

Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE Y FOMENTO DE LAS ACTIVIDADES SOCIALES, CULTURALES Y DEPORTIVAS.

LÍDER DEL PROYECTO: HERNÁN FLOREZ GOMEZ

INTEGRANTES:

EICY PRIETO VEGA NIDIA CARRILLO SUÁREZ MARTHA ZAMBRANO MOROS LAUDTIH QUINTERO GARCÍA MARLYN LUCIA NIÑO VILLAN ANA DELVA PABÓN YERALDINE GUERREO GARAY ERLINA PINZÓN AVILA ELIS PATRICIA TIRADO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA CONCENTRACION DE DESARROLLO RURAL LA GABARRA TIBU N. DE SANTANDER Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021

Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



SLOGAN:

"JUEGO, DEPORTE Y CULTURA POR UNA EDUCACIÓN INTEGRAL PARA LA VIDA".





Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



INTRODUCCION

La propuesta de este proyecto está fundamentada en la caracterización del aprovechamiento del tiempo libre y hábitos y estilos de vida saludables dentro de la comunidad educativa I. E Concentración de Desarrollo Rural La Gabarra.

El aprovechamiento del tiempo libre de las personas genera espacios de beneficios, porque al implementarlos de manera positiva en sus vidas, su calidad de vida mejora notablemente.

Se busca impactar de manera secuencial en los procesos de concientización para el mejoramiento de la calidad de vida de los miembros de toda la comunidad educativa; nuestra institución se convierte en el espacio adecuado para la aplicación de actividades asociadas al bienestar y sano esparcimiento de los miembros de la institución, entendiendo la promoción de estilos de vida saludable como el desarrollo de habilidades y actitudes de los niños, jóvenes, docentes y administrativos para que tomen decisiones positivas frente a su salud, su crecimiento y su proyecto de vida con el fin de encontrar el bienestar individual y colectivo.



Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



JUSTIFICACIÓN

La institución a través del compromiso educativo debe motivar y estimular en sus estudiantes la participación y la convivencia escolar, desde el aprovechamiento del tiempo libre y el enriquecimiento de actividades lúdico-recreativas programadas durante todo el año escolar, que busquen fortalecer el desarrollo integral de los educandos. Es por esto que el proyecto de lúdica, recreación y aprovechamiento del tiempo libre se convierte en una herramienta de nuestro quehacer educativo, el cual en asocio con el desarrollo del plan de área de educación física y del desarrollo de todas las otras áreas, buscará fomentar desde la participación de las diversas actividades afianzadas en la disposición de contribuir en el máximo potencial de oportunidades para el fortalecimiento de la formación integral y la estabilidad de una calidad de vida sostenible.



TIBU N. DE SANTANDER

Aprobado Mediante Resolución de Aprobación № 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



OBJETIVO GENERAL

Incentivar en la comunidad educativa el aprovechamiento del tiempo libre desde el estímulo de las actividades lúdicas, recreativas, sociales y culturales.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Mejorar a través de las actividades lúdicas, deportivas, recreativas y culturales, la práctica de valores de todos los estudiantes de la institución, para una sana convivencia.
- Fortalecer a través de las actividades lúdicas deportivas la práctica de Valores.
- Programar y realizar actividades culturales que favorezcan la buena formación intelectual, moral y social de los estudiantes.
- ❖ Realizar programas recreativos, culturales y deportivos que contribuyan al bienestar integral de la comunidad educativa, con miras un mejor desempeño en su proyecto de vida.
- A Participar en eventos deportivos y culturales para elevar el nivel formativo y competitivo de la población estudiantil.
- ❖ Fomentar la participación voluntaria e involucrar a la comunidad en acciones solidarias.
- Estimular la participación y motivar a jóvenes a contribuir al bienestar de los demás.
- Generar espacios con los docentes mejorando así las relaciones interpersonales.



Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



CARACTERIZACIÓN Y LECTURA DEL CONTEXTO

Contexto poblacional

La I.E concentración de desarrollo rural la Gabarra, se encuentra ubicada en Tibú un municipio PDET, la población se encuentra en medio de un conflicto social y cultivos ilícitos, de los que provienen la mayor parte de los ingresos de la población.

Los estudiantes se encuentran en una edad de 5 a 19 años, y hacen parte de familias que en su mayoría trabajan en la zona rural y forman una población flotante ya que algunos son de origen venezolano y otros de diferentes regiones del país, por lo que se cambian frecuentemente de lugar de residencia dependiendo del lugar donde consigan trabajo.

