

### IDENTIFICACIÓN DEL PROYECTO

|                            |                                                                                                                                                    |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>TÍTULO</b>              | EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, EL FOMENTO DE LAS DIVERSAS CULTURAS, LA PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE FORMATIVO |
| <b>FECHA</b>               | Julio / 31 / 2017                                                                                                                                  |
| <b>RESPONSABLES</b>        | Tabares Zapata Ana Carolina                                                                                                                        |
| <b>LUGAR DE EJECUCIÓN</b>  | INSTITUCIÓN EDUCATIVA FUNDADORES                                                                                                                   |
| <b>TIEMPO DE EJECUCIÓN</b> | Todo el año 2018                                                                                                                                   |

### CARACTERIZACIÓN

#### JUSTIFICACIÓN

Las actividades deportivas son medios para el desarrollo y la supervivencia que vive el ser humano, por ello la enseñanza y la práctica de las mismas debe tener un lugar prioritario en toda mecánica y estructura de todo proceso de enseñanza aprendizaje, el desarrollo de este proyecto tiene como horizonte definido brindar las oportunidades que en materia de deporte y recreación necesitan nuestros estudiantes.

Se pretende con la ejecución de este, estrechar lazos de amistad interinstitucionalmente, que brinde la oportunidad para que maestros y estudiantes puedan interactuar con otras instituciones educativas y se convierta este plan de acción en la mejor manera de hacer convivencia pacífica con el deporte.

Además, se pretende salir por un instante de la monotonía de las clases diarias, brindando a la comunidad educativa un momento de esparcimiento en las horas de descanso mutuo, concientizándolos que la práctica deportiva mejora los niveles de calidad de vida, afianzando los valores y la convivencia social entre cada uno de los miembros o integrantes de nuestra comunidad educativa.

## **POBLACIÓN**

La institución educativa FUNDADORES fue oficializada a inicios del 2017, es de carácter mixto y ofrece una formación en los niveles de preescolar, básica primaria, secundaria y media técnica.

El establecimiento educativo está ubicado en el municipio de Medellín, específicamente en la comuna 13 San Javier, barrio el Socorro, estrato 2.

A la Institución pertenecen familias de estrato socioeconómico 1, 2 y 3; se caracterizan por ser familias que durante muchos años han sido confrontadas con los rigores del conflicto armado, los fenómenos de desplazamiento intra urbano, la pobreza generalizada, las pocas condiciones ambientales, la violación de los derechos, fronteras invisibles; todo lo cual genera inestabilidad social y un ambiente de incertidumbre colectiva, que sitúa a un gran número de integrantes de hogares en condiciones de vulnerabilidad. Se presenta un alto índice de desempleo o empleo informal, son familias de escasos recursos económicos, también se presenta bajo nivel de escolaridad en la población adulta.

La mayoría de los hogares son disfuncionales, por ausencia del padre, la madre o ambos, por lo cual los estudiantes permanecen bajo el cuidado de abuelos, tíos y vecinos.

Estos niños y jóvenes en su mayoría evidencian en su cotidianidad, alto grado de agresividad e intolerancia, vocabulario soez, rasgos de violencia intrafamiliar, resistencia frente a la norma y poco acompañamiento en su proceso de enseñanza y aprendizaje.

El proyecto “EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, EL FOMENTO DE LAS DIVERSAS CULTURAS, LA PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE FORMATIVO” de la I.E Fundadores pretende ofrecer alternativas de aprovechamiento adecuado del tiempo libre a partir de actividades lúdicas, deportivas y recreativas que contribuyen en gran medida al desarrollo de los organismos vitales de la persona. La recreación vigorosa que se efectúa al aire libre, donde se hace uso de la capacidad física, es el medio más notable para el mantenimiento de órganos saludables. Por esto, el uso de las infraestructuras deportivas es propicio para fomentar una cultura deportiva. La buena utilización del tiempo libre es la actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades para el tiempo, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico, psicológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida, es un factor esencial en la vida moderna, es un medio para reducir los índices de agresividad, mejorar la salud física y mental, desarrollar el carácter de las personas y mejorar su equilibrio individual. El individuo que participa de un programa de tiempo libre y goza de una vida plena de actividades, probablemente será un ciudadano saludable, equilibrado, respetuoso y cumplidor de sus responsabilidades cívicas.

