



PROYECTO APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

COORDINADOR DEL PROYECTO:

INTEGRANTES:

**ALBERTO BETIN MARTINEZ
MICAELA PATERNINA
ANDRES SANMARTÍN
ELEODET MARTINEZ ALEAN
ALBA RAMOS HOYOS
ENELDA ROMERO PAJAROS**

COORDINADOR INSTITUCIONAL

**DURACION
10 MESES**

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JUAN DE URABÁ
SAN JUAN DE URABÁ
2019**



DIAGNOSTICO

La población Sanjuanera cuenta con alto índice de sedentarismo, que, aunque cuenta con varios escenarios deportivos son pocos utilizados para la práctica del deporte y la recreación. Anualmente se realiza un campeonato para adultos de categoría libre, descuidando y dejando de lado las categorías infantiles, juveniles y adultos mayores, los cuales no encuentran alternativas para la práctica deportiva y recreativa.

El municipio cuenta con el Instituto de Deportes, pero este solo desarrolla los programas ya establecidos por Indeportes Antioquia, dejando una falencia de la promoción y prevención de la salud por medio de la práctica del deporte y los espacios para la lúdica y el sano esparcimiento.

Los jóvenes de la institución no tienen una mentalidad frente al buen uso del tiempo libre, en los descansos se dedican: a terminar las tareas, a repasar para las evaluaciones, a investigar, olvidando la verdadera finalidad del descanso; la integración con los compañeros, el sano esparcimiento, la diversión, la recreación, el disfrute, los juegos tradicionales.

Se hace necesario entonces el desarrollo del proyecto de tiempo libre, como alternativa para que la comunidad educativa pueda desarrollar y mostrar todas sus habilidades y destrezas en diferentes actividades.



JUSTIFICACIÓN

Cada vez, la recreación toma mayor importancia como una manera diferente de contribuir al desarrollo integral del hombre. Gracias a ella niños, jóvenes y adultos, conocen sus fortalezas y debilidades, descubren de qué manera pueden relacionarse armónicamente con los demás y aprenden otras alternativas para la integración, el descanso y la diversión.

El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico de la formación integral de la persona, su fomento, desarrollo y practica, son parte integral del servicio público educativo.

Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en favorecer las manifestaciones del deporte y la recreación en las expresiones culturales, folclóricas, tradicionales y artísticas.

Es desde esta instancia que se plantea el proyecto de tiempo libre como un estilo de vida, una opción hoy para vivir mejor, con el desarrollo de potencialidades en el ser, el descubrir valores y talentos humanos, el rescatar la alegría, vivir la vida con plenitud y gratuidad, para formar hombres y mujeres felices capaces de transforma su realidad con optimismo, alegría, fe y creatividad.



OBJETIVOS

GENERAL

Generar nuevos estilos de vida escolar, a través del aprovechamiento del tiempo libre, en ambientes lúdicos, culturales y recreativos, mejorando, la ludiexpresión de la comunidad educativa.

ESPECIFICOS:

- Formar hombres y mujeres alegres y sensibles, capaces de redimensionar la vida cotidiana.
- Rescatar la lúdica, el juego, el deporte, la recreación y la cultura, como nuevos estilos de vida escolar y comunitaria.
- Apostar, decididamente, por un concepto activo y positivo del tiempo libre, que favorezca el desarrollo personal y la creatividad de nuestros alumnos y alumnas.
- Propiciar experiencia que le permitan vivir al niño y al joven su proceso socializador a través de actividades deportivas, culturales y artísticas.
- Buscar talentos poco potenciados en la actividad pedagógico – académica diaria.
- Propiciar un ambiente apto que despierte en el niño y el joven el interés por las actividades y juegos tradicionales.

MARCO CONCEPTUAL



APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.

Entendemos por tiempo libre el tiempo disponible, es decir, el que no utilizamos para trabajar, comer o dormir. El tiempo libre tiene una capacidad virtual, es tiempo a nuestra disposición que podemos utilizar adecuadamente o malgastar.

Cuando utilizamos el tiempo libre de forma creativa, desarrollando capacidades, favoreciendo el equilibrio personal y enriqueciendo nuestra experiencia, estamos llenando de contenido nuestra vida y dando al tiempo libre una dimensión de enriquecimiento personal, por tanto, ese tiempo que no dedicamos a nuestros compromisos laborales y a las obligaciones escolares vendría a ser algo así como el tiempo libre que utilizemos para hacer lo que nos gusta y para el crecimiento personal.

