

CENTROS DE INTERES: PROYECTO DE
RECREACIÓN, DEPORTES Y APROVECHAMIENTO
DEL TIEMPO LIBRE

CENTRO EDUCATIVO RURAL PALOCOLORADO



CHINACOTA, NORTE DE SANTANDER

2025

PRESENTACION

El área de recreación y deportes como estrategia didáctica y pedagógica favorece la interdisciplinariedad, el desarrollo social y la promoción de la salud física, mental y emocional. De igual manera, promueven la colaboración, la comunicación afectiva y la disciplina, cualidades que potencian el bienestar y el rol en sociedad de los estudiantes.

La interdisciplinariedad que ofrece el área de deportes es muy relevante, ya que, mediante la práctica de alguna disciplina deportiva se potencia el trabajo autodidacta, la autoestima y proporciona una salida saludable para que niños, niñas y adolescentes con problemas conductuales canalicen su energía. Lo anterior se fundamenta en la definición del MEN para la implementación del área de deportes en el curriculum escolar, quien menciona: *“Su justificación en el plan de estudios proviene del interés pedagógico por cultivar las características de la inteligencia corporal y las relaciones entre el manejo del cuerpo y el despliegue de otros poderes cognoscitivos y sociales.”*

Por otro lado, el vínculo que los estudiantes establecen con el ambiente escolar (docentes y compañeros) y el atractivo que encuentran en los temas y dinámicas de estudio, son aspectos que impactan significativamente en su aprendizaje, lo anterior es respaldado por *Peralta (2018)* quien considera que existe una estrecha relación entre un aprendizaje significativo y la propensión que el estudiante tenga por participar en su proceso de formación.

IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

Partiendo de la información recolectada con las encuestas diagnosticas realizadas a los estudiantes, padres de familia y docentes del C.E.R. Palocolorado, Hemos encontrado que los estudiantes hoy en día dedican una gran parte de su tiempo a la tecnología, especialmente a las redes sociales y los videojuegos, además de seguir muchas series de televisión. Esta tendencia ha provocado un aumento en el sedentarismo y los malos hábitos, lo que a su vez eleva los índices de sobrepeso. Como consecuencia, se incrementa el riesgo de desarrollar enfermedades metabólicas como la diabetes, la hipertensión y problemas cardíacos, además de diversas dificultades psicológicas y emocionales.

También es importante mencionar que la falta de motivación en los estudiantes se ve influenciada por situaciones en su entorno familiar, como la ausencia de tiempo y apoyo por parte de los padres para compartir con ellos.

JUSTIFICACIÓN

Los Centros de Interés como estrategia pedagógica están planteados en el Plan Nacional de Desarrollo 2022- 2026 en el pilar de “la transformación y fortalecimiento de la educación en el país” que busca potenciar y ampliar las oportunidades de aprendizaje de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

Para dar cumplimiento a lo anterior y teniendo en cuenta la lectura de contexto de nuestra comunidad educativa “Palocolorado”, hemos elaborado el presente proyecto con énfasis en la recreación, deportes y aprovechamiento del tiempo libre, el cual se fundamenta en el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento, la actividad física y los estilos de vida saludable, en donde se privilegia la dignidad humana, la calidad de vida, el fomento

de la cultura, la salud, la autoestima, la disciplina, el buen uso del tiempo libre, el sentido de pertenencia, la responsabilidad, el respeto a la diferencia y el compromiso, tanto consigo mismo como con la familia y la sociedad, potenciando de esta manera la adquisición de competencias que los hagan resilientes, y que contribuyan al desarrollo de habilidades comunicativas, deportivas, culturales, lúdicas y recreativas en los niños, niñas y adolescentes del Centro Educativo.

De igual manera, se busca impulsar la participación estudiantil en diversas disciplinas deportivas para que nuestros alumnos se destaquen en las Olimpiadas Rurales Municipales. Este evento es muy importante para ellos, ya que les entusiasma la idea de representar a nuestra institución y conectarse con estudiantes de otras escuelas rurales de la zona.

