



<b>Nombre del Proyecto</b>	Aprovechamiento del Tiempo Libre
<b>Nombre de Responsable(s)</b>	Jhon Alexander Arboleda Díaz – Natalia Pérez Arango
<b>Población Beneficiada</b>	Estudiantes Cibercolegio U.C.N
<b>Fecha de Inicio</b>	Enero de 2018
<b>Fecha de Finalización</b>	Diciembre de 2018

### **Diagnostico**

En la actualidad los estudiantes se preocupan más por el cumplimiento de sus labores académicas que por llevar rutinas de ejercicio o deportivas; la mayoría de las personas ocupan su tiempo libre en descansar, dormir, salir a divertirse pero pocas veces realizan una actividad sobre lo artístico, lúdico, deportivo y cultural de manera permanente. Por ésta razón se evidencia la necesidad de animar a los estudiantes a aprovechar el tiempo libre en la realización y práctica de un deporte, del desarrollo de habilidades artísticas y otros en lugar de acrecentar el ocio.

### **Justificación**

Debido a la necesidad de los jóvenes de realizar actividades significativas en su tiempo libre, el departamento de educación física ha desarrollado este proyecto donde se propone que el uso del tiempo libre por parte de los alumnos de la institución permita desarrollar en los jóvenes diversos campos desde una concepción pedagógica, como son, artístico, lúdico, deportivo y cultural, posibilitando los espacios y situaciones pacíficas de convivencia y paz. Teniendo en cuenta que a través de la historia el hombre ha necesitado de espacios de esparcimiento y recreación, en este proyecto se pretende brindar a los jóvenes alumnos del Cibercolegio estos espacios como respuesta a una actividad organizada, los cuales les puedan servir de ejemplo de cómo utilizar su tiempo libre, tanto individual como familiar, llevando esta práctica a diversos ámbitos de su vida social como son el barrio, el grupo de amigos, la familia y el trabajo entre otros.

### **Objetivo General**

Canalizar y aprovechar adecuadamente el uso del tiempo libre como espacio de sano esparcimiento.



### **Objetivos Específicos**

1. Brindar elementos que permitan al estudiante generar conocimientos a partir de experiencias prácticas.
2. Ayudar a una mejor organización de los tiempos de ocio de los alumnos con el fin de lograr un óptimo aprovechamiento del tiempo y una eficiente administración del mismo.

### **Marco Legal**

Este Proyecto está soportado en:

**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)

ART. 1°—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. ART. 2°—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. ART. 3°—Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el Estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores, algunos de estos son:

#### *Objetivos generales y rectores de la ley*

1. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.
2. Fomentar, proteger, apoyar y regular la asociación deportiva en todas sus manifestaciones como marco idóneo para las prácticas deportivas y de recreación.

**SANTA ROSA DE OSOS**

Carrera 21 No. 34 B - 07  
PBX: (57) (4) 605 15 35  
FAX: (574) 605 42 20

**MEDELLÍN**

Calle 52 No 47 - 42  
Edificio Coltejer Piso 5  
PBX: (57) (4) 605 15 35



3. Coordinar la gestión deportiva con las funciones propias de las entidades territoriales en el campo del deporte y la recreación y apoyar el desarrollo de éstos.
4. Formular y ejecutar programas especiales para la educación física, deporte, y recreación de las personas con discapacidades físicas, síquicas, sensoriales, de la tercera edad y de los sectores sociales más necesitados creando más facilidades y oportunidades para la práctica del deporte, de la educación física y la recreación.
5. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.

### **Metodología**

Que el 100% de los estudiantes logren relacionar sus actividades cotidianas con lo aprendido en el cibercolegio en sus espacios de esparcimiento.

Que el 100% de los estudiantes utilicen los espacios que brindan la localidad y la ciudad para la utilización de su tiempo libre.

