



INSTITUCIÓN EDUCATIVA DINAMARCA

Resolución de Aprobación No. 16362 del 27 de noviembre de 2002

Dirección: Calle 91 N° 65-119

NIT: 811039002-6, DANE: 105001006068 - 105001001686

Página Web: www.dinamarca.edu.co

Núcleo 920, Castilla, Medellín



“UN LUGAR DONDE SE APRENDE Y SE ES FELIZ”

Proyecto

**Aprovechamiento del Tiempo Libre, el Fomento de las Diversas Culturas, la
Práctica de la Educación Física, la Recreación y el Deporte Formativo**

“Prácticas artísticas, corporales y recreativas para el desarrollo humano integral”

DOCENTES:

Ocampo Montoya Luz Diana (Líder)

Guerrero Luna Ana Francisca

Restrepo Palacio Astrid Elena

Palacios Palacios Manuel Pascual

Institución Educativa Dinamarca

Medellín, 2026

Tabla de contenido

1	Resumen del documento.....	4
2	Formulación del problema	5
2.1	Diagnóstico y/o antecedentes	6
3	Pregunta esencial y/o problematizadora y preguntas orientadoras.....	9
3.1	Objetivo General	10
3.2	Objetivos Específicos	10
3.3	Justificación	12
3.4	Delimitación	14
4	Marcos de Referencia	19
4.1	Marco Conceptual	19
4.1.1	La Prevención en la Ley General de Educación	31
4.2	Marco normativo	31
5	Metodología, Recursos y Transversalización	36
6	Recursos disponibles	43
6.1	Recursos pedagógicos y logísticos	43
6.2	Recursos materiales y técnicos:	43
6.3	Recursos financieros:.....	43
7	Transversalización	44
7.1	Áreas afines al proyecto	44
7.2	Estándares asociados a los temas del proyecto.....	48
7.3	Mega-habilidades que desarrolla	49

7.4	Estrategias y/o actividades	50
8.	Evaluación del proyecto	52
9	Bibliografía	56
10	Anexos	59
	Anexo 1. Formato para la evaluación del proyecto	59
	Anexo 2. Evidencias de las actividades ejecutadas durante el año	61

1 Resumen del documento

El presente proyecto educativo tiene como propósito fortalecer los procesos de formación integral de los estudiantes de la Institución Educativa Dinamarca, a través de la resignificación del tiempo libre como espacio formativo, ético, estético y de cuidado. Su enfoque se centra en la comprensión del tiempo libre como una oportunidad pedagógica para el cultivo del cuerpo, la convivencia y la sensibilidad, promoviendo la salud física, emocional y relacional de los estudiantes mediante prácticas artísticas, corporales, deportivas y recreativas. El proyecto parte de la convicción de que el cuidado de sí, el cuidado del otro y el cuidado de lo otro (la naturaleza y el entorno) son pilares del desarrollo humano y social. Desde esta perspectiva, se promueven experiencias que integran la educabilidad del cuerpo, la corporeidad sensible y el arte como lenguaje formativo, contribuyendo a la construcción de una comunidad escolar más empática, solidaria y creativa. Inspirado en las leyes que orientan el sistema educativo colombiano (Ley 115 de 1994, Ley 181 de 1995, Ley 934 de 2004 y Ley 1029 de 2006), y en los lineamientos de la Secretaría de Educación de Medellín, este proyecto concibe el Aprovechamiento del Tiempo Libre y la Formación del Cuidado como un campo transversal que potencia las competencias socioemocionales, éticas, estéticas y corporales de los estudiantes, consolidando la escuela como un espacio de encuentro y transformación.

Palabras clave: tiempo libre, cuidado, corporeidad, arte, danza, recreación, deporte formativo, convivencia, desarrollo humano integral.

2 Formulación del problema

En la actualidad, la sociedad contemporánea enfrenta una profunda crisis de sentido frente al uso del tiempo libre y las formas de relación consigo mismo, con los otros y con el entorno. El incremento del sedentarismo, las problemáticas de convivencia, el aislamiento social y el deterioro de la salud física y emocional de niños y jóvenes, evidencian la necesidad urgente de repensar la función educativa del tiempo libre como un espacio de humanización y no de mera ocupación.

En la Institución Educativa Dinamarca, se reconoce que muchos estudiantes viven su tiempo libre en condiciones que no siempre favorecen su bienestar integral: exceso de exposición a pantallas, falta de espacios seguros de encuentro, pocas oportunidades de exploración artística o corporal, y escasa conciencia sobre el cuidado de sí y del entorno. Estas situaciones limitan el desarrollo de la creatividad, la participación y la construcción de vínculos afectivos saludables.

Por ello, surge la necesidad de diseñar un proyecto institucional que transforme el tiempo libre en una experiencia pedagógica de cuidado, corporeidad, corporalidad y convivencia, donde el arte, el deporte, la recreación y la expresión corporal sean medios de formación sensible y ética, promoviendo prácticas que fortalezcan la autoestima, la autonomía, la empatía y la participación activa en la vida escolar y comunitaria.

De este modo, el proyecto se erige como una herramienta viva para el encuentro entre saberes, favoreciendo la interdisciplinariedad y la transversalidad pedagógica como caminos hacia una convivencia pacífica y respetuosa.

Su propósito es sembrar en la comunidad educativa los valores que hacen posible una cultura de paz, donde el cuidado, la empatía y la responsabilidad compartida se conviertan en hábitos cotidianos y en disciplina del espíritu.

A través de sus acciones, el proyecto teje articulaciones entre todas las áreas del conocimiento, potenciando múltiples formas de expresión y promoviendo la integralidad del ser y del saber en cada experiencia formativa.

2.1 Diagnóstico y/o antecedentes

La realidad educativa contemporánea revela un desafío urgente: repensar el lugar del tiempo libre como espacio formativo dentro de las instituciones escolares. Las transformaciones culturales, tecnológicas y sociales han modificado los modos de habitar el cuerpo y las relaciones, generando fenómenos como el sedentarismo, la hiperconectividad, el aislamiento emocional y la pérdida del sentido comunitario.

A nivel global, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) advierte sobre los efectos del sedentarismo en la población infantil y juvenil, señalando que más del 80 % de los adolescentes no cumplen con los 150 minutos semanales de actividad física recomendados. Esta situación repercute directamente en la salud física, mental y social, comprometiendo los procesos de desarrollo y bienestar integral.

En el contexto nacional, el Ministerio de Educación Nacional (MEN), a través de los Lineamientos Curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte (MEN, 2000; actualizaciones 2018–2023), propone una visión integral, humanista y pedagógica del movimiento, entendiendo la educación física como un campo que no solo fortalece las capacidades motrices, sino que forma para la vida, el cuidado y la convivencia. Dichas orientaciones conciben el cuerpo como territorio de construcción cultural, ética y estética, promoviendo el desarrollo de las dimensiones:

- **Corporal y motriz** (habilidades físicas y coordinativas).
- **Cognitiva y reflexiva** (comprensión del propio cuerpo y del entorno).
- **Socioafectiva y relacional** (cooperación, empatía y solidaridad).
- **Comunicativa y estética** (expresión, creatividad y sensibilidad).

