

“LUDICA PARA EL MEJORAMIENTO Y EL BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE ”



OBJETIVOS DEL PROYECTO

- Posibilitar vías de información y motivación a la comunidad educativa, para que participen en todos los eventos deportivos, culturales, lúdicos, recreativos y de actividad física que a nivel Institucional, Municipal, Departamental y Nacional, ofrecen instituciones como : Junta de deportes Municipal, Indeportes Antioquia , la casa de la cultura, bellas artes, etc.
- Sensibilizar y propiciar reflexiones críticas con los estudiantes frente a la realidad sociocultural en que se encuentra, para que se cuestione sobre la calidad de su estilo de vida y cómo influye ésta en su ocio y tiempo libre.
- Socializar y concientizar a los estudiantes, docentes administrativos y demás personas de la comunidad educativa los conceptos y significados de: Tiempo libre, ocio, recreación, lúdica, juego, para contribuir a una mejor calidad de vida.
- Fomentar la expresión creativa individual y colectiva mediante talleres de danza, baile, rondas como una forma de recuperar el valor significativo y participativo de la democracia cultural.
- Promover encuentros recreativos, lúdicos, de ocio y deportivos, que sirvan para dinamizar las relaciones interpersonales, de la comunidad educativa.

METAS DEL PROYECTO

- Construir un mecanismo de información efectiva para toda la comunidad.
- Realizar 1 taller pedagógico por actividad propuesta.
- Realización de festival de rondas para preescolar y primaria. 1 vez al año.
- Realización de juegos interclases.
- Realización 2 Jornadas lúdicas y recreativas, (una por semestre), para la comunidad educativa. (administrativos, docentes y servidores del mantenimiento de la institución.)

- Representación de la institución en eventos propuestos por los entes, deportivos y culturales.
- Realización de actividad recreativa y de actividad física para los docentes y administrativos. La hora de la salud.
- Realización de pausas activas para la comunidad educativa.
- Creación de una rúbrica de evaluación, que nos permita identificar el impacto de las actividades del proyecto y su aporte a los objetivos de desarrollo sostenible.

RESUMEN DEL PROYECTO

El proyecto de lúdica para el mejoramiento del tiempo libre se ha ido desarrollado en la institución desde el año 1999, de acuerdo a la ley 115 de 1994, la cuál contempla que debe ser un proyecto realizado en el sistema educativo, desde este tiempo se ha ejecutado cada año. Con el proyecto se da un espacio de sana competencia, de manera responsable y respetuosa buscando establecer fuertes lazos de amistad, cordialidad y convivencia entre la población estudiantil y al mismo tiempo adquieran destrezas y habilidades sociales, que les permita tener buenas relaciones con su familia, sus vecinos y en general en todo su entorno socio-cultural, dando lugar a la recreación, la lúdica, el ocio, la actividad física y el deporte.

Hacemos parte de la cultura institucional ya que regularmente se realiza estos eventos y ha despertado en los estudiantes una motivación constante para participar activamente en todas las actividades planteadas por el proyecto: finalidad es lograr una actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de sus actividades cotidianas, además de favorecer la salud física y mental, que permitan trascender los límites de la conciencia y tener un equilibrio biológico, psicológico y social.

La actividad física, el deporte, la recreación y el buen uso del tiempo libre, se asocian a reducciones en los síntomas de la depresión, ansiedad y la tensión; biológicamente reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, tensión arterial alta, cáncer de colon y diabetes, ayuda a controlar el sobrepeso, la obesidad y el porcentaje de grasa corporal y se convierte en potenciador de habilidades sociales, sin limitarse a las prácticas competitivas, teniendo como principios: el desarrollo de actitudes de compañerismo y no violencia en juegos y deportes, la adquisición de hábitos de tolerancia ante cualquier situación, la aceptación de las normas de juego y el desarrollo de relaciones interpersonales. También se ha confirmado que los jóvenes activos, pueden adoptar con más facilidad otros comportamientos saludables, evitando el consumo de tabaco, alcohol, drogas y tener mejor rendimiento escolar.

Conscientes de la crisis que afronta muchas veces nuestra Institución Educativa con relación en el manejo del tiempo libre y dado nuestro interés como educadores; quisimos comprometernos en la elaboración de este proyecto, de tal manera que sea un aporte que contribuya a un buen vivir de la comunidad. El proyecto consiste en la realización de una serie de programas deportivos y recreativos tales como:

1. **Juegos deportivos intercolegiados Supérate:** Consiste en la conformación de la delegación deportiva de los estudiantes desde el grado quinto al grado once, para participar en las diferentes disciplinas deportivas de conjunto e individuales a nivel extramural, Municipal, departamental y nacional.
 2. **Juegos deportivos y recreativos a nivel institucional, llamado intercalases:** es un evento que se realiza en 4 categorías: de preescolar a tercero; cuartos y quintos; de sexto a octavo; de noveno a once; comienza con el sorteo de los nombres de los equipos a los cuales cada grupo representará y es un momento tan esperado por ellos porque es la primera fase del proyecto, luego viene la inauguración, después el desarrollo del evento y por último la clausura con las finales y premiación. Se realizan competencias en deportes tales como: Fútbol, baloncesto, voleibol, atletismo, patinaje y actividades recreativas.
 3. **Jornadas deportivas y lúdicas a nivel de docentes:** este evento se realiza en la semana de desarrollo institucional.
 4. **Evento copa primaria, copa bachiller a nivel municipal:** este consiste en la participación de actividades recreativas y deportivas propuestas por la junta de deportes.
 5. **Día del movimiento:** esta actividad es propuesta por Indeportes Antioquía y se realiza a nivel institucional, concientizando a los estudiantes de la importancia de la práctica de la actividad física y consiste en realizar una jornada de actividades físicas, lúdicas y deportivas.
- A partir de este año, queremos realizar otras actividades que igualmente van Ayudar mucho a toda la comunidad educativa.

ALGUNAS EVIDENCIAS





