



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

PROYECTO: TIEMPO LIBRE 2024



Ana Carolina Páez Bautista

Daniel Gómez Aristizabal

Catalina Morales Giraldo

MEDELLÍN

2024



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

Contenido

PROYECTO: TIEMPO LIBRE 2024

1

1. 3
2. 5
3. 7
4. 8
5. 9
6. 24
7. 26
8. 27
9. 28
10. 32
11. 33
11. **¡Error! Marcador no definido.**



1. Planteamiento del problema o necesidad institucional referida al proyecto

La institución educativa Barrio San Nicolás se encuentra ubicada en la comuna 1 de la ciudad de Medellín, cuenta con 582 estudiantes según el SIMAT, Ofrece educación básica primaria, básica secundaria y media técnica a estudiantes desde preescolar hasta grado once. El proceso educativo lo realizan 20 docentes, 2 directivos y 1 psicólogo del programa entorno escolar protector, 1 maestra de apoyo de la UAI . Los estudiantes en los diferentes ciclos vitales experimentan los traumatismos propios de cada etapa; tal es el caso de la infancia que requiere el fortalecimiento de la estructura física, psicológica y espiritual de la adolescencia y la juventud temprana, donde se representan transformaciones en la dinámica familiar, social y académica. Cada etapa del ser humano, desde su nacimiento hasta su muerte tiene sus características propias, cada una ofrece un supuesto potencial para explotar: capacidades, habilidades y destrezas. Pero a la vez conllevan a una serie de riesgos dados por los cambios físicos, cognitivos, emocionales y espirituales que supone cada etapa, Todos estos cambios justifican por sí mismo la necesidad apremiante de brindar al individuo, espacios que den intervención basado en la ley 1438 de 2011, ley 181 de 1995, ley 934 de 2004, ley 1335 de 2009, entre otras que apuntan a la promoción de la salud, aprovechamiento del tiempo libre y prevención de enfermedades, garantizando su adaptación al entorno que lo rodea, que garanticen la salud física y mental.

De otro lado el consumo de sustancias psicoactivas además de ser un fenómeno devastador en sí mismo, para el individuo y la familia se constituye también en un factor adicional de riesgos para la adquisición de otras adicciones como el alcoholismo y la ludopatía, para la generación de violencia y para la práctica insegura de diversas actividades sexuales. También se ha asociado el consumo de sustancias Psicoactivas, entre ellas el alcohol con la pertenencia a pandillas y la participación en actos vandálicos. Aquí conviene detenerse un momento a fin de manifestar que el deporte es una de las formas de prevenir el uso de drogas entre los jóvenes porque a través del deporte pueden desarrollarse diversas aptitudes y prácticas sociales, mejora la autoestima, disminuye el estrés, aumenta el rendimiento académico y mejora las relaciones familiares. reparar estas situaciones han demostrado que son medidas cautelares en la esfera del consumo de sustancias. Si bien no es sólo decir que se lanza un balón y se esperan resultados es importante



aclarar que la mayoría de jóvenes les gusta algún tipo de deporte y este ofrece una serie de opciones que determinan el desarrollo de virtudes particulares como la comunicación, el logro de objetivos comunes, autoconfianza, disciplina y el establecimiento de objetivos.

Cabe señalar que la institución educativa barrio San Nicolás es un espacio formativo en el que los estudiantes reciben no solo reciben formación integral en competencias básicas como matemáticas, español, ciencias entre otras, sino que además las reciben en competencias ciudadanas es decir estas competencias para la vida, para que sepan cómo resolver conflictos, ser buenos ciudadanos y transitar por sus emociones. Habría que decir también que en la práctica se evidencia que en los diferentes encuentros deportivos de carácter competitivo ante la presencia de alguien encargado de juzgar hay poco respeto por esta figura, por el contrario, lo satanizan y de hecho le culpan por el resultado cuando este es negativo. No hay para los estudiantes a nivel general alguien que ejerza esta función de manera correcta. Puede por ejemplo en un partido de fútbol ser el portero responsable de algún error, el delantero de otro par de errores y así sucesivamente y si el árbitro comete una sola falla se le van con toda y no tiene objetividad de analizar que este juega un papel importante pero no puede ser el único responsable del resultado sobre todo cuando este es negativo como en este ejemplo.

Debemos comprender que uno de los elementos que tiene el deporte es que este es institucionalizado, siendo además competitivo y reglamentado. Ese elemento competitivo hace que en ocasiones se pierda la esencia del juego y aparezca el ganar a costa de lo que sea, sin importar el rival ni los métodos y aparece el cueste lo que cueste lo importante es ganar. Se acude al juego brusco, a la agresión y a métodos inapropiados que lo único que busca es el fin, sin importare el método. De igual modo el Juego de choque como un elemento característico de la población escolar que por momentos olvidan el objetivo del deporte y se dedican más a chocar con el rival buscando al otro más que al elemento que se le debe quitar o intentar hacerlo.

Lo que nos lleva a decir que falta el Juego Limpio debido a que jugar en equipo implica tener la capacidad de trabajar junto a otros para conseguir un mismo objetivo. Sin embargo, no siempre se cumple y es allí donde se debe tener la capacidad de aceptar que el equipo rival también se preparó para conseguir lo que está logrando y que, por cuestiones deportivas, el otro también puede ganar. La falta de asimilación de la derrota hace que se tomen comportamientos agresivos buscando un



culpable y se pierda ese comportamiento leal y fraterno con el rival reconociendo su importancia para que el juego pueda desarrollarse.

2. Justificación: el porqué y el para qué es importante implementar el proyecto en la institución

La formación para el aprovechamiento del tiempo libre hace parte de las temáticas tanto del área de educación física como del proyecto de tiempo libre que se les brinda a los estudiantes de la institución educativa Barrio San Nicolás, la cual es abordada desde diferentes posturas. El deporte puede ser ese agente liberador que le permita a los estudiantes estar enfocados en un objetivo que le permita mantener ocupada la mente, el cuerpo, sus sueños, sus pensamientos, que la discipline y la aleje de esas situaciones riesgosas. Para ello es importante la vinculación de instituciones que utilicen estrategias que han demostrado ser exitosas como la implementada por el INDER de Medellín a través del programa deporte y convivencia quienes han logrado bajar considerablemente los índices de intolerancia, poco respeto por la norma e irrespeto por la figura del juez; así como mejorado el juego limpio, el respeto por el rival y por los compañeros. Para ello se requiere un esfuerzo mancomunado de cada uno de las entidades mencionadas a quienes habría que solicitarle la vinculación a este proyecto, que busca romper un paradigma y esto no se logra fácilmente, requiere el apoyo de diferentes entidades y personas dispuestas a intervenir debido a que requiere de una mediación importante y agresiva si se pretenden mejorar los índices de agresión en el deporte pudiendo así enfrentar esta situación de violencia y pocas oportunidades, ofertando herramientas que permitan evolución social y desarrollo comunitario.

Al llegar aquí es importante analizar la realidad social para identificar las problemáticas a intervenir en cuanto al deporte y convivencia como estrategia para la utilización adecuada del tiempo libre. La institución educativa a través de su proyecto de tiempo libre realiza constantemente reflexiones en ese sentido tanto en la teoría de la clase de educación física como en la práctica y ha implementado diferentes estrategias como el manejo del torneo interclases por estudiantes de grados superiores para que sean ellos los que enfrenten las situaciones que han



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

propiciado como la falta de juego limpio, el irrespeto por la figura del juez y el juego brusco. En general se puede decir que la estrategia pretende el empoderamiento de los estudiantes y la corresponsabilidad que debe existir por parte de ellos en la organización y ejecución de las actividades competitivas como el torneo interclases.

