

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SALLE DE CAMPOAMOR**  
**PROYECTO PEDAGÓGICO PARA EL AÑO 2025**  
**APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE**

<b>NOMBRE DEL PROYECTO:</b> Aprovechamiento del tiempo libre, la recreación y el deporte
<b>RESPONSABLE:</b> Bibiana María Zapata, Luis Fernando Cadena, Oswaldo Barrada Gutiérrez y Jorge Restrepo Mejía
<b>NORMATIVIDAD QUE JUSTIFICA EL DESARROLLO DEL PROYECTO:</b> Ley 1029/06, por la cual se modifica el artículo 14 de la Ley 115 de 1994 sobre la enseñanza obligatoria, cuyo numeral b. es: “El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión o desarrollo”. La Ley 934/04 por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física y se dictan otras disposiciones. La Ley 181/95 por el 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. La ley 724 del 2001, por la que se institucionaliza la celebración del día de la niñez y la recreación, el lineamiento Brújula y la Ruta 25, que brinda las orientaciones generales para el diseño, implementación y evaluación del Plan de Celebración del Día de la Niñez 2024 - 2027 a nivel nacional.
<b>ALCANCE:</b> Estudiantes de la Institución Educativa matriculados en las tres jornadas (mañana, tarde y noche)
<b>JUSTIFICACIÓN:</b> La inactividad física, la tendencia a consumir alimentos altamente procesados y la falta de ejercicio diario son adversidades de gran preocupación en la sociedad contemporánea. El estilo de vida sedentario y la escasez de actividades físicas planificadas nos sumergen en una problemática que requiere una intervención educativa. Por tanto, esta temática adquiere una relevancia e importancia significativas en el ámbito de la formación y educación de toda la sociedad. Para abordar adecuadamente esta situación, es fundamental promover la toma de conciencia y el fomento de hábitos saludables en la comunidad educativa. El estilo de vida actual ha experimentado cambios significativos a lo largo del tiempo. En el pasado, la supervivencia era la principal preocupación de la humanidad y se mantenía una estrecha relación con la naturaleza. Sin embargo, en la actualidad, se ha perdido ese modelo básico y sencillo, y se ha dado paso a un mundo urbano dominado por la tecnología y el consumismo. La automatización y robotización del mundo son una realidad que continuará expandiéndose, lo que puede aumentar el aislamiento social. Por lo tanto, es fundamental promover el aprovechamiento del tiempo libre, la recreación y el deporte para mejorar la salud física y mental de los estudiantes. La implementación de actividades físicas y recreativas no solo contribuirá a fortalecer el bienestar físico de los estudiantes, sino también a fomentar la interacción social y el desarrollo de habilidades sociales. Además, se ha demostrado que el ejercicio regular ayuda a reducir el estrés, mejorar la concentración y aumentar la capacidad de aprendizaje de los estudiantes. Al promover el deporte y la recreación, se les brinda a los estudiantes la oportunidad de explorar diferentes actividades físicas, descubrir sus pasiones y talentos, y adquirir hábitos saludables que pueden llevar consigo durante toda su vida. Asimismo, el tiempo libre bien utilizado puede ser una herramienta poderosa para desarrollar la creatividad y la imaginación de los estudiantes. A través de actividades lúdicas y recreativas, los estudiantes pueden desafiar su mente, pensar de manera más flexible y desarrollar habilidades cognitivas clave. Además, el deporte y la recreación promueven valores como el trabajo en equipo, la perseverancia, la superación personal y el respeto por los demás. Estos valores son fundamentales tanto en el ámbito educativo como en el profesional, ya que ayudan a formar individuos responsables y comprometidos con el bienestar de la sociedad. Finalmente, promover el aprovechamiento del tiempo libre, la recreación y el deporte en los estudiantes tiene beneficios físicos, mentales y sociales importantes. Es fundamental reconocer la importancia de estas actividades y brindar a los estudiantes las oportunidades y recursos necesarios para participar en ellas. Al hacerlo, no solo estaríamos mejorando su calidad de vida, sino también contribuyendo a formar individuos más completos y saludables que puedan enfrentar los desafíos del mundo actual de manera positiva y creativa.