En consonancia, la Secretaría de Educación del Distrito de Medellín (2022–2024), a través de su política de “Educación Física, Recreación y Deporte para la Vida”, enfatiza la necesidad de construir proyectos institucionales que promuevan una pedagogía del bienestar y la sostenibilidad humana, entendiendo el movimiento y la recreación como prácticas de ciudadanía, inclusión y salud mental colectiva. Estas orientaciones distritales

invitan a las instituciones educativas a articular el tiempo libre con proyectos de vida, entornos protectores, arte y cultura, en coherencia con el Modelo Educativo Medellín Futuro.

Desde la perspectiva de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS 2030) — especialmente el ODS 3 (Salud y bienestar) y el ODS 4 (Educación de calidad)—, el proyecto se alinea con la meta de garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad que promueva oportunidades de aprendizaje durante toda la vida, así como estilos de vida saludables, sostenibles y respetuosos del entorno. De igual forma, contribuye al ODS 5 (Igualdad de género) y al ODS 13 (Acción por el clima), al fomentar prácticas de respeto, equidad y cuidado del medio natural.

En el plano institucional, la Institución Educativa Dinamarca ha venido desarrollando, desde hace varios años, actividades culturales, artísticas y deportivas orientadas al buen uso del tiempo libre, como torneos interclases, jornadas artísticas y culturales, festivales de danza, teatro y música. Y desde el año 2017 se ha venido implementando el proyecto pedagógico: “Los ArteSanos del Cuerpo: en Cuerpo ConVivencia – Cuerpo ConSentido”, que integra la proyección de la **investigación “Los ArteSanos del Cuerpo”** como experiencia formativa y de investigación escolar. No obstante, la evaluación interna y la reflexión docente han permitido reconocer que el proyecto requiere una actualización pedagógica que le dé mayor proyección institucional y que lo consolide como un eje transversal del PEI, y no solo como un conjunto de actividades recreativas.

De esta manera, el diagnóstico institucional identifica la necesidad de:

1. **Reestructurar el enfoque pedagógico**, integrando la dimensión corporal, afectiva y ética como ejes de la formación humana.
2. **Ampliar la participación estudiantil**, garantizando la inclusión y la equidad en todas las jornadas y sedes.
3. **Incorporar la perspectiva del cuidado y la sostenibilidad**, como principios orientadores del bienestar físico, emocional y ambiental.

4. **Fortalecer el vínculo entre escuela y comunidad**, promoviendo escenarios de encuentro, arte y convivencia.

En síntesis, este proyecto se asume como respuesta a los llamados nacionales e internacionales por una educación física, artística y recreativa humanizadora, que reconozca el cuerpo como territorio de aprendizaje y el tiempo libre como espacio de transformación social y ecológica.

Así, el Aprovechamiento del Tiempo Libre y la Formación del Cuidado se constituye en una apuesta pedagógica por la vida, que dialoga con las políticas públicas y los horizontes de futuro de la educación en Colombia: formar sujetos sensibles, críticos, saludables y comprometidos con el cuidado de sí, de los otros y del planeta.

3 Pregunta esencial y/o problematizadora y preguntas orientadoras

Pregunta problematizadora

¿Cómo promover, desde la Institución Educativa Dinamarca, una cultura del cuidado y del desarrollo humano integral a través del aprovechamiento pedagógico del tiempo libre, que favorezca la educabilidad del cuerpo, la convivencia y la expresión sensible de los estudiantes?

Preguntas orientadoras

preguntas orientadoras	Propósito pedagógico al que responde
¿Cómo promover en los estudiantes de la Institución Educativa Dinamarca una educación física, artística y recreativa que fortalezca las capacidades motrices, expresivas y relacionales, orientándolas hacia el cuidado de sí, de los otros y del entorno?	<i>Integrar el desarrollo físico, motriz y expresivo con la dimensión ética y socioemocional del cuidado, reconociendo que el movimiento y la expresión corporal son prácticas de bienestar, empatía y sostenibilidad.</i>
¿De qué manera las prácticas artísticas, culturales y corporales en el tiempo libre pueden convertirse en escenarios pedagógicos de convivencia, creatividad y sostenibilidad, que contribuyan al desarrollo humano integral de los estudiantes?	<i>Transformar las actividades artísticas, culturales y recreativas en auténticos escenarios de aprendizaje sensible y de formación integral, coherentes con la pedagogía del cuidado y la corporeidad como experiencia educativa.</i>
¿Cómo potenciar los talentos, saberes y sensibilidades de los estudiantes a través de experiencias estéticas, lúdicas y deportivas que reconozcan el cuerpo como territorio de aprendizaje, expresión y transformación social?	<i>Reconocer el cuerpo como territorio de saberes, memoria y creación; desplazar la idea de “potenciar talentos” hacia la comprensión del cuerpo como espacio de formación integral, encuentro y construcción de sentido social.</i>

3.1 Objetivo General

Promover una cultura del cuidado y del desarrollo humano integral en los estudiantes de la Institución Educativa Dinamarca, mediante el aprovechamiento pedagógico del tiempo libre como escenario de aprendizaje sensible, corporal y creativo, integrando las prácticas artísticas, deportivas y recreativas con la educación para la convivencia, la sostenibilidad y la expresión del cuerpo como territorio de sentido, en articulación con la experiencia investigativa “Los ArteSanos del Cuerpo.”

3.2 Objetivos Específicos

- Integrar en el ámbito escolar una educación física, artística y recreativa que fortalezca las capacidades motrices, expresivas y relacionales de los estudiantes, promoviendo el cuidado de sí, de los otros y del entorno natural como fundamento ético y socioemocional de la convivencia.
- Transformar las prácticas artísticas, culturales y corporales en el tiempo libre en escenarios pedagógicos de aprendizaje sensible, creatividad y sostenibilidad, que contribuyan a la construcción de una escuela más humana, inclusiva y solidaria.
- Reconocer y potenciar los saberes, talentos y sensibilidades de los estudiantes a través de experiencias estéticas, lúdicas y deportivas que promuevan la educabilidad del cuerpo como territorio de aprendizaje, memoria y transformación social.
- Articular el proyecto “Los ArteSanos del Cuerpo” como una estrategia pedagógica e investigativa que permita resignificar el cuerpo, el movimiento y el arte en el marco del aprovechamiento del tiempo libre, favoreciendo la reflexión, la investigación escolar y la producción de saber pedagógico desde la experiencia.
- Fomentar la participación activa de la comunidad educativa (docentes, familias y estudiantes) en procesos de co-creación, recreación y expresión artística, fortaleciendo el sentido de pertenencia, la convivencia pacífica y la valoración del cuerpo como fuente de vida, vínculo y conocimiento.

- Consolidar una propuesta educativa sostenible y sensible, alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS 3, 4, 5 y 13), que promueva hábitos saludables, respeto por la diversidad y prácticas de cuidado ambiental en las actividades del tiempo libre.