Es significativo el aporte que desde el comité de convivencia escolar de la institución en el componente de promoción y prevención de las situaciones que afecten la convivencia escolar se viene dando para la realización de las actividades que buscan el aprovechamiento del tiempo libre en los descansos, orientando estos procesos en una toma de decisiones consensuada que busca el bienestar de los estudiantes y fomentar en estos el respeto por sus compañeros y rivales.



3. Diagnóstico primaria

DEBILIDADES	OPORTUNIDADES	FORTALEZAS	AMENAZAS
<p>-El poco espacio físico con el que cuenta la Institución para el desarrollo de actividades de integración deportiva.</p> <p>-A los estudiantes se les dificulta practicar normas de autocuidado.</p> <p>Dificultades en habilidades básicas de coordinación y ubicación espacial, que requieren mayor estimulación.</p> <p>-Los juegos bruscos entre estudiantes se realizan de forma constante durante los descansos.</p> <p>-Se acata muy poco las recomendaciones que se hacen sobre las precauciones que deben tenerse durante los descansos escolares.</p> <p>-En ocasiones hay que ser reiterativos para que se sigan instrucciones.</p>	<p>-Articulación del proyecto de aula y el proyecto pedagógico, orientados hacia el desarrollo de metodologías activas.</p> <p>-Llevar a cabo actividades físicas teniendo en cuenta normas y Recomendaciones para el autocuidado.</p> <p>-Aminorar los accidentes presentes en los niños por causa de juegos bruscos y carreras</p> <p>-Se evidencia una participación activa por parte de los estudiantes en actividades que se plantean para el buen uso del tiempo libre.</p> <p>-Implementación de juegos de relevos y de actividades que involucren el trabajo en equipo.</p>	<p>-A los estudiantes les agrada practicar actividades deportivas.</p> <p>-Demuestran habilidades para el desarrollo de actividades físicas.</p> <p>-Les agrada realizar dinámicas y juegos que involucren movimientos.</p> <p>-Les agrada interactuar en actividades grupales.</p> <p>- La actividad física permite incorporar estrategias enfocadas en la recreación, lúdica y deporte por medio del juego direccionado.</p>	<p>-El juego brusco puede ocasionar accidentes.Faltan hábitos de autocuidado y cuidado hacia los demás.</p> <p>-Que al no seguir las instrucciones debidas se presenten accidentes que afecten a los estudiantes físicamente.</p> <p>-El rechazo hacia las actividades por parte de algunos estudiantes.</p> <p>-Ver la clase de educación física exclusivamente como un espacio para el juego.</p>



4. Diagnóstico Bachillerato

DEBILIDADES	OPORTUNIDADES	FORTALEZAS	AMENAZAS
<p>-Poca participación de las mujeres en las actividades deportivas</p> <p>-Falta de fundamentación técnica en deportes como voleibol y baloncesto</p> <p>-Los juegos bruscos entre estudiantes se realizan de forma constante durante los descansos.</p> <p>-Poco respeto por el otro, sin importar que sea rival o compañero.</p> <p>-Falta de juego limpio, competencia sana y la preparación para afrontar la derrota</p>	<p>-Fomentar la participación de las mujeres y los hombres desde los grados sextos que nos permitan hacer procesos deportivos.</p> <p>-Fomentar diferentes estrategias desde lo formativo que nos permita encontrar ese punto de equilibrio que favorezca mejorar los diferentes aspectos de respeto por el otro, por la norma y por quien la imparte.</p> <p>-Realización de convenios interinstitucionales que permita reforzar el proceso formativo que se realiza desde las clases y desde el mismo proyecto.</p>	<p>-A los estudiantes les agrada practicar actividades deportivas.</p> <p>-preocupación constante por la realización de torneos.</p> <p>-Les agrada realizar dinámicas y juegos que involucren movimientos.</p> <p>-La respuesta positiva en la vinculación de entidades diferentes a la institución como el INDER que hace más llamativo las actividades del proyecto.</p>	<p>-Hacer énfasis en lo punitivo cuando se presentan situaciones que afecten el normal desarrollo de los torneos puede crear una imagen que no se logró desde lo formativo</p> <p>-El rechazo hacia prácticas deportivas diferentes al fútbol de salón</p>



5. Referentes teóricos y/o legales que sustentan el proyecto.

“Educar para la salud, supone informar y responsabilizar al individuo para que adquiera conocimientos, procedimientos, habilidades, actitudes y hábitos básicos para la defensa y la formación de la salud individual y colectiva”.

Dentro del ámbito escolar se deben plantear actividades que no solo lleven al estudiante a la utilización de su tiempo libre sino también que vinculen a la familia como eje de la educación promoviendo actividades que les permitan aprovechar y explotar las habilidades y capacidades de todos los miembros de la familia.

Manejo del tiempo libre

Un aspecto importante en la vida saludable es la combinación equilibrada entre actividad y descanso. Ayudar a niños y jóvenes en el aprendizaje del disfrute del tiempo y a tomar decisiones sobre cómo utilizarlo de manera creativa y formativa, es el propósito de los docentes que educan para la vida saludable.

En el ámbito escolar es importante que el docente desde sus diferentes intervenciones promueva en los jóvenes y los niños la utilización del tiempo libre como una opción productiva que aporta al equilibrio emocional y le permite alcanzar una mejor calidad de vida. Por lo tanto, orienta a sus estudiantes en el manejo de su tiempo, para que a través de actividades de recreación, elegidas voluntariamente, obtengan placer y satisfagan sus necesidades físicas, mentales y espirituales.

Estas acciones, permiten que el niño y el joven potencialicen sus habilidades, el desarrollo de sus funciones y equilibren su desempeño escolar, el fomentar este tipo de valores e intereses generan relaciones interpersonales que aportan a la sana convivencia.

Tiempo de descanso

El descanso, como cualquier actividad humana, puede ser más necesario o más libre. El descansar no es tiempo libre ya que su carga es eminentemente heterocondicionada.



Pertenece al ámbito del tiempo psicológico. Tal descanso es liberador y se caracteriza por actividades de reposo como el sueño, siesta, o el “hacer nada”.

Sin embargo, el descanso puede ser diferente, esto es, descanso liberado. A este, descanso libre, solo se puede acceder a partir de “estar descansado”. Tal descanso liberado se traduce más en estado existencial que una actividad o una inactividad. Su esencia consiste en descansar sin estar fatigados. Implica haber auto condicionado nuestra conducta para decidir hacer nada y poder gozarlo. Este descanso es funcional.

Se puede pensar en el campo específico de las actividades recreativas, que se generan espacios particulares de descanso. Lo importante es cómo, desde el rol docente se puede generar la necesidad de descanso funcional y libre. Y es probable, entonces, que se constituyan actividades que, por auto generadoras, ingresen en el territorio del tiempo libre y no pertenezcan al psicobiológico, que se acerquen más al tiempo de recreación.

