

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO

Creada por resolución departamental No.16204 del 27 de noviembre del año 2002, modificada por la resolución 2781 del 17 de marzo del 2016, por la Resolución No. 201850050021 del 16 de Julio de 2018 y por la Resolución 202250018412 de 9 de marzo de 2022

Dane: 105001019062 – Nit: 811017266-9

**Proyectos Pedagógicos Obligatorios Y Cátedras De Ley:
El Aprovechamiento del Tiempo Libre, el Fomento de las Diversas Culturas,
la Práctica de la Educación Física, la Recreación y el deporte formativo**



Docentes

Acevedo Castaño Santiago
Agudelo Gutiérrez Francisco
Asprilla Bonilla Francis
Gallo Noreña Yohn Jairo
Tabares Reina Mauricio
Zuluaga Santa José Ancizar

**Distrito especial de Ciencia, tecnología e innovación de
MEDELLÍN
2026**

Sede Principal: Carrera 48ª N°77 – 68 Celular: 3007358349. Sede Escuela: Santa María Goretti. cll 67 # 48a 32. Celular: 3007358338
Correo electrónico: alfonsomorarananjo82@gmail.com. ie.alfonsomorarananjo@medellin.edu.co
www.iealfonsomora.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO
El Aprovechamiento del Tiempo Libre, el Fomento de las Diversas Culturas,
la Práctica de la Educación Física, la Recreación y el deporte formativo

Tabla de Contenidos

Palabras claves	3
Justificación y Planteamiento o formulación del Problema	4
Diagnóstico y/o antecedentes	4
Pregunta esencial y/o problematizadora.....	4
Objetivo General	4
Objetivos Específicos	5
Justificación.....	5
Delimitación	6
Marcos de Referencia.....	7
Marco Conceptual	7
La Educación Física.	7
La Recreación.....	7
El Deporte.	7
Juego.....	7
El Aprovechamiento del Tiempo Libre.....	7
Ocio.	7
La Educación Extraescolar.....	8
Artística.	8
Marco Normativo	8
Metodología	9
1. Recreos Activos y Temáticos.	9
2. Clubes Extracurriculares.	9
3. Festival Intercultural y Deportivo.	9
4. Sesiones de Educación Física con Enfoque Lúdico y Cultural	9
5. Retos Físicos y Recreativos por Grados.....	9
6. Creación de Ambientes Propicios.	9
7. Liderazgo Estudiantil en Proyectos Recreativos.	10



Implementación Metodológica.....	10
Actividades Deportivas.	10
Actividades Recreativas.	10
Actividades Artísticas y Culturales	10
Recursos disponibles	10
Documento a través del cual se establece la ruta de ejecución e implementación del proyecto Pedagógico Transversal	10
Evaluación del proyecto	11
Anexos.....	12
Bibliografía y/o Web grafía.....	13

Palabras claves: Tiempo libre, Diversidad Cultural, Recreación, Ocio, Deporte



Justificación y Planteamiento o formulación del Problema

Diagnóstico y/o antecedentes

La I. E Alfonso Mora Naranjo, está ubicada en el barrio Campo Valdés de la comuna 4 en la ciudad de Medellín. La gran mayoría de la población estudiantil se encuentra enclavado socioeconómicamente en los estratos 1 y 2, de tal manera que acceden con facilidad a los programas extracurriculares que proyecta el municipio a través de sus entidades.

Poseemos un gran número de estudiantes, que pasan muchas horas solos en sus casas y se dejan “atrapar por las redes sociales en el internet o teléfonos móviles”, por tal razón se hace un sondeo para saber cómo ocupan ellos su tiempo libre.

Se realizaron encuestas donde se les preguntó a los estudiantes por sus inclinaciones y preferencias deportivas y artísticas; esto arrojó unos resultados donde se pudo escoger algunos para representar cada uno de sus grupos.

En la sede principal hay escenarios deportivos para practicar sólo micro fútbol y baloncesto; el voleibol no se puede implementar debido a que el balón puede caer con facilidad a las propiedades vecinas.