Objetivo específico	Propósito pedagógico al que responde
1. Integrar en el ámbito escolar una educación física, artística y recreativa que fortalezca las capacidades motrices, expresivas y relacionales de los estudiantes, promoviendo el cuidado de sí, de los otros y del entorno natural como fundamento ético y socioemocional de la convivencia.	<i>Formar estudiantes conscientes de su cuerpo y su entorno, capaces de vincular el movimiento, la expresión y el juego con el desarrollo de valores éticos, socioemocionales y ecológicos, en coherencia con la cultura del cuidado.</i>
2. Transformar las prácticas artísticas, culturales y corporales en el tiempo libre en escenarios pedagógicos de aprendizaje sensible, creatividad y sostenibilidad, que contribuyan a la construcción de una escuela más humana, inclusiva y solidaria.	<i>Reorientar las actividades lúdicas, artísticas y recreativas hacia procesos de formación integral, donde el arte y el cuerpo sean medios de construcción de convivencia, pensamiento crítico y responsabilidad social.</i>
3. Reconocer y potenciar los saberes, talentos y sensibilidades de los estudiantes a través de experiencias estéticas, lúdicas y deportivas que promuevan la educabilidad del cuerpo como territorio de aprendizaje, memoria y transformación social.	<i>Fomentar el autoconocimiento, la expresión creativa y la valorización del cuerpo como espacio de saber y comunicación, fortaleciendo la identidad y la participación en la vida escolar y comunitaria.</i>
4. Articular el proyecto “Los ArteSanos del Cuerpo” como una estrategia pedagógica e investigativa que permita resignificar el cuerpo, el movimiento y el arte en el marco del aprovechamiento del tiempo libre,	<i>Vincular la investigación y la creación artística con el aprendizaje experiencial, permitiendo que los estudiantes se reconozcan como investigadores de su propio cuerpo y</i>

favoreciendo la reflexión, la investigación escolar y la producción de saber pedagógico desde la experiencia.	<i>coautores de conocimiento pedagógico en la escuela.</i>
5. Fomentar la participación activa de la comunidad educativa (docentes, familias y estudiantes) en procesos de co-creación, recreación y expresión artística, fortaleciendo el sentido de pertenencia, la convivencia pacífica y la valoración del cuerpo como fuente de vida, vínculo y conocimiento.	<i>Consolidar la escuela como comunidad del cuidado y del encuentro, donde la participación colectiva y el arte fortalezcan la convivencia, el diálogo intergeneracional y la formación de ciudadanía estética y ética.</i>
6. Consolidar una propuesta educativa sostenible y sensible, alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS 3, 4, 5 y 13), que promueva hábitos saludables, respeto por la diversidad y prácticas de cuidado ambiental en las actividades del tiempo libre.	<i>Alinear el proyecto con los principios de la sostenibilidad educativa y ambiental, promoviendo hábitos de vida saludable, equidad y conciencia ecológica desde la práctica pedagógica del tiempo libre.</i>

3.3 Justificación

El tiempo libre constituye un derecho humano fundamental y un espacio privilegiado para el desarrollo de la libertad, la creatividad y la convivencia. No se trata de un tiempo vacío, residual, o complementario a la jornada académica, dentro del proceso educativo, sino de un tiempo vivo y formativo, donde el ser humano puede encontrarse consigo mismo, con los otros y con el mundo desde la experiencia sensible del cuerpo.

Desde una perspectiva pedagógica contemporánea, el aprovechamiento del tiempo libre implica concebir la educación física, el arte, la recreación y el deporte no como actividades complementarias, sino como campos formativos en vía transformativa que posibilitan el desarrollo integral del ser, el fortalecimiento de la corporeidad, la corporalidad, y la construcción de subjetividades críticas, éticas y sensibles.

Por lo anterior, el aprovechamiento del tiempo libre se concibe en la Institución Educativa Dinamarca como un escenario educativo que trasciende la recreación o la práctica deportiva aislada para convertirse en un proceso pedagógico permanente de formación transformativa. En este horizonte, la Educación Física y las prácticas artísticas y recreativas se afirman como espacios de pensamiento, creación y construcción ética de la existencia.

Como lo plantean Nel Noddings (2003) y Fernando Bárcena (2014), educar es, ante todo, un acto de cuidado: una forma de acompañar la emergencia de la singularidad de cada ser en relación con los otros. En consonancia, Merleau-Ponty (1945) recuerda que el cuerpo es nuestra manera de estar en el mundo; es memoria viva, lenguaje y posibilidad de sentido. Por tanto, una educación física del cuidado no forma solo músculos, sino sensibilidades; no adiestra, sino que despierta; no impone, sino que invita a habitar el cuerpo como territorio de aprendizaje y transformación.

El proyecto “Los ArteSanos del Cuerpo” se integra a este horizonte como una estrategia pedagógica e investigativa que articula el saber del movimiento, la experiencia estética y la reflexión crítica. Su propósito es investigar desde las realidades situadas de los estudiantes, reconociendo sus contextos sociales, emocionales y culturales como fuente legítima de conocimiento. A través de este proyecto, la comunidad educativa se convierte en taller vivo de investigación-acción, donde las preguntas, las prácticas corporales y las creaciones artísticas permiten resignificar el cuerpo y la escuela como espacios de sentido y transformación social.

De esta manera, el proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado se consolida como un eje transversal del PEI, que integra la educación física, la danza, la música, el teatro, las artes plásticas y las actividades recreativas bajo una misma orientación humanista y ecológica. La escuela se convierte así en un laboratorio de experiencias sensibles, donde se cultiva la empatía, la cooperación, el pensamiento crítico y el respeto por la diversidad, en coherencia con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS 3, 4, 5 y 13) y las políticas de educación para la vida de la Secretaría de Educación de Medellín.

Este proyecto no se limita a organizar actividades, sino que plantea un proceso de formación en vía transformativa, donde cada acción corporal, artística o recreativa se convierte en un acontecimiento pedagógico. Las prácticas del tiempo libre adquieren sentido cuando interpelan la experiencia, cuando despiertan el pensamiento, cuando forman la sensibilidad y cuando ayudan a construir una convivencia más humana.

En síntesis, este proyecto se justifica en su potencia formativa, ética y estética: busca transformar el tiempo libre en tiempo de vida, el cuerpo en espacio de conocimiento y memoria, y la escuela en territorio del cuidado, la creatividad y la investigación permanente. Así, la Educación Física deja de ser solo una asignatura y se convierte en una poética del movimiento: un camino para educar en la presencia, la relación y la esperanza.

3.4 Delimitación

La delimitación de este proyecto tiene como propósito situar su alcance, su ámbito de acción y su horizonte formativo dentro del marco institucional y pedagógico de la Institución Educativa Dinamarca. En ella se definen los contextos, poblaciones, tiempos, espacios y fundamentos conceptuales que orientan la implementación del Proyecto Educativo Escolar de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado, como una apuesta sostenida por la formación sensible, ética y transformativa desde la corporeidad y el arte.

Delimitación institucional

El proyecto se desarrolla en la Institución Educativa Dinamarca, en las dos sedes: sede central y sede Ricardo Uribe Escobar (RUE), como parte de los proyectos pedagógicos transversales que fortalecen la formación integral y humanizadora contemplada en el Proyecto Educativo Institucional (PEI).