Tiempo de Recreación

Una segunda manera de utilizar el tiempo de ocio está constituida por las actividades de diversión. El sentido de la diversión, incluso desde su etimología, es alejarse de algo. En este caso intenta alejarse del aburrimiento lo que supone una contra función. Es importante destacar aquí que se hace referencia al aburrimiento que se caracteriza por ser superficial y momentáneo. No se debe confundir con el ser aburrido que solo puede ser superado a través de acciones psicoterapéuticas.

El denominado tiempo de diversión se emplea en acciones mayoritariamente de juego. Tal conducta, física o mental, es realizada sin un sentido utilitario ya que su fin radica en sí mismo y en el placer que proporciona.

Es por demás llamativo la existencia de numerosas posturas teóricas respecto del juego, lo que supone la importancia para el ser humano que este tipo de actividades posee. Muchos autores han desarrollado teorías para explicar el significado del juego, entre los que, sin duda se destacan Huinzinga y Caillois.

El juego, que se señalaba anteriormente, es la forma típica de la diversión: quien se divierte siempre juega; pero juego y diversión no son lo mismo.



La diversión es la manifestación psicológica del juego; es decir, que con ella el hombre siente el placer propio de lo lúdico, por lo que a través de esta diversión busca y encuentra dicho placer y por lo tanto juega.

Tanto en el juego como en la diversión la conducta está auto condicionada por el sujeto; por eso la diversión, como el juego, constituye una importante fuerza social.

Tiempo de Creación

La última función del ocio es el desarrollo de la personalidad. En el tiempo de ocio, el individuo se libera a su gusto de la especialización funcional, desarrollando de modo interesado las capacidades de su cuerpo y su espíritu; permitiéndole salir de las rutinas y estereotipos impuestos por el funcionamiento de los organismos básicos de la sociedad, abriendo la vía de una libre superación de sí mismo y de una liberación del poder creador, en contradicción o en armonía con los valores dominantes de la civilización.

Es importante señalar que esta última función del ocio fue incorporada ante la evidencia que se incluían en el ocio actividades que tenían relación con el desarrollo de la personalidad y su sociabilidad.

Toda creación, como realización de actividades que generan productos nuevos, será liberadora—compensadora, en tanto responda a una necesidad de nosotros mismos, pero no a nosotros mismos.

La creación liberada, en cambio, como demostración plena de la libertad, es la expresión de nosotros mismos. supone tanto un ámbito de contemplación, de pensamiento, como de acción sobre la realidad y sobre nosotros mismos, y esto es así porque la conducta creativa está basada en la imaginación como expresión de la libertad.

El Tiempo Libre Institucionalizado

Un aspecto importante a considerar para el análisis de las prácticas sociales en el tiempo liberador es aquel referido al modo en que las sociedades instituyen el tiempo libre de sus miembros. La contra función como reequilibradora del individuo, y la función como



ejercicio pleno del tiempo libre se constituyen en modelos del orden establecido, reproductores del sistema. Y esto es así porque cada sociedad estipula y estructura los valores inherentes a cada tipo de práctica del ocio.

Estimula aquellos aspectos que consolidan el mantenimiento de su visión y atenta contra aquellos que puedan ser renovadoras o modificadoras en tanto se constituyen en generadores de conflicto. Entonces, únicamente habrá libertad no solo del tiempo sino en el tiempo, en la medida que el hombre, accediendo a su libertad, su propio crearse al hacer, pueda modificar su propia realidad. Y esto supone el conflicto con los distintos agentes sociales (grupos, instituciones, factores de poder, etc) frente al cambio cualitativo que estas actitudes libres puedan generar.

Es que la libertad, caracterizada esencialmente por la conducta creadora, debe, por su propia necesidad, transformar la realidad, de la que el hombre es parte. Y esto supone una actitud crítica y comprometida para modificar y construir, a él y a su sociedad.

Pedagogía y Tiempo Libre

El ámbito del desarrollo del denominado "tiempo libre" como parte de la educación no formal, va desarrollándose a pasos agigantados. Desde la creación de nuevas estructuras comerciales pueden ser concebido como el cuerpo más o menos orgánico de técnicas y recursos con los cuales, supuestamente colaboramos en la formación de hombre íntegro, "desarrollamos al sujeto en su aspecto físicos, sociales, emocionales y afectivos", "generamos al hombre del mañana", etc.

Poco se profundiza acerca del qué querer, lo que significa los conceptos, de que idea de hombre y de realidad partimos, de qué concepto de naturaleza humana o de trabajo iniciamos nuestra labor. Lo esencial parece pasar por las técnicas. Nos divertimos, pero ¿Por qué? ¿Para qué? Intentamos señalar aquí que estos enfoques se centralizan en la didáctica, en el conjunto de pasos, métodos, técnicas, y modos de aplicación, pero no reconoce un planteo pedagógico, un fundamento teórico que lo valide y que le otorgue



significado a la acción. La pedagogía, la ciencia de la educación, intenta determinar el tipo de hombre y de humanidad que se desea formar.

Debemos tener en cuenta, por su obriedad, que la didáctica moderna puede, perfectamente, ser utilizada con concepciones pedagógicas retrógradas o ultramontanas. La didáctica no garantiza logros pedagógicos progresistas o avanzados porque ella sea avanzada. Y esta situación no es tan fácilmente validada como debiese, originándose así un reconocimiento a la calidad del recreador por las técnicas que conoce más que por el tipo humano al que persigue desarrollar. Más aún, las estructuras formativas de docentes para el tiempo libre enfatizan, en general, las didácticas en deterioro de los basamentos pedagógicos. Y ello no es casual, responde a un concepto particular de ese tiempo libre, de su origen como de su sentido: es mayoritariamente, un tiempo para ser consumido y gastado. Debe ser eminentemente hedonístico. O, lo que es lo mismo, como señalamos en otros capítulos, debe ser liberador: compensar el cansancio y el aburrimiento.

Actividades Propuestas Para el Ámbito Escolar

Actividades sociales

Permiten la conformación, integración y consolidación de grupos que tienen como propósito central establecer un marco de referencia social para cada individuo.

Actividades físicas

Sirven para conservar la salud física y mejorar las habilidades psico-motrices como lo son el deporte, juegos al aire libre, juegos tradicionales, etc.

Actividades culturales

Sirven para estimular la creatividad, expresión artística, valores culturales entre los que están las danzas, coros, teatro, pintura, caricatura, etc.



Actividades ambientales

Sirven para mejorar la conciencia ecológica de niños y jóvenes, como son, eco-paseos, excursiones, etc.

Actividades vacacionales

Sirve para cambiar de rutina, ejercitar destrezas, desarrollar la creatividad, mejorar la motricidad fina, tales como talleres de títeres, pintura, manualidades, etc.

Actividades científico-tecnológicas

Sirven para incentivar el espíritu investigativo y mejorar la comprensión del mundo. Entre ellos tenemos experimentos sencillos, ferias de la ciencia. Análisis de noticias científicas.

Actividades turísticas

Sirven para mejorar el conocimiento del entorno y aumentar el sentido de identidad y pertenencia a una región.

Todas las actividades que se desarrollan en la vida con un fin único y placentero, suelen llamarse actividades lúdicas, así como también el arte de enseñar a través del juego, de proyectos que trascienden la actividad del aula y que sirven para lograr un aprendizaje más significativo.