En este contexto de grandes desequilibrios sociales que reducen las posibilidades de calidad de vida de una gran mayoría de la población, la aclimatación de problemas asociados a la pobreza, el desempleo, diferentes formas de violencia, maltrato, abandono, conjuntamente con la escases de alimentos entre otros, los elevados niveles de estrés a las que están sometidos los miembros de la familia, son los factores de riesgo para el desarrollo integral de los niños, adolescentes y jóvenes de la región.

En el quehacer educativo de nuestra institución educativa, se observan inadecuados hábitos alimenticios, problemas de higiene y presentación personal, bajos recursos económicos inadecuado manejo del tiempo libre, entre otros. La preocupación entre los diferentes estamentos de nuestra institución educativa por la salud y el bienestar de la comunidad educativa exige la implementación de acciones que propendan por el mejoramiento de la calidad de vida de los educandos.

Fortaleceremos espacios propicios para nuestra comunidad educativa enfocando que su bienestar debe ser la prioridad en cualquier circunstancia.

SELECCION DE UNA O VARIAS SITUACIONES (PROBLEMATICAS)

Caracterización de situaciones presentes dentro de nuestra comunidad educativa.

- El difícil acceso en la región hace que los alimentos tengan un alto costo e impide que la población ingiera todos los grupos (alimentos) y los incluya dentro de su nutrición.
- Las aplicaciones digitales han alejado a la población juvenil de realizar actividades físicas y recreativas.
- La comunidad educativa no tiene como hábitos una alimentación balanceada y no crean una rutina de ejercicio y deporte.
- El consumo excesivo de comida no saludable (gaseosa, speed Max, entre otros) el desarrollo físico adecuado en los niños, niñas y adolescentes.



Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



PRIORIZACION DE LAS SITUACIONES PROBLEMATICAS (LINEA BASE)

- En la región donde se encuentra la comunidad educativa, se evidencian problemáticas que no permiten generar un estilo de vida saludable; siendo uno de ellos el difícil acceso, en donde los alimentos tienen un alto costo e impide que la población ingiera todos los grupos alimenticios y los incluya dentro de su nutrición. Por consiguiente, la comunidad no tiene como habito una alimentación balanceada acompañada de rutinas de ejercicios y deporte.
- Por otra parte, el consumo excesivo de comidas no saludables y el uso inadecuado de las aplicaciones tecnológicas afectan el desarrollo adecuado en niños, niñas y adolescentes, remplazando en la población juvenil mencionada que realicen actividades físicas, deportivas y recreativas.



TIBU N. DE SANTANDER

Aprobado Mediante Resolución de Aprobación № 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



MARCO LEGAL

Para la elaboración de este proyecto tuvimos en cuenta las siguientes recomendaciones legales:

Ley general de educación artículo 5º fines de la educación Numeral 12, artículo 14literal b 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 y desarrollo; artículo 16 literales a, b, c, d, e, f y j; artículo 21 literales i, j, h y l; artículo 22 literal ñ y m; artículo 23; artículo 30 literal h; artículos 31 y 32.

Artículos 44, 52, 64 y 67 de la constitución política de 1991 "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 estás actividades e inspeccionará las organizaciones cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas".

LEY 934 artículos 1: En todos los establecimientos educativos, privados y oficiales, conforme a la ley 115 de 1994, se incluirá el programa para el desarrollo de la educación física.

Artículo 2: Todo establecimiento educativo del país deberá incluir en su proyecto Educativo Institucional, PEI, además del plan integral del área de la educación física, recreación y deporte, las acciones o proyectos pedagógicos complementarios del área. Dichos proyectos se desarrollarán en todos los niveles educativos con que cuenta la institución y propenderá a la integración de la comunidad educativa.

Artículo 3: Para dar cumplimiento a lo anterior y sin perjuicio de la autonomía conferida por el artículo 77 de la ley 115 de 1994, cada Institución Educativa organizará la asignación académica de tal forma que garantice la implementación de tales proyectos.



TIBU N. DE SANTANDER

Aprobado Mediante Resolución de Aprobación № 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



MARCO CONCEPTUAL

Como complemento al quehacer educativo es necesario implementar una serie de estrategias que favorezcan la proyección de actividades culturales recreativas y deportivas a nivel institucional, buscando el favorecimiento de la maduración psicomotora básica para el desarrollo de los procesos mentales.