En la escuela hay escenarios deportivos para practicar micro fútbol, baloncesto y voleibol.

La dotación en primaria para la práctica deportiva está completa y en buen estado. En bachillerato (mañana, tarde y noche). es todo lo contrario, de todo lo que ha dotado la institución hay muy pocos elementos utilizables.

Necesitaríamos implementación deportiva para este año (20 balones de micro fútbol, 10 de baloncesto, 20 de voleibol, 40 balones de iniciación deportiva, 40 bastones, 40 lazos 20 balones e balón mano, 40 aros, pitos, cronómetros, 25 tableros de ajedrez, tarjetas (amarillas, rojas y azules) 5 de cada una, 5 lazos largos de 5mts. cada uno, juegos de mesa (bingo, lotería, parques, dominó, escalera) (10 de cada uno).

NOTA: para poder hacer prácticas de voleibol es necesario e indispensable poner una malla tipo techo en cada patio. ~~si es posible~~

Pregunta esencial y/o problematizadora

¿De qué manera la inclusión de prácticas deportivas, artísticas y recreativas, puede servir como puente para conectar a los estudiantes con su patrimonio cultural y el de otras comunidades, promoviendo el respeto y la valoración de la diversidad a través del uso del tiempo libre?

Objetivo General



Implementar espacios y propuestas multidisciplinarias que, a través de actividades artísticas, culturales, sociales, deportivas y recreativas, brinden alternativas de formación integral a los estudiantes en las jornadas escolares y extraescolares; mediante el aprovechamiento adecuado del tiempo libre, la valoración y el respeto por las diversas culturas, el desarrollo físico, mental y social de la comunidad educativa.

Objetivos Específicos

- Favorecer la sana convivencia en el ámbito escolar, familiar y social de los niños, niñas, jóvenes y adultos (primaria, secundaria, media técnica, clei), que forman parte de la Institución Educativa Alfonso Mora Naranjo.
- Crear espacios en los cuales el estudiante expresa sus habilidades y destrezas mediante actividades lúdico-recreativas.
- Promover espacios de encuentro y disfrute entre los acudientes, padres y madres de los estudiantes de la institución.
- Motivar al estudiante para la buena utilización y aprovechamiento del tiempo libre.
- Fomentar los hábitos de vida saludable.
- Proyectar el nombre de la institución por medio de la participación en juegos Inder escolares e Inder colegiados programados por el ente local de recreación.
- Proyectar el área de artística mediante la sensibilización, formación y apropiación de las actitudes del mundo sonoro y musical en actividades propias del folclor local.

En el plan de estudios implementado en la Institución Educativa Alfonso Mora Naranjo se busca desarrollar las siguientes competencias relacionadas con el Proyecto Pedagógico El Aprovechamiento del Tiempo Libre, el Fomento de las Diversas Culturas, la Práctica de la Educación Física, la Recreación y el deporte formativo:

En el área de educación física, recreación y deportes:

Desarrollar la competencia Motriz, la competencia Expresiva Corporal y la competencia Axiológica Corporal.

Fomentar una conciencia ecológica consigo mismo y con el medio ambiente.

En el área de educación artística:

Desarrollar las competencias de sensibilidad, comunicación y apreciación estética.

Justificación

La implementación del proyecto de uso de tiempo libre en la institución educativa Alfonso Mora Naranjo, se justifica en la medida que es una alternativa para el mejoramiento y fortalecimiento de una convivencia social sana, enmarcada en los desempeños académicos positivos, que contribuyan en la formación del niño, niña, joven y adulto de la institución.



Las prácticas recreativas, artísticas y lúdicas son entendidas como actividades complementarias a los procesos de aprendizaje, desarrollo cultural y como una herramienta para romper con los círculos de pobreza, dependencia, inactividad violencia y con los sentimientos de marginación y exclusión, los cuales a su vez se encuentran asociados a la pérdida de la autoestima.

El proyecto es la herramienta para romper con la apatía frente al quehacer de la vida escolar y con el uso adecuado del tiempo. Es la posibilidad para experimentar unas alternativas que den cuenta de su crecimiento personal y su desarrollo integral desde las actividades deportivas, recreativas, culturales y artísticas.

El aprovechamiento del tiempo no solo convoca a la comunidad estudiantil de la institución, por el contrario, tiene apertura a la participación de acudientes, padres y madres que se convierten actores en los diferentes eventos realizados por la misma.

El deporte, la recreación, la artística 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 hacen parte del gasto público social.

De ahí, se hace necesario el apoyo que ha brindado el municipio de Medellín, a través de los diferentes programas y actividades para realizar en jornadas complementarias las cuales se proyectan hacia la parte de cultura, ciencia y tecnología; deporte y recreación; y multilingüismo. Logrando que los estudiantes estén en permanente proceso de aprendizaje y disfrute del tiempo libre

Delimitación

El proyecto "Aprovechamiento del tiempo libre, fomento de las diversas culturas, práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo" se implementará dentro de la Institución Educativa Alfonso Mora Naranjo, ubicada en la Comuna 4 de Medellín. La población objetivo son todos los estudiantes, desde preescolar hasta grado 11, abarcando las jornadas académicas y las actividades extracurriculares.

La intervención se centrará en:

Fomentar la actividad física y el deporte formativo en el patio principal, la cancha multiusos (una vez rehabilitada) y los espacios disponibles. Se promoverán disciplinas deportivas convencionales y no convencionales, adaptadas a las diferentes edades de los estudiantes.

Aprovechar el tiempo libre durante los descansos y después de la jornada académica a través de talleres y clubes de recreación, juegos tradicionales y actividades culturales que promuevan la sana convivencia.



Integrar el fomento de diversas culturas mediante la práctica de danzas, bailes, y juegos tradicionales de Colombia y de otras partes del mundo. Se utilizarán las áreas comunes y salones de clase para los ensayos y presentaciones.

El proyecto estará liderado por el área de Educación Física y Recreación, en colaboración con docentes de otras áreas y el acompañamiento del equipo de coordinación.

Marcos de Referencia

Marco Conceptual

La Educación Física. Es la disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos.

La Recreación. Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

El Deporte. Es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresado mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas y orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales. El deporte se puede desarrollar de diferentes formas, entre ellas mencionamos: el formativo, el social comunitario, el universitario, el asociado, el competitivo, el aficionado, el de alto rendimiento y el profesional.

Juego. Es una actividad recreativa que llevan a cabo los seres humanos con un objetivo de distracción y disfrute para la mente y el cuerpo, aunque, en el último tiempo, los juegos también han sido utilizados como una de las principales herramientas al servicio de la educación.

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.

Ocio. Comúnmente se llama ocio al tiempo libre que se dedica a actividades que no son ni trabajo ni tareas domésticas esenciales, y pueden ser recreativas. Es un tiempo recreativo que se usa a discreción. Es diferente al tiempo dedicado a actividades obligatorias como comer, dormir, hacer tareas de cierta necesidad, etc. las actividades de ocio son aquellas que hacemos en nuestro tiempo libre y no las hacemos por obligación.

Según la socióloga francesa Christine Chevalier: «El ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria tras haberse liberado



de sus obligaciones profesionales, familiares, y sociales, para descansar, para divertirse, y sentirse relajado para desarrollar su información o su formación desinteresada, o para participar voluntariamente en la vida social de su comunidad».

La Educación Extraescolar. Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación.

Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.

Artística. La educación artística es una denominación para las diferentes modalidades y metodologías de enseñanza y aprendizaje del arte. Las principales divisiones de este campo son la educación plástica, visual y la educación expresiva del cuerpo.

Marco Normativo

Ley 115 de 1994 artículo 14, modificado por la ley 1029 de 2006

Ley 181 de enero de 1995, por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema Nacional del Deporte.

Título II. De la recreación, aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar. Art. 5, 6, 7, 8 y 9. Título III. De la educación física art. 10, 11, 12,13 y 14. Título IV. Del deporte.

