



PROYECTO DE TIEMPO LIBRE
AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA



DOCENTE RESPONSABLES
LUISA FERNANDA ROBINSON
JORGE ADRIÁN PATIÑO MUÑOZ



MEDELLÍN
SAN ANTONIO DE PRADO
2017



TABLA DE CONTENIDOS

1.	Portada	1
2.	Tabla de contenidos.....	2
3.	Resumen del documento.....	3
4.	Palabras claves.....	3
5.	Planteamiento del problema.....	4
5.1.	Diagnóstico y/o antecedentes.....	4
5.2.	Pregunta esencial y/o problematizadora.....	4
5.3.	Objetivo general.....	5
5.4.	Objetivos específicos.....	5
5.5.	Justificación.....	6
5.6.	Delimitación.....	6
5.7.	Metas.....	6
6.	Marcos de referencia.....	7
6.1.	Marco conceptual.....	7
6.2.	Marco normativo (se puede describir en la justificación).....	7
7.	Metodología (estrategia, incluye plan de acción y/o cronograma).....	10
8.	Recursos disponibles.....	13
9.	Presupuesto.....	13
10.	Evaluación del proyecto.....	13
11.	Bibliografía.....	13
12.	Anexos.....	14



3. RESUMEN DEL DOCUMENTO:

Dentro de los proyectos obligatorios establecidos en el artículo 14 de la ley 115 (Ley General de Educación), corresponde al área de Educación Física planear, realizar y ejecutar el proyecto de aprovechamiento de tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de educación Física, la recreación y el Deporte.

El proyecto de la Institución Compartir busca crear hábitos saludables, en los estudiantes de la institución, la buena utilización del tiempo libre y que los jóvenes proyecten su talentos y permeen la comunidad educativa, mejorando el bienestar institucional, de su comunidad educativa y de su entorno.

Para esto se programan diferentes actividades lúdico, deportivas y culturales como son: El día del niño, día de la juventud, juegos interclases, festival de coreografías además de otros ofertas ofrecidas por otros estamentos como el INDER y grupos juveniles, que son importantes para la comunidad educativa, como son los aeróbicos, porrismo y el grupo de los scouts.

Gracias a todas estas actividades se mejora el bienestar institucional, el desarrollo integral de los estudiantes y la calidad de vida de toda la comunidad educativa.

4. PALABRAS CLAVES

Proyecto (del latín *proiectus*) es una *planificación* que consiste en un conjunto de actividades que se encuentran interrelacionadas y coordinadas.¹ La razón de un proyecto es alcanzar las metas específicas dentro de los límites que imponen un presupuesto, calidades establecidas previamente, y un lapso de tiempo previamente definido.

Tiempo libre es el periodo de tiempo disponible para una persona para realizar actividades de carácter voluntario, cuya realización reportan una satisfacción y que no están relacionadas con obligaciones laborales y/o formativas.

Ocio es el tiempo de una persona para descansar y aprovecharlo en actividades que no sean meramente laborales, es un tiempo para realizar todo aquello que al individuo le guste y le divierta. La palabra ocio es de origen latín "*otium*" que significa "reposo".



5. Planteamiento del Problema:

La Institución Educativa Compartir, antes colegio Cooperativo, nace como una de las soluciones Educativas del corregimiento San Antonio de Prado, por su gran crecimiento demográfico en los últimos 30 años, ya que el corregimiento se convierte como parte de la solución de expansión poblacional del municipio de Medellín por su problemática de sobrepoblación

La Institución Educativa compartir nace como la compensación urbanística que debían dejar cada constructora en su legado social al corregimiento ya que esta fue una de las primeras urbanizaciones hacia los años 90. La estructura del colegio se hace para suplir las necesidades escolares de la urbanización con el mismo nombre y del sector barrio Pradito, es por esto que los espacios para las actividades físico deportivas, fueron pensadas para una solución inmediata y no a futuro, quedando plasmado en una infraestructura muy pequeña.