La acción (entendida como movimiento, experimentación) es el eje de todo aprendizaje humano, que le permite al ser desarrollar nuevas actividades y valores hacia la cultura, la sociedad, la naturaleza y hacia el propio cuerpo; el juego, la recreación y el deporte, se convierten entonces en una estrategia más de aprendizaje para las diferentes áreas. Partiendo así de conceptos básicos que requieren integrar la teoría, la práctica y las aptitudes personales para que la recreación sea un instrumento para mejorar la mente, desarrollar el carácter, adquirir habilidades, mejorar la salud, aumentar la productividad y hacer personas más felices a través del logro de otros objetivos deseables, individuales y sociales y contribuya de igual manera al desarrollo integral mejorando la convivencia de nuestra comunidad educativa.

Es necesario identificar algunos conceptos:

LA RECREACIÓN 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, sicológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida.

La recreación debe enmarcarse en la actualidad como parte de la salud del ser humano y por lo tanto como una necesidad básica, a la cual el estado y el individuo deben prestar toda su atención; la recreación no es para el tiempo libre sino que está implícita en todo el tiempo.

Para hablar de recreación se debe hablar de lúdica, que es la parte esencial de una dimensión del hombre, una condición humana durante toda su vida terrenal, que a través del goce innato nos permite suplir necesidades de expresión, de sentir, de creación, de conocimiento y de potenciar nuestras vidas a otras esferas.

El concepto de lúdica no significa llenar a las personas de actividades, sino que es lograr extraer del interior del hombre una acción consciente y permanente, que responda voluntariamente con vitalidad y energía.

ELEMENTOS QUE DELIMITAN LA RECREACIÓN

- Actitud positiva: es una actitud que lleva al aprendizaje, al logro de metas y al crecimiento personal
- Actividades para el tiempo: la recreación debe estar presente en todos los momentos de la vida.
- El equilibrio biológico, sicológico y social: la recreación proporciona equilibrio integral al individuo.



TIBU N. DE SANTANDER

Aprobado Mediante Resolución de Aprobación № 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



 Mejor calidad de vida: la práctica recreativa siempre ayuda al mejoramiento de localidad de vida. Las actividades que dañan la persona no son recreación.

FORMAS DE RECREACIÓN:

Dependiendo de la manera como se lleve a cabo, se pueden considerar tres formas de recreación.

- ✓ **Recreación activa:** Es aquella donde la persona participa de manera consciente y es autora de la actividad. Este tipo de recreación no necesariamente implica movimiento físico.
 - Ejemplo: los hinchas furibundos que observan el partido de fútbol, los asistentes a una obra de teatro, concierto musical o actividad social.
- ✓ **Recreación dirigida:** Es aquella en que la persona es dirigida por un facilitador que propone acciones, conocidas o desconocidas, que sirven para la recreación en forma espontánea.
- ✓ Recreación Pasiva: Es aquella donde la persona es espectadora de la actividad, en este caso, la recreación no se relaciona con falta de movimiento físico.

COMPONENTES DE LA RECREACIÓN:

Tiempo libre

Podría afirmarse que es el tiempo personal. Diferente al tiempo familiar, laboral, social o de otras ocupaciones. Es aquel en el cual la persona por libre elección escoge una forma de descanso o equilibrio mental, puede estar incluido en cualquier tiempo de la vida diaria.

Ocio

El ocio es lo que se realiza en el tiempo libre.

El tiempo independiente donde la persona realiza actividades que le proporcionan un sentimiento de libertad y descanso. El ocio desarrolla el ser creativo y recupera las capacidades vitales y productivas del individuo.

Diversión

Es una acción que se realiza con el fin de alejarse de las actividades cotidianas y proporcionan alegría. Es un pasatiempo que puede convertirse en una rutina que distancia a la persona de la recreación creativa. Integrando los anteriores componentes, la recreación se realiza en cualquier tiempo y lugar, es divertida y posibilita el ocio creativo



Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



CARACTERISTICAS DE LA RECREACION:

Para la estructuración de un programa de recreación es necesario conocer y tener en cuenta las características esenciales que harán que lo planeado y llevado a cabo logre cumplir con los objetivos. Las características son las que hacen que una forma de recreación escogida permita al individuo la satisfacción de su necesidad de recreación, porque incluye aspectos motores, sociales y sociológicos. Estas características son:

Estimulador psicomotor: El hombre necesita del movimiento en su formación integral, la recreación es un excelente motivador de las funciones motoras que permite la evolución en el espacio, en el tiempo y en forjar la personalidad.