Su implementación se articula especialmente con las áreas de Educación Física, Artística, Ética y Valores, Humanidades, Ciencias Sociales, Ciencias Naturales, Tecnología e Informática, así como con los proyectos de Escuelas Saludables,

Convivencia Escolar, Inclusión, Educación Ambiental y Cultura Ciudadana, y el proyecto de Educación para la Sexualidad y la Reproductividad.

Este proyecto se inscribe dentro de los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional (MEN) (en particular los Lineamientos Curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte (2000; 2018–2023)) y las orientaciones de la Secretaría de Educación de Medellín, en el marco de la política “Educación Física, Recreación y Deporte para la Vida”.

De igual manera, se articula con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS 2030), principalmente los ODS 3 (Salud y bienestar), ODS 4 (Educación de calidad), ODS 5 (Igualdad de género) y ODS 13 (Acción por el clima), como lineamientos globales para una educación equitativa, inclusiva y sostenible.

Así, el proyecto consolida la función de la escuela como comunidad del cuidado, capaz de integrar el arte, el cuerpo y el movimiento como lenguajes formativos para el bienestar y la convivencia.

Delimitación poblacional

El proyecto está dirigido principalmente a los estudiantes de educación básica y media (grados 6.º a 11.º), involucrando también a los docentes de las áreas de Educación Física, Artística y Ética, Humanidades, Ciencias Sociales, Ciencias Naturales, Tecnología e Informática, así como a las familias y a la comunidad educativa en general.

Su carácter participativo e incluyente busca garantizar la igualdad de oportunidades de acceso y disfrute a los espacios de creación, recreación y formación corporal, valorando la diversidad de corporalidades, sensibilidades, géneros y trayectorias que habitan la escuela.

Desde esta pluralidad, el proyecto propicia la construcción de una pedagogía situada, en la que cada estudiante pueda reconocerse como sujeto de experiencia, expresión y cuidado.

Delimitación espacial

Las acciones del proyecto se desarrollan en los espacios pedagógicos, artísticos y recreativos de la institución (aulas, canchas, coliseo, salones de danza y arte, (patio-salón) y espacios abiertos), además de otros escenarios comunitarios y culturales del entorno cercano al barrio y la comuna.

Esta apertura espacial busca fortalecer la relación escuela-territorio, promoviendo la apropiación de los espacios públicos como lugares de encuentro, convivencia y aprendizaje.

El proyecto, por tanto, trasciende los límites físicos del aula para habitar el cuerpo, la comunidad y el paisaje como territorios de educación y cuidado.

Delimitación temporal

El Proyecto Educativo Escolar de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado se implementará durante el año lectivo 2026, con una proyección permanente y progresiva en el tiempo.

Su estructura metodológica contempla fases trimestrales de planeación, ejecución, sistematización y evaluación, que garantizan la continuidad, reflexividad y sostenibilidad de las acciones.

Más allá del ciclo anual, este proyecto se concibe como una línea viva de formación institucional, que evoluciona con las realidades de la comunidad educativa y se proyecta hacia la consolidación de una cultura del tiempo libre como espacio de aprendizaje, cuidado y transformación.

Por tanto, se establece como un proyecto perdurable en el tiempo.

Delimitación temática y conceptual

El proyecto se enmarca en un conjunto de categorías formativas y conceptuales que orientan su desarrollo:

- **Tiempo libre:** comprendido como un espacio de sentido y formación, no de vacancia; un tiempo de creación, descanso, expresión y encuentro.

-
- **Corporeidad y corporalidades:** entendidas como modos de habitar el mundo, expresiones de identidad, lenguaje y ética del cuidado (Merleau-Ponty (1995, 1964), Le Breton (2010, 2000, 2014), Finol (2015)).
 - **Cuidado de sí, del otro y de lo otro:** como fundamento ético de la educación (Noddings (2003), Bárcena (2010, 2006), Mèlich), orientado a la convivencia, la salud y la sostenibilidad.
 - **Educación física y arte como procesos transformativos:** que integran lo estético, lo motriz y lo emocional en una pedagogía del cuerpo.
 - **Desarrollo humano integral y sostenibilidad:** como horizonte educativo comprometido con los ODS y con la formación para la vida.

Desde estas nociones, el proyecto asume la educación física y artística como experiencias de pensamiento, afecto y creación, que contribuyen a formar sujetos sensibles, éticos y críticos.

Delimitación investigativa: integración con “Los ArteSanos del Cuerpo”

El proyecto se articula directamente con la línea de investigación escolar “Los ArteSanos del Cuerpo”, concebida como un proceso pedagógico e investigativo permanente que indaga, interpreta y transforma las experiencias corporales, artísticas y convivenciales de los estudiantes.

Esta integración le otorga al proyecto una dimensión investigativa y reflexiva, que permite comprender el aprovechamiento del tiempo libre como un campo de indagación educativa situada, en el que el cuerpo es fuente de conocimiento, lenguaje y creación.

Desde esta perspectiva, “Los ArteSanos del Cuerpo” se convierte en el eje formativo y metodológico que orienta el desarrollo del proyecto: un espacio donde los estudiantes investigan su propio habitar corporal, crean significados a través del arte y la danza, y transforman su manera de estar en el mundo. Así, la práctica educativa se convierte en una práctica de investigación: observar, sentir, narrar, transformar y cuidar.

Esta línea de integración fortalece el propósito central del proyecto: formar desde y con el cuerpo, promoviendo procesos de aprendizaje que respondan a las preguntas orientadoras y contribuyan al alcance de los objetivos institucionales en torno al desarrollo humano integral, el bienestar y la sostenibilidad.

En síntesis, la delimitación del proyecto permite comprenderlo como un proceso institucional, situado y transformativo, que articula la educación física, el arte, la recreación y la investigación en una pedagogía del cuidado. Su alcance es amplio y sostenido: formar seres humanos que hagan del tiempo libre un espacio de crecimiento, expresión y esperanza; una escuela que educa con el cuerpo, desde el movimiento y para la vida.

4 Marcos de Referencia

La comprensión de todo proyecto pedagógico requiere un sustento teórico, legal y contextual que oriente sus acciones, le dé coherencia a sus propósitos y sentido a su práctica.

El Proyecto Educativo Escolar de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado, en la Institución Educativa Dinamarca, se configura como una propuesta integral y transformativa, en la que el cuerpo, el arte y la convivencia se entrelazan con la legislación educativa, los marcos de derechos y las pedagogías contemporáneas.

Desde este horizonte, los marcos de referencia no son simples apoyos documentales, sino cimientos éticos, epistemológicos y normativos que permiten comprender el lugar del cuerpo, del cuidado y del tiempo libre como dimensiones esenciales del desarrollo humano y de la educación en Colombia.

4.1 Marco Conceptual

Desde la perspectiva de la ecología de saberes, Boaventura de Sousa Santos (2010) invita a reconocer la coexistencia de conocimientos diversos —científicos, artísticos, comunitarios y experienciales— sin jerarquías coloniales. Este proyecto asume dicha ecología como principio pedagógico para articular los saberes corporales que emergen en el tiempo libre con los saberes escolares y comunitarios, habilitando traducciones interculturales entre prácticas de danza, juego, deporte formativo y expresiones artísticas.