5.1 Diagnóstico y Antecedentes

Las familias que conforman la comunidad educativa de la I.E. Compartir son de núcleo familiar de padre y madre y de estrato socioeconómicos medio 2 y 3 y algunas familias de estratos 1, y se presenta un buen acompañamiento por parte de sus padres.

La Institución Educativa Compartir ofrece Educación desde el grado Prescolar hasta la Media, atendiendo una población de 968 estudiantes los cuales deben interactuar en infraestructura pequeña lo que hace que los jóvenes tengan una movilidad dentro de la institución muy reducida, sumado a esto se presenta un horario cíclico en la clase de Educación Física, que no permite una frecuencia de ejercicio adecuada. Es de anotar que en algunos grupos de bachillerato se presentan casos de sedentarismo, asma y obesidad.

5.2 Pregunta esencial y/o problematizadora

¿Cómo crear en los estudiantes de la I.E. Compartir hábitos de actividad física para mejorar su calidad de vida y su desarrollo integral?



5.3 Objetivo General

Fomentar en los estudiantes de la Institución Educativa Compartir la buena utilización del tiempo libre mediante actividades lúdicas, culturales y deportivas que conlleven a la adquisición de buenos hábitos que contribuyan a su formación integral, mejorando su calidad de vida y reflejándose en un mejor ambiente escolar.

5.4 Objetivos específicos

- Promover la participación deportiva como expresión lúdica corporal.
- Mejorar la actitud hacia la dinámica y deporte estudiantil.
- Valorar la actividad física como medio para la conservación de la salud y como elemento de socialización.
- Promover la utilización adecuada y sana del tiempo libre.
- Generar espacios de entrenamiento, recreación y diversión.
- Fortalecer la cultura y desarrollo de la personalidad.
- Contribuir al desarrollo bienestar tanto físico como mental.
- Fomentar cualidades cívicas.
- Fomentar espacios de cooperación, lealtad y compañerismo.
- Mejorar el nivel de responsabilidad de los estudiantes de los grados 11°.
- Fomentar la práctica deportiva en los estudiantes para representen a la institución en las diferentes competencias organizadas por el INDER y de estamentos gubernamentales.
- Vincular a la comunidad educativa a través de la participación en actividades de tiempo libre planeadas por la institución.
- Crear espacios en los cuales el estudiante expresa sus habilidades y destrezas mediante actividades lúdico-recreativas.
- Propiciar actividades en las cuales el educando pueda desarrollar su creatividad utilizando recursos de su entorno.
- Motivar al estudiante para la utilización adecuada del tiempo libre.



5.5. Justificación

El ser humano en su quehacer diario presenta algunos tiempos muertos o improductivos a los cuales vemos necesario darles una buena utilización a través de la recreación, el ocio, el deporte y el aprovechamiento del medio ambiente. Para tal fin presentamos un proyecto del tiempo libre que estimule la creación de hábitos saludables en los estudiantes de la Institución, además de estimular la creatividad, la lúdica y la expresión corporal.

En este proyecto se busca mejorar la calidad de vida de los estudiantes por medio de la adquisición de hábitos de vida saludable, como la actividad Física frecuente, la buena alimentación, el autocuidado, fomentando los valores del respeto, trabajo en equipo, el compartir por medio de las diferentes actividades, lúdicas deportivas y culturales que se programan dentro y fuera de la Institución.

Para la ejecución del proyecto se realizarán actividades institucionales y se aprovechará la oferta que tienen los diferentes estamentos culturales, lúdicos y deportivos del corregimiento de la ciudad y de los municipios cercanos. Como son: INDER, Casas de la Cultura, Clubes deportivos, entre otros

5.6 Delimitación:

El Proyecto de tiempo libre se realizará con la comunidad educativa de la Institución E. Compartir que está ubicada en el ciudad de Medellín, corregimiento San Antonio de Prado, Barrio Pradito, Urbanización Compartir, Dirección Cra 62 A Nº 42D Sur-26