Ley 934 de 2004. Por medio de la cual se oficializa la política del desarrollo nacional de la educación física.

En Medellín, con el objetivo de implementarla, a través del Acuerdo Municipal 019 de 2005, se establecen criterios básicos para el desarrollo y fortalecimiento del área, relacionada con la necesidad de iniciar el proceso formativo desde la básica primaria, articulando todos los aspectos y criterios fundamentales y propios de cada grado y nivel, además de la etapa de madurez motora y cognitiva del estudiante.

Documentos de Expedición currículo área de educación física y artística. Municipio de Medellín 2014.

Decreto 3011 del 19 de diciembre de 1997 (CLEI) sobre educación para adultos en el que entre otras disposiciones contempla: Artículo 2: La educación de adultos es el conjunto de procesos y de acciones formativas organizadas para atender de manera particular las necesidades y potencialidades de las personas que por diversas circunstancias no cursaron niveles grados de



servicio público educativo, durante las edades aceptadas regularmente para cursarlos o de aquellas personas que deseen mejorar sus aptitudes, enriquecer sus conocimientos y mejorar sus competencias técnicas y profesionales.

Metodología (incluye también plan de acción y/o cronograma)

1. *Recreos Activos y Temáticos.*
Transformar los descansos en espacios de juego dirigido. En lugar de ser solo un tiempo libre sin estructura, se designarán días para actividades específicas como "Recreo de juegos tradicionales" (elástico, la lleva, la golosa), "Recreo deportivo" (fútbol, baloncesto) o "Recreo cultural" (música, baile). Esta metodología fomenta la participación de todos los estudiantes, incluyendo aquellos menos inclinados a los deportes competitivos.
2. *Clubes Extracurriculares.*
Implementar clubes después de la jornada escolar, liderados por docentes o el INDER. Los clubes ofrecerán opciones variadas como danza folclórica, teatro, club de ajedrez, o fútbol sala. Esta metodología permite a los estudiantes profundizar en una actividad de su interés y desarrollar talentos específicos.
3. *Festival Intercultural y Deportivo.*
Organizar un evento anual donde cada curso, o grupo de cursos, investigue y represente una cultura a través de sus danzas, juegos o deportes tradicionales. Por ejemplo, un grupo podría montar una coreografía de la cumbia colombiana y otro podría enseñar un juego popular de Brasil. Esta metodología promueve la diversidad cultural de manera práctica y celebratoria.
4. *Sesiones de Educación Física con Enfoque Lúdico y Cultural.*
Integrar en las clases regulares de educación física la práctica de juegos y deportes de diferentes culturas. Por ejemplo, en lugar de solo fútbol y baloncesto, se pueden incluir juegos como el "Tchoukball" (un deporte suizo), "Paso a Paso" (un juego tradicional andino), o enseñar movimientos de capoeira como parte del calentamiento. Esta metodología enriquece el currículo y expone a los estudiantes a nuevas formas de movimiento.
5. *Retos Físicos y Recreativos por Grados.*
Establecer desafíos mensuales o trimestrales que promuevan la actividad física y la recreación. Los retos pueden ser por curso o por nivel, como una "maratón de caminata" (por acumulación de pasos), un "circuito de habilidades" o un "rally de acertijos". Esto genera una sana competencia y motiva a la participación.
6. *Creación de Ambientes Propicios.*
Adecuar los espacios de la institución para que inviten al juego y al movimiento. Esto puede incluir pintar la cancha con diferentes juegos, colocar tableros de ajedrez o damas en áreas comunes, o incluso crear un "rincón de la lectura" o de juegos de mesa para aquellos que



prefieren actividades más tranquilas. Esta metodología demuestra que la institución valora y apoya el tiempo libre de los estudiantes.

7. *Liderazgo Estudiantil en Proyectos Recreativos.*

Capacitar a un grupo de estudiantes de grados superiores para que actúen como "monitores de la recreación". Su rol será organizar y liderar actividades durante los recreos y en eventos especiales.

Esta metodología no solo empodera a los estudiantes, sino que también garantiza la sostenibilidad del proyecto a largo plazo.

