



FORMATO DE CENTROS DE INTERES



CENTRO DE INTERES CENTRO EDUCATIVO RURAL LOS CEDROS

1. DATOS GENERALES

TITULO DEL CENTRO DE INTERES	Salud y vida.
DOCENTE RESPONSABLE	CARLOS EDUARDO MORA ARREDONDO
GRADOS PARTICIPANTES Y CANTIDAD	PRIMERO: 10 estudiantes SEGUNDO: 7 estudiantes TERCERO: 5 estudiantes CUARTO: 6 estudiantes QUINTO: 11 estudiantes SEXTO: 10 estudiantes SEPTIMO: 15 estudiantes OCTAVO: 7 estudiantes DECIMO: 3 estudiantes ONCE: 2 estudiantes
DURACION DEL PROYECTO	10 meses.

2. EJE DEL CENTRO DE INTERÉS

IDENTIFICA EL EJE DE SU CENTRO DE INTERES: Artes, Cultura, Deportes, Ciencia, Tecnología, Innovación, Educación para la paz, Literatura

Deportes.

3. JUSTIFICACIÓN

El Centro de Interés "Salud y Vida" se fundamenta en la necesidad de fomentar hábitos saludables y mejorar la condición física de los estudiantes a través de la práctica del atletismo y el fútbol sala. Estas disciplinas deportivas no solo contribuyen al desarrollo de habilidades motrices, sino que también fortalecen valores esenciales como la disciplina, el trabajo en equipo y la perseverancia.

En el contexto del Centro Educativo Rural Los Cedros, donde el acceso a espacios y actividades pueden ser limitados, este proyecto se convierte en una estrategia clave para incentivar la actividad física desde edades tempranas, promoviendo una educación integral alineada con el programa PTA FI 3.0. Abundar un impacto positivo en el bienestar emocional de los estudiantes, su rendimiento académico y social a través de la práctica regular del deporte.

Este centro de interés busca fomentar hábitos saludables, mejorar la condición física y habilidades húmedas en los estudiantes a través de la práctica del atletismo y el fútbol sala. Además, contribuir al desarrollo de valores como el trabajo en equipo, la disciplina



y la perseverancia, la promoción de una educación integral alineada con el programa PTA FI 3.0.

4. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Promover la práctica del atletismo y fútbol sala en los estudiantes del Centro Educativo Rural Los Cedros, incentivando la actividad física y el desarrollo de habilidades deportivas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Desarrollar habilidades técnicas y tácticas en atletismo y fútbol sala.
2. Fortalecer el espíritu deportivo y la sana competencia entre los estudiantes.
3. Mejora de la condición física y la coordinación motriz de los participantes.

5. METODOLOGÍA

El proyecto se desarrollará cada 15 días los días miércoles en las dos últimas horas de clase. Se emplea una metodología teórico-práctica basada en ejercicios, juegos y entrenamientos dirigidos.

Actividades principales:

- Calentamiento y físico.
- Entrenamientos específicos de atletismo (carreras de velocidad, resistencia, salto y lanzamiento).
- Desarrollo de habilidades en fútbol sala (pases, tiros, dribles y tácticas de juego).
- Partidos y competencias internas para evaluar el progreso.

6. RECURSOS NECESARIOS



MATERIALES	<ul style="list-style-type: none">• Balones de fútbol sala.• Conos y vallas para ejercicios.• Silbatos.• Cronómetros.
INFRAESTRUTURA	<ul style="list-style-type: none">• Cancha escolar o espacio deportivo adecuado.• Zona de calentamiento.
RECURSOS HUMANOS	<ul style="list-style-type: none">• Docente responsable.• Posible apoyo de estudiantes mayores o entrenadores locales.