Po lo tanto la participación activa de los estudiantes en dicho proyecto va a

facilitar su proceso de aprendizaje, contemplando sus necesidades creando hábitos y actitudes que enriquezcan su personalidad proporcionándoles nuevas posibilidades de vida, para que se adapten a su entorno social, despertando en ellos su autonomía, autocrítica, liderazgo y responsabilidad.

### **MARCO LEGAL**

Apoyado en la ley del deporte (Ley 181 de enero 18 de 1995). Entendiese por Educación Física la disciplina 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 (artículo 10).

Se entiende que la recreación es un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para la realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y socialmente mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento. (Artículo 5).

El área de educación física, recreación y deportes se fundamenta en las normas legales e institucionales vigentes como: INDER, Indeportes, división de educación física y recreación y deportes de secretaria de Educación Municipal, Departamental y ligas.

El Aprovechamiento del Tiempo Libre es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y el disfrute de la vida en forma individual y colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación Psicobiológica.

La educación extra escolar es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez, los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que este incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la nación.

Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo este servicio a las nuevas generaciones.

Deporte Social Comunitario es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad, procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida.

## MARCO TEÓRICO

Significación del proceso recreativo.

La recreación tiene diversas concepciones por su gran extensión y por las múltiples disciplinas que se han ocupado de ella.

El diccionario de la lengua española nos ofrece dos acercamientos al concepto.

Recreación (recreativo-onis): acción o efecto de recrear o recrearse.

Recrear (recrearse) crear o producir de nuevo alguna cosa. Desde ésta perspectiva la capacidad creadora sería el eje más importante. Se trata pues, de recrear, volver a crear; se piensa que el conocimiento sólo se logra cuando es recreado.

La recreación entonces, entendida como re-creación es en última instancia, trabajo y aprendizaje. Trabajo creador (transformaciones de la realidad) y aprendizaje (adquisición de hábitos, destrezas y transformación de la consciencia).

La recreación es una acción o actividad que produce en el actor un efecto placentero, que se realiza libremente, que conllevar resultados de formación del individuo que la ejecuta; que no se realiza necesariamente como medio de subsistencia, su fin último debe responder por un desarrollo integral dándole elementos que lo conduzcan a su perfeccionamiento integral. Hablar de recreación es hablar de la vida del hombre

Nos referimos en primera instancia el juego, por ser éste la esencia de la lúdica entendida como la actividad que contribuye al desarrollo mental, físico o social del individuo y que incluye cualquier actividad musical, dramática, artística, literaria o deportiva. Conceptualizando el juego desde la lúdica observamos que tiene varias interpretaciones según la escuela pedagógica: Así para Montessori es un principio de la educación: " sólo se aprende jugando" y en Piaget el juego permite obtener aprendizajes: " El juego es complemento del aprendizaje". Para Makarenko el juego es " la acción que prepara el hombre para el trabajo". " Hundt dice: " el juego es el trabajo del niño".

En síntesis, el juego es la actitud que hay en el interior de cada ser, la cual se exterioriza a través de la acción psíquica, física, motora, intelectual, social y espiritual, cuya finalidad es contribuir al desarrollo multilateral del niño, el adolescente y el joven, fortaleciendo aspectos de la personalidad como el valor, la audacia, la decisión, la molestia, la disposición para vencer los obstáculos, el autocontrol, la obediencia y la solidaridad.

Cuando el niño juega, indaga el medio que le rodea y aprende a convivir con él. Cuando se compromete en diversas actividades estimulantes, mayor será su desarrollo intelectual, físico, social, estético, moral y espiritual. Del juego surge mayor curiosidad y descubrimiento, nuevas iniciativas y mejora la concentración, desarrolla el habla y la confianza, como también da al niño la oportunidad de distinguir la realidad de la fantasía. Son esas entre otras las razones por las cuales la institución educativa Fundadores, debe recuperar los espacios que brinda el recreo y las horas libres para el sano esparcimiento y la práctica lúdica. Éste es uno de los propósitos de la comunidad educativa de la institución Fundadores, poner en marcha el proyecto de utilización del tiempo libre, recreación y deportes, en el que todos los estamentos serán directos e indirectos responsables animadores.

Precisamente la presente propuesta también pretende implementar la educación física y la educación artística y cultural como componentes básicos de la formación integral. En este sentido permitirá ejercitar el intelecto en la transmisión del pensamiento concreto al pensamiento formal, mejorar las falencias físicas, artísticas y culturales.

### **FILOSÓFICOS**

El plan del área de Educación Física, Recreación y Deportes, debe promover ante todo la adquisición de los conocimientos, las destrezas, las habilidades y los valores necesarios para el logro de la madurez, tanto del individuo como de la sociedad.

### **PEDAGÓGICOS**

La diversificación de la producción técnica, científica, cultural y deportiva requieren que los nuevos sistemas curriculares del área de Educación Física, Recreación y Deportes; de igual forma de los servicios de orientación deportiva; como son: los técnicos que sirvan de apoyo a la formación e integración de los estudiantes.

### **ÉTICO Y VALORATIVO**

En el área de Educación Física y recreación se pretende que los estudiantes respeten las normas o reglas de juego, respeten a los compañeros y compañeras, los valoren como personas; en una sana integración, recreación y lúdica.

### **EPISTEMOLÓGICOS**

La educación física no puede faltar en la vida de del ser humano ya que este no solamente tiene capacidades y necesidades intelectuales; sino que también, tienen exigencias en su proceso de desarrollo corporal integral con incidencia en el comportamiento psicofísico y psicológico y las posibilidades del conocimiento de la realidad.

### **SOCIOLÓGICOS**

El plan del área de Educación Física, Recreación y Deportes debe educar a los estudiantes de todo aquello que le permita contribuir al desarrollo integral de la sociedad como es la aprobación y aplicación paulatina de técnicas deportivas de acuerdo con el desarrollo personal de las destrezas, habilidades y cualidades que definen el espíritu científico y de los principios de la metodología de la investigación, para el conocimiento adecuado de la sociedad, de sus problemas y posibilidades.

### **CULTURAL**

En este aspecto en educación física, recreación y deportes se pretende alcanzar avances en los conocimientos científicos y técnicos, humanísticos, históricos sociales, geográficos y estéticos, mediante la apropiación de hábitos intelectuales adecuados para el desarrollo del saber (artículo 67 constitución).

### **SOCIAL**

En educación física y deportes buscamos la creación y fomento de una consecuencia de la soberanía nacional y para la práctica de la solidaridad e integración con el mundo en especial con Latinoamérica y el caribe (artículo 67 de la constitución).

### **HUMANO**

En el área de educación física, recreación se busca un respeto por la vida y demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad; así como el ejercicio de la tolerancia y libertad

| OBJETIVO GENERAL                                                                                                                                                                                                                                                      | OBJETIVOS ESPECIFICOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Propiciar al estudiante, un espacio de participación e integración, en actividades deportivas, recreativas y culturales donde se fortalezcan los valores éticos, deportivos y culturales para mejorar el sentido de pertenencia, la convivencia y la calidad de vida. | <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Implementar estrategias tendientes a mejorar el uso del descanso pedagógico como son la diagramación de juegos tradicionales, el fomento los juegos de mesa y el rescate de las rondas infantiles entre otros.</li><li>✓ Encaminar al estudiante hacia un medio de recreación sano, activo, atractivo y fácil de entender a través de la práctica de los deportes populares para una mejor dinamización del proceso enseñanza-aprendizaje</li></ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Difundir actividades deportivas y recreativas mediante la organización de las diferentes actividades, para la participación tanto deportiva como cultural.</li> <li>✓ Crear espacios de participación, con posibilidades de expresión lúdica y cultura a la comunidad educativa.</li> </ul> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### META / RESULTADOS ESPERADOS

- ❖ Una participación y motivación activa de los estudiantes de la comunidad educativa Fundadores en la práctica deportiva y lúdica.
- ❖ Reducir el índice de agresividad en el estudiante de la comunidad educativa Fundadores.
- ❖ En el desarrollo de las actividades, los estudiantes se sienten motivados ya que es un espacio donde ellos disfrutan y se divierte.

| METODOLOGIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | TRANSVERSALIZACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | RECURSOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| El Proyecto pedagógico de recreación y uso del tiempo libre de la Institución Educativa Fundadores, es un espacio dedicado al fortalecimiento integral de los estudiantes a través de actividades lúdicas, propuestas físicas y prácticas deportivas, como: Torneos inter-clases, juegos Inter-colegiados, descansos activos, préstamo de implementos deportivos y muestras culturales. | <p><b>EDUCACION FISICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Actividades lúdicas</li> <li>✓ Normas de convivencia</li> <li>✓ Juegos deportivos- Fundamentos técnicos, normas y reglamentos.</li> <li>✓ Normas para mejorar calidad de vida</li> </ul> <p><b>ARTISTICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Expresión corporal- Muestra cultural</li> </ul> <p><b>CIENCIAS NATURALES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Identificación de las partes del cuerpo y</li> </ul> | <p>Según la ley 181 y 934, es competencia de la institución aportar o gestionar recursos financieros y físicos para llevar a cabo el desarrollo de este proyecto.</p> <p><b>TALENTO HUMANO:</b><br/>Para la parte arbitral se necesitará el personal capacitado en las diferentes disciplinas deportivas, además; los docentes, quienes se convertirán en los animadores número uno de los estudiantes y apoyarán en el manejo de algunas</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>sus funciones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sistemas del cuerpo humano y sus funciones</li> </ul> <p><b>ÉTICA Y VALORES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Respeto por el otro</li> <li>✓ Convivencia y tolerancia</li> </ul> | <p>actividades que se necesiten.</p> <p><b>FISICOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Mantenimiento de la cancha, pintura.</li> <li>✓ Implementos deportivos (balones, cuerdas, hula-hula, ajedrez).</li> <li>✓ Malla de voleibol</li> <li>✓ Papelería (fotocopias, cartulina, marcadores)</li> <li>✓ Medallas</li> <li>✓ Trofeos</li> <li>✓ Sonido</li> <li>✓ Pito</li> </ul> |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| CRONOGRAMA ANUAL DE PROYECTO |                                       |                        |                               |             |
|------------------------------|---------------------------------------|------------------------|-------------------------------|-------------|
| Fecha                        | Descripción de la actividad           | Responsable            | Recursos                      | Presupuesto |
|                              | Juegos INTERCOLEGIADOS                | Ana Carolina Tabares   | Transporte y uniforme         |             |
|                              | Copa Bachiller                        | Ana Carolina Tabares   | Transporte y uniforme         |             |
|                              | Interclases Bachillerato, microfútbol | Ana Carolina Tabares   | Balón, petos, pito, planillas |             |
|                              | Interclases Bachillerato, baloncesto  | Ana Carolina Tabares   | Balón, petos, pito, planillas |             |
|                              | Danza Árabe                           | Alejandra Ospina       | Grabadora, extensión          |             |
|                              | Semillero Ajedrez                     | Farid Muñoz            | Ajedrez, tablero de ajedrez   |             |
|                              | Juegos interclases de 4° a 6°         | Jhon Darío Farid Muñoz | Balón, petos, pito, planillas |             |
|                              | Juegos intergrado                     | Jhon Darío             | Balón, petos, pito, planillas |             |

|  |                      |                 |  |  |
|--|----------------------|-----------------|--|--|
|  | ALFALIDER            | William Álvarez |  |  |
|  | PROYECTO<br>ESCENICO | Gabriel Zapata  |  |  |
|  |                      |                 |  |  |
|  |                      |                 |  |  |
|  |                      |                 |  |  |
|  |                      |                 |  |  |
|  |                      |                 |  |  |

#### INDICADORES DE EVALUACIÓN

- ❖ Cumplir oportunamente cada actividad planteada.
- ❖ Motivar a los estudiantes en las actividades propuestas a la Institución Educativa Fundadores desde el proyecto de tiempo libre
- ❖ Fomentar en los estudiantes el gusto por las actividades propuestas en el el proyecto de tiempo libre
- ❖ Dar a conocer diferentes manifestaciones lúdicas recreo deportivo y cultural que lleven al estudiante al aprovechamiento del tiempo libre.

#### BIBLIOGRAFÍA

- ❖ Constitución política colombiana
- ❖ La ley general de educación en su artículo primero
- ❖ La ley del deporte (Ley 181 de enero 18 de 1995)
- ❖ GUTIERREZ, F. Ideogenomatesis en el lenguaje total. Editorial San José. 1995
- ❖ <https://es.wikipedia.org/wiki/Ocio>
- ❖ <https://www.definicionabc.com/social/tiempo-libre.php>