### DIAGNÓSTICO DEL ESTADO ACTUAL DEL PROYECTO:

En la actualidad nuestros jóvenes reclaman por tener una buena salud física parte fundamental del triángulo de salud, que sin la cual no puede existir ese equilibrio mental, social y físico, por diferentes razones como el sedentarismo, la comodidad, los malos hábitos y la falta de espacios para la actividad física el esparcimiento y la recreación, es por lo que pretendemos con este proyecto brindar alternativas para un mejor aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes matriculados en las tres jornadas.

### PROBLEMÁTICA QUE CONVOCA:

En la actualidad el sedentarismo y el uso excesivo de las tecnologías en lo que tiene que ver con la utilización de los celulares y los juegos de video, la falta de espacios para la actividad física, la recreación y el deporte; lo que ha generado en la población una reducción notable en la realización de actividades físicas y recreativas, posibilitando mayores niveles de stress, ansiedad, depresión, enfermedades asociadas con la falta de ejercicio como: el sobrepeso, la obesidad, problemas respiratorios, enfermedades cardiovasculares, la salud psicofísica y social, etc.

**OBJETIVO:** Fomentar el aprovechamiento del tiempo libre en la comunidad educativa a través de la implementación de talleres, actividades físicas y deportivas, apoyadas por nuevas tecnologías y una gestión coordinada con clubes y entidades deportivas, para mejorar el bienestar físico y mental de los estudiantes y académicos, asegurando la sostenibilidad y el impacto positivo de estas actividades.

**LOGRÓ:** Incrementar la participación activa de estudiantes en talleres y actividades deportivas durante el año escolar, mejorando notablemente su bienestar físico y mental, propiciando de esta manera la sana convivencia y el autocuidado.

### METAS:

Conseguir que el porcentaje de días sin conflictos o accidentes mediante la implementación de actividades deportivas, lúdicas y recreativas superen el porcentaje de días sin conflictos o accidentes en los periodos sin dichas actividades

### INDICADOR(ES) DE GESTIÓN:

- Días sin conflicto o accidentes durante jornadas deportivas, lúdicas y recreativas.
- Días sin conflicto o accidentes sin jornadas deportivas, lúdicas y recreativas.

### FÓRMULA DE CÁLCULO:

$$\left( \frac{\# \text{ días sin situac.de conflic o accid en los días con actividades Dep-Lud-Rec} * 100}{\# \text{ Total de días laborados}} \right)$$

$$\left( \frac{\# \text{ días sin situac.de conflic o accid en días sin actividades Dep-Lud-Rec} * 100}{\# \text{ Total de días laborados}} \right)$$

### COMPETENCIAS A DESARROLLAR:

**Cognitivas:**

- Gestión eficiente del tiempo y los recursos disponibles.
- Desarrollo de estrategias para resolución de situaciones problemas que puedan surgir durante la participación en las actividades escolares.

**Personales:**

- Capacidad para tomar decisiones informadas sobre el uso de su tiempo libre.
- Superación de retos personales en actividades físicas y deportivas, lo que incrementa la autoconfianza.

**Sociales:**

- Participación en actividades grupales que requieren cooperación y colaboración.
- Desarrollo de una comunicación asertiva y efectiva en diversas situaciones.

**EJES TEMÁTICOS PARA LA TRANSVERSALIDAD:**

Puesta en práctica de los valores, la integración social, la lúdica y la sana competencia

**METODOLOGÍA:**

Participación acción, de la ejecución de las actividades programadas en jornadas lúdicas y recreativas, y la participación activa de las clases de educación física.