El juego, las actividades recreativas y culturales permiten poner a prueba la resistencia física, el desarrollo biológico de los sujetos y la apreciación que tienen del mundo, posibilitándoles la creación de reglas intrasgredibles que son generalmente de reflexión colectiva, definen qué es valioso y qué no, dando oportunidad completa a la existencia, a la pluralidad que se pone de acuerdo con un fin: El disfrute y la fantasía; por eso cuando Jiménez V., define el juego y lo lúdico como “Obra de imaginación, de ficción, de construcción de situaciones imaginarias, de algo que no es literalmente real” se demuestra la posición que asume el estudiante frente a lo que vive cotidianamente y aquellos sentidos que cruzan su historia de vida.

El juego es la posibilidad de hacer real lo que se quiere cambiar o se quiere vivir. “La actividad lúdica hace referencia a un conjunto de actividades de expansión de lo simbólico



y lo imaginativo, en las cuales está el juego, el ocio y las actividades placenteras" notándose claramente la necesidad que tiene el ser humano de representar su mundo y lo que reprime de él.

El juego, las actividades recreativas, culturales y los proyectos sociales como formas de aprendizaje son unas de las mejores herramientas que puede poseer el maestro, ya que éstas, son instrumentos de comunicación y transmisión del conocimiento que se genera en la comunidad educativa y académica, además de ayudar a socializar al individuo, a acercarlo más al otro y al mundo que lo rodea, al igual que le permite expresarse e incluso crear su propio mundo dentro de lo real.

Los juegos se han resistido siempre a ser comprendidos desde una perspectiva individualista, porque son actividades en las cuales penetra, desde su propia globalidad, la cultura, la historia y la socialización educativa. Esta penetración, inespecífica pero firme, se realiza mediante la incorporación a los juegos de símbolos culturales que forman parte de la materia misma de la que se componen las actividades y las conversaciones lúdicas.

La cultura que se ha creado en torno al uso del tiempo libre, la recreación y el deporte han llevado a la escuela a estructurar un discurso más cercano a la realidad de toda la comunidad educativa, en el que se valoran actividades desarrolladas por fuera del aula de clase y en las que se constituye una cultura de convivencia mediante la participación activa, la comunicación y la construcción de valores cuyo significado cotidiano hacen del estudiante un ser autónomo, libre, equitativo y responsable consigo mismo y con la sociedad. Todas las actividades que desarrollamos en nuestra vida con un fin único y placentero, suelen llamarse actividades lúdicas, así como también al arte de enseñar a través del juego, de proyectos que trascienden la actividad del aula y que sirven para lograr un aprendizaje más significativo.

Tiempo Libre

El tiempo libre refiere a un campo específico de la experiencia humana, con sus propias ventajas, incluyendo la libertad de elegir, creatividad, satisfacción, disfrute y mayor placer



y felicidad. El tiempo libre comprende diversas formas de expresión y actividad cuyos elementos son a menudo de naturaleza física, como asimismo intelectual, social, artística o espiritual. El tiempo libre es un importante recurso para el desarrollo personal, social y económico y es un aspecto importante de la calidad de vida. El tiempo libre es asimismo un bien cultural y una industria que crea empleo; mercancías y servicios. Factores políticos, económicos, sociales, culturales y del entorno pueden realzar u obstaculizar el tiempo libre.

El tiempo libre promueve la salud general y el bienestar, ofreciendo una gama de oportunidades que le permiten a individuos y grupos y elegir actividades y experiencias adecuadas a sus propias necesidades, intereses y preferencias. La gente alcanza su mayor potencial en el tiempo libre cuando toma parte en las decisiones que determinan las condiciones de dicho tiempo libre.

Además, es un derecho humano fundamental, tal como la educación, el trabajo y la salud son derechos, nadie debería ser privado de este derecho por razones de género, orientación sexual, edad, raza, religión, credo, estado de salud, desventaja física o situación económica.

El desarrollo del tiempo libre es facilitado por el suministro de condiciones de vida básicas, tales como seguridad, vivienda, alimentación, ingresos, educación, equidad y justicia social. Las sociedades son complejas e interrelacionadas, y el tiempo libre no puede ser aislado de otras metas de la vida. Para alcanzar un estado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y llevar a la práctica aspiraciones, satisfacer necesidades e interactuar en forma positiva con el entorno. El tiempo libre está considerado entonces como un recurso para el mejoramiento de la calidad de vida. Muchas sociedades en todo el mundo se caracterizan por el aumento de la insatisfacción, la tensión, el aburrimiento, la falta de actividad física, falta de creatividad y la alineación de la gente en su vida diaria. Todas estas características pueden recibir alivio gracias al comportamiento en las horas de tiempo libre.



Las sociedades en el mundo entero están experimentando profundas transformaciones sociales y económicas, que están produciendo cambios significativos de la cantidad y la distribución del tiempo libre disponible al individuo en el curso de su existencia. Estas tendencias tendrán una influencia directa sobre diversas actividades de tiempo libre que, a su vez, afectarán la demanda y oferta de artículos y servicios para el tiempo libre.

El propósito fundamental de la educación para el tiempo libre es desarrollar los valores y actitudes de las personas y dotarlos de los conocimientos y destrezas que les permitan sentirse más seguros y obtener mayor satisfacción y disfrute de su existencia. Esta declaración implica que la educación no solo se relaciona al trabajo y la economía sino que es igualmente importante para el desarrollo del individuo como un miembro con plena participación en la sociedad, y para mejorar su calidad de vida.

El tiempo libre considerado como unidad ha sufrido un proceso de transformación, ha existido siempre y ha sido definido en formas muy diversas, muchas de ellas de acuerdo a los objetivos que las mismas sociedades institucionales o individuales que lo enfrentan han pretendido alcanzar.

El concepto de tiempo libre aparece con el auge de la industrialización en la década de los años 30 cuando se dio la racionalización de la jornada laboral, como efecto de ello las personas empezaron a tener más tiempo para recuperarse y compensar lo mecánico y rutinario de las labores altamente tecnificadas.

Lo que quiere decir cuando expresamos "tiempo libre" no está claramente establecido en nuestras sociedades y existen diversas explicaciones de acuerdo a una serie de intereses y necesidades. Para muchas personas el tiempo libre es un concepto opuesto al tiempo que utilizan para tareas obligatorias. Dicho de otra manera: "es aquel tiempo en el que actúan por su propio impulso, siguiendo sus inclinaciones y deseos". Por ello no se debería usar como se hace comúnmente, como algo opuesto al trabajo, sino, sencillamente, separarlo del trabajo alienante o monótono al cual estamos obligados prioritariamente para satisfacer nuestras necesidades primarias.



La educación del tiempo libre

Los requisitos previos y condiciones para el tiempo libre no pueden ser asegurados por el individuo solo. El desarrollo del tiempo libre requiere la acción coordinada de los gobiernos, organizaciones no gubernamentales y voluntarias, la industria, las instituciones educacionales y los medios de comunicación. La educación del tiempo libre juega un papel principal en la reducción de diferencias en la experiencia y el status en el tiempo libre y en asegurar igualdad de oportunidades y recursos. Asimismo, permite a la gente alcanzar su más alto potencial durante el tiempo libre. La educación del tiempo libre debe adaptarse a las necesidades y requerimientos locales de países y regiones diferentes, tomando en consideración los diferentes sistemas sociales, culturales y económicos. La educación del tiempo libre es un proceso de aprendizaje que dura toda la vida, incorpora el desarrollo de actitudes, valores, conocimientos, destrezas y recursos para el tiempo libre.