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 creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y el estudio y la recuperación psicobiológica.

DEPORTE.

En general el deporte es la conducta humana caracterizada por actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.

RECREACIÓN.

“La recreación es un derecho social, su vivencia no debe limitarse a tiempos y lugares determinados; como actitud de vida es un aporte fundamental para formar seres armoniosos y enriquecer los valores de la sociedad. La recreación más que un uso es la expresión de sentir, pensar y actuar en forma autónoma y consciente, por ello deja huellas muy hondas en el espíritu, en el intelecto y en el cuerpo”

La recreación también ha sido entendida como la forma de volver a crear, transformar, transformar de nuevo, volver a encontrar sus raíces para forjar su felicidad como ser humano; es tomada como descanso y recuperación de energías, desarrollo y divertimento.

LÚDICA



La lúdica se refiere a la necesidad del ser humano, de sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias como reír, gritar, llorar y gozar, emociones orientadas hacia la entretención, la diversión y el esparcimiento poseyendo una ilimitada cantidad y formas, medios de expresión.

LUDIEXPRESIÓN

Expresar sentimientos, afectos y emociones a través de diferentes medios de expresión como el propio cuerpo, la contemplación, música, el teatro, la danza, el juego entre otros.

ESTILOS DE VIDA

Es construir nuevos paradigmas como soporte de vida para vivir en equilibrio, armonía y felicidad obteniendo cambios actitudinales en bien individual y colectivo para vivir con calidad.

RECREO HUMANO

Es la posibilidad de recrearse como ser que a sí mismo y de manera consiente se asume como totalidad buscando trascender la condición de vida fragmentada para colocarse en una perspectiva más humana y en armonía con el universo; tiene como aspecto central ser el generador de una nueva actitud desde la sensibilidad, el amor a la belleza, el desarrollo integral, la reflexión, el descanso renovador, el acto creativo, la sociabilidad, es decir una forma de ser holística.

GOZO

Estado de bienestar profundo del ser humano en donde se da la proyección y trascendencia. Hay gratuidad.

HUMOR

“El humor es una faculta que tiene el hombre de sentir y hacer sentir emociones frente a situaciones contradictoria, inusitadas o que producen efectos de disonancia perceptual es decir que lo que vemos se sale de la normatividad o de lo que cotidianamente estamos acostumbrados a ver. Lo anterior suscita placer, goce y risa. El humorismo de una u otra forma incide sobre nuestra mirada del mundo debido a que permite al hombre reírse de sí mismo y de los demás” Carlos Alberto Jiménez

MARCO LEGAL



ARTICULO 52 DE LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE 1991

"Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas".

LEY 115 DE 1994 DE LA EDUCACIÓN

Establece como fines de la educación, a la recreación: la formación para la promoción y la preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

LEY 181 DE 1995 DEL DEPORTE. SISTEMA NACIONAL DEL DEPORTE.

Artículos 9, 16 y 32. En ellos se plantea la obligatoriedad de todas las instituciones del carácter social a practicar, promover, ejecutar, dirigir y controlar las actividades de recreación, a través de la ejecución de programas de desarrollo.



DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

AJUSTES AL PROYECTO

En el mes de enero nos reunimos todos los integrantes del proyecto, se le hacen ajustes y se planean las actividades del año.

Durante el transcurso del año se realizarán exhibiciones de diferentes deportes (boxeo, atletismo, ajedrez, taekwondo, softbol, levantamiento de pesas, balón) en compañía con el IMDER san Juan de Urabá, con el fin de motivar a los estudiantes el aprovechamiento del tiempo libre y la práctica deportiva.

1. DESCANSO LÚDICO PEDAGÓGICO

Incentivar a los muchachos al rescate y práctica de los juegos tradicionales con el fin de compartir, disfrutar y aprovechar el tiempo libre con sus compañeros. Para desarrollar estas actividades, los estudiantes deben traer juegos tradicionales (canicas, trompo, yoyo, cuerdas, parqués, dominoes entre otros).

2. JUEGOS INTERCLASES: FUTBOL DE SALON Y BALONCESTO

Esta actividad se realizará durante el descanso pedagógico dos días a la semana (martes y jueves) de aquí se seleccionan algunos estudiantes para la participación de los juegos escolares e intercolegiados.

Requisitos:

1. Entrega de planillas: 11 de febrero de 2019
2. A cada grupo se le asigna un color para la camiseta, deben traer medias largas y canilleras.

