y esto sólo es posible mediante una continua combinación de estímulos educativos externos y la propia auto capacitación.

Dentro de la Educación física, se encuentra un elemento indispensable para el desarrollo social, la interacción deportiva entre las instituciones y los diferentes grados, y con ello el mejoramiento de las relaciones interpersonales y por ende el trabajo en equipo. Siendo este el vínculo para la convivencia debe por lo tanto estar basado en el principio de Agón, la Agonística, por la cual el deportista da todo de si mismo para auto superarse y ser mejor, esto implica no pisotear al oponente, si nos basamos en ello habremos superado la competencia y entrado a una nueva cultura donde los presupuestos deportivos vuelvan a su origen; el de las relaciones humanas.

6. POBLACIÓN BENEFICIADA

La población que se beneficiará serán alumnos desde el grado transición hasta el grado once, así como los diferentes docentes de la institución. Se pretende entonces tener una variedad amplia de actividades en donde los alumnos no obtengan siempre las mismas, sino que por el contrario tenga esa variedad y no se quede quieto, ayudando así a combatir la pereza y el sedentarismo que se ve reflejado en la población de la institución.

7. MARCO TEÓRICO Y LEGAL

7.1 Fundamentos teóricos epistemológicos y científicos del área de educación física:

La Educación Física en nuestro país se apoya principalmente en teorías Alemanas, cubanas y Españolas en aspectos como la administración deportiva, el entrenamiento deportivo, pedagogía y didáctica de la Educación Física y el área de las biomédicas (anatomía, fisiología y kinesiología).

Evolución Histórica Del Problema Del Movimiento:

“Un problema del movimiento tal como hoy lo entendemos (conjunto de cuestiones todavía no esclarecidas en la investigación científica del movimiento), no existió hasta que en los siglos XVII, XVIII y especialmente en el XIX, físicos, anatomistas y fisiólogos, se dedicaron a la investigación del caminar humano. Pero si calificamos también de “problema” las cuestiones todavía no resueltas en el quehacer práctico, esto ha existido desde los remotos tiempos en que la humanidad comenzó a



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

valerse del movimiento para hacer algo útil para trabajar. Solucionó los incontables problemas del movimiento no por la vía teórica, sino por el quehacer práctica, en el trabajo, pensando empíricamente, haciendo que la mano se dejara aconsejar por la cabeza y la cabeza por la mano. Al incluir también estos intentos de solución a la problemática del estudio del movimiento, lo hacemos por dos motivos: primero, porque las formas fundamentales de la dinámica deportiva se desarrollaron primero a partir de la dinámica del trabajo y, segundo, porque también el desarrollo de la dinámica deportiva y su investigación científica fueron precedidos de largos períodos de solución pre científica de los problemas del movimiento en el deporte que no nos conviene ignorar

7.2 Marco legal

Partimos desde la ley de Educación:

Ley 115 de Febrero 8 de 1994

Por la cual se expide la ley general de educación.

El congreso de la república de Colombia

Decreta:

Título i

Disposiciones Preliminares

ARTICULO 21. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria. Los cinco (5) primeros grados de la educación básica que constituyen el ciclo de primaria, tendrán como objetivos específicos los siguientes:

- h) La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente;
- i) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico;
- j) La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre;
- k) El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana;
- ñ) La adquisición de habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.

ARTICULO 22. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria. Los cuatro (4) grados subsiguientes de la educación básica que constituyen el ciclo de secundaria, tendrán como objetivos específicos los siguientes:

- m) La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella;
- ñ) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

También fundamentada en la ley del deporte:

Ley 181 de 1995



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

"Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte".

(Nota: Modificada en lo pertinente por la Ley 344 de 1996 artículo 44)

El Congreso de Colombia,
DECRETA:

TÍTULO I

Disposiciones preliminares

ART. 1°—Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitar el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

ART. 2°—El objetivo especial de la presente ley, es la creación del sistema nacional del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.