Educación del tiempo libre en las escuelas

El objetivo general de la educación en tiempo libre es ayudar a los alumnos a que alcancen una calidad de vida anhelada mediante el tiempo libre. Esto se puede lograr mediante el desarrollo y estímulo de valores, actitudes, conocimientos y destrezas del tiempo libre, mediante el desarrollo personal, social, físico, afectivo e intelectual. Esto, a su vez, tendrá un impacto sobre la familia, la comunidad y la sociedad toda.

La recreación y el deporte como componentes del espacio público y comunitario en el desarrollo social.

Contribuir a la recuperación de una concurrencia individual y colectiva acerca de la importancia de valores en el espacio público y comunitario, la recreación y el deporte a través de formas técnicas que contribuyan a mejorar la calidad de vida. Aprovechar el deporte y la recreación para el mejoramiento de las relaciones interpersonales y grupales, familiares y sociales, en especial en las comunidades más deprimidas o en conflictos. Propiciar el desarrollo integral de las comunidades mediante la formación y preparación recreo-deportiva para el desarrollo de éstas como actividad colectiva y productiva tanto en



lo social como en lo económico. Y optimizar los recursos públicos y recreativos como fuente de satisfacción colectiva, auto motivación, valoración, son los objetivos generales en la lucha por volver la recreación y el deporte componentes del espacio público y comunitario como desarrollo social.

En la actualidad de nuestros barrios las comunidades tienen un modo de vida que en algunos casos se van viendo capturados por actividades que los van deteriorando como seres individuales y sociales. Hoy es preocupante ver cómo desde niños las personas se preocupan menos por lo comunitario y más por lo individual y lo privado.

El deporte y la recreación, como fuentes de satisfacción personal no se reconocen, más bien se practican como estrategias de pacificación, de prevención y de poder. Por consiguiente no se preocupan como deberían ser, a pesar de que en Medellín se cuenta con 2.140 escenarios recreativos y deportivos, todos adscritos al INDER y entregados en su mayoría a la comunidad por medio de comodatos y grupos comunitarios organizados.

Uno de los temas centrales de reflexión mundial sobre el desarrollo comunitario, es precisamente la integración social y el mejoramiento de la calidad de vida de sus habitantes, aspectos en los cuales el tiempo libre, el deporte y la recreación, juegan un papel importante.

Desde el punto social, la recreación y el deporte contribuyen a la transmisión de la cultura, pues unidos cada uno pone en contacto de los otros sus costumbres, normas, formas, identidades y posibilidades. De esta manera no podemos negar la interacción del deporte y la recreación comunitaria siendo fuente de conocimiento y de saber para el niño, el joven y el adulto. El deporte y la recreación deben responder a las necesidades y realidades socioculturales de la comunidad. Se trata de que los espacios comunitarios unidos al deporte y la recreación, se conviertan en fuente de desarrollo social al mezclarse los intereses y las necesidades individuales y colectivas de quienes las integran, es allí donde también se pueden solucionar y prevenir problemas comunes fortaleciendo la creatividad en las acciones que desarrolla la comunidad. La recreación y el deporte son el mejor



camino para el acercamiento y la amistad, son el más fuerte lazo de unión entre los hombres, modifican la vida interior y colectiva de las comunidades, modifican el entorno físico y social.

Hoy cuando el país requiere de una aplicación de la democracia en cuya búsqueda estamos comprometidos todos, los espacios comunitarios adquieren el carácter de elemento clave en la transformación de la vida social de las comunidades en el marco del proyecto para un país de cara al siglo XXI, cuyo eje central debe seguir siendo la democracia.

La sociedad reclama hoy más que nunca, espacios y oportunidades públicas para todos por igual. Espacios que contribuyan a la búsqueda de una convivencia pacífica e igualitaria.

La recreación y el deporte permiten entonces propiciar ambientes democráticos de amplia participación y desarrollo social, pues su práctica es solo entendible desde la igualdad, es decir, aprovechando y fomentando más el uso de espacios públicos y comunitarios que son los que nos acercan a una sociedad más justa y equitativa.

Ocio

Existen innumerables concepciones del ocio y será inútil tratar de encontrar alguna que tuviera una aceptación unánime. El significado del ocio varía de un país a otro, esto es normal y también deseable ya que el ocio debería representar, ante todo, el espacio de libertad de expresión propia de cada individuo. Las grandes bases objetivas que se han destacado como: el acrecentamiento del tiempo libre, la evolución de la naturaleza del trabajo, las categorías sociales, la edad o nivel de escolaridad, sólo explican, en parte, las conductas de ocio.

Éstas no se pueden reducir a una cadena de determinismos sociales que actúan en forma mecánica. Cuando mucho, se podrá establecer una ley de probabilidades de las conductas del ocio, que no es solo un hecho social, sino un hecho humano.

Independientemente de las diversas concepciones que pueden tenerse del ocio, éstas cumplen una serie de funciones que se encuentran en todas las prácticas del ocio. No se trata ya de saber qué es ocio sino de saber a qué necesidades responde en el pleno individual, en el social y en lo económico. Por eso es necesario hacer una distinción entre:



Funciones psicológicas del ocio

El ocio cumple funciones psicológicas obvias. Si bien no ofrece una compensación total frente a la vida de trabajo, no por ello deja de producir compensaciones parciales que son esenciales para el equilibrio psicológico del individuo. J. Dumazedier ha identificado tres funciones:

- Función de descanso.
- Función y diversión.
- Función de desarrollo.

Función de descanso: Es la primera función del ocio y, quizá la más necesaria, en el sentido de que sin la recuperación de la fatiga nerviosa y física no podría haber ocio. El descanso significa a la vez un reposo y una liberación; un reposo reparador después de la acumulación de tensiones y la fatiga de una jornada de trabajo; además, la liberación psicológica de los condicionamientos, las obligaciones que emanan no solo del trabajo, sino de múltiples tareas que hay que realizar por necesidad o por deber. Si bien el tiempo de trabajo tiende a disminuir, el tiempo cargado de presiones fuera del trabajo va en aumento. Este aspecto del estilo de vida urbano hace más necesarios los momentos de descanso a tal grado que el descanso como sinónimo de reposo suele ser el principal componente del ocio moderno. Ahora bien, son precisamente las otras dos funciones del ocio (diversión y desarrollo) las más susceptibles de favorecer el pleno desarrollo del individuo en sus actividades de esparcimiento.

Funciones sociales del ocio

Aparte de las funciones predominantes psicológicas, el ocio, cumple otras que se pueden analizar a nivel de la sociedad en su conjunto. De éstas, solamente trataremos tres de las más significativas del ocio:

- Función de sociabilidad.
- Función simbólica.



- Función terapéutica.