Descanso: Las actividades recreativas contribuyen a la recuperación física y mental.

Apropiación: El ocio creativo le permite a la persona adueñarse de sus propias formas de recreación y en ocasiones hacerse merecedor de algo que le represente un triunfo personal o una ganancia.

Creatividad: Le sugiere al participante algunas vías para desarrollar aptitudes o destrezas y actitudes o formas de expresión en cada situación, de manera personal o frente a un grupo.

Formación sicológica y social: La participación, la cooperación, la comunicación que genera el acto recreativo, mejoran las relaciones con otros.

Liberador de la espontaneidad: Ayuda a una conducta liberadora con formas de expresión individuales. A través del desarrollo de programas de auto expresión en el ser humano, se hace más tranquilo, más espontáneo y saca a flote no solo su capacidad creadora sino su condición de hombre lúdico, hombre que juega.

CLASIFICACIÓN DE LOS ESPACIOS RECREATIVOS:

Según el espacio donde se desarrolla la actividad	Según la edad del participante	Según el grupo participante	Según las técnicas empleadas
Al aire libreRecinto cerradoUrbanoCampestre	InfantilJuvenilDe adultosAdultos mayores	FamiliarEscolarEmpresarialComunitaria	 Expresivas Jugadas De interpretación ambiental Culturales Sociales



Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9



METODOLOGIA

El presente proyecto de recreación se llevará a la práctica mediante diferentes alternativas metodológicas.

- El grupo de maestros que hace parte del proyecto de recreación, cultura y deportes será el encargado de diseñar, organizar, ejecutar y evaluar las diferentes propuestas de actividades y eventos a realizar, a partir del aporte de los diferentes estamentos de la institución.
- Para el desarrollo de algunas actividades buscaremos el apoyo de estudiantes, en grupos que ayuden al mejor desarrollo de las actividades a realizar.
- Las actividades de posible realización son: juegos de calle, juegos menores, encuentros deportivos, competencias deportivas, festivales recreativos, bailes, concursos culturales.
- Las actividades lúdicas, deportivas y culturales que se implementen deberán atender a principios de salud, higiene, de exigencia progresiva y se realizarán en lugares adecuados.
- Las actividades sociales buscan beneficiar a nuestros estudiantes más necesitados.
- Se busca por medio de las actividades con los docentes mejorar las relaciones interpersonales.
- Este proyecto tendrá una proyección Inter -institucional y comunitaria.
- El presente proyecto se regirá por valores tales como el respeto, la tolerancia, la convivencia pacífica y la paz.
- Mediante comunicaciones escritas se informará a toda la comunidad educativa de las propuestas de actividades a desarrollar, y se recibirán todas las ideas nuevas para organizar los ajustes necesarios para el éxito del evento a realizar.



Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021 Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9 LA GABARRA

TRASVERSALIDAD

La planeación de todas las actividades de este proyecto está desarrollada para lograr impacto no solo en las áreas del currículo, sino en todas las personas que hacen parte de la comunidad educativa y el contexto en general; por ello de manera permanente, se evidenciara el desarrollo de este proyecto en todas las relaciones posibles de la población. La institución educativa Concentración de desarrollo rural la Gabarra, busca a través del desarrollo de los proyectos alcanzar logros en los procesos de aprendizaje de los estudiantes planteados desde el currículo, con procesos sistemáticos que permitan evidenciar y recolectar información útil para interpretar mejor y así desarrollar e implementar nuevas estrategias que cada vez permita acercarse más a los ideales de los estudiantes y a su proyecto de vida.