En esta clave, el cuerpo en la escuela se comprende como territorio de aprendizaje, memoria y creación (Ocampo, 2016; Sardi, Ocampo & Vega, 2020; Ocampo, 2023). Las prácticas corporales y artísticas constituyen mediaciones de cuidado y de convivencia que configuran subjetividades sensibles y éticas, favoreciendo la formación integral y la sostenibilidad humana.

Asimismo, la ética de la alteridad de Emmanuel Lévinas (1993) orienta la noción de cuidado que guía este proyecto: el rostro del otro me convoca a la responsabilidad. Por ello, el aprovechamiento pedagógico del tiempo libre se diseña como hospitalidad

encarnada, donde la experiencia estética, el juego cooperativo y la expresión del movimiento cultivan la empatía y el reconocimiento mutuo.

El presente marco conceptual asume que la educación contemporánea debe formar seres humanos capaces de habitar el mundo con sensibilidad, responsabilidad y presencia.

Desde este horizonte, la corporeidad, la ética del cuidado, el arte y la danza se constituyen en lenguajes pedagógicos para una educación que cultiva tanto el pensamiento como la emoción, la estética y la convivencia.

El cuerpo como territorio de aprendizaje y sentido

El presente proyecto asume la educación corporal, artística y recreativa como un campo formativo que une la sensibilidad con el pensamiento, la ética con la expresión y la creatividad con el cuidado. En este horizonte, el cuerpo se reconoce como territorio de aprendizaje y lenguaje de existencia, lugar donde el ser humano se relaciona, se transforma y crea sentido.

Siguiendo a Maurice Merleau-Ponty (1945), el cuerpo no es un objeto ni un instrumento, sino “nuestra manera de estar en el mundo”; es carne perceptiva que enlaza lo visible y lo invisible, lo sensible y lo inteligible. La educación, desde esta perspectiva, parte del reconocimiento del cuerpo como sujeto de experiencia, de pensamiento y de creación.

Desde la ética de la alteridad, Emmanuel Lévinas (1993) sostiene que el rostro del otro nos llama a la responsabilidad y al cuidado; el cuerpo del otro se convierte así en el primer lugar del vínculo ético. Por ello, las prácticas corporales, artísticas y recreativas no son meros espacios de expresión, sino *escenarios de encuentro ético y de formación de la sensibilidad moral*.

Esta ética se prolonga en la pedagogía del cuidado de Nel Noddings (2003), quien afirma que educar es “cuidar con presencia y atención”, estableciendo relaciones recíprocas que despiertan empatía y confianza. La escuela, entonces, debe convertirse en *una comunidad del cuidado*, donde el cuerpo y la expresión sean vehículos de hospitalidad y respeto.

Desde la filosofía de la educación, Fernando Bárcena (2014) y Joan-Carles Mèlich (2010) conciben la enseñanza como un *acto ético y poético*, donde el maestro acompaña la emergencia del otro. Educar implica ofrecer presencia, escuchar el silencio y hacer lugar al misterio del aprendizaje. Esta visión dialoga con la idea de Jorge Larrosa (2006), quien define la experiencia como aquello que nos “toca, nos pasa y nos transforma”.

En coherencia con estas perspectivas, el Proyecto Educativo de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado propone comprender el cuerpo como *espacio de formación sensible*, donde arte, movimiento, juego y convivencia se entrelazan para humanizar la escuela y resignificar el tiempo libre.

El arte y las prácticas corporales como experiencia educativa

El arte constituye una forma de conocimiento sensible y reflexivo, un medio privilegiado para explorar la interioridad y el vínculo con los otros. A través del teatro, la danza, la música y las artes plásticas, los estudiantes aprenden *a habitar el mundo desde la creación y el afecto*.

Elliot Eisner (2002) sostiene que las artes permiten desarrollar modos de pensamiento que trascienden la lógica lineal, abriendo la posibilidad de imaginar, simbolizar y comunicar de forma no verbal. La experiencia estética es, por tanto, un modo de aprender desde la sensibilidad, la intuición y la imaginación.

Cynthia Farina (2005) complementa esta visión al considerar el arte como un *espacio de afección política y formativa*, donde el cuerpo y la emoción se transforman en pensamiento y acción ética. El arte educa porque conmueve, y en esa conmoción se produce aprendizaje.

La danza: lenguaje del cuerpo y del cuidado

La danza es uno de los lenguajes más antiguos del ser humano, expresión simbólica que une emoción, cultura y memoria. Según García Ruso (1997), el movimiento corporal refleja modos de vida y configura identidades colectivas.

Para Pereira (1996), quien danza “expresa una significación existencial, una toma de posición en el mundo”; el cuerpo que baila comunica sentido y crea mundos posibles.

Esta comprensión dialoga con el pensamiento de Rudolf Laban, quien concibió el movimiento como un sistema expresivo que une ritmo, espacio y energía, y con Émile Jaques-Dalcroze, quien propuso la eurytmia como método pedagógico que integra música, movimiento y sensibilidad. Ambos aportan bases fundamentales para una educación corporal creativa y consciente, donde el ritmo y la percepción corporal son caminos hacia el conocimiento.

El aporte de Rodolfo Dinzel (2011), desde el tango-danza, introduce la idea del abrazo como metáfora pedagógica: el encuentro de dos corporalidades que dialogan, negocia y confían. En el abrazo del tango, la escuela encuentra una imagen potente del vínculo educativo: proximidad sin invasión, escucha mutua y equilibrio entre autonomía y cooperación.

De esta forma, la danza en el proyecto se convierte en un *lenguaje del cuidado*, donde el movimiento se transforma en comunicación, convivencia y reflexión estética.

Danza y expresión corporal

La danza y el baile son construcciones culturales que reflejan modos de vida y lenguajes sociales particulares, y que contribuyen a la conformación de nuestra identidad como sujetos y colectividad, dado que subyace en ellas manifestaciones psicológicas y sociales que posibilitan el reconocimiento propio y del otro. De ahí que sea necesario indagar en una comprensión de la danza y el baile como expresiones artísticas y culturales que han estado ligadas a la historia de la humanidad y representan formas de significación existencial del mundo y de lo humano, configurando distintos modos de concebir el cuerpo y el espacio, de acuerdo con el momento histórico y el contexto cultural del cual surgen. De este modo, La danza puede incluir un vocabulario preestablecido de movimientos, o utilizar gestos simbólicos o determinadas acciones comunes o mímicas. Cada danza refleja conocimientos, costumbres y nuevas formas de vida. A lo largo de la historia la danza se transforma según cambian los aspectos de la

vida social, y de acuerdo con la concepción del cuerpo y el manejo del espacio, para dar lugar a distintos tipos de danza. Todo lo cual permite establecer la siguiente clasificación, muy similar entre los diferentes autores (García Ruso, 1997, P. 20):