5.7 METAS (Productos y/o resultados esperados)

- Promover los valores institucionales del compartir, la equidad respeto y la solidaridad en todas las actividades del proyecto de tiempo libre.
- Fomentar el juego limpio la participación decorosa y el llevar el buen nombre de la institución en los estudiantes que representan la Institución en actividades culturales y deportivas.
- Estimular el trabajo en equipo, la equidad y el respeto en la organización y ejecución del Festival de Coreografías.
- Fomentar hábitos de vida saludable en la comunidad educativa compartir en pro de una mejor calidad de vida.
- Ofrecer espacios de libre esparcimiento y utilización del tiempo libre
- Estimular la proyección social en especial del grado 11° con la organización del día del niño, interclases y día de la juventud
- Aplicar los conceptos teóricos de organización de eventos deportivos con los estudiantes del grado 11°.
- Compartir espacios lúdicos entre los estudiantes de la básica primaria y el bachillerato.
- Realizar convenios con entidades gubernamentales, sociales y deportivas que aporten al desarrollo integral de los estudiantes por medio de actividades curriculares y extracurriculares.
- Acercar a entidades como el INDER, Casa de la cultura de SADEP, Kroma música, para realizar convenios interinstitucionales en actividades lúdico deportivas y culturales



6. Marcos de referencia

6.1. Marco conceptual

El área de Educación Física lleva implícito no sólo el desarrollo de las clases sino la proyección del ser humano en todas sus dimensiones ética, espiritual, cognitiva afectiva y social, que le permitan trascender y, proyectarse a la comunidad en actividades lúdico deportivas y culturales.

Es por esto que el proyecto se sustenta legalmente, en la constitución política de Colombia, la Ley General de Educación y La ley del Deporte.

6.2. Marco Normativo

- La ley 181 de 1995 Ley del Deporte en su Capítulo 2 principios fundamentales, Artículo 4 y Artículo 5.
- La ley 115 de 1994 Ley general de educación Artículo 14.
- Constitución Política de Colombia Artículos 44, 52, 67.

La ley 115 y sus decretos reglamentarios, contemplan que la recreación y la expresión lúdica, deben incluirse dentro del proceso educativo, como un elemento indispensable de complemento de todas las áreas y de las diferentes actividades pedagógicas.

Algunos Artículos y numerales de la ley General de Educación Ley 115, que reglamentan el proyecto de tiempo:

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

- i) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico;
- j) La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre;
- k) El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana;

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

- k) La apreciación artística, la comprensión estética, la creatividad, la familiarización con los diferentes medios de expresión artística y el conocimiento, valoración y respeto por los bienes artísticos y culturales;
- m) La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella;
- n) La utilización con sentido crítico de los distintos contenidos y formas de información y la búsqueda de nuevos conocimientos con su propio esfuerzo.



ñ) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

Ley del deporte Ley 181 de Enero 18 de 1995, en el capítulo II, Artículo 4, reglamenta el proyecto del tiempo Libre así:

CAPITULO II

Principios fundamentales

Artículo 4°. Derechos sociales. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social bajo los siguientes principios:

Universalidad. Todos los habitantes del territorio nacional tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre.

Participación comunitaria. La comunidad tiene derecho a participar en los procesos de concertación control y vigilancia de la gestión estatal en la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.

Participación ciudadana. Es deber de todos los ciudadanos propender la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, de manera individual, familiar y comunitaria.

Integración funcional. Las entidades públicas o privadas dedicadas al fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, concurrirán de manera armónica y concertada al cumplimiento de sus fines, mediante la integración de funciones, acciones y recursos, en los términos establecidos en la presente Ley.

Democratización. El Estado garantizará la participación democrática de sus habitantes para organizar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, sin discriminación alguna de raza, credo, condición o sexo.

Ética deportiva. La práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, preservará la sana competición, pundonor y respeto a las normas y reglamentos de tales actividades. Los organismos deportivos y los participantes en las distintas prácticas deportivas deben acoger los regímenes disciplinarios que le sean propios, sin perjuicio de las responsabilidades legales pertinentes.

