



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR

PROYECTO

APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE

RESPONSABLES:

HELMER LEON FRANCO CUADROS (6 °a 11°)

LINA MARIA MUÑOZ LOPEZ(PRIMARIA)

LUZ INÉS ÁLVAREZ TORO

RECTORA

FECHA DE AJUSTE

14 ENERO DEL 2026

MEDELLIN

2026

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

TABLA DE CONTENIDOS

Contenido

1. Contenido

2.	RESUMEN DEL DOCUMENTO	4
3.	PALABRAS CLAVES.....	4
3.	JUSTIFICACIÓN Y PLANTEAMIENTO O FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	4
3.1	DIAGNÓSTICO Y/O ANTECEDENTES	4
3.2	PREGUNTA ESENCIAL Y/O PROBLEMATIZADORA	5
3.3	OBJETIVO GENERAL.....	6
3.4	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	6
3.5	JUSTIFICACIÓN.....	6
3.6	DELIMITACIÓN.....	7
4.	MARCOS DE REFERENCIA	8
4.1	MARCO CONCEPTUAL	8
4.2	MARCO NORMATIVO	10
4.2.1.	Constitución Política de Colombia (1991)	10
4.2.2.	Ley 115 de 1994 – Ley General de Educación	10
4.2.3.	Ley 181 de 1995 – Ley del Deporte	10
4.2.4.	Ley 1098 de 2006 – Código de la Infancia y la Adolescencia	11
4.2.5.	Ley 1620 de 2013 – Sistema Nacional de Convivencia Escolar	11
4.2.6.	Ley 1618 de 2013	11
4.2.7.	Decreto 1075 de 2015 – Decreto Único Reglamentario del Sector Educación.....	11
5.	METODOLOGÍA.....	12
5.1.	PLAN DE ACCIÓN	1
6.	RECURSOS	7
7.	EVALUACIÓN DEL PROYECTO	8
8.	ANEXOS	8
9.	BIBLIOGRAFÍA Y/O WEBGRAFÍA	9



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

2. RESUMEN DEL DOCUMENTO

El Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre, la Recreación y el Deporte surge como una estrategia institucional orientada a fortalecer la formación integral de los estudiantes mediante la promoción de actividades recreativas, deportivas y lúdicas que favorezcan el desarrollo físico, social, emocional y cognitivo. A partir de las necesidades identificadas en la comunidad educativa, el proyecto propone acciones que contribuyan al uso adecuado del tiempo libre, al fortalecimiento de hábitos de vida saludable y a la prevención de conductas de riesgo.

Asimismo, el proyecto contempla un plan de acción que permite acompañar de manera permanente el proceso formativo de los estudiantes, promoviendo espacios de participación, integración y sana convivencia. De igual manera, se articula con el área de Ciencias Naturales mediante procesos de transversalización que fortalecen la comprensión del cuerpo humano, sus sistemas y su funcionamiento a través del movimiento, la actividad física y el deporte, favoreciendo aprendizajes significativos y el desarrollo de competencias para el cuidado de la salud y el bienestar integral.

3. PALABRAS CLAVES

Recreación, Tiempo libre, Deporte , Actividad física, Expresión corporal

3. JUSTIFICACIÓN Y PLANTEAMIENTO O FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

3.1 DIAGNÓSTICO Y/O ANTECEDENTES

La Institución Educativa Manuel José Gómez Serna está ubicada en la zona noroccidental de Medellín, comuna 5 – Castilla, y cuenta con dos sedes: Alejo Pimienta, que atiende los niveles de preescolar y básica primaria, ubicada en la calle 96 N.° 70-48, y la sede principal de bachillerato, ubicada en la carrera 71 N.° 97-101. La institución presta servicio educativo oficial en jornadas de mañana y tarde y atiende actualmente una población aproximada de 797 estudiantes desde el grado preescolar hasta el grado undécimo.