ART. 3°—Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el Estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores:

Objetivos generales y rectores de la ley

1. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.
4. Formular y ejecutar programas especiales para la educación física, deporte, y recreación de las personas con discapacidades físicas, síquicas, sensoriales, de la tercera edad y de los sectores sociales más necesitados creando más facilidades y oportunidades para la práctica del deporte, de la educación física y la recreación.
5. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.
7. Ordenar y difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación y, fomentar las escuelas deportivas para la formación y perfeccionamiento de los practicantes y cuidar la práctica deportiva en la edad escolar, su continuidad y eficiencia.
14. Favorecer las manifestaciones del deporte y la recreación en las expresiones culturales, folclóricas o tradicionales y en las fiestas típicas, arraigadas en el territorio nacional, y en todos aquellos actos que creen conciencia del deporte y reafirmen la identidad nacional.
15. Compilar, suministrar y difundir la información y documentación relativas a la educación física, el deporte y la recreación y en especial, las relacionadas con los resultados de las investigaciones y los estudios sobre programas, experiencias técnicas y científicas referidas a aquéllas.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

17. Contribuir al desarrollo de la educación familiar, escolar y extraescolar de la niñez y de la juventud para que utilicen el tiempo libre, el deporte, y la recreación como elementos fundamentales en su proceso de formación integral tanto en lo personal como en lo comunitario.

ART. 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 pertinentes.

ART. 10. Entiéndase por Educación Física la disciplina científica cuyo objeto 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.

ART. 11. Corresponde al Ministerio de Educación Nacional, la responsabilidad de dirigir, orientar, capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de educación física de los niveles de preescolar, básica primaria, educación secundaria e instituciones escolares especializadas para personas con discapacidades físicas, síquicas y sensoriales, y determinar las estrategias de capacitación y perfeccionamiento profesional del recurso humano.

ART. 18. Los establecimientos que ofrezcan el servicio de educación por niveles y grados contarán con infraestructura para el desarrollo de actividades deportivas y recreativas, en cumplimiento del artículo 141 de la Ley 115 de 1994.

El Instituto Colombiano del Deporte, además de la asesoría técnica que le sea requerida, podrá cofinanciar las estructuras de carácter deportivo, así como determinar los criterios para su adecuada y racional utilización con fines de fomento deportivo y participación comunitaria.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

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

ART. 58. El fomento, la planificación, la organización, la coordinación, la ejecución, la implantación, la vigilancia y el control de la actividad del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física constituyen una función del Estado que ejercerá el Ministerio de Educación Nacional por conducto del Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes.

Y se fundamenta también en la Constitución política de Colombia de 1991:

ARTÍCULO 52. MODIFICADO POR EL ARTICULO 1° DEL ACTO LEGISLATIVO 2 DE 2002

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 a todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre.

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

Deportes (Voleibol, baloncesto, balonmano, tenis de mesa y fútbol de salón)

El componente principal es la participación de la mujer en los diferentes escenarios deportivos, logrando la integración, equidad de género, la concertación y la convivencia, con la reforma que se le ha hecho a los diferentes deportes se está generando el cambio social que tanto necesitamos en nuestro medio siendo el género femenino decisivo en él, influyendo de manera positiva en el deporte y contribuyendo con el verdadero desarrollo social.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

8. OBJETIVOS

8.1 OBJETIVO GENERAL

Generar una cultura lúdico-deportiva en los diferentes entes del I.E. EMPRESARIAL, a partir de diferentes actividades que proporcionen hábitos de vida saludable y a su vez contribuya al mejoramiento de la calidad de vida.

8.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Desarrollar habilidades y destrezas de la expresión corporal, posibilitando la adquisición de un conocimiento más significativo, más flexible, más aplicable a las necesidades del ser.

Permitir la socialización de los estudiantes; el estímulo permanente al diálogo, el trabajo en grupo, la crítica y el desarrollo de su autonomía personal.

Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los integrantes de la comunidad educativa, así como dar bases necesarias para combatir algunas enfermedades típicas de la época.

9. MALLA CURRICULAR

¡Error! Vínculo no válido.

10. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y AUTO-EVALUACIÓN

- Participación activa y esfuerzo
- Logro de objetivos
- Proceso de aprendizaje
- Utilización de recursos
- Trabajo individual y grupal
- Progreso en habilidades y destrezas
- Responsabilidad y cumplimiento en las tareas asignadas
- Seguridad en la ejecución de los ejercicios propuestos
- Seguimiento de instrucciones

11. MÉTODOS

Se utilizarán métodos en donde los alumnos puedan interactuar y disfrutar, en donde puedan evidenciar sus características y posibilidades. Algunos métodos entonces son:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

- a. trabajo individual y grupal.
- b. ensayo-error.
- c. tareas definidas.
- d. tareas semidefinidas.
- e. libre exploración.

12. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	RESPONSABLE	FECHAS TENTATIVAS
AJEDREZ	Docentes del área	DE AGOSTO A NOVIEMBRE
TENIS DE MESA	Docentes del área	DE AGOSTO A NOVIEMBRE
TORNEO DEPORTIVO INTERCLASES	Docentes del área	DE AGOSTO A NOVIEMBRE
JUEGOS CALLEJEROS O CONCURSOS	Docentes del área	28 DE AGOSTO
JUEGOS DE MESA	Docentes del área	UNA AL MES AGOSTO 15 SEPTIEMBRE 12 OCTUBRE 17
RUMBA AERÓBICA O AERÓBICOS O CONCURSO DE BAILE	Docentes del área	OCTUBRE 20 AL 24 TODA LA SEMANA
REFLEXIONES (ORIENTACIONES DE GRUPO)	Docentes del área	EL PRIMER VIERNES DE CADA MES AGOSTO 1 SEPTIEMBRE 5



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

		OCTUBRE 3 NOVIEMBRE 7
CHARLAS SOBRE UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE	Docentes del área	SEPTIEMBRE 19
MUESTRA DE TALENTO EMPRESARIAL	Docentes del área	JUEVES 21 DE AGOSTO
EQUIPOS DE FÚTBOL DE SALÓN FEMENINO CATEGORÍAS A Y B	Docentes del área	DESDE FEBRERO HASTA NOVIEMBRE (JORNADA EXTRACURRICULAR HORARIOS LUNES Y JUEVES ENTRE 1 Y 4 PM)

13.2 Material didáctico

Conos, lazos, platos, pelotas, balones, raquetas, mesas de tenis, ajedrez, aros, bombas, grabadoras, video beam, computador, juegos de mesa, entre otros.

13.3 Humanos

Docentes y alumnos del colegio.

14. BIBLIOGRAFÍA Y CIBERGRAFÍA

GONZALEZ BRAVO, Rosario. Manual practico para el desarrollo sicomotor del escolar. Tomo I. Medellín 1.993.

ZAPATA Oscar y AQUINO Francisco. Psicopedagogía de la educación motriz en la niñez, adolescencia y la juventud. Ed. Trillas, México.

BATTISTA, Eric y VIVES, Jean, Fuerza y flexibilidad muscular. Ed. Stadium.

NUEVAS MARAVILLAS DEL SABER. Gimnasias, deportes, juegos. Ed. Credsa. Barcelona, 1.988

VANEGAS RODRIGUEZ, Ricardo, Voleibol 1001 ejercicios y juegos. Ed. Augusto Pila Teleña. e 1, Madrid, 1991.

MUÑOZ, Luis Armando, Educación sicomotriz, e 2 Universidad Sur colombiana Armenia, 1.996.

PROGRAMAS CURRICULARES DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE. MARCO GENERAL. Básica Secundaria y Media Vocacional República de Colombia M.E.N.

SANCHEZ BAÑUELOS, Fernando, Bases para una Didáctica de la Ed. Física y el Deporte. Ed. Gymnos, Madrid. 1986.

GONZALEZ BRAVO, Rosario, Manual Práctico para el Desarrollo Psicomotor del Escolar. Colección Cultura Física y Deportiva, volumen 1, Medellín 1993.

Manual práctico de Educación Física. Editorial Océano, 2003.

ALCOBA, Antonio. Enciclopedia del deporte. Editorial librerías deportivas Esteban Sanz.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EMPRESARIAL
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín
San Antonio de Prado - Calle 42 Sur No 69 A - 58
DANE 105001800482



El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo

PÉREZ, Celso William. Perfil de competencias del profesor de Educación Física. Primer seminario de Didáctica de la Educación Física. 2010.

POZO ROSADO, Pablo. Retos que el profesor de Educación Física debe plantearse desde la perspectiva de la salud. En: www.efdeportes.com.

BATTISTA, Eric y VIVES, Jean, Fuerza y flexibilidad muscular. Ed. Stadium.

GONZALEZ BRAVO, Rosario, Manual Práctico para el Desarrollo Psicomotor del Escolar. Colección Cultura Física y Deportiva, volumen 1, Medellín 1993.