**ESTRATEGIAS:**

Continuar planeando y desarrollando actividades que conlleven a hacer buen uso del tiempo libre de los estudiantes durante la educación de tipo presencial con el aforo completo, realizando actividades deportivas al interior de la Institución, como son los juegos interclases en diferentes disciplinas deportivas, y juegos predeportivos, callejeros y de mesa a realizar durante los descansos Promover el buen aprovechamiento del tiempo libre dentro y fuera del horario escolar de los estudiantes, mediante la participación en actividades deportivas y recreativas, representando la Institución Educativa en eventos y actividades organizadas por el INDER Medellín.

**RECURSOS:** HUMANOS: Estudiantes, docentes, practicantes de las distintas instituciones que se vinculan al colegio y alfabetizadores que prestan el servicio social dentro del colegio. LOGÍSTICOS: placa deportiva o patio de la institución, casa del estudiante

**EVALUACIÓN:** (Incluye el análisis y la presentación de los resultados, así como el impacto obtenido y las propuestas de mejora continua)

### FICHA TÉCNICA INDICADORES

<b>OBJETIVO:</b>	<b>FRECUENCIA DE ANÁLISIS:</b> Semestral
<p style="text-align: center;"><b>NOMBRE DEL INDICADOR:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Días sin conflicto o accidentes durante jornadas deportivas, lúdicas y recreativas.</li> <li>- Días sin conflicto o accidentes sin jornadas deportivas, lúdicas y recreativas.</li> </ul>	<b>FUENTE DE INFORMACIÓN:</b> <b>Formato de registro de conflictos o accidentes semanales</b>
<p style="text-align: center;"><b>PROCEDIMIENTO DE CÁLCULO:</b></p> $\left( \frac{\# \text{ días sin situac.de conflic o accid en días con actividades Dep-Lud-Rec} * 100}{\# \text{ Total de días laborados}} \right)$ $\left( \frac{\# \text{ días sin situac.de conflic o accid en días sin actividades Dep-Lud-Rec} * 100}{\# \text{ Total de días laborados}} \right)$	<b>FRECUENCIA TOMA DE DATOS:</b> Semanal
<b>UNIDAD: %</b>	<b>SENTIDO: Punto de partida</b>
<b>VALOR DE POTENCIALIDAD:</b> 50% y 30% respectivamente	<b>VALOR DE ACTUALIDAD: Sin registro el año anterior</b>
<b>RESPONSABLE DEL ANÁLISIS:</b> Responsables del proyecto	<b>RESPONSABLE DE LA TOMA DE DATOS:</b> Responsables del proyecto y estudiantes de 5°

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Nº	FECHA	ACTIVIDAD	FORMACIÓN Y CONVIVENCIA				RESPONSABLE
			Componentes de la ruta de atención integral (RAI)				
			Promoción	Prevención	Atención	Seguimiento	
1	Enero	Adecuación de sala de juegos e iniciación al ajedrez para Primaria.					
2	Febrero	Aprovechamiento del tiempo libre en los descansos pedagógicos con actividades lúdicas y deportivas.  Presentación y socialización del Proyecto a la comunidad educativa.					Jorge Restrepo  Luis Fernando Cadena  Oswaldo Barrada
3	Febrero	Motivación y organización de los torneos interclases de microfútbol y fútbol de salón.					
4	Marzo	Inicio Torneos Interclases en diferentes disciplinas deportivas.En las disciplinas de micro futbol y futbol de salon.En ambas jornadas					

<b>5</b>	<b>Mensual</b>						
<b>6</b>	<b>Marzo</b>	Adecuación espacio para realización de juegos de mesa y salón para de ajedrez.					
<b>7</b>	<b>Abril</b>	Celebración del día del niño en primaria.					
<b>8</b>	<b>Julio</b>	Continuación de los torneos interclases en fútbol de salón, microfútbol, baloncesto, voleibol, tenis de mesa y ajedrez.					
<b>9</b>	Septiembre						
<b>10</b>	Noviembre	Clausura y Premiación de los Torneos Interclases en las diferentes modalidades deportivas.					