Función de sociabilidad

Las condiciones de trabajo moderno, la urbanización intensa y el hábitat vertical han traído consigo una disminución de las relaciones sociales. Ninguna sociedad ha generado jamás tanta soledad. La división del trabajo y el exceso de la especialización que resulta de ella han empobrecido la comunicación interpersonal. La gran ciudad separa y aísla a la gente, en vez de reunirla, como sucede en los pueblos. Las funciones colectivas de antaño se han individualizado. La producción en serie de bienes de consumo ha impuesto un estilo individual de consumo (se prefiere el auto al transporte colectivo, la lavadora, a los lavaderos comunes, etc.). Evidentemente, las actividades de esparcimiento han seguido esta evolución general; suelen tener poco de colectivo. Se pasa la mayor parte del tiempo libre en el seno familiar. Es la familia, ante todo, la que cumple la función de las relaciones sociales del individuo en sus ratos de ocio. Las principales actividades de esparcimiento familiar son: el intercambio en las relaciones, la educación de los hijos, la televisión, las vacaciones. Sin embargo, también la familia, que sigue siendo el principal pozo afectivo y de relación, ha sufrido una evolución que ha afectado su función social. Ya no es como antes, el medio donde se produce el intercambio entre generaciones sucesivas; la gran familia que reunía a tres o cuatro generaciones prácticamente ha desaparecido.

Si bien el tiempo de ocio se consagra antes que nada a las actividades familiares, también hay otras prácticas de ocio que permiten desarrollar las relaciones sociales; entre ellas asociaciones que ofrecen actividades de esparcimiento activas, clubes deportivos, etc. Porque independientemente de la actividad que se proponga, participar en una asociación cualquiera favorece el intercambio, las confrontaciones, la asunción de responsabilidades.

Función simbólica

Como toda actividad social, el ocio tiene una función simbólica. Con mucha frecuencia es el símbolo (o la señal) de que pertenece a una determinada categoría social; pero puede ser también un signo de afirmación personal con respecto a los demás.



A medida que las formas de trabajo se vuelven más mecánicas y uniformes y que se reafirma la jerarquía, se acentúa la necesidad de distinguirse socialmente en las diversiones. Si no se puede probar la posición social por la naturaleza del trabajo, se la prueba por medio de las actividades de esparcimiento con un valor cultural o consideradas elitistas.

Las prácticas del ocio responden más a los estilos particulares de vida que a un acondicionamiento general debido a la estratificación social. La elección de un estilo de vida (y por lo tanto de un estilo de ocio) no reside sólo en la categoría socio-profesional de origen; hay, además muchos otros indicadores. A fin de cuentas, las prácticas del ocio no pueden reducirse a un solo indicador, por muy poderosa que sea su influencia. Hay una parte de libertad y de elección personal que rebasa siempre las mejores explicaciones que se pueden dar.

El ocio es, por lo tanto, un símbolo de afirmación personal, de un deseo de individualizarse, y un símbolo de clase a la vez. Porque los valores del ocio no son los del trabajo; no atraviesan por el mismo condicionamiento social. Conceden más lugar al auto conformismo y a la libertad de elección de cada persona.

Función terapéutica

El ocio tiene una función terapéutica obvia; pero paradójicamente se la descuida mucho. Esta función reúne las dos primeras funciones psicológicas que se mencionaron: de descanso y de diversión.

El descanso permite recuperarse de la fatiga física, y la diversión libera de las tensiones nerviosas y restablece el equilibrio psicológico. El ocio, pues, contribuye a mantener un buen estado de salud. Desde luego, las distracciones físicas son las que producen efectos más perceptibles. La vida sedentaria y la ausencia casi total de esfuerzo físico atentan contra las funciones fisiológicas del individuo y lo más grave las actividades sensoriales tienden a atrofiarse.

Frente a éstas múltiples calamidades engendradas por el estilo de vida actual, las actividades físicas de esparcimiento constituyen un remedio imprescindible. Estas suelen practicarse al aire libre, por lo que permiten la oxigenación y el desarrollo del potencial físico, que son factores de primera importancia para la salud y el bienestar.



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

Desde luego estas actividades físicas deben estar adaptadas a las predisposiciones físicas y al entrenamiento de cada quien. Del simple paseo por el bosque a los deportes de competencia hay toda una gama de actividades físicas de esparcimiento susceptibles de influir en el desarrollo armonioso del cuerpo y del espíritu.

6. MARCO LEGAL

Ley 181 de 1995: "Ley del Deporte"

Derecho Social: (Artículo 4). El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación, la salud 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 y social, bajo los siguientes principios:

Universalidad: Todos los habitantes del territorio nacional tienen derecho a la práctica del deporte, el acceso a la medicina deportiva, 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, el acceso a la medicina deportiva, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.

Participación Ciudadana: Es deber de todos los ciudadanos propender la practica del deporte, el acceso a la medicina deportiva, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre de manera individual, familiar y comunitaria.

Integración Funcional: Las entidades públicas y privadas dedicadas al fomento, desarrollo y práctica del deporte, la medicina deportiva, 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 por la ley.

Democratización: El estado garantizara la participación democrática de sus habitantes para organizar la práctica del deporte, el acceso a la medicina deportiva, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, sin discriminación alguna de raza, credo, condición social o sexo.

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

La recreación: (Artículo 5) “es un proceso de acción participativa y dinámica facilita entender la vida como una vivencia 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”.



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

El aprovechamiento del tiempo libre: (Artículo 5). “Es constructivo lo que el ser humano hace de él en el 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 psicológica”.

Ley 115 de 1994 “ley General de Educación”

Educación física: (Artículo 10) “Entiéndase por 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”.

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 a los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes”.

7. Objetivos: generales y específicos.

Objetivo General:

Brindar a la comunidad educativa espacios lúdicos, recreativos, y deportivos para el buen aprovechamiento de su tiempo libre, la promoción de la salud y la convivencia.

Objetivos específicos:



- Desarrollar una propuesta en formación deportiva para los estudiantes de la institución educativa Barrio San Nicolás a través de eventos masivos que contribuyan al manejo adecuado del tiempo libre.
- Sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de las actividades de sano esparcimiento y del buen aprovechamiento del tiempo libre, por medio de jornadas recreativas y deportivas.
- Realizar los torneos internos en diferentes disciplinas deportivas que permitan la participación masiva de los estudiantes y evidencie los talentos de la institución educativa Barrio San Nicolás.
- Seleccionar diferentes estudiantes que permitan una participación en deportes individuales como el atlétismo y conformación de equipos que favorezcan la participación en deportes de conjunto representativos de la institución educativa Barrio San Nicolás en busca de la participación en los juegos Indercolegiados, intercambios y festivales deportivos.
- Conformar semilleros de iniciación deportiva en la institución educativa Barrio San Nicolás que motiven las capacidades y gustos de los estudiantes por el deporte.
- Emplear la clase de Educación física y las actividades del proyecto que impliquen movimiento e interacción como un elemento formador y socializador que promueve los valores y la convivencia.

8. Metodología.

La forma en la cual se pretende llevar a cabo este proyecto, es a través de una metodología participativa donde se convocará a todos los estudiantes de la institución educativa Barrio San Nicolás a inscribirse en los diferentes torneos de microfútbol, básquetbol y voleibol,



para la realización de los juegos internos llamados interclases. Otra forma de hacer partícipe a los estudiantes y hacerse ver ante la comunidad y otros colegios será por medio de los juegos Intercolegiados para ello se convocará a los estudiantes a la inscripción y entrenamientos de los mismos y en manos del Inder quedará la fecha de iniciación de este evento.

Para fortalecer y motivar a los se crearán semilleros con los estudiantes y de esta forma acrecentar el gusto por el deporte y en futuros años hacer parte de los equipos representativos de la institución.

