

**USO Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE**

**MG ISRAEL CASTAÑEDA PACHON**

**Rector**

**MG LADY XIMENA ROZO ROMERO**

**Coordinadora**

**MG ERIKA JIMENA ABRIL CUEVAS**

**Coordinadoras del Proyecto**

**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMON BOLIVAR**

**LENGUAZAQUE**

**2023**

## INTRODUCCION

Conscientes de la necesidad de fomentar en los estudiantes hábitos de salud e higiene mental y corporal, el colegio brindara espacios para el desarrollo de actividades que contribuyan a la sana y creativa utilización del tiempo libre.

Las actividades compartidas en el tiempo libre favorecerán la formación de sanas disciplinas, fomento de valores tales como: acato de normas, respeto, tolerancia, responsabilidad, solidaridad y amistad acatamiento de normas, entre otros.

.

## 1. JUSTIFICACIÓN

Este proyecto se efectuó con el fin de iniciar la búsqueda de estrategias para la promoción de actividades lúdico- recreativas que ocupen a los niños, niñas y adolescentes con el (objeto – objetivo) de distanciarlos de situaciones que generan riesgo tales como: delincuencia común, alcoholismo, drogadicción entre otros, las cuales pueden ser perjudiciales para los educandos. La institución educativa consiente de la importancia de utilizar de forma efectiva el tiempo libre plantea una serie de procesos pedagógicos los cuales pretenden evidenciar que toda persona necesita una formación para utilizar de forma razonada su tiempo libre y convertirlo en un espacio gratificante y con sentido LLULL (1999).

Del mismo modo se busca la forma de abrir nuevos horizontes para los estudiantes, teniendo como base la lúdica, la recreación y el deporte; buscando así que en un mañana tengan una idea clara y concisa de cómo se debe dar su desempeño como líderes de una sociedad, los cuales buscan la transformación de su entorno, todo esto direccionado desde el Proyecto Educativo Institucional PEI, la Misión, Visión y los objetivos institucionales.

## 2. OBJETIVOS

### 2.1. Objetivo general

Integrar a la comunidad de la Institución Educativa Rural Departamental “Simón Bolívar” con el fin de hacerla partícipe de las actividades programadas dentro de las horas de ocio Lúdicas, recreativas y de actividad física buscando así el uso y aprovechamiento eficiente del tiempo libre.

### 2.2. Objetivos específicos

- 2.2.1. Organizar, ejecutar los juegos institucionales (intramurales) en la sede principal con el fin de incentivar la acción y participación deportiva en cada uno de los estudiantes, buscando así, promover la participación en los **JUEGOS SUPERATE INTERCOLEGIADOS** y evitar que en los tiempos de descanso los niños, niñas y adolescentes empleen su tiempo en actividades no recomendables.
- 2.2.2. Diseñar, organizar y ejecutar el día de la cometa con el apoyo de los estudiantes de los grados Decimo y Once, con el fin de afianzar las relaciones entre los miembros de la comunidad educativa, así como promover las actividades de sano esparcimiento.
- 2.2.3. Organizar, preparar y ejecutar el **Festival Folclórico y Cultural** con la participación de todos los estudiantes, docentes y directivos bajo la orientación de los docentes coordinadores del proyecto y con el fin de reafirmar los lazos de amistad entre los miembros de la comunidad educativa.
- 2.2.4. Diseñar, organizar y desarrollar diferentes actividades para el **Día Deportivo** con el apoyo de los estudiantes del grado Décimo y Once, encaminados a la integración y recreación entre los diferentes miembros de la institución educativa.

### 3. FUNDAMENTO TEORICO

La implementación de los Proyectos Pedagógicos Transversales está soportada conceptual y metodológicamente en normas y Políticas Nacionales claramente planteadas en el Decreto 1860 del 3 de agosto de 1994 así como la reglamentación pedagógica contemplada en la Ley 115 del mismo año.

Según **AGUDELO y FLORES** (1997) Los proyectos pedagógicos trasversales son una estrategia de planificación de la enseñanza con un enfoque global que toma en cuenta los componentes del currículo y se sustenta en las necesidades e intereses de los NNA y de la escuela a fin de proporcionarles una educación mejorada en cuanto a calidad equidad.

En la Institución Educativa Rural Departamental Simón Bolívar se han venido implementando diferentes actividades que contribuyen con el buen uso y manejo del tiempo libre, desarrollando habilidades y competencias motrices las cuales hacen parte de los procesos de desarrollo humano integral.

La Institución educativa con sus diferentes sedes ha venido participando de los juegos escolares municipales e Inter colegiados Supérate en las diferentes ramas deportivas, además por cinco años consecutivos se ha implementado el Festival Folclórico y de Porrismo en el cual se integra activamente toda la comunidad educativa sacando a flote múltiples habilidades artísticas de los protagonistas del proceso educativo.