Es necesario diferenciar la Danza como expresión artística y el baile como elemento sociocultural de gran relevancia, que contribuyen a la significación del ser y del estar en el mundo, gracias al universo de posibilidades de expresión corporal, social y estética que aporta al desarrollo integral del sujeto y la sociedad. En palabras de Pereira (1996): “Quien danza expresa una significación existencial, la toma de posición del sujeto en el mundo, en la vida mental y cultural, realiza modulaciones de la existencia. A través del cuerpo, el bailarín tiene la potencia abierta e indefinida de significar- de captar y comunicar sentido- por esto trasciende hacia un comportamiento nuevo, hacia otros; su acto es creativo, de expresión y apertura, es un proyectarse más allá de sí mismo, es trascender.” De acuerdo con lo expuesto, a continuación, definiremos cada uno de estas formas o tipos en que se manifiesta la danza:

Danzas folclóricas

Movimiento corporal humano generado en la emoción, derivado de un modelo perteneciente a una matriz cultural. Medio de comunicación humana, basado en signos y símbolos, producidos por el cuerpo humano en movimiento en el contexto de un espacio semántico (cargado de significados) y de una tradición cultural (Grebe ;1982). El tipo de danzas folclóricas abarca aquellos bailes o formas coreográficas típicas y tradicionales de una comunidad o cultura. Suelen ser imitativas de formas de movimiento que representan la tradición. Pueden ser interpretadas por cualquier persona, ya que no es exclusividad de bailarines profesionales. Aunque, existen grupos profesionales o de proyección que trabajan escénicamente la danza folclórica.

Danza moderna

Surge hacia finales del siglo XIX y comienzos del siglo XX, por las búsquedas de algunos bailarines e investigadores del movimiento como Isidora Duncan, que rechazan la rigidez propia del Ballet. Es una danza netamente interpretativa, que se basa en la

exteriorización de ideas, emociones y sentimientos a través de las figuras que se representan y la sincronización con la música. No se intenta seguir una coreografía predefinida con una historia clásica. Esta forma de danza es considerada como el germen de la danza postmoderna y contemporánea de la segunda mitad del siglo XX.

Danzas populares y de salón

El apelativo de popular se le asigna hoy a un tipo de danzas de ocio asociadas a las corrientes estilísticas y las modas, con un carácter más libre y espontáneo. Mientras que la danza del salón define unos estilos bailes con pasos y figuras codificadas para pareja. En su origen eran meramente lúdicos y populares y su repercusión social fue de tal magnitud que dio lugar a la creación de salas especiales dotadas de una orquesta para su práctica. Se ubican en este tipo de danzas: el vals, el tango, la salsa, el merengue.

Danza urbana

Con la aparición y el desarrollo de la ciudad como organización social y política marca también el desarrollo de la danza. Este tipo de danzas llamadas danzas populares urbanas han nacido en el núcleo de las grandes ciudades, a partir de los impulsos colectivos de sectores sociales oriundos de la “urbe o aclimatados”, a los sistemas de vida urbanos. Son bailes originados de ritmos propios de las grandes urbes como el Rock, el Pop, el Hip-Hop, el Break, y que por lo general cuenta con enorme aceptación y son practicadas en todo el mundo por los jóvenes y adolescentes.

El teatro: juego, comunicación y autoconocimiento

El teatro escolar se asume como una *pedagogía del encuentro y la expresión*. Lejos de ser solo un ejercicio escénico, constituye una práctica de comunicación que favorece la desinhibición, la imaginación y el autoconocimiento. Como lo plantea Selden (citado en el documento base), “el cuerpo es más que una herramienta; es la proyección del actor hacia su propia expresividad en acción”. El teatro, al permitir representar la vida del otro, genera procesos de empatía, reflexión y crítica social.

El juego teatral, según lo descrito en el documento, promueve la confianza, la intuición y el respeto mutuo, transformando las historias personales en una búsqueda colectiva.

Desde esta perspectiva, el teatro en la escuela no forma actores, sino *sujetos reflexivos que piensan, sienten y actúan en comunidad*.

El teatro es un vehículo de comunicación que permite además de la desinhibición, expresar fantasías inconscientes reprimidas, explorar el imaginario y rescatarlo, encontrando recursos valiosos en la expresión y la comunicación. El juego teatral en el proceso de aprendizaje no es solo formar actores, ni tiene como fin la terapia grupal porque no está enseñado por terapeutas o psicólogos.

El teatro es la experiencia de conocerse a sí mismo y a un grupo, todo esto a través de la actividad lúdica que se va desarrollando en las personas que son parte de un grupo que trabaja jugando, es por ello que muchas veces la persona se logra cuestionar o plantearse determinadas situaciones gracias a la reflexión a que lo lleva representar la vida de otras personas en un contexto de ficción.

Muchas veces el juego teatral se gesta cuando los integrantes traen sus historias personales a un taller determinado, y luego empiezan a indagar en esos temas, que también pueden ser extrafamiliares, entonces se convierte en una búsqueda social, y hasta a veces política. El juego teatral se puede aprender con un punto de partida como es el texto teatral, o las propias vivencias de los integrantes de un taller, eso es según las experiencias y los abordajes que quiera realizar un grupo.

A veces el teatro puede valorizar personas que tienen una autoestima bajo justamente a través del juego, ya que eso imposibilita la comunicación y que la persona se exprese, es ahí en donde el teatro se convierte en un recurso importantísimo para que esa persona se sienta más integrada y protegida. Hay que aclarar que el juego teatral se lleva a cabo con todo el cuerpo y la voz que es la parte visible de este como diría Samuel Selden, de hecho el cuerpo es más que una herramienta, es la proyección de un actor hacia su propia expresividad en acción, es de vital importancia que se entienda que no hay juego teatral sin un equipo de trabajo que en conjunto dinamice las pautas de un coordinador, es también promover la confianza y el respeto, el buscar la intuición y no la mera memoria mal utilizada muchas veces.

Buscar el temor para traer nuevas seguridades en las personas, bucear en la gran actividad sensorial del ser humano es un objetivo claro que se propone el juego teatral, pero hay que tener en claro que si no hay diversión, placer y disfrute en las personas del grupo, es difícil que haya juego teatral alguno, entonces se trata de que el juego y el aprendizaje se vuelvan homogéneos y dejen de estar divididos, es por ello que al fin y al cabo se trata de una intensa liberación por quienes accionen el juego teatral, con todo ello hay una masa simbólica muy latente, en donde la familia y la sociedad no escapan de este maravilloso y crítico juego que es el teatro.

Las artes plásticas: sensibilidad y pensamiento visual

Las artes plásticas promueven el desarrollo de la *imaginación, la percepción y la creatividad*, posibilitando la expresión de emociones, ideas y experiencias. El trabajo plástico, más allá del producto final, favorece el disfrute del proceso, estimula la motricidad fina, la memoria y la sensibilidad perceptiva. Como se afirma en el documento base, “las artes plásticas contribuyen al desarrollo intelectual, social y espiritual”, y permiten comprender la realidad desde una perspectiva simbólica y estética.

Siguiendo a Eisner (2002), el arte forma porque enseña a ver de otro modo, a percibir la complejidad y a valorar la diversidad. En la escuela, esta práctica se convierte en un ejercicio de pensamiento visual que integra mente, emoción y acción creadora.