9. Cronograma o plan de acción: Debe contemplar los siguientes aspectos

N°	Fecha	Descripción de la actividad	Recursos	Responsables	Evaluación de la actividad
1	29-01-2024	ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN LOS DESCANSOS	Balones de microfútbol	Walter Duarte Daniel Gómez	utilizar el espacio de la cancha en de manera ordenada en la que hombres y mujeres puedan



					utilizarlo de manera equitativa por grupos diferentes cada día.
2	15-04-2024	ALIANZA INTERINSTITUCIONAL INDER MEDELLÍN	Portátil, oficina.	WALTER DUARTE JHON SABINO MOSQUERA INDER	Favorecer de nuevo la alianza interinstitucional con el INDER Medellín con el ánimo de fomentar diferentes prácticas deportivas de los estudiantes en su tiempo libre.
3	14-052024	Inicio de semillero de Baloncesto	Balones de baloncesto, Coliseo	Walter Duarte Daniel Gómez profesional INDER	La convocatoria al semillero fue muy exitosa, se logra consolidar un grupo que asiste los martes y jueves de 9:30 AM A 11:00 AM
4	22-04-2024	Alianza interinstitucional DEPORTE Y CONVIVENCIA		Walter Duarte Daniel Gómez Directivos Juan Camilo Deporte y convivencia	Se retoma esta alianza interinstitucional con varias actividades para el año. Inicialmente la sensibilización en los grupos de sexto a once la cual se realiza en



					el primer semestre con una participación activa por parte de los estudiantes generando un impacto positivo para la comunidad estudiantil. En el segundo semestre queda la charla con el director del INDER Eduardo Silva Meluck y la realización del golvivencia.
5	26-04-2024	Celebración día de la niñez y la recreación		Walter Duarte Daniel Gómez Ana Carolina Páez PROM 2024	Se realiza esta actividad de alto impacto en la comunidad educativa, los estudiantes de grado 11 dejan un gran legado al realizar una jornada memorable para los estudiantes de primaria
6	07-04-2024	Carrusel Académico (Importancia de la Actividad Física en el tiempo libre)	Material lúdico	Ana Carolina Páez Walter Duarte	Se participa en el circuito académico con una base práctica en la que se mide el índice de masa



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

				Daniel Gómez	corporal (peso y talla) se reflexiona frente a la importancia de practicar actividad física y ejercicio y además se realiza una práctica con la metodología entrenamiento en circuito y finalmente se gestiona una rumba aeróbica con el INDER Medellín. Fue una actividad en la que se involucró al grado octavo como expositor y la respuesta de los estudiantes fue altamente positiva
7	24-03-2024	Actividades lúdicas en tiempos de descanso.	Material lúdico.	Ana Carolina Páez	
8	08-05-2024	SEMILLERO DE HAPKIDO	Sede acción comunal, actividad extracurricular	Walter Duarte Cárdenas Daniel Gómez	Se realiza apoyo a la práctica de Hapkido para estudiantes de la jornada de la mañana el cual se realiza en horas de la tarde en la sede comunal de villa



						Guadalupe, la función del proyecto es motivar la participación y movilizar esta práctica de tiempo libre.
9	11-072024	TORNEO INTERCLASES DEPORTE DEFINIR POR	Balones, planillas	Walter Duarte Cárdenas		
10	11-072024	TORNEO INTERCLASES JORNADA (PRIMARIA) PM	Balones, planillas	Ana Carolina Páez		
11	22-08-2024	DÍA DEPORTIVO DE LA JUVENTUD (FESTIVAL DE ATLETISMO)	Cronómetro	Walter Duarte Cárdenas		
12	17-10-2024	JUEGOS COOPERATIVOS SEMANA DE LA CONVIVENCIA	Materiales recreativos	Walter Duarte Cárdenas		
13	05-11-2024	PREMIACIÓN TORNEOS INTERCLASES	Premiación	Walter Duarte Cárdenas		

10. Recursos



5 balones de fútbol de salón

Material de recreación (bombas, pimpones, pinta caritas, baldes, costales)

Trofeos para premiación de torneos y festivales

Pasajes para la representación de atletismo y cuando los encuentros lo ameriten

2 pitos

Cronómetro

11. Bibliografía o referencias teóricas o legales

- Carta Internacional de WLRA. Seminario Internacional de WLRA. Jerusalén. 1997.
- Constitución Política de Colombia, 1991.
- El espacio público y comunitario como estrategia integral de desarrollo social, Gobernación de Risaralda de 1995.
- El Lenguaje del servicio es un acuerdo colectivo. Sri Sathya Sai Bara Saetín. Documento. 1999.
- GIRALDO, Mariano. Metodología de la Educación Física.
- JIMÉNEZ V. La lúdica en el contexto escolar.
- La comunicación como estrategia de paz, asesoría de paz y convivencia. Municipio de Medellín. 1997.
- Ley General Educación del 8 de Febrero de 1994.
- Ley 181/94. Ley Marco del Deporte.
- Manual del líder deportivo comunitario. Gobernación de Risaralda. 1995.
- Marco General Programas Curriculares de Educación Física, Recreación y Deportes.
- MEINEL, Kurt. Didáctica del Movimiento.
- PILA, Augusto. Educación Física – Deportiva. Didáctica.



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

- VÉLEZ MEJÍA, Jesús Eduardo. La recreación y el tiempo libre. COMFAMA. 1999.
- ZULETA SÁNCHEZ, Democracia, Constitución y Vida Comunitaria.
- Cómo promover en los niños estilos de vida saludable. Corporación Colombiana para la prevención de alcoholismo y la farmacodependencia. Medellín 2000.

Evidencias primer semestre 2024

PRÁCTICAS DEPORTIVAS EN EL DESCANSO (microfútbol femenino)



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

Movilización semilleros de Baloncesto y Hapkido

ENTRENAMIENTO DE HAPKIDO



**MIÉRCOLES Y VIERNES
HORA: 5:30 A 6:30 PM
LUGAR: SEDE COMUNAL VILLA
GUADALUPE PARTE BAJA**



**PROYECTO TIEMPO LIBRE
I.E.B SAN NICOLÁS**



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

SEMILLERO

BALONCESTO

PROYECTO TIEMPO LIBRE

ENTRENAMIENTOS
MARTES Y JUEVES
HORA: 9:30 A 11:00 A.M.
LUGAR: COLISEO I.E.B. SAN NICOLÁS



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

Semillero de Hapkido (villa guadalupe)