TIBU N. DE SANTANDER

Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021
Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S
DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9

PLAN OPERATIVO DE ACCION (POA)

LA GABARRA

FECHA	ACTIVIDAD	OBJETIVOS	RESPONSABLES	RECURSOS
FEBRERO MARZO	Donatón de uniformes y kits escolares.	Promover el valor de la solidaridad involucrando a toda la comunidad educativa, padres de familia, docentes y estudiantes donando uniformes nuevos o usados en buen estado. Donar útiles escolares para entregarlos a los estudiantes más necesitados.	Docente encargado Nidia Carrillo Comunidad educativa	Humanos Materiales
SEMESTRAL	Celebración cumpleaños docente	Mejorar las relaciones interpersonales, en cada uno de los docentes de la institución.	Docente encargado Yeraldine Guerrero Comunidad educativa	Humanos Materiales Financieros
7 DE MARZO	Celebración día de la mujer	Resaltar la importancia que tienen las mujeres conderugistas quienes con su presencia brindan cariño y alegría.	Comité Social Comunidad educativa	Humanos Materiales Financieros
19 DE MARZO	Celebración día del hombre	Se trata de reconocer el buen trabajo, compartir gratitud y energía	Comité Social Comunidad educativa	Humanos Materiales Financieros
29 DE ABRIL	Celebración día del niño.	Gestionar un espacio donde cada docente pueda celebrar junto con sus estudiantes este día, realizando actividades lúdicas recreativas en cada uno de sus salones.	Docente encargado Martha Yaneth Zambrano Docentes titulares	Humanos Materiales Financieros
MAYO	Día del maestro	Reconocer y honrar la labor de los docentes quienes juegan un papel fundamental en la educación y formación de las futuras generaciones.	Docentes encargadas Orientadoras PAOLA GUARIN LUZ PAZ Directivos de la institución	Humanos Materiales Financieros
JULIO	Interclases	Promover las buenas relaciones interpersonales: Estos juegos buscan fomentar el juego limpio, la sana competencia, el compañerismo y el buen uso del tiempo libre entre los estudiantes de la institución.	Docentes encargados HERNAN GOMEZ MARLYN LUCÍA NIÑO Comunidad educativa	Humanos Materiales Financieros



TIBU N. DE SANTANDER

LA GABARRA

Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021
Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S
DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9

OCTUBRE	Día de la familia	Brindar un espacio cultural y recreativo a las familias de la institución con el fin de crear conciencia sobre el papel fundamental de las familias en la educación de los hijos y las oportunidades de aprendizaje permanente que existen para los niños y las niñas y los jóvenes.	Docente encargado Líder de la Gestión FREDDY VILLAMIZAR Directivos institución	Humanos Materiales Financieros
AGOSTO	Actividad deportiva con los docentes.	Desarrollar actividades deportivas y recreativas con los docentes con el fin de interactuar con el entorno y jugar activamente, tanto en forma individual como grupal para mejorar el clima laboral.	Docentes encargados HERNAN GOMEZ MARLYN LUCÍA NIÑO	Humanos Materiales Financieros
MENSUAL	Donación de Mercados	Promover en la Comunidad Educativa el sentido de fe y la vivencia de la espiritualidad a través de la celebración eucarística y el compromiso solidario con los más necesitados.	Docentes encargadas NIDIA CARRILLO MARTHA ZAMBRANO EICY PRIETO JHON VARGAS Gestión comunitaria	Humanos Materiales Financieros
SEPTIEMBRE	Semana de hábitos y estilos de vida saludables	Promover y facilitar, dentro de la comunidad educativa, la adquisición de hábitos y estilos de vida saludables, a través de actividades deportivas y recreativas.	Docentes encargados MARLYN LUCÍA HERNAN GOMEZ Comunidad educativa	Humanos Materiales Financieros
SEPTIEMBRE	Amor y amistad	Integra a los docentes para fomentar las relaciones interpersonales por medio del valor de la amistad.	Docentes encargada PATRICIA TIRADO ERLINA PINZÓN Comunidad educativa	Humanos Materiales Financieros
OCTUBRE	Semana cultural	Mostrar la creatividad e iniciativa de los educandos a través de sus trabajos artísticos, culturales, científicos, y deportivos.		
NOVIEMBRE	Novena de navidad	Favorecer espacios de encuentro con la comunidad educativa y de celebración en la fe que nos permitan reflexionar sobre el sentido del misterio de la Encarnación de Jesús (Natividad.	Docentes encargadas ANA PABÓN LAUDTIH QUINTERO Comunidad educativa	Humanos Materiales Financieros



INSTITUCIÓN EDUCATIVA CONCENTRACION DE DESARROLLO RURAL LA GABARRA TIBU N. DE SANTANDER Aprobado Mediante Resolución de Aprobación Nº 003434 DEL 9 de noviembre de 2021

Expedida por la Secretaría de Educación de N. de S DANE: 254810001862 NIT: 900005901-9