7. ACTIVIDADES Y CRONOGRAMA

N°	ACTIVIDAD	FECHA	RESPONSABLE
1	Página de introducción, teoría y diagnóstico	12/03/2025	Docente: Carlos Eduardo Mora Arredondo
2	Entrenamientos básicos de atletismo	26/03/2025	Docente: Carlos Eduardo Mora Arredondo
3	Práctica de fútbol sala	09/04/2025	Docente: Carlos Eduardo Mora Arredondo
4	Mini torneos internos	23/04/2025	Docente: Carlos Eduardo Mora Arredondo

8. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO

Para garantizar el éxito del proyecto de Atletismo y Fútbol Sala en el Centro Educativo Rural Los Cedros, se implementará un proceso continuo de evaluación y seguimiento. Este valoro el impacto del programa en los estudiantes y realiza los ajustes necesarios para mejorar su efectividad

La evaluación se basa en la participación, mejora en habilidades deportivas y cumplimiento de normas de juego. Se ha utilizado observaciones, rúbricas de resultados y autoevaluaciones de los estudiantes.

Criterios de evaluación

La evaluación se basa en los aspectos siguientes:



1. **Participación y compromiso:** Se implementa la asistencia y el nivel de involucramiento de los estudiantes en las actividades.
2. **Desarrollo de habilidades motrices y deportivas:** Se seleccione la mejora en la técnica y desempeño de los estudiantes en atletismo y fútbol sala.
3. Se medirá el progreso en resistencia, velocidad, fuerza y coordinación a lo largo del proyecto.
4. **Comportamiento y valores:** Se observa el respeto por las reglas del juego, la colaboración con compañeros y la disciplina durante las sesiones.

Herramientas de Evaluación

Para recopilar información sobre el desarrollo del proyecto, se utilizará diferentes herramientas:

1. **Listas de chequeo:** Para registrar la asistencia y participación de los estudiantes en cada sesión.
2. **Rúbricas de descargo:** Para evaluar la mejora en habilidades técnicas y tácticas en atletismo y fútbol sala.
3. **Diario de campo:** Donde el docente responsable documentará observaciones sobre el progreso, dificultades y logros de los estudiantes.
4. **Encuestas de percepción:** Aplicadas a los estudiantes para conocer su experiencia en el programa y recoger sugerencias de mejora.
5. **Pruebas físicas periódicas:** Se evalúa al inicio, a la mitad y al final del programa para medir la evolución en condición física (ejemplo: tiempo en carreras de velocidad, número de repeticiones en debilidad, control del balón en fútbol sala, etc.).

9. RESULTADOS ESPERADOS

N	LOGRO Y APRENDIZAJES
1	Mejora en la condición física de los estudiantes
2	Desarrollo de habilidades básicas en atletismo y fútbol sala
3	Fortalecimiento de valores como el trabajo en equipo y la disciplina



10. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

1	<p>Este proyecto contribuye al bienestar físico y emocional de los estudiantes, generando un impacto positivo en su rendimiento académico y social.</p> <p>Se recomienda dar continuidad al programa, fomentar la participación de más grados y gestionar el apoyo de entidades deportivas.</p>
2	<p>La implementación del centro de interés de Atletismo y Fútbol Sala en el Centro Educativo Rural Los Cedros fomenta la actividad física y mejora la salud de los estudiantes, hábitos saludables desde una edad temprana.</p> <p>Se recomienda gestionar apoyo institucional y comunitario para obtener materiales adicionales, mejorar la infraestructura contar con asesoramiento de entrenadores o profesionales del deporte.</p>
3	<p>A través de la práctica deportiva, los estudiantes despropósitos motrices, cognitivas, que refuerzan la cooperación, el liderazgo y la disciplina.</p> <p>Se recomienda incorporar actividades lúdicas y recreativas que complementen el entrenamiento deportivo, que cuenta con que todos disfruten los participantes del proceso.</p>
4	<p>La metodología utilizada permite un aprendizaje significativo, combinando la teoría con la práctica, lo que facilita el desarrollo de destrezas en ambos deportes.</p> <p>Se recomienda monitorear el progreso de los estudiantes a través de pruebas y evaluaciones formativas para adaptar las estrategias de la enseñanza de las necesidades individuales.</p>
5	<p>La realización de actividades deportivas cada 15 días en las últimas dos horas de los miércoles ha demostrado una estrategia efectiva para mantener la motivación y la participación de los estudiantes.</p> <p>Se recomienda incluir competencias Inter escolares o encuentros deportivos con otras instituciones para incentivar la sana competencia y fortalecer la experiencia deportiva de los estudiantes.</p>

FIRMA DEL DOCENTE RESPONSABLE

Carlos Eduardo Mora Arredondo.