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015



Semillero de baloncesto



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015



SENSIBILIZACIÓN
CONVIVENCIA

DEPORTE

Y



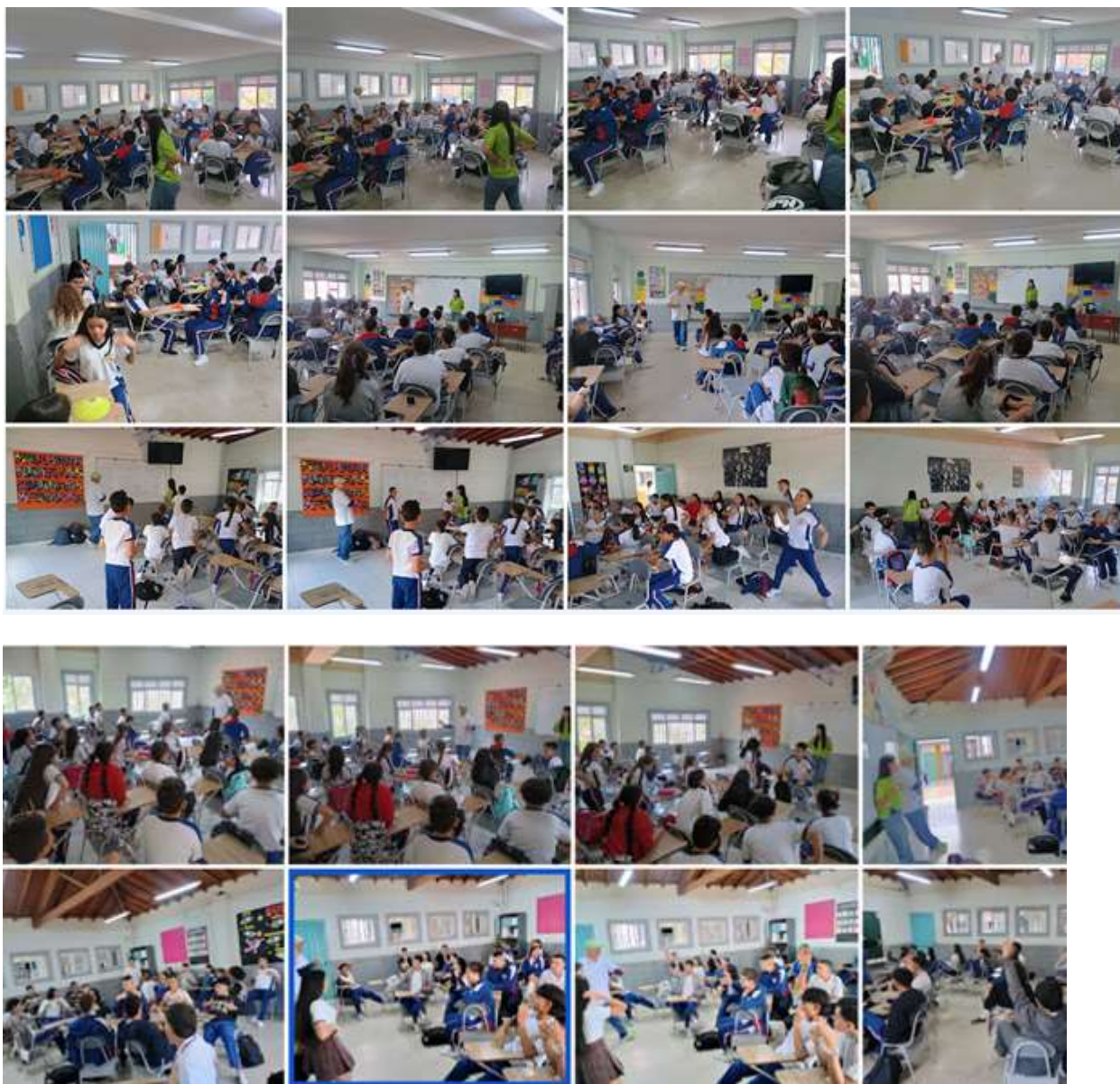
INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

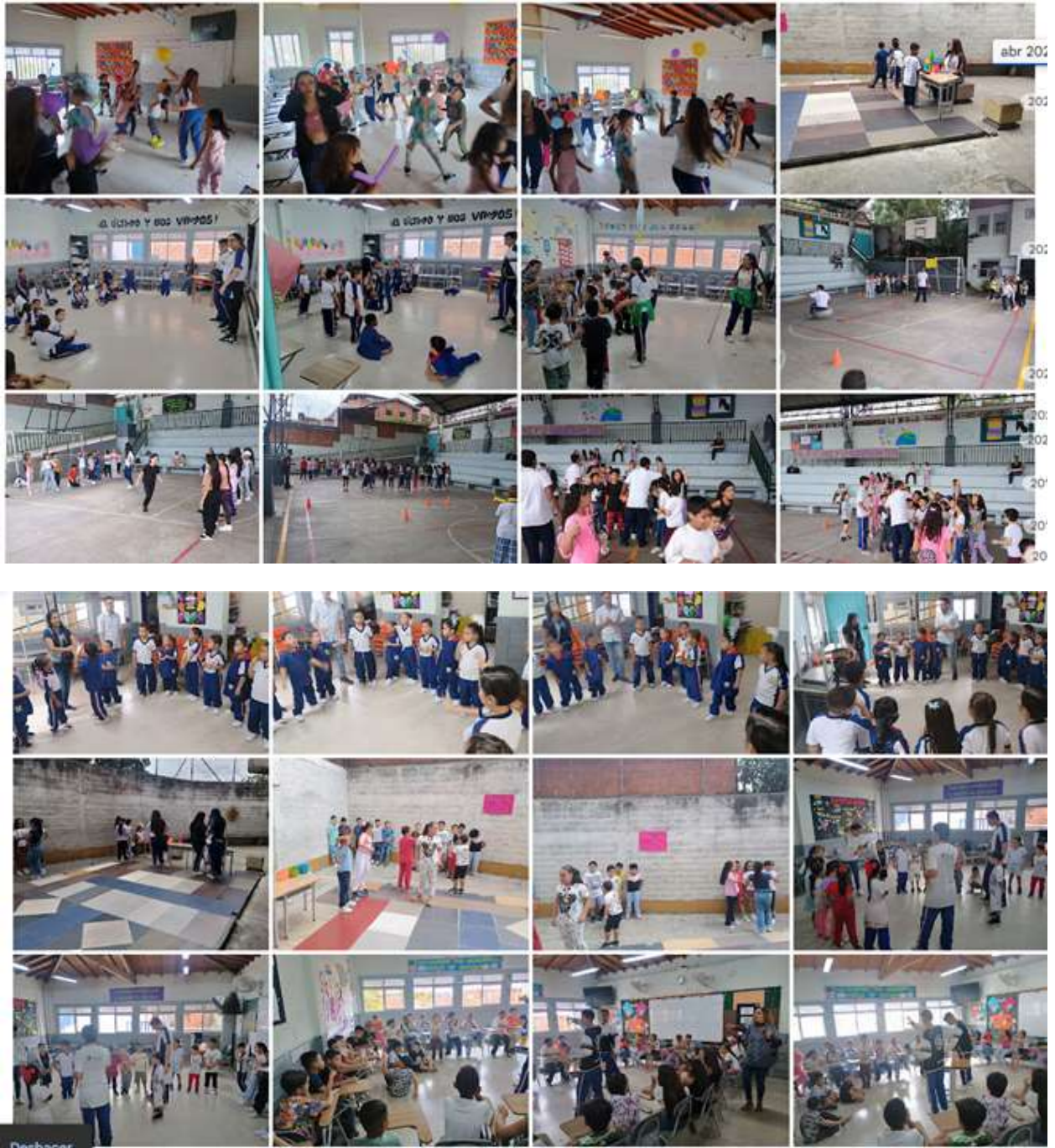
"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

Día de la Niñez y la Recreación





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015

Participación en el Circuito Ejercicios para la mente y el cuerpo





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015



Festival del juego limpio vol vivencia-fútbol





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015



Proyecto de vida Mapa de la prosperidad



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015





INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015



INSTITUCION EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

"Comprometidos con el Conocimiento y el Ser"

Resolución de aprobación N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

DANE N° 105001026671 NIT 901050539-1

Decreto Reglamentario 1075 de 2015