Las artes plásticas tienen como propósito fundamental generar procesos de desarrollo de pensamiento visual, nocional, conceptual, analógico, categorial, técnico, creativo y social y por lo tanto generan unas competencias como: cognitiva, perceptiva, expresiva, estética, creativa, técnica, ideológica, todo esto se dinamiza por medio de habilidades viso – motrices contenidas en el diseño de actividades adecuadas y variadas como: colorear, rasgar, trazar, pintar, construir, idear, sonar, dibujar, bailar, actuar, cantar, recortar, armar, pegar, etc. Estos contenidos permiten generar aprendizaje significativo en los estudiantes.

Las artes plásticas les brinda la posibilidad de expresar sus emociones y sentimientos permitiéndoles crecer integralmente.

La actividad plástica permite la transformación de las cosas, la grata sensación de lo logrado con sus propias manos. Más allá del producto terminado, lo importante es ayudarlos a disfrutar del proceso de realización.

Para el proyecto tiempo libre es indispensable que las artes plásticas contribuyan con el desarrollo de la sensibilización de los sentidos, de la visión, del tacto y del oído, para el control de la sensorialidad del cuerpo y de la mente. La memoria y la imaginación del estudiante son estimuladas para archivar lo visto, lo oído, lo palpado por medio de imágenes reales o poéticas que ayuden a descifrar y a interpretar el mundo real, que se ve en blanco y negro cuando falta este enriquecimiento de la sensibilidad que dan las artes.

Se reconoce entonces que las artes plásticas son un eje transversal que gira junto con las demás áreas contribuyendo al desarrollo intelectual, social, técnico y espiritual haciendo parte de las áreas del conocimiento que estudia precisamente la sensibilidad mediante la experiencia de interacción transformadora y comprensiva del mundo, en la cual se contempla y se valora la calidad de vida, cuya razón de ser es eminentemente social y cultural que posibilita el juego en el cual la persona transforma expresivamente, de maneras impredecibles, las relaciones que tiene con los otros y las representa significando la experiencia misma.

La música: ritmo, escucha y emoción

La música es un lenguaje universal que desarrolla la atención, la concentración y la sensibilidad. Su enseñanza, como señala Jaques-Dalcroze, fortalece la conciencia corporal y rítmica, integrando lo auditivo con lo motor. Además, numerosos estudios educativos (Eisner, 2002) han demostrado que la música estimula la memoria, la empatía y la imaginación, fortaleciendo las competencias comunicativas y socioemocionales.

En este proyecto, la música se comprende como *medio de encuentro y experiencia colectiva*, donde se armonizan los sonidos del cuerpo, la voz y la comunidad. La práctica musical y corporal se orienta hacia la formación integral, el disfrute estético y la construcción de convivencia.

Con el fin de respetar el derecho de los alumnos a una educación integral, la Música debe ocupar un papel importante en la educación, dado que desarrolla unas capacidades altamente globalizadoras, tanto en el proceso cognitivo, como en la dimensión comunicativa y humana.

Desde el punto de vista pedagógico, contribuye al desarrollo de capacidades del alumnado. Numerosos estudios llevados a cabo, demuestran que la Música desarrolla la atención, la concentración, la memoria, la tolerancia, el autocontrol, la sensibilidad; que favorece el aprendizaje de las lenguas, de las matemáticas, de la historia, de los valores estéticos y sociales; que contribuye al desarrollo intelectual, afectivo, interpersonal, psicomotor, físico y neurológico.

La clase de Música es un lugar inigualable para fomentar su creatividad y, al mismo tiempo, educar a niños y jóvenes como consumidores, haciendo que sean oyentes críticos, partiendo desde el respeto, pasando por el diálogo y llegando a la libertad. Los profesores de Música tenemos en nuestras manos la posibilidad de abrir a nuestros alumnos las puertas de la diversidad y la multiculturalidad.

Si, además, conseguimos recuperar algo de la tradición de la práctica musical que los medios han ido socavando, si les devolvemos su papel de “actores musicales”, capaces de expresarse mediante la música, el éxito será doble.

La música, esa mezcla de sonidos y silencios que se fusionan armónicamente para formar distintas melodías, es sin dudas, para muchos, significado de alegría y felicidad. Y vamos por más; no solo es placentera, sino que también contribuye a desarrollar y potenciar muchos aspectos del ser humano.

Está demostrado los resultados benéficos que otorga la música; desde mejoras en la concentración, en las formas de expresión, hasta aumentar el nivel memorial y de sensibilidad. Por ello, el inculcar a las personas, desde los primeros años, la música, contribuye directamente a una mejor educación

Actualmente, desde los establecimientos educativos, muy pocos, o ya casi ninguno, son los que ponen en tela de juicio la importancia de la enseñanza de música. Los estudios

sobre el tema revelan la necesidad de contar con ella en el currículo para una adecuada formación. Desde los primeros años es que se debe enseñar y transmitir música.

Desde el hogar también es preciso que se transmita este mensaje a los niños, y se los motive a cantar o escuchar música. Hay algunos padres que todavía consideran que esta materia no es importante en la educación. Ello no es así, pero sin perjuicio de estas creencias, es menester que no le transmita ese pensar a los niños.

La recreación y el deporte como pedagogía del bienestar

La recreación es concebida como un espacio de *libertad, goce y aprendizaje social*. Tal como se expresa en el documento, “la recreación es una variedad infinita de acciones en las que los seres humanos participan cuando se sienten y están libres de cualquier apremio”.

Desde el enfoque del proyecto, se promueve una recreación *formativa, participativa y solidaria*, que cultiva hábitos saludables, cooperación y alegría compartida.

El deporte, por su parte, se asume como una práctica educativa que fortalece la disciplina, la resiliencia, el respeto y la cooperación. En el ámbito escolar, más que la competencia, interesa el valor formativo del juego limpio, la cooperación y la inclusión. El deporte, como señala el documento, “transmite valores de respeto, responsabilidad y compromiso”, y permite construir identidad cultural y sentido de pertenencia.

Ambas dimensiones (recreación y deporte) son, en este proyecto, *vehículos de salud física, emocional y ética*, donde la alegría se convierte en pedagogía y el movimiento en camino de transformación.

La Recreación es el desenvolvimiento placentero y espontáneo del hombre en el tiempo libre, para satisfacer las ansias psico-espirituales de descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización. La recreación para que sea tal, debe orientarse en el aprovechamiento del tiempo libre.

"La recreación es una variedad infinita de acciones en las que participan los seres humanos cuando se sienten y están libres de cualquier apremio.

Se efectúa habitualmente en el tiempo libre y propicia, a través de hábitos sanos, una actitud solidaria y la realización de los valores del individuo sin afán de cualquier recompensa, lo que permite su creatividad, la superación de su personalidad y la plena integración del ser en el qué hacer; con su consiguiente satisfacción".

El que una actividad en particular sea o no creativa, depende de la actitud del individuo. Un amplio margen de actividades de tiempo libre posibles, contribuyen a la naturaleza y calidad del buen uso de ese tiempo; ese margen satisfará las necesidades e inclinaciones de cada persona y, debido a las diferencias individuales, no podemos establecer cuál es la mejor actividad.

El ser humano feliz es aquel que une las satisfacciones diarias de su trabajo con, las formas gustosas del desarrollo individual, compartido o colectivo, que le permitan disfrutar con plenitud de su convivencia en la comunidad,

La recreación debidamente practicada, sistematizada y regulada, construye una salud y alegría para un mundo mejor.