OBJETIVO GENERAL

- Fortalecer el área de deportes como proceso lúdico-recreativo, con el objetivo de contribuir a la formación integral de los niños, niñas y jóvenes del Centro Educativo Rural (C.E.R.) Palocolorado.

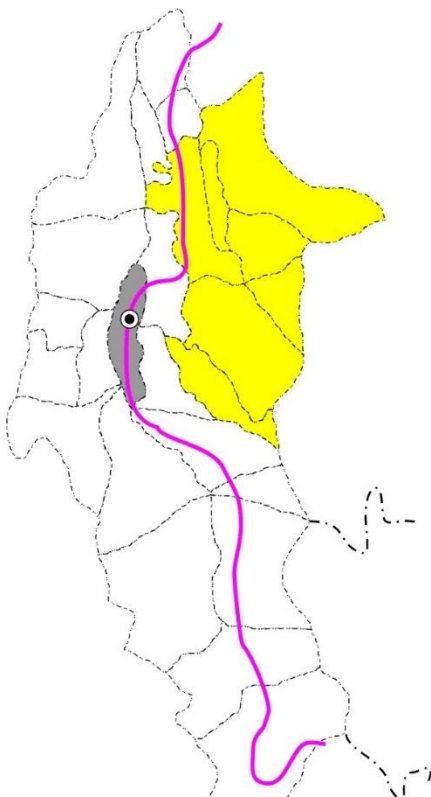
OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Desarrollar conocimientos, habilidades y competencias para lograr acciones que aporten a la cultura del autocuidado.
- Promover la recreación como eje fundamental para la promoción de la salud física, mental y emocional.
- Instruir a los estudiantes y comunidad en general de la C.E.R. Palocolorado para incentivar el uso adecuado del tiempo libre.

POBLACIÓN OBJETIVO

El CER Palocolorado está ubicado en la zona oriental del municipio de Chinácota Norte de Santander. Es un establecimiento de carácter oficial que cuenta con siete sedes educativas: Palocolorado, Menzulí, Orozco, San Pedro, Manzanares, El Asilo y Guayabal; limitado por el oriente con el Cerro de la Vieja (Ragonvalia) al norte con la quebrada Tascarena (Los Patios); al occidente con la vereda Honda Norte (Álamos), cabecera municipal; al sur con el Centro Educativo Iscalá.

Palocolorado es la sede principal, está ubicada en la vereda que lleva su nombre, al suroriente del municipio de Chinácota, a 15 km del casco urbano; cuenta con tres docentes y ofrece los niveles educativos de preescolar, básica primaria y secundaria hasta 9º grado



(Postprimaria), laborando en la jornada de la mañana. Sus habitantes se dedican a la agricultura y cría de animales.

Sede **Menzulí**, ubicada en la vereda Menzulí a 12 km del casco urbano; atiende los niveles de Preescolar y Primaria con un solo docente, laborando en la jornada de la mañana. Es una zona rica en producción de frutales y panela.

Sede **Orozco**, ubicada en la vereda Llanos de Orozco a 8 km del casco urbano, atiende los niveles de Preescolar y Primaria con un solo docente, laborando en la jornada de la mañana. Es una zona caracterizada por ser turística con variedad de cabañas de recreo y producción de leche y huevos.

Sede **Guayabal**, ubicada en la vereda Guayabal a 4 km del casco urbano del municipio, atiende los niveles de Preescolar y Primaria con un solo docente, laborando en la jornada de la mañana; también es una zona turística con afluencia de cabañas de recreo y producción de árboles frutales

Sede **San Pedro**, ubicada en la vereda San Pedro, A 11 Km del casco urbano, atiende los niveles de Preescolar y Primaria con un solo docente, laborando en la jornada de la mañana. Se caracteriza por ser una zona que produce café y hortalizas.