Que el 80% de los estudiantes logren adquirir conocimientos del uso del tiempo libre a partir de sus experiencias prácticas.

Que el 80% de los estudiantes se exprese de una forma creativa.

Que el 90% de la comunidad educativa se integre a todas las actividades programadas.

Que el 80% de los hogares mejoren su estilo de vida en familia.

### **Temática**

- Fomentar en los estudiantes la recreación, aprovechamiento del tiempo libre y la educación extra-escolar, en beneficio de la comunidad educativa Cibercolegio UCN.
- Crear un sitio especial en la plataforma virtual del Cibercolegio para que alumnos y docentes interactúen en temas referentes al proyecto de Aprovechamiento del tiempo libre.
- Se organiza semillero de Ajedrez por parte del área de bienestar del Cibercolegio UCN que estará dirigido a toda la institución educativa como parte del aprovechamiento de tiempo libre en los proyectos educativos institucionales.



### Actividades

ACTIVIDADES POR SEMESTRES		
SEMESTRE ACTIVIDAD	1	2
Propiciar Actividades lúdicas que permitan enriquecer el desarrollo de nuestros alumnos en su tiempo libre. (foros)	X	
Evidenciar actividades que estén relacionadas con el deporte: <b>Club de Ajedrez</b>	X	
Crear conciencia con los estudiantes sobre el buen uso del tiempo libre:		X
Evidenciar actividades que estén relacionadas con el arte: ✓ Musica ✓ pintura		X

### Recursos

- Humanos: Facilitadores, estudiantes, comunidad educativa.
- Físicos: Equipos de computadores, Telecentros, Lugares físicos de esparcimiento con los que cuenten los estudiantes.
- Logísticos: Red de internet, plataforma virtual y página Web.



### **Acciones de Seguimiento y Evaluación**

- Acompañamiento en la participación de los estudiantes en el desarrollo del proyecto, por medio de la plataforma virtual.
- Desarrollo de las actividades en los foros o en el nivel de socialización correspondiente.
- Evidencias por medio de videos y fotos.
- La socialización será evidenciada en la evaluación sincrónica y en los foros de discusión.

### **Referencias Bibliográficas**

[http://www.terra.com.co/madres/tiempo\\_libre/27-03-2007/nota301851.html](http://www.terra.com.co/madres/tiempo_libre/27-03-2007/nota301851.html)  
<http://www.redcreacion.org/documentos/congreso7/APerez.html>  
[http://www.down21.org/act\\_social/mainFrame.htm](http://www.down21.org/act_social/mainFrame.htm)  
<http://www.ilo.org/public/spanish/region/ampro/cinterfor/temas/youth/legisl/col/xxxvii/index.htm>  
<http://colegios.pereiraeduca.gov.co/instituciones/byrongaviria/deportes.html>  
<http://santacatalina-bolivar.gov.co/apc-aa-files/35373762646634353964363830356435/DEPORTE.PDF>  
<http://www.jpopulos.addr.com/apoyodigital/secundaria/se/set25.htm>  
<http://www.irdet.gov.co/articles.php?lng=en&pg=46>  
[http://www.aytopriegodecordoba.es/Escuela\\_Padres/PE\\_Ninos\\_tiempo\\_libre.pdf?raiz=Priego-Educa](http://www.aytopriegodecordoba.es/Escuela_Padres/PE_Ninos_tiempo_libre.pdf?raiz=Priego-Educa)  
<http://w3.cnice.mec.es/recursos/secundaria/transversales/ocio/cap1/ocio.htm>

**SANTA ROSA DE OSOS**

**MEDELLÍN**

---

Carrera 21 No. 34 B - 07  
PBX: (57) (4) 605 15 35  
FAX: (574) 605 42 20

Calle 52 No 47 - 42  
Edificio Coltejer Piso 5  
PBX: (57) (4) 605 15 35

[www.cibercolegioun.edu.co](http://www.cibercolegioun.edu.co)