TITULO II

De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar

El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o 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 sicobiológica.



La Constitución política de Colombia habla del tema en los siguientes artículos:

ARTICULO 44. Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Serán protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, secuestro, venta, abuso sexual, explotación laboral o económica y trabajos riesgosos. Gozarán también de los demás derechos consagrados en la Constitución, en las leyes y en los tratados internacionales ratificados por Colombia.

La familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger al niño para garantizar su desarrollo armónico e integral y el ejercicio pleno de sus derechos. Cualquier persona puede exigir de la autoridad competente su cumplimiento y la sanción de los infractores.

Los derechos de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás.

Artículo 52. Acto Legislativo 02 de 2000, artículo 1. El artículo 52 de la Constitución Política de Colombia, quedará así: El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.



I.E. COMPARTIR
CRONOGRAMA ACTIVIDADES PROYECTO TIEMPO LIBRE
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

7. Metodología (estrategia, incluye plan de acción y/o cronograma)

Para las diferentes actividades lúdico deportivas y culturales de la Institución se realizan las metodologías como son: carrusel, festival, comparsa, bazar, juegos múltiples, torneos, campeonatos, coreografías y olimpiadas, es de resaltar que parte los contenidos se trabajan con los estudiantes en el ciclo de la media decimo y once en la unidad organización de eventos deportivos donde se tocan este tipo de metodologías que después son puestas en escena en las actividades realizadas con la básica primaria y la básica en actividades como son: del día del niño, día de la juventud, desfile de inauguración de interdases, juegos interdases y demás actividades lúdico deportivos y culturales organizadas en la institución.

En la institución se ofrecen actividades extracurriculares por parte del cuerpo docente de la Institución y otros entes gubernamentales y organizaciones juveniles, donde participan muchos integrantes de la comunidad educativa compartir como son:

La metodología utilizada en este tipo de actividades es tipo operativas de participación acción, basada en el compromiso y la asignación de responsabilidades.

Actividades Extracurriculares Institucionales y no Institucionales donde participa la comunidad educativa compartir			
Actividad	Responsable	Día	Hora
Robótica	Luis Fernando Caicedo	Jueves	12:00 m a 1:30pm
Semillero de Investigación Escolar	Javier Vera	Martes y Jueves	1:00 pm a 3:00 pm
Porrismo	INDER	Martes y Jueves	7:00 pm a 9:00 pm
Aeróbicos	INDER	Miércoles y Viernes	5:30 pm a 6:30 pm
Scouts	Saul Restrepo, Irma Fernandez	Sábado	8:00 am a 4:00 pm

ACTIVIDAD	OBJETIVO	RESPONSABLES	RECURSOS	FECHA
INAUGURACIÓN JUEGOS INTERCLASES	Proyectar nuestros valores deportivos a toda la comunidad Educativa de la I.E. Compartir y del corregimiento.	Área de Educación Física, Administrativo y cuerpo docente.	FÍSICOS: Instalaciones Locativas, HUMANOS: Docentes, Personal Transito y Policía, grupos sociales de apoyo, scouts, grupos culturales casa de la cultura, invitados especiales ECONÓMICOS: \$1.000.000	Febrero
CELEBRACIÓN DÍA DEL NIÑO	Conmemorar los derechos del niño	Estudiantes del Grado 11 Área de Educación Física, Administrativo y cuerpo docente Primaria	FÍSICOS: Instalaciones Locativas, materiales de Educación Física y Recreación HUMANOS: Docentes, Estudiantes Grado 11, personal de aseo ECONÓMICOS: \$1.000.000	Abril
JUEGOS INTERCLASES	Fomentar los valores Deportivos, enmarcados dentro de la Sana Convivencia, la tolerancia y el respeto por el otro	Área de Educación Física y Cuerpo Docente.	FÍSICOS: Cancha y Balones, Planillas HUMANOS: Docentes y estudiantes ECONÓMICOS: \$1.000.000	Febrero al mes de Octubre
FESTIVAL DE COREOGRAFÍAS	Resaltar los valores institucionales de Responsabilidad, Equidad y Solidaridad, reflejados en el trabajo en equipo en el montaje de las coreografías	Área de Artística y Educación Física	FÍSICOS: Cancha y Sonido, Vestuario HUMANOS: Estudiantes, padres de familia y Docentes ECONÓMICOS: \$1.000.000	Agosto al mes de Octubre
PROMOCIÓN Y UTILIZACIÓN DEL TIEMPO LIBRE EN LOS ESPACIOS DE LA INSTITUCIÓN.	Promocionar la práctica de actividades deportivas en los espacios de la Institución, que contribuyan al aprovechamiento del tiempo libre y de ocio en beneficio de la salud física y mental de la Comunidad	Área de Educación Física y Cuerpo Docente, Entidades Gubernamentales, Clubes y grupos Juveniles	FÍSICOS: instalaciones Institución e Implementos Deportivos HUMANOS: Docentes y Profesores Inder, Lideres Sociales y Comunitarios	Febrero a Noviembre