ACTIVIDADES MACRO

BAILES DE VERANO

Es una actividad que se desarrolla anualmente bajo la coordinación del comité del aprovechamiento de tiempo libre de la institución, donde participan los diferentes grupos del colegio con coreografías, en las cuales se deben mezclar diferentes géneros musicales y también pueden participar grupos de otras instituciones del municipio.

Reglamento:



1. Cada grupo participará con un máximo de todo el grupo y un mínimo de 5 parejas por grupo.
2. Las coreografías tendrán un tiempo de 5 minutos máximos con diferentes ritmos musicales (regueton, bachata, salsa, merengue etc.)
3. Para esta actividad se escogerá tres jurados, que tendrán en cuenta todos estos aspectos: Creatividad coreográfica, vestuario, manejo del escenario, sincronización, expresión corporal y puntualidad.
4. Los grupos tendrán tres llamados para salir al escenario de lo contrario quedan eliminado.
5. La inscripción tendrá un valor de \$10 000 Para la categoría A que comprende del grado 3° a 7° y la categoría B comprende del grado 8° a 11° con un valor de \$20 000 por grupo.
6. Los estudiantes que no participan en los bailes de verano deben pagar su boleta de entrada que tiene un costo de \$2 000 e igualmente para particulares.
7. Los grados de transición, primero y segundo realizaran bailes de exhibición y se le incentivará con un helado para el grupo participante.
8. Los grupos que participan de otras instituciones del municipio también entran en la premiación.
9. Los grupos de otros municipios o ciudad realizan bailes de exhibición.
10. Los estudiantes de la I.E San Juan de Urabá que ocupe el primer puesto el Docente del área de Educación Física los llevara a participar al concurso de baile "por su salud báilelo pues" con Indeportes Antioquia.
11. Los estudiantes que participan en los bailes de la I.E San Juan se les estimulara con una nota en el área de Educación Física.

Nota: los recursos que queden de esta actividad se invertirán en compra de materiales deportivos para el área de Educación Física, esto lo realizara el comité de tiempo libre.



Premiación:

Categoría A y B

Primer puesto: 300 mil pesos en efectivo

Segundo puesto: 150 mil pesos en efectivo

Fecha:

Esta actividad se realizara el último viernes del primer semestre académico.
7 de junio de 2019.

ELEVO MI CREATIVIDAD

Es una actividad que se desarrolla anualmente bajo la coordinación del comité del aprovechamiento de tiempo libre de la institución, donde participan los diferentes grupos del colegio.

Reglamento:

Cada grupo realizara su cometa dentro del aula de clase en compañía del Director de grupo y padres de familia.

Se otorgara un tiempo de dos horas para la elaboración de la cometa dentro del aula de clase.

Se exhibirán las cometas en el aula múltiple en cada sede y en su jornada respectiva antes de elevarlas.

Las cometas se elevaran:

Sede uno: cancha de la floresta.

Sede dos: cancha de la sede (futbol)

Sede tres: en la misma sede

Sede Montecristo: en su misma sede

Sede las lajas: en su misma sede

Se premiara por categorías, A de 3° a 5° grado y B de 6° a 11°

Transición, primero y segundo participara de forma recreativa.



Se escogerá tres jurados en primaria y bachillerato de las sedes uno y dos. Montecristo escogerá dos jurados y las lajas escogerán un jurado.

Ganará el grupo con la cometa mejor diseñada con creatividad y que más alto se eleve.

Premiación:

Categoría A y B

Primer Puesto: tres pollos asados y dos litros de gaseosa.

Transición, primero y segundo gaseosa y galletas.

Fecha:

Se realizara el día 30 de Agosto de 2019.

Presupuesto

Materiales	Cantidad	Total
Balones de futbol sala	4	240.000
Balones de baloncesto	4	240.000
Pinturas de aceite	3 galones de colores (blanco, verde y amarillo)	150.000
Brochas	8 medianas	40.000
Juegos de petos	2 de diferente color	120.000
Camisetas (servicio social)	12	120.000
Pitos	2	40.000
Tarjetas	2	40.000
Hidratación	50 pacas de agua	150.000
Pollo asado	8	200.000
Helados	5	250.000
Gaseosas	8	32.000
Galletas wafer	8	12.000
Sello	2	60.000
Cartulinas	20	20.000
Tinta para sello	2	20.000



Globos largos(surtidos)	2 bolsas	25.000
Globos R9(surtidos)	5 bolsas	30.000
Rollo de pita	1	5.000
Hilo nylon	1 rollo	5.000
Bolsas de basura	4 paquetes	8.000
		Total. 1.927.000