Lenguazaque en lengua chibcha significa, fin de los dominios del Zaque o faja de tierras del Zaque porque allí venía a descansar el Zaque desde la ciudad de Tunja y posiblemente a remojarse en las aguas termales del sector conocido como Agua Caliente. Esta tierra fue jurisdicción de Tunja hasta la época de la independencia.

Lenguazaque, es un municipio de la provincia de Ubaté, al norte del departamento de Cundinamarca, pertenece a la diócesis de Zipaquirá, al Circuito notarial y de registro de Ubaté, Distrito judicial de Ubaté y a la Circunscripción electoral de Cundinamarca. Se encuentra a una distancia de 155 kilómetros de Bogotá D.C

El Colegio Rural Simón Bolívar se encuentra ubicado en la Vereda Faracía Retamo llamado así por las plantas de retama que crecían en el sector. La vereda se ubica al sur oriente del municipio de Lenguazaque a 16 km del centro urbano por la vía que conduce al municipio de Villa Pinzón limitando con las veredas de Faracia Pantanitos, Espinal y los municipios de Villa Pinzón, Chocontá y Suesca.

El Estado a través del Ministerio de Cultura y las entidades territoriales, fomentará las artes en todas sus expresiones y las demás manifestaciones simbólicas expresivas, como elementos del diálogo, el intercambio, la participación y como expresión libre y primordial del pensamiento del ser humano que construye en la convivencia pacífica.

MINDEPORTE cita la definición de Deporte Escolar emitida por la Coordinadora: Andrea Ávila el Jueves, 23 De marzo De 2017 “Se denomina Deporte Escolar a todas aquellas actividades motrices, deportivas y recreativas que de forma organizada, aportan a la integralidad de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes escolares, como complemento al desarrollo educativo y que se implementan en jornada extraescolar para satisfacer sus necesidades e intereses en los centros educativos”.

El Ministerio de Cultura orientará y apoyará a las gobernaciones, las alcaldías municipales y distritales, y a los cabildos indígenas en la realización de convenios con institución es culturales sin ánimo de lucro que fomenten el arte y la cultura, con el objeto de rescatar, defender y promover el talento nacional, democratizar el acceso de las personas a los bienes, servicios y manifestaciones de la cultura y el arte, con énfasis en el público infantil y juvenil, tercera edad y discapacitados físicos, psíquicos y sensoriales; así como consolidará las instituciones culturales y contribuirá a profundizar su relación interactuante con la comunidad.

Ley 181 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”. (Nota: Modificada en lo pertinente por la Ley 344 de 1996 artículo 44).

Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica

del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

El objetivo especial de la presente ley, es la creación del sistema nacional del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.

El proyecto de uso y aprovechamiento del tiempo libre se fundamenta en diferentes postulados tales como:

**LABAN** (1978) considera a la danza más como el lenguaje de la acción que de la emoción; un Conjunto de acciones corporales y mentales ordenadas coherentemente. «La danza puede ser considerada como la poesía de las acciones corporales en el espacio» (1987, p. 43). La idea de orden también es compartida por Herrera (1994) cuando define a la danza como «la fusión cultural entre la música y el movimiento corporal organizado» (p.18).

Para **KRAUS** (1969) la danza es una actividad humana con intenciones comunicativas que utiliza el cuerpo en su dimensión temporal y espacial, debido a que implica una secuencia y el espacio tridimensional. Además, contiene una estructura rítmica y un estilo y forma de movimientos determinados.

**GARCIA** (1997) propone una definición que contiene todas las dimensiones anteriormente citadas y refleja el carácter múltiple del término. Para esta autora, la danza es una actividad humana universal, pues se ha realizado en todas las épocas, espacios geográficos y es practicada por personas de ambos sexos y de todas las edades; motora, ya que utiliza el cuerpo humano como medio de expresión de ideas, emociones y sentimientos; poli fórmica, porque se presenta en diferentes formas (arcaicas, clásicas, modernas); polivalente, pues puede tener dimensiones artísticas, educativas,

terapéuticas, de ocio; y compleja, ya que en ella interactúan factores biológicos, psicológicos, sociológicos, históricos, estéticos, además de ser simultáneamente expresión/técnica y actividad grupal/colectiva.

Las teorías de **Erich Weber** van encaminadas hacia la utilización adecuada del tiempo libre, en el que han de estar presentes actividades relacionadas con el descanso, los juegos, la diversión, la cultura y el deporte, aunque no llega a diseñar un modelo pedagógico específico.

Este autor fue uno de los primeros investigadores en cuestionarse si las personas requerían una formación para utilizar adecuadamente su tiempo libre, llegando a la conclusión de que la educación en el ocio es imprescindible por dos razones TRILLA 1993, LLULL (1999).

La utilización adecuada del tiempo libre proporciona armonía en el ritmo de vida de las personas y en la propia organización de los tiempos.



#### 4. ACTIVIDADES PROPUESTAS

En nuestra comunidad la utilización y aprovechamiento del tiempo libre se desarrolla de la siguiente forma:

1. Durante el año lectivo se organizarán, desarrollarán los juegos institucionales que involucran deportes como microfútbol, baloncesto, banquitas y Voleibol, los cuales se desarrollarán en las horas de descanso con la participación activa de los grados superiores y el acompañamiento del docente de educación física, recreación y deporte, y con la participación de todos los grados en cada sede.
2. Con motivo de los vientos del mes de Agosto en cada sede educativa se organizará y ejecutará el día de las cometas con el fin de incentivar y promover actividades de sana esparcimiento entre la comunidad educativa.

La organización de la misma en cada sede estará a cargo de las docentes que orientan el área de educación física, recreación y deporte en compañía de los directores de grado.

3. Para fortalecer y promover la integración institucional en el mes de Junio se organizará el **Festival Folclórico y Cultural** el cual estará liderada por la docente de Educación Física contando con el apoyo de los estudiantes del grado Once, dicha jornada estará dirigida a todos los grados de secundaria de la sede principal. Para el caso de las sedes alternas y la sección primaria de la sede principal la organización de dicha jornada será desarrollará en la sede principal.
4. Con el fin de fortalecer la participación de la institución en los juegos Supérate Intercolegiados se implementarán las escuelas de formación deportivas en Baloncesto y futbol de salón en las ramas femenina y masculina en categorías infantil, pre juvenil y juvenil, buscando así proyectar dicha participación a futuro; todo lo anterior orientado hacia la formación de talentos deportivos y con el apoyo de entidades como INDEPORTES municipal.

5. De la misma manera se realizará una jornada deportiva la cual estará enfocada a la recreación y el esparcimiento lúdico deportivo, así como el fortalecimiento de las relaciones interpersonales entre los miembros de la comunidad educativa.

**5 PRESUPUESTO**

Descripción		
Concepto	Cantidad	Totales
<b>EQUIPOS</b>		
<b>Computador portátil</b>	1	\$ 700.000
<b>Cámara digital</b>	1	\$ 100.000
<b>TOTAL EQUIPOS:</b>		<b>\$ 800.000</b>
Materiales:		
<b>Papelería</b>	<b>20</b>	<b>\$ 50.000</b>
<b>Esferos, lápices, marcadores</b>	<b>15 c/u</b>	<b>\$ 30.000</b>
<b>Alquileres de atuendos</b>	<b>5</b>	<b>\$ 50.000</b>
<b>Balones</b>	<b>5</b>	<b>\$ 150.000</b>
<b>TOTAL MATERIALES:</b>		<b>\$ 280.000</b>
Talento Humano:		
<b>Refrigerios</b>	<b>20</b>	<b>\$ 20.000</b>
<b>TOTAL TALENTO HUMANO:</b>		<b>\$ 20.000</b>
<b>TOTAL PRESUPUESTO:</b>		<b>1.100.000</b>

## 6. CRONOGRAMA

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES														
No.	ACTIVIDAD	FECHAS												COORDINADORES
		ENE RO	FEBR ERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE	
1	JUEGOS INSTITUCIONALES		X									X		ERIKA JIMENA ABRIL CUEVAS
2	FESTIVAL DE COMETAS		X									X		ERIKA JIMENA ABRIL CUEVAS
3	FESTIVAL FOLCLORICO						X							ERIKA JIMENA ABRIL CUEVAS
4	DIA DEPORTIVO									X				ERIKA JIMENA ABRIL CUEVAS
5	JUEGOS SUPERATE INTERCOLEGIADOS		X									X		ERIKA JIMENA ABRIL CUEVAS

## **7. RECURSOS**

### **Humanos**

Participación de los integrantes de la comunidad educativa.

### **Físicos**

Infraestructura institucional

### **Materiales y tecnología**

Implementos deportivos y elementos tecnológicos de la institución

### **Financieros**

Recursos económicos resultado de algunas actividades.

## **8. EVALUACIÓN**

Terminada cada una de las actividades propuestas los responsables de la ejecución de esta aplicarán a una muestra representativa el acta Institucional SB201701.

## **9. BIBLIOGRAFIA**

BORGUEZ JORGE LUIS, gran diccionario enciclopédico ilustrado, editorial Grijalbo, enero del 2003

EPAVKIN MARIANA; educación plástica en la escuela, editorial Ediciones novedades educativas, octubre de 1998

ABADIA MORALES GUILLERMO; ABC del folklore colombiano, editorial Panamericana, marzo de 1995