Sede **El Asilo** ubicada en la vereda El Asilo a 7km del casco urbano; atiende los niveles de Preescolar y Primaria con un solo docente, laborando en la jornada de la mañana. La población se caracteriza por ser productora de café en la parte baja y la cría de pollos y leche

Sede **Manzanares** ubicada en la vereda Manzanares a 5km del casco urbano; atiende los niveles de Preescolar y Primaria con un solo docente, laborando en la jornada de la mañana. Cuenta con el Hogar Juvenil Campesino de quien recibe apoyo académico. Se cultiva frutas. Para la vigencia 2025, el CER Palocolorado cuenta con una matrícula oficial de XXX estudiantes distribuidos en las siete (7) sedes de la siguiente manera:

DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

La propuesta basa su funcionamiento en la transversalidad de las áreas de conocimiento, específicamente, se intensificará en las asignaturas de ética y valores, ciencias sociales, ciencias naturales y educación física durante la jornada escolar. Nuestro proyecto tiene como objetivo principal brindar a nuestros estudiantes la oportunidad de aprovechar de una forma más organizada, comprometida y efectiva su tiempo libre y el amor por la práctica del deporte, con el fin de fomentar la creación de valores tales como la responsabilidad, la autoestima, el respeto, la amistad, la tolerancia, el trabajo en equipo y la disciplina. Además, Incrementar el acceso de los niños, niñas y adolescentes de grado primero de primaria a noveno grado a espacios lúdicos integradores, participativos y creativos mediados por los juegos de salón y algunas disciplinas deportivas.

El centro de interés que integra el proyecto de deportes se enfocara en:

- **Aprovechamiento del tiempo libre y recreación:** Este espacio, no se trata solo de "pasar el rato", sino de generar experiencias significativas que fomenten el aprendizaje, la creatividad, el bienestar emocional y las habilidades sociales, lo anterior se plantea llevar a cabo por medio del rescate de los juegos tradicionales y

populares de la región, juegos de mesa y jornadas de integración lúdico-recreativas con las demás sedes que conforman el C.E.R.

- **Práctica del deporte:** Con esta actividad posibilitamos una estructura curricular con procesos y actividades articuladoras que permitan la práctica de deportes tales como fútbol sala, baloncesto, atletismo y voleibol dentro de la jornada escolar y que a su vez se fortalezca el vínculo alumno-docente-centro educativo para la promoción de valores como el esfuerzo, la perseverancia, la humildad ante la victoria y la derrota, la honestad y el juego limpio.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividad	Fecha de Inicio	Fecha de finalización	Responsables	Recursos	Evidencias
Socialización del proyecto	15/05/2025		Docentes	Humanos, físicos y Tecnológicos	Acta de socialización y Registro fotográfico
Revisión y adopción por parte del consejo directivo	19/05/2025		Consejo Directivo	Humanos, físicos y Tecnológicos	Acta de adopción por consejo directivo y Registro fotográfico
Compra de implementos deportivos	08/2025	08/2025	Director	Humanos y financieros	Facturas
Entrega de implementos deportivos a cada una de las sedes	08/2025	08/2025	Director	Humanos y físicos	Acta de entrega y Registro fotográfico
Jornada de integración en el marco de las	08/2025	08/2025	Docentes	Humanos, físicos y financieros	Registro fotográfico

olimpiadas rurales					
Organizar ciclos de entrenamiento dentro de los momentos pedagógicos de educación física y durante el receso pedagógico	08/2025	11/2025	Docentes de cada sede	Humanos, físicos y tecnológicos	Registro fotográfico
Organización de encuentros deportivos durante el receso pedagógico	08/2025	11/2025	Docentes de cada sede	Humanos, físicos y tecnológicos	Registro fotográfico

RECURSOS NECESARIOS

A continuación, se presenta la distribución específica del recurso asignado al proyecto de recreación, deportes y aprovechamiento del tiempo libre para el fortalecimiento de los Centros de Interés en Formación Integral, clasificado según los códigos SIFSE exigidos por el Ministerio de Educación Nacional:

Humanos: Docentes de cada sede educativa, director, estudiantes y padres de familia.

Físicos: Escenarios e implementos deportivos de cada sede del C.E.R. Palocolorado

Técnicos: Televisores y parlantes amplificadores de sonido para Primaria y Postprimaria de la sede principal del C.E.R. Palocolorado.