El deporte es una actividad física reglamentada, normalmente de carácter competitivo, que, en algunos casos, mejora la condición física y psíquica de quien lo practica y tiene propiedades que lo diferencian del simple juego.

El deporte tiene una gran influencia en la sociedad; destaca de manera notable su importancia en la cultura y en la construcción de la identidad nacional. En el ámbito práctico, el deporte tiene efectos tangibles y predominantemente positivos en las esferas de la educación, la economía y la salud pública.

En el terreno educativo, el deporte juega un papel de transmisión de valores a niños, adolescentes e incluso adultos. En conjunción con la actividad física se inculcan valores de respeto, responsabilidad, compromiso y dedicación, entre otros, sirviendo a un proceso de socialización y de involucración con las mejoras de las estructuras y actitudes sociales. El deporte contribuye a establecer relaciones sociales entre diferentes personas y diferentes culturas y así contribuye a inculcar la noción de respeto hacia los otros, enseñando cómo competir constructivamente, sin hacer del antagonismo un fin en sí.

Otro valor social importante en el deporte es el aprendizaje de cómo ganar y cómo saber reconocer la derrota sin sacrificar las metas y objetivos.

Hacia una pedagogía del cuerpo sensible y del tiempo libre

La integración de estos lenguajes (teatro, danza, música, artes plásticas, recreación y deporte) configura una pedagogía del cuerpo sensible: una educación que forma desde la experiencia, la emoción y el encuentro. El tiempo libre deja de ser un espacio vacío y se transforma en tiempo formativo, donde el estudiante puede explorar su interioridad, convivir, crear y cuidar.

En esta perspectiva, la educación física, el arte y la recreación no son áreas accesorias, sino *espacios de humanización y de construcción de sentido*, coherentes con los objetivos del desarrollo humano integral y los principios de la sostenibilidad educativa contemporánea.

4.1.1 La Prevención en la Ley General de Educación

De acuerdo con el artículo 14 de la Ley 115 de 1994, es obligatorio en todos los establecimientos educativos el "aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo". Este mandato establece una estrategia fundamental de prevención, ya que al ocupar el tiempo libre de los estudiantes con actividades culturales, artísticas, recreativas y deportivas, se promueve un desarrollo integral y saludable, se fortalecen valores de convivencia y se previenen activamente problemáticas sociales relevantes asociadas al ocio inactivo, fomentando así estilos de vida sanos y la construcción de una sociedad más equilibrada.

4.2 Marco normativo

El proyecto se fundamenta en el marco legal colombiano que regula el derecho a la educación, el deporte, la recreación y el tiempo libre como componentes esenciales del desarrollo humano.

Estos instrumentos jurídicos legitiman y orientan la implementación del Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado en la Institución Educativa Dinamarca.

Ley 115 de 1994 - Ley General de Educación

Esta ley establece la educación integral como fin esencial del sistema educativo colombiano, reconociendo las dimensiones cognitiva, corporal, artística, ética y social del ser humano. En su Artículo 5, se enfatiza que la educación debe propiciar el desarrollo armónico del cuerpo y del espíritu, y en el Artículo 14, se incluyen como áreas obligatorias la educación física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. El proyecto se inscribe plenamente en estos principios, al proponer una educación del cuerpo y desde el cuerpo como parte del desarrollo integral.

Ley 181 de 1995 - Ley del Deporte

Esta ley constituye la base del Sistema Nacional del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado, estableciendo la articulación entre las instituciones públicas y privadas que fomentan la práctica deportiva, artística y recreativa en el país.

Capítulo I. Definición e integración del sistema

Artículo 5. Definición. “El Sistema Nacional del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado es el conjunto de organismos de naturaleza pública o privada, integrados entre sí, que permiten el acceso incluyente de la comunidad a la práctica del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre.”

Parágrafo: “El Ministerio del Deporte como ente rector podrá reglamentar la inclusión de nuevas organizaciones y sociedades de naturaleza privada que desarrollen actividades específicas para el fomento, la divulgación, la formación, la masificación, la comercialización, el desarrollo y la promoción del deporte, la recreación, la actividad física y aprovechamiento del tiempo libre.”

Artículo 6. Integración.

“El Ministerio del Deporte como organismo principal de la administración pública, del nivel central, rector del sector, tendrá a su cargo la planeación, organización, dirección y control del Sistema Nacional del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado.”

El proyecto institucional asume esta legislación como marco estructurante, orientando sus estrategias hacia la promoción de una educación física participativa, equitativa e incluyente, que favorece la práctica libre y formativa del deporte y la recreación como medios de desarrollo personal, social y comunitario.

Ley 1098 de 2006 — Código de Infancia y Adolescencia

Reconoce el derecho de los niños, niñas y adolescentes al juego, al descanso, a la recreación, al deporte y a las actividades culturales como condiciones necesarias para su desarrollo integral (Art. 41).

El proyecto responde a este mandato garantizando el acceso equitativo a actividades lúdicas, recreativas y artísticas, que fortalecen la autonomía, la creatividad y el bienestar emocional.

Ley 1622 de 2013 — Estatuto de Ciudadanía Juvenil

Promueve la participación activa de los jóvenes en la vida social, cultural y educativa del país, incentivando su liderazgo y protagonismo en proyectos de impacto social y comunitario.

El proyecto se articula con este estatuto al favorecer espacios donde los estudiantes son actores protagónicos, capaces de crear, investigar y transformar su entorno desde el arte, el movimiento y el cuidado.

Ley 2023 de 2020 — Creación del Ministerio del Deporte

Esta ley actualiza la estructura institucional del Estado en materia de deporte y recreación, consolidando al Ministerio del Deporte como organismo rector del sistema. El proyecto responde a esta política pública promoviendo alianzas interinstitucionales y

comunitarias que fortalezcan la práctica deportiva, artística y recreativa como derecho ciudadano y estrategia de salud pública y cohesión social.

El literal B, del artículo 1, de la Ley 1029 de 2006, hace referencia a este proyecto e indica que el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo. Este proyecto se apoya además en un área del currículo (parágrafo 1) y, de acuerdo con el parágrafo 2 de la ley en mención, los programas de este artículo serán presentados por los establecimientos estatales a la secretaría de educación certificada, para que lo financie con cargo a la participación de ingresos corrientes de la Nación destinados por la ley para efectuar la inversión correspondiente.

Según el artículo 2 de la Ley 934 de 2004, “todo establecimiento educativo del país deberá proyectar en su PEI, además del plan integral del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, las acciones o proyectos pedagógicos complementarios de área.

Dichos proyectos se desarrollarán en todos los niveles educativos con que cuenta la institución y propenderá a la integración de la comunidad educativa”.

La Ley 181 de 1995 dicta las disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física, para lo cual crea el Sistema Nacional del Deporte. En su artículo 5, define los términos recreación, aprovechamiento del tiempo libre y educación extraescolar así:

La recreación: es un proceso de acción participativa y dinámica que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

El aprovechamiento del tiempo libre: 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 socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación Sico biológica.

La educación extraescolar: es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación. Esