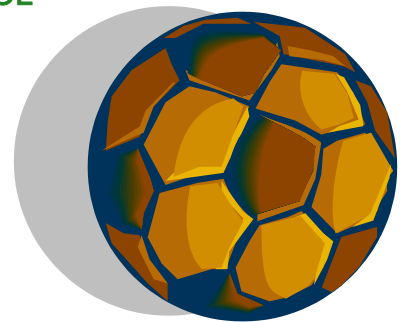


# PROYECTO DE DEPORTE, RECREACION Y TIEMPO LIBRE 2019

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE.

RESPONSABLES:

JUÁN CARLOS REY BALLÉN  
JORGE LEONARDO OTALVARO BAÑOL  
LUZ STELLA ROMERO JARAMILLO



AÑO 2019

## 2. INTRODUCCIÓN

El presente proyecto es una propuesta, que busca orientar a los estudiantes de la Institución Educativa Rural San Rafael en el uso adecuado del Tiempo Libre, a través de diferentes actividades lúdicas que beneficien su entorno personal, familiar y comunitario.

Es por esto que se pretende la realización de actividades deportivas, recreativas y artísticas tanto en la jornada escolar, mediante la promoción de actividades de sano esparcimiento.



### 3. TÍTULO DEL PROYECTO:

REINVENTA TU TIEMPO, PROMUEVE SONRISAS 😊

#### **4. LOGOTIPO**

## **5. NORMATIVIDAD Y JUSTIFICACIÓN**

El proyecto de tiempo libre está fundamentado por las siguientes leyes decretos y artículos políticos.

### **Artículo 52 de la constitución política de 1991**

“Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y a al aprovechamiento del tiempo libre. El estado fomentara estas actividades e inspeccionara las organizaciones cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas”.

### **Ley 115 1994 de Educación**

Establece como fines de la educación, a la recreación: la formación para la promoción y la preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

### **Ley 181 de 1995 del Deporte. Sistema Nacional del Deporte**

Artículos: 9, 16 y 32. En ellos se plantea la obligatoriedad de todas las instituciones del carácter social a practicar, promover, ejecutar, dirigir y controlar las actividades de recreación, a través de la ejecución de programas de desarrollo.

## **JUSTIFICACIÓN**

El proyecto de uso adecuado de tiempo libre pretende orientar a los estudiantes a que busquen alternativas positivas para que su vida no se convierta en una rutina de perdida de tiempo, que no genere ningún beneficio a nivel personal.

El tiempo libre debe ser visto como un espacio constructivo que genere beneficios a nivel biológico, psicológico y social en los niños y jóvenes de la Institución, por esto se hace necesario crear alternativas en donde se genere libertad, creatividad e integración con la comunidad educativa, creando de este modo espacios de esparcimiento en donde nuestra juventud se aleje de todo cuanto afecta su salud



física, mental como son: la fármacodependencia, delincuencia, alcoholismo, adicción a los juegos y otros que se generan a causa del ocio y deterioro de su autoestima.

## 6. REFERENTES DE CONTEXTO

La Institución educativa rural San Rafael, está ubicada en el municipio de Calarcá, cuenta con 16 sedes educativas: Danubio, Vista Hermosa, Guayaquil Alto, Pensil, El Túnel, Planadas, La Divisa, Santo Domingo, Pradera Alta, El Crucero, Perpetuo Socorro, La Primavera, La Zulia, Buenos Aires Bajo, Quebradanegra y San Rafael. Dichas sedes veredales se encuentran ubicadas a grandes distancias, son pequeñas sin embargo acuden allí entre 12 y 33 estudiantes, cuyas edades oscilan, entre los 5 y 17 años, la Institución y sus sedes cuentan con los niveles preescolar, básica primaria. La básica secundaria y media en la sede Quebradanegra. Los estudiantes que allí asisten provienen de familias con escasos recursos económicos, algunos padres son analfabetas y otros tienen un nivel cultural bajo y en su gran mayoría se dedican al cultivo de la tierra.

El tiempo libre de los estudiantes dentro de la institución es de 30 minutos, los cuales utilizan para ir al baño, practicar alguna ronda, charlar con otros compañeros, practicar algunos juegos bruscos y peligrosos que los profesores deben controlar, o simplemente se dedican a caminar por las instalaciones esperando a que pase el

tiempo de descanso e ingresar a clases nuevamente; otros estudiantes añoran la clase de educación física, pues allí encuentran una forma de recrearse y practicar su deporte favorito. En la última década desde el proyecto de tiempo libre y recreación, se han implementado descansos lúdicos en la institución, en los cuales se promueve la practica de deportes, juegos tradicionales y juegos de mesa. Estos espacios son reclamados y aprovechados masivamente por los estudiantes quienes han encontrado en este espacio una sana manera de compartir, competir, y ante todo divertirse.

Año tras año, se ha promovido desde el proyecto de tiempo libre torneos intramurales en las sedes grandes como lo son: La Primavera, San Rafael, y Quebradanegra. En las sedes multigrado debido al menor número de estudiantes , se ha sugerido la practica de festivales escolares, donde los estudiantes practiquen juegos tradicionales, y competencias individuales, entre otros.



## **7. OBJETIVO GENERAL**

Desarrollar actividades de carácter lúdico como: deportivas, recreativas y culturales, que promuevan el uso adecuado del tiempo libre, contribuyendo al sano esparcimiento y adquisición de hábitos de vida saludable de nuestros estudiantes durante la vigencia escolar del año 2019.

## **8. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Integrar mediante encuentros deportivos, recreativos y artísticos, los diferentes grados en las respectivas sedes.
- Contribuir en el desarrollo de las capacidades motrices y coordinativas de los estudiantes.
- Incentivar la práctica del deporte como actividad para mejorar nuestra salud física y mental.
- Rescatar los juegos tradicionales como el ponchado, yeimi, stop, salto con cuerda o lazo, entre otros.

- Detectar talentos deportivos en disciplinas individuales y colectivas como: atletismo, fútbol, baloncesto, balón mano, voleibol.
- Programar actividades de carácter recreo-deportivo, y/o artístico durante la vigencia del año escolar.
- Realizar torneos deportivos intra-murales y/o festivales recreo-deportivos.
- Planificar y verificar el cumplimiento óptimo de las actividades propuestas durante la semana cultural y otras fechas estandarizadas en el transcurso del año lectivo.
- Buscar estrategias que propendan por la consecución de recursos para la celebración del 31 de octubre (jean class, ventas, proyección de películas, etc)

## **9. METAS**

- Establecer dos (2) actividades macro a lo largo del año escolar. (Semana cultural y deportiva, día del niño).
- Realizar una (1) jornada deportiva y/o artística en cada periodo académico liderada por los gobiernos de aula (grados quinto en primaria), comité deportivo, personero (a) estudiantil.

- Vincular al 70% de los estudiantes en alguna de las actividades propuestas en el proyecto de deporte, recreación y tiempo libre.
- Participar como mínimo en un (1) evento deportivo competitivo a nivel municipal en modalidades deportivas seleccionadas por los docentes encargados del área de educación física.

## 10. . ENFOQUE PEDAGÓGICO

El tiempo libre se 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, así como intelectual.

El tiempo libre es un importante recurso para el desarrollo personal social y económico y es un aspecto importante de la calidad de vida promoviendo la salud general y el bienestar, ofreciendo una gama de oportunidades que les permiten a individuos y grupos elegir actividades y experiencias adecuadas a sus propias necesidades.

El proyecto está enfocado a promover hábitos de vida saludable, al fomento de valores, promoción del juego limpio y al trabajo en equipo.



## 11. RUTA METODOLÓGICA

- Elaborar el presupuesto para llevar a cabo el I proyecto durante el año 2019.
- Aprobación del presupuesto, por parte del consejo directivo.
- Establecer las pautas para direccionar el proyecto, basados en los puntos que se proponen en el nuevo formato.
- Analisis de los alcances y aspectos obstaculizadores del proyecto ejecutado en el año anterior para retomar o modificar la adecuada planificación para la presente vigencia.

- Elaboración del programa de actividades año 2019.
- Promover las actividades a desarrollar durante el año.
- Elaborar el programa de la semana cultural y deportiva para el mes de abril.
- Recolección de evidencias semana cultural.
- Elaborar programa día de los niños 31 de octubre.
- Evaluación del proyecto.

## 12. PRESUPUESTO

# PRESUPUESTO AÑO 2019

54																				
55																				
56																				
57																				
58																				
59																				
60																				
61																				
62																				
63	TÍTULO: TIEMPO LIBRE, ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS																			
64	Áreas: ed. Física - Artística			RUBRO	VALOR	ENERO	FEB	MARZ	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOST.	SEPT.	OCT.	NOV.	DIC.			
65	ACTIVIDADES	TAREAS Y / O RECURSOS																		
66	1																			
67		Descansos recreo-deportivos	Torneo interclases, y/o festivales escolares, juegos					X						X						
68																				
69		Día del niño	Actividades recreo-deportivas variadas						X											
70	2		Programa sugerido sem cultural											X						
71		Semana cultural y recreo-deportiva.	Insumos para refrigerio		1'500'000													X		
72			Programa sugerido											X						
73			Actividades semana cultural																X	
74			Recolección evidencias																	X
75	3	Celebración 31 de octubre	Actividad recreativa																X	
76	4	Compra material didáctico educativa			1'500'000					X										
77																				
78																				
79		Totales proyecto –			3'000'000															
80																				
81																				
82		TOTAL= 3'000.000																		
83																				
84		Presupuesto para el proyecto de tiempo libre \$3.000.000. Compra de material didáctico para el desarrollo de las clases de educación física en las aulas.																		

### 13. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

AÑO 2019

ACTIVIDAD	Enero	Febre	Marz	Abril	Mayo	Agosto	Septie	Octubre	Noviembre
Elaboración cronograma de actividades 2019	X								
Semana cultural y deportiva.  Celebración día del niño.				X				X	
Celebración 31 de octubre								31	
Intramurales y/o festivales escolares (campeonatos, juegos tradicionales)	Una para cada periodo, cada sede establecerá la fecha de ejecución. Sedeas unitarias no realizará torneos deportivos intramurales por la cantidad de alumnos, pero si podrá desarrollar festivales escolares donde se hagan muestras deportivas y juegos tradicionales como ponchado, yeimi, salto de lazo.)								

**Nota:** se enviaran sugerencias de actividades para cada fecha, el docente es autónomo de aplicar o buscar otras actividades que se adapten a su contexto.

## 14. RECURSOS

### HUMANOS:

- Docentes
- Rector
- Estudiantes

➤ Padres de familia

### **MATERIALES:**

Pinturas, papelería, pinceles, costales, juegos de mesa, videos, DVD, televisor, grabadora, balones de microfútbol, voleibol. baloncesto, frisbis, libros, cuerdas o lazos, trompos, bolas, yoyos, valeros, fotocopias.

### **ESPACIOS FISICOS:**

Espacio deportivo para la realización de las actividades, aulas de clase.

## 15. ACTIVIDADES SUGERIDAS A DESARROLLAR

1. Campeonatos deportivos intra-murales (interclases) y/o festivales recreo-deportivos escolares.

2. Juegos de mesa:

- El domino
- El parques
- Ajedrez
- Bingo
- Lotería

3. Juegos tradicionales:

- Golosa – avión
- Yeimi- Ponchado
- Stop – guerra de países
- Arroz con leche
- El gato y el ratón – calles
- Encostalados
- Saltar lazo

- Lleva – (mancha, carrito, congelada, relevos, túnel)
- Trompo
- Valeros
- Escondite
- Bolas
- Tapas
- Rondas

#### 4. Cine

- Películas con contenido apropiado para los estudiantes.

#### 5. Deportes tradicionales:

- Fútbol de salón
- Voleibol
- Baloncesto
- Atletismo

#### 6. Deportes alternativos:

- Balón mano
- Ultimate
- Beisbol- kick ball

#### 7. Actividades Recreativas

- Baile
- Pintura
- Canto
- Disfraces (creativo)



- Trovas
- Coplas
- Trompo
- Yoyo

## 16.EVALUACIÓN

La evaluación se llevara a cabo semestralmente entre los integrantes del proyecto.

Seguimiento constante, con el fin de establecer la clase de actividades que despiertan mayor interés y participación en los estudiantes.