La comunidad educativa pertenece principalmente a los estratos socioeconómicos 1, 2 y 3. En la caracterización institucional se identifican diversas tipologías familiares, entre ellas hogares

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

monoparentales, familias extensas y estudiantes que conviven con otros referentes afectivos como abuelos, tíos o padrastros. Estas dinámicas, sumadas a las condiciones laborales y económicas de muchas familias, pueden limitar el acompañamiento permanente a los procesos académicos, formativos y recreativos de los estudiantes.

En este contexto, el Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre, la Recreación y el Deporte se constituye en una estrategia fundamental para promover el desarrollo integral de los estudiantes, favoreciendo el fortalecimiento de competencias físicas, sociales, emocionales y cognitivas. A través de actividades lúdicas, recreativas y deportivas, el proyecto busca generar experiencias significativas que contribuyan al bienestar, la sana convivencia, la construcción de hábitos saludables y el fortalecimiento de valores como el respeto, la disciplina, el trabajo en equipo y la responsabilidad.

Actualmente, uno de los principales desafíos para la población infantil y juvenil es el uso excesivo de dispositivos tecnológicos y plataformas digitales. El acceso permanente a teléfonos móviles, videojuegos, redes sociales y otros recursos tecnológicos ha incrementado las conductas sedentarias y reducido el tiempo destinado a la actividad física, la recreación y la interacción social. Esta situación puede generar efectos negativos sobre la salud física y mental, favoreciendo el aumento del sobrepeso, la obesidad, el estrés, la ansiedad y otros factores de riesgo asociados a estilos de vida poco saludables.

Frente a esta realidad, la institución reconoce la importancia de fomentar el autocuidado, la actividad física regular y el aprovechamiento saludable del tiempo libre. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la inactividad física constituye uno de los principales factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades no transmisibles, por lo que resulta prioritario promover hábitos que favorezcan una mejor calidad de vida desde la infancia y la adolescencia.

Adicionalmente, la institución enfrenta limitaciones relacionadas con la disponibilidad de espacios para la práctica deportiva, especialmente en la sede de bachillerato.

3.2 PREGUNTA ESENCIAL Y/O PROBLEMATIZADORA

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

¿Qué estrategias pedagógicas, recreativas y deportivas pueden implementarse para promover el aprovechamiento adecuado del tiempo libre y fortalecer la formación integral de los estudiantes de la Institución Educativa Manuel José Gómez Serna?

3.3 OBJETIVO GENERAL

Promover el aprovechamiento adecuado del tiempo libre mediante actividades lúdicas, recreativas, deportivas y formativas que favorezcan el desarrollo integral de los estudiantes, el fortalecimiento de hábitos de vida saludable y la construcción de una sana convivencia en la comunidad educativa.

3.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Diseñar e implementar actividades lúdicas, recreativas y deportivas que estimulen la creatividad, el pensamiento, la participación, la cooperación y el desarrollo de habilidades motrices en los estudiantes.
- Fomentar la participación de los estudiantes en encuentros, festivales y torneos deportivos que contribuyan al aprovechamiento saludable del tiempo libre, al fortalecimiento de las competencias físicas y al desarrollo de valores como el respeto, la disciplina y el trabajo en equipo.
- Promover en los estudiantes de preescolar y básica primaria experiencias recreativas y pedagógicas que fortalezcan la autoestima, la autonomía, la creatividad, la disciplina y el disfrute de la actividad física como parte de su desarrollo integral.
- Generar espacios de integración, participación y convivencia que favorezcan las relaciones interpersonales, la inclusión, el sentido de pertenencia institucional y el uso positivo del tiempo libre por parte de estudiantes y comunidad educativa

3.5 JUSTIFICACIÓN

El Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre, la Recreación y el Deporte busca brindar a los estudiantes espacios formativos y de esparcimiento diferentes al hogar y al aula de clase, donde puedan fortalecer el conocimiento y cuidado de su cuerpo, desarrollar habilidades motrices y sociales, promover valores asociados al deporte y disfrutar de experiencias significativas de aprendizaje. A través de la práctica de la actividad física, se fomenta la adopción de hábitos de vida saludable, el bienestar integral y el aprovechamiento positivo del tiempo libre, contribuyendo así a su desarrollo personal y social



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

Como estrategia bandera de fortalecimiento del proyecto, la institución desarrolla durante el año escolar la iniciativa de los torneos interclases y la participación en los Juegos Indercolegiados, espacios que permiten a los estudiantes representar a la institución, desarrollar sus capacidades deportivas y fortalecer competencias ciudadanas y de convivencia en escenarios de sana competencia

De acuerdo con la Ley 115 de 1994, en su artículo 5, numeral 12, uno de los fines de la educación colombiana es la formación para la promoción y preservación de la salud, la educación física, la recreación, el deporte y la adecuada utilización del tiempo libre. En concordancia con este propósito y con los principios establecidos en el Proyecto Educativo Institucional, se promueven acciones orientadas al aprovechamiento positivo del tiempo libre como una herramienta para la formación integral de los estudiantes.

La recreación y el deporte constituyen factores fundamentales para el desarrollo humano, ya que favorecen la salud física y mental, fortalecen la autoestima, la autonomía, la creatividad y la capacidad de relacionarse con los demás. Además, contribuyen a la prevención de conductas de riesgo asociadas al sedentarismo, al uso inadecuado del tiempo libre y a diversas problemáticas que afectan a niños, niñas y adolescentes.

De igual manera, los espacios recreativos y deportivos facilitan procesos de socialización que fortalecen la convivencia, el sentido de pertenencia institucional y la construcción de una cultura de paz.

3.6 DELIMITACIÓN

Las actividades contempladas en el Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre, la Recreación y el Deporte se desarrollarán durante el año escolar, iniciando al finalizar el primer período académico y extendiéndose hasta mediados del mes de noviembre. El proyecto está dirigido a los estudiantes de los niveles de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media de la Institución Educativa Manuel José Gómez Serna.

Como una de las principales estrategias del proyecto, se llevará a cabo el Torneo Interclases de fútbol y voleibol, con el propósito de promover la participación, la integración, la sana convivencia y el aprovechamiento saludable del tiempo libre. En fútbol participarán estudiantes organizados por categorías de acuerdo con su edad y nivel escolar, mientras que en voleibol se conformarán categorías mixtas para los estudiantes de básica secundaria y media.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

Las actividades deportivas se desarrollarán principalmente en la Unidad Deportiva José René Higuera del barrio Castilla y en los espacios disponibles de la institución educativa. Se proyecta la participación de aproximadamente 200 estudiantes en las diferentes disciplinas, generando espacios de encuentro, trabajo en equipo, respeto por las normas y fortalecimiento de hábitos de vida saludable..

4. MARCOS DE REFERENCIA

4.1 MARCO CONCEPTUAL

El aprovechamiento del tiempo libre constituye un proceso formativo orientado a que los estudiantes utilicen de manera consciente, autónoma y responsable los espacios disponibles fuera de sus obligaciones académicas, favoreciendo su desarrollo integral y su bienestar personal y social. De acuerdo con las orientaciones del Ministerio de Educación Nacional, el tiempo libre debe convertirse en una oportunidad para fortalecer habilidades, intereses, talentos y valores que contribuyan a la formación de ciudadanos activos, saludables y comprometidos con su entorno.

La recreación es entendida como el conjunto de actividades voluntarias que generan disfrute, bienestar, integración y crecimiento personal. En el contexto educativo, la recreación favorece la convivencia, fortalece las relaciones interpersonales y promueve el desarrollo de habilidades sociales y emocionales necesarias para la vida en comunidad. A través de experiencias recreativas significativas, los estudiantes fortalecen la creatividad, la participación, la cooperación y el respeto por la diversidad.

La lúdica constituye una dimensión inherente al ser humano que facilita la construcción de conocimientos, la expresión de emociones y el desarrollo de la imaginación y la creatividad. Desde una perspectiva pedagógica, la lúdica favorece aprendizajes significativos, estimula la participación activa y fortalece competencias cognitivas, comunicativas, corporales y socioemocionales. En la educación inicial y básica, el juego se reconoce como una estrategia fundamental para el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes.

Por su parte, la actividad física y el deporte son medios fundamentales para promover hábitos de vida saludable, el autocuidado y el bienestar físico y mental. La práctica regular de actividades deportivas contribuye al desarrollo de capacidades motrices, al fortalecimiento de la autoestima, la disciplina, el trabajo en equipo y la resiliencia. Además, constituye una estrategia efectiva para prevenir el sedentarismo y otras situaciones de riesgo que afectan a la población infantil y juvenil.

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

Desde el enfoque de formación integral promovido por el Ministerio de Educación Nacional, el aprovechamiento del tiempo libre, la recreación y el deporte favorecen el desarrollo de las dimensiones corporal, cognitiva, comunicativa, ética, social y afectiva de los estudiantes. Asimismo, contribuyen a la construcción de proyectos de vida saludables, al fortalecimiento de la convivencia escolar y al desarrollo de competencias ciudadanas que permiten participar de manera responsable y solidaria en la sociedad.

El juego constituye una herramienta pedagógica fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes, ya que involucra de manera simultánea aspectos cognitivos, motrices, emocionales y sociales. A través de las experiencias lúdicas, los niños, niñas y adolescentes fortalecen habilidades como la creatividad, la resolución de problemas, la comunicación, el trabajo en equipo y la toma de decisiones. Además, el juego favorece la construcción de aprendizajes significativos, el desarrollo de la autonomía y la interiorización de normas y valores necesarios para la convivencia, convirtiéndose en una estrategia esencial para la formación integral promovida por el Ministerio de Educación Nacional.

De igual manera, el recreo escolar constituye un espacio pedagógico de gran valor formativo que trasciende el simple descanso entre las actividades académicas. Durante este tiempo, los estudiantes interactúan libremente con sus pares, fortalecen sus habilidades sociales, desarrollan competencias ciudadanas y ponen en práctica valores como el respeto, la cooperación, la solidaridad y la resolución pacífica de conflictos. Asimismo, el recreo favorece la actividad física, el bienestar emocional y el desarrollo de la creatividad, contribuyendo al fortalecimiento de ambientes escolares saludables, inclusivos y propicios para el aprendizaje.

El tiempo libre se entiende como el espacio disponible una vez se han cumplido las responsabilidades académicas, familiares y sociales. Lejos de considerarse un tiempo improductivo, constituye una oportunidad para el descanso, la recreación, el desarrollo personal y la construcción de experiencias significativas que contribuyen al bienestar integral. En el ámbito educativo, el adecuado aprovechamiento del tiempo libre favorece el fortalecimiento de habilidades, intereses y talentos, permitiendo a los estudiantes desarrollar capacidades físicas, sociales, culturales y emocionales que enriquecen su proyecto de vida.

Por su parte, el ocio hace referencia a las actividades que las personas realizan de manera libre y voluntaria durante su tiempo disponible, buscando satisfacción, disfrute y crecimiento personal. En este sentido, la escuela y la familia desempeñan un papel fundamental en la orientación de prácticas

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

de ocio saludables, promoviendo alternativas recreativas, deportivas, culturales y artísticas que favorezcan la autonomía, la creatividad, la convivencia y la responsabilidad. Educar para el uso adecuado del tiempo libre implica formar estudiantes capaces de tomar decisiones conscientes sobre sus espacios de ocio, evitando prácticas sedentarias o poco saludables y fortaleciendo hábitos que contribuyan a su desarrollo integral y a una mejor calidad de vida.

El deporte es una manifestación de la actividad física que se desarrolla mediante reglas y normas previamente establecidas, dentro de espacios determinados y con fines recreativos, formativos o competitivos. Su práctica favorece el desarrollo de capacidades físicas, motrices, cognitivas y sociales, al tiempo que promueve valores como el respeto, la disciplina, la responsabilidad, la cooperación y el trabajo en equipo.

4.2 MARCO NORMATIVO

4.2.1. Constitución Política de Colombia (1991)

La Constitución Política de Colombia reconoce la educación, la recreación, el deporte y el aprovechamiento del tiempo libre como derechos fundamentales para el desarrollo integral de las personas. El artículo 52 establece que el ejercicio del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son derechos de todas las personas y constituyen una función formativa que contribuye al desarrollo humano y a la preservación de la salud.

4.2.2. Ley 115 de 1994 – Ley General de Educación

La Ley General de Educación establece, en su artículo 5, numeral 12, como uno de los fines de la educación la formación para la promoción y preservación de la salud, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre. Asimismo, promueve el desarrollo integral de los estudiantes en sus dimensiones física, cognitiva, social, ética y afectiva.

4.2.3. Ley 181 de 1995 – Ley del Deporte

Esta ley desarrolla el mandato constitucional relacionado con el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. Establece que estas actividades constituyen elementos fundamentales para la formación integral de las personas, el mejoramiento de la calidad de vida, la salud y la convivencia social, y promueve su incorporación en los procesos educativos.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

4.2.4. Ley 1098 de 2006 – Código de la Infancia y la Adolescencia

Reconoce el derecho de los niños, niñas y adolescentes al descanso, la recreación, la participación en actividades deportivas, culturales y artísticas, así como a su desarrollo integral en ambientes protectores que favorezcan su bienestar físico, emocional y social.

4.2.5. Ley 1620 de 2013 – Sistema Nacional de Convivencia Escolar

Promueve la formación integral de los estudiantes mediante el fortalecimiento de competencias ciudadanas, la convivencia pacífica, la participación y la construcción de ambientes escolares seguros. Las actividades recreativas y deportivas se constituyen en estrategias que favorecen la convivencia y la prevención de situaciones de riesgo.

4.2.6. Ley 1618 de 2013

Establece disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad, promoviendo su participación en actividades recreativas, deportivas y culturales en igualdad de condiciones, fortaleciendo los principios de inclusión y equidad en los entornos educativos.

4.2.7. Decreto 1075 de 2015 – Decreto Único Reglamentario del Sector Educación

Compila las disposiciones reglamentarias del sector educativo y orienta el desarrollo de proyectos pedagógicos transversales que contribuyan a la formación integral, la promoción de estilos de vida saludable y el fortalecimiento de competencias ciudadanas.

4.2.8. Orientaciones del Ministerio de Educación Nacional para el Aprovechamiento del Tiempo Libre

El Ministerio de Educación Nacional reconoce el aprovechamiento del tiempo libre como un proyecto pedagógico transversal orientado a promover el desarrollo integral de los estudiantes mediante actividades recreativas, deportivas, culturales, artísticas y de participación, fortaleciendo hábitos saludables, la convivencia escolar y la construcción de proyectos de vida.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

5. METODOLOGÍA

El Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre, la Recreación y el Deporte se desarrollará mediante la planeación y ejecución de actividades lúdicas, recreativas, deportivas, culturales y de integración, orientadas a promover el uso adecuado del tiempo libre, el fortalecimiento de hábitos de vida saludable y la sana convivencia entre los miembros de la comunidad educativa.

Las actividades estarán dirigidas a estudiantes de todos los niveles educativos y se implementarán a través de torneos interclases, participación en eventos deportivos institucionales y externos, jornadas recreativas, celebraciones especiales, actividades de integración, juegos tradicionales y demás estrategias pedagógicas que favorezcan el desarrollo físico, social, emocional y cognitivo de los estudiantes. Estas acciones buscarán fortalecer valores como el respeto, la responsabilidad, la cooperación, la disciplina y el trabajo en equipo.

Para la ejecución del proyecto se contará con el apoyo de directivos docentes, docentes, estudiantes, familias y entidades aliadas. Asimismo, se gestionarán los recursos humanos, físicos y financieros necesarios para el desarrollo de las actividades programadas, de acuerdo con la disponibilidad presupuestal de la institución y las decisiones adoptadas por el Consejo Directivo.

La implementación de algunas actividades estará sujeta a la disponibilidad de recursos económicos, escenarios deportivos, espacios físicos y apoyos logísticos requeridos, procurando en todo momento garantizar la participación, la seguridad y el bienestar de los estudiantes.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

5.1. PLAN DE ACCIÓN

N°	ACTIVIDAD	OBJETIVO	FECHA	GRADO/ NIVEL	RECURSOS	RESPONSABLES	OBSERVACIONES
1	Inauguración y Participación en los juegos Interclases.	Fomentar la integración, el compañerismo y la sana convivencia entre los estudiantes a través de la práctica deportiva, promoviendo valores como el respeto, la disciplina, el trabajo en equipo y el juego limpio durante el torneo interclase.	Abril a Noviembre	Grados sexto a once	Balones. Petos. Pito, minicancha de voleibol institución ed, estudiantes alfabetizadores, unidad deportiva José Rene Higuita	Responsables del proyecto Coordinador, alfabetizadores y maestros del área,	Realizar torneos deportivos interclases (fútbol, baloncesto y voleibol) para incentivar el desarrollo de habilidades deportivas y aprovechar los espacios de tiempo libre en la institución.
2	Jornada deportiva final del año (bachillerato festival fitness)	Promover la convivencia, la integración y el bienestar de los estudiantes mediante jornadas deportivas al finalizar el año escolar.	Finalizando segundo semestre (junio) víspera de vacaciones	Grados sexto a once	Reserva del espacio deportivo, pitos copias, pitos y cronómetros, hidratación	Docente del área Helmer Leon Franco, Mateo Quintero Bustamante, alfabetizadores y maestros en general	Realizar actividades deportivas enfocadas a los deportes de base. (torneos relámpagos) voleibol, baloncesto y fútbol sala

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA

APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

3	Fútbol autorregulado	Fomentar la responsabilidad, el autocontrol y el trabajo en equipo mediante la práctica del fútbol autorregulado	Todos los miércoles en horario de 1 a 2:30 pm, unidad deportiva de castilla	Noveno, decimo, once egresados y padres de familia	Balones, pitos y uniformes	Docente del área de educación física y Alexander Oquendo Restrepo	Brindar un espacio deportivo en jornada extraescolar a estudiantes, egresados y comunidad en general donde puedan realizar actividad física de manera sana y agradable.
4	Visitas guiadas	Promover el conocimiento, la valoración y el uso responsable de los espacios deportivos de la ciudad mediante visitas guiadas.	Noviembre Sujeto a disponibilidad y programación por parte del programa.	Grados onces	Transporte ida y regreso	Helmer león franco cuadros	Conocer espacios deportivos que ofrece la ciudad y apropiarnos de ellos(grado 11)
5	Jornada de salud mental para docentes	Promover el bienestar emocional y el autocuidado de los docentes mediante jornadas de salud mental.	Semana institucional de mes de junio	Maestros bachillerato y primaria	Colchonetas Sonido Balones medicinales Balones de voleibol instructores	Integrantes del proyecto tiempo libre	Día dedicado la salud mental del docente
6	Torneo de ajedrez	Fomentar el pensamiento estratégico, la concentración y la sana	Abril a noviembre	Grados sexto a once	Tableros de ajedrez Planillas Alfabetizadores	Integrantes del proyecto tiempo libre	Se busca fortalecer esta práctica deportiva en los estudiantes para que desarrollen el

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA

APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

		competencia mediante un torneo de ajedrez.			Premiación		pensamiento lógico crítico
7	Clausura de torneos interclases y premiación	Reconocer la participación y el esfuerzo de los estudiantes, fortaleciendo la convivencia y el espíritu deportivo en la clausura de los torneos interclases	noviembre	Grados sexto a once	Balones futbol y voleibol y baloncesto Silbatos Recurso humano (árbitros y planilleros) Reservas de espacios (canchas de futbol) Copias de planillas	Mateo Quintero y Helmer franco	Estimular y reconocer la participación en las diversas actividades deportivas que se ofrecen en la institución educativa
8	Inauguración y Participación en los juegos Interclases.	Fomentar la integración, el compañerismo y la sana convivencia entre los estudiantes a través de la práctica deportiva, promoviendo valores como el respeto, la disciplina, el trabajo en equipo y el juego limpio durante el torneo interclase.	Abril a Noviembre	Preescolar y Estudiantes de primaria	Balones. Petos. Pito, minicancha de voleibol institución ed, estudiantes alfabetizadores, unidad deportiva José Rene Higuita	Responsables del proyecto Coordinador, alfabetizadores y maestros del área,	Realizar torneos deportivos interclases (fútbol, baloncesto) para incentivar el desarrollo de habilidades deportivas y aprovechar los espacios de tiempo libre en la institución.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA

APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

9	Celebración día del niño	Promover la alegría, la integración y el desarrollo integral de los niños mediante la celebración del Día del Niño.	Mes de abril	Preescolar y Estudiantes de primaria	Elementos para decorar el rostro Costales, balones, Pitos, conos, aros, bastones, globos.	Responsables del proyecto Docentes de cada grupo Estudiantes de la Media Técnica en Fitness	Integrar a los estudiantes de la primaria, en actividades de recreación, celebrando el día del niño y la recreación
10	Carrusel de Juegos tradicionales	Fortalecer la convivencia y el desarrollo motriz de los estudiantes mediante la participación activa en un carrusel de juegos tradicionales que promuevan la cooperación, el respeto y la valoración de la cultura local	Con tiza se inicia realizando los desde el mes de marzo Fecha probable de elaborarlos permanentemente con pintura Junio de 2024 (Fecha y actividad sujeta a recursos).	Estudiantes de primaria	Pinceles, vinilos, reglas, papel Nota: se gestionan los recursos ante el consejo directivo y/o entidades privadas	Responsables del proyecto	Diseñar juegos en el patio, juegos tradicionales (golosas, vuelta a Colombia, stop) Juegos que estimulen el pensamiento, la creatividad, disfrute, cooperación y el desarrollo psicomotor.
11	Jornada recreativa	Promover el bienestar integral y la sana convivencia de los estudiantes mediante la realización de jornadas	Junio - julio 2024	Preescolar y Estudiantes de primaria	Cuerdas. Balones. Trompos Catapix. Yoyos.	Responsables del proyecto, Docentes de cada grupo y	Desarrollar formas jugadas tradicionales

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA

APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

		recreativas que fomenten la participación, el trabajo en equipo y el uso adecuado del tiempo libre.			Perinolas. Costales. Cucharas. Loterías Pimpones Muñecas y juguetes favoritos	estudiantes de media técnica	
12	Torneo de microfútbol Interclases "PAZ Y CONVIVENCIA"	Fomentar la paz y la sana convivencia entre los estudiantes mediante la participación en un torneo de fútbol que promueva el respeto, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos.	Durante el año lectivo, desde la primera semana de marzo se iniciarán las inscripciones al torneo en donde cada grupo tendrá unos equipos (masculino y femenino). Los encuentros se realizarán en los descansos, desde el mes de abril con una previa programación la cual será exhibida en las carteleras informativas	Preescolar y Estudiantes de primaria	Balones de microfútbol, pitos, petos.	Docentes responsables del proyecto con la colaboración de los alfabetizadores	Mejorar el nivel competitivo, recreativo y el aprovechamiento del tiempo libre mediante la práctica del microfútbol
13	Premiación del campeonato de microfútbol "PAZ Y CONVIVENCIA"	Reconocer la participación y el esfuerzo de los estudiantes, fortaleciendo la convivencia y el espíritu deportivo en la clausura	Noviembre de 2026	Preescolar y Estudiantes de primaria	Medallas	Docentes responsables del proyecto	Premiar a los equipos campeones de cada categoría. Resaltar el espíritu deportivo de los estudiantes

"SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR"



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA

APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

		de los torneos interclases					deportistas en las diferentes disciplinas
14	Jornada de salud mental para docentes	Promover el bienestar emocional y el autocuidado de los docentes mediante jornadas de salud mental.	Semana institucional de mes de junio	Docentes ambas jornadas	Colchonetas Sonido Balones medicinales Balones de voleibol instructores	Integrantes del proyecto tiempo libre	Día dedicado la salud mental del docente
15	Inscripción INDER MEDELLIN	Promover la participación de los estudiantes en actividades deportivas y recreativas mediante la inscripción en los programas del INDER, fortaleciendo hábitos de vida saludable, la convivencia y el aprovechamiento del tiempo libre.	A mitad de año escolar	Estudiantes de primaria	Computador Claves y acceso a plataforma INDER	LINA MARIA MUÑOZ	Estimular a los estudiantes a que participen en diferentes actividades deportivas por fuera de la institución educativa

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

6. RECURSOS

Recursos humanos:

- Equipo coordinador del proyecto.
- Estudiantes.
- Docentes.

Físicos.

- Aulas de clases.
- Patio
- carteleras
- Papel higiénico
- Pimpones
- Cronómetro
- Pitos
- Globos ecológicos
- Estímulos para los estudiantes destacados en cada actividad.
- Cartulinas
- Vinilos (amarillo, azul y rojo)
- Pinceles.
- Marcadores.
- Bombas.
- Serpentina.
- Tapas de gaseosa
- Inflable y Piscinas de pelotas.
- Refrigerios.
- Jabón faba.
- Fotocopias
- Tizas
- Pita.
- Balones.
- Petos (vestuarios)
- Uniformes.
- Trofeos y medallas para equipos campeón, subcampeón y tercer lugar.
- Juegos: parques, dominó, loterías, cartas, batallas navales, hágase rico (juegos didácticos).
- Piscinas inflables
- Grabadoras y equipos de sonido.
- Micrófonos.
- CD.
- Trajes de baño

“SI YO MEJORO, TODO MEJORA A MI ALREDEDOR”



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

7. EVALUACIÓN DEL PROYECTO

A NIVEL DE INTERCLASE:

Básicamente se tendrá en cuenta la participación que la comunidad estudiantil haga sobre la oferta deportiva que ofrece la institución y a su vez la actitud frente a la rivalidad (competencia) inherente en el ser humano, pero con la capacidad del “saber perder”, no de ganar sobre todas las cosas, sin importar el medio. Se tendrá en cuenta el número de conflictos y agresiones que se den en las competencias deportivas, tomando los aciertos y repotenciándolos, pero a su vez, asumir las fallas y mejorarlo para el año siguiente.

Al final del año se verificará el estado de los materiales deportivos y de esta manera evaluar si de algo sirvió el manejo y control que se hizo por parte de los monitores y alfabetizadores encargados del préstamo de materiales deportivos (modificar el formato de préstamos de materiales).

Además se realizara seguimiento a las actividades lúdico recreativas programadas durante el año, en busca de un mejoramiento continuo y de esta manera poder alcanzar con mas facilidad los objetivos propuestos.

8. ANEXOS



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL JOSÉ GÓMEZ SERNA
APROBADA POR RESOLUCIÓN N° 16225 DEL 27 DE NOVIEMBRE DE 2002

9. BIBLIOGRAFÍA Y/O WEBGRAFÍA

Constitución Política de Colombia, 1991.

Ley General de Educación, 115 DE 1994

Decreto 1860 de 1994

Ley del Deporte, 181 de 1995

Decreto 2247 de 1997

Ley 934 de 2004

Decreto 1290 de 2009

Ley 1170 de 2007