Implementación Metodológica.

Para llevar a cabo dicho proyecto las actividades se clasifican de la siguiente forma:

Actividades Deportivas.

1. **Juegos internos o Inter clases:** microfútbol mixto, baloncesto mixto. Juegos pre deportivos con los grados inferiores (preescolar y primero)
2. **Juegos Externos o Extramuros:** juegos del sector Educativo, programados por el INDER con el aval de la secretaria de educación Municipal.

Actividades Recreativas.

1. Carruseles, celebración de fechas especiales como día de la niñez y la recreación, conmemoración del día de la Juventud. Encuentro con padres, madres y acudientes.
2. Juegos tradicionales y juegos de mesa, carreras de encostados, juegos con trompos, pirinolas, gusano, salto a la cuerda, jugar con canicas, dominó, parques, ajedrez, cartas.

Actividades Artísticas y Culturales

1. Trabajo de manualidades. Pintura, trabajo con material de desecho, elaboración con material reciclable.
2. Descubriendo talentos. Presentaciones folclóricas, bailes modernos, música y canto

Recursos disponibles

Humanos: Padres de familia, estudiantes, docentes, personal administrativo, personal del servicio.

Materiales: Aros, bastones, balones, ajedrez, pitos, grabadoras, conos, juegos de mesa (parqués, escaleras, jenga, dominó), lazos.

Físicos: Patio central y cancha polideportiva, salones de clase, corredores, biblioteca.

Documento a través del cual se establece la ruta de ejecución e implementación del proyecto Pedagógico Transversal

El Proyecto “En la Institución Educativa y en la escuela Santa María Goretti nos la jugamos por la Convivencia y la Promoción Socioemocional” Hasta que el respeto, la convivencia, la responsabilidad y el sentido de pertenencia se vuelvan costumbre, transversaliza los proyectos



pedagógicos y las cátedras de ley, que permitan dimensionar como eje curricular y centro formativo la convivencia.

Evaluación del proyecto

Revisando oportunamente cada actividad.

Estimulando los logros de los estudiantes.

Realizando auto evaluaciones y heteroevaluación por parte de los estudiantes.

Evaluando las actividades a través de encuestas de satisfacción y los responsables del proyecto.

Evaluación de logros de proyecto por periodo

Se utilizarán como parámetro de evaluación, el cumplimiento de las actividades programada y un análisis del cumplimiento (Aspectos positivos y los aspectos a mejorar de las actividades teniendo en cuenta que se ejecuten las actividades planeadas en el tiempo propuesto).

Cumplimiento de actividades propuestas

	Estructura		Resultados (Actividades ejecutadas / Actividades planeadas) * 100%	Análisis de cumplimiento
	Actividades ejecutadas	Actividades planeadas		
Periodo 1				
Periodo 2				
Periodo 3				
Periodo 4				



Evaluación final

Se aplica una matriz DOFA al finalizar el año escolar, en la que se describen los aspectos internos y externos que favorecen o afectan la ejecución del proyecto.

FORTALEZAS		DEBILIDADES
I N T E R N A S		
OPORTUNIDADES		AMENAZAS
E X T E R N A S		

Anexos (Registros fotográficos, acto administrativo rectoral que legaliza el proyecto, plantilla de Excel: Instrumento de seguimiento y apoyo a la transversalización de los PPT, PEI, Mallas Curriculares, Plan de estudios. Se pueden nombrar los documentos en los cuales reposa la ruta o adjuntarlos)

Ver Anexo: Proyecto y ruta de implementación

**Bibliografía y/o Web grafía**

Documento No. 11. El plan de área de Educación Física, Recreación y Deportes. 2014, Alcaldía de Medellín y Secretaría de Educación. Expedición Currículo.

Documento No. 8. El Plan de Área de Educación Artística y Cultural.2014, Alcaldía de Medellín y Secretaría de Educación.

<http://www.coldeportes.gov.co/normatividad/leydeporte80291>

<http://www.mineduacion.gov.co/1759/w3-article-241887.html>