Financieros: De los recursos asignados al C.E.R. Palocolorado, referente a los centros de interés, se designaron Diez millones de pesos (\$10'000.000 COP) para el proyecto de deportes y aprovechamiento del tiempo libre.

ITEM	COSTO UNITARIO ESTIMADO (COP)	COSTO TOTAL (COP)
80 lazos para saltar	\$ 5.000	\$ 400.000
8 juegos de ajedrez	\$ 20.000	\$ 160.000
8 dominós	\$ 20.000	\$ 160.000
8 balones de fútbol sala	\$ 80.000	\$ 640.000
8 balones de baloncesto	\$ 80.000	\$ 640.000
8 balones de voleibol	\$ 80.000	\$ 640.000
8 bombas de inflar	\$ 30.000	\$ 240.000
48 conos huecos	\$ 20.000	\$ 960.000
80 conos solidos	\$ 5.000	\$ 400.000
80 aros hula hoops	\$ 5.000	\$ 400.000
8 escaleras de agilidad	\$ 30.000	\$ 240.000
2 televisores inteligentes	\$ 2'000.000	\$ 4'000.000
8 pitos o silbatos	\$ 20.000	\$ 160.000
8 cronómetros	\$ 30.000	\$ 240.000
8 juegos de pinos o bolos	\$ 35.000	\$ 280.000
24 yoyos	\$ 5.000	\$ 120.000
24 trompos	\$ 5.000	\$ 120.000
24 cocas de madera	\$ 5.000	\$ 120.000
400 canicas o metras	\$ 200	\$ 80.000
Total:		\$10'000.000

RESULTADOS ESPERADOS

Con la implementación del proyecto de educación física, recreación y deportes y aprovechamiento del tiempo libre, se espera una serie de beneficios y transformaciones en el proceso educativo, tanto para los estudiantes como para los docentes:

- **Mayor motivación y compromiso:** Al partir de los intereses genuinos de los niños y jóvenes, se espera que el aprendizaje sea más significativo y emocionante. Cuando

los temas les resultan relevantes, los estudiantes se involucran activamente, lo que lleva a un mayor compromiso y participación en las actividades.

- **Aprendizaje activo y participativo:** Se fomenta que los estudiantes sean los protagonistas de su propio aprendizaje, investigando, explorando, experimentando y construyendo conocimiento de forma colaborativa. Esto contrasta con un modelo tradicional donde el docente es el único transmisor de información.
- **Desarrollo integral de habilidades:** Más allá de la adquisición de conocimientos académicos, se busca desarrollar habilidades cognitivas (pensamiento crítico, resolución de problemas), sociales (trabajo en equipo, comunicación, empatía), emocionales (manejo de frustraciones, autoconfianza) y creativas.
- **Visión global e integrada del conocimiento:** Al agrupar contenidos de diferentes áreas alrededor de un tema central, se ayuda a los estudiantes a comprender cómo los saberes se conectan en el mundo real, en lugar de verlos como compartimentos estancos. Esto favorece la comprensión profunda de la realidad.
- **Fomento de la autonomía y la toma de decisiones:** Los estudiantes tienen la oportunidad de participar en la elección de los temas y las actividades, lo que les permite desarrollar su autonomía, responsabilidad y capacidad para tomar decisiones informadas.
- **Conexión con la realidad y el contexto:** Los temas suelen surgir del entorno cercano de los estudiantes o de situaciones de la vida real, lo que hace que el aprendizaje sea más relevante y aplicable a sus experiencias cotidianas.
- **Mayor interacción y socialización:** Al promover el trabajo en grupo y las actividades colaborativas, se fortalecen las relaciones entre los estudiantes y se desarrollan habilidades de comunicación y respeto mutuo.

- **Rol del docente como guía y facilitador:** Se espera que el docente deje de ser solo un "instructor" para convertirse en un guía que acompaña, orienta, estimula la curiosidad y facilita los recursos y experiencias de aprendizaje.

En resumen, con el proyecto de deportes y aprovechamiento del tiempo libre se espera una educación más dinámica, significativa y centrada en el estudiante, que potencie su curiosidad natural y lo prepare para enfrentar desafíos complejos, tanto a nivel académico como en su vida personal y social.