	Educativa.			
PROYECCION A LA COMUNIDAD: INDERCOLEGIADOS, INDERESCOLARES, JUEGOS SUPERATE	Proyectar los trabajos deportivos, recreativos y de la actividad física de la Institución a toda la comunidad local regional y nacional, mediante la participación en los juegos Indercolegiados e Inderescolares y juegos superate, organizados por INDER y COLDEPORTES	Área de Educación Física, Administrativos	FÍSICOS: Instalaciones Institución e Implementos Deportivos HUMANOS: Departamento de Educación Física, Personal Administrativo y Directivos y Docentes de los Diferentes entes, Padres de Familia. ECONÓMICOS: \$1.000.000	Febrero a Noviembre
DESCANSO PEDAGÓGICOS	Crear espacios para la buena utilización del tiempo libre en pro de una mejor salud mental	Área de Educación Física y Personero y Cuerpo Docente Estudiantes de proyecto social	FÍSICOS: Implementos deportivos, juegos didácticos y recreativos HUMANOS: Docentes, Personero, Estudiantes 11°	Febrero a Noviembre.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA COMPARTIR
Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín Resolución 014912 del 04 de dic. 2015
DANE 205001026624 - Tel 2865591



8. Recursos

Humanos

Docentes, y personal administrativo de la institución, estudiantes del servicio social, practicantes y gestores deportivos y recreativos, líderes de grupos juveniles

Físicos y Materiales

balones	Petos	Pito
cronometro	Rompecabezas	Juegos Didácticos
Pimpones	cabuya	Cucharas
Cucharas	Espuma	costales
conos	lazos	Petos
Cancha	Zonas comunes del colegio	tarjetas
Auditorio	Plazoletas	lonas
planillas	Parque infantil	Aulas de Clase
Video juegos	Video vin	Sonido

9. Presupuesto:

Para el desarrollo adecuado del presente proyecto se requiere un presupuesto aproximado de \$5.000.000. (Cinco millones de pesos)

10. Evaluación del proyecto: Se realizará al finalizar cada actividad por la comunidad educativa y al finalizar cada año lectivo, como evaluación institucional con la herramienta propuesta por la Institución.

11. Bibliografía

http://www.coldeportes.gov.co/normatividad/ley_deporte_2017_85447. (2017).

I.E. Alfredo Cock . (2017). *Proyecto tiempo libre*. Medellín.

I.E. San José Obrero. (2016). *Proyecto Tiempo Libre*. Medellín.

MEN. (2017). http://www.mineducacion.gov.co/1621/articulos-85906_archivo_pdf.pdf.

<https://es.wikipedia.org/wiki/Proyecto>.

<https://www.significados.com/tiempo-libre/>

INSTITUCIÓN EDUCATIVA COMPARTIR

Aprobado por la Secretaría de Educación de Medellín Resolución 014912 del 04 de dic. 2015
DANE 205001026624 - Tel 2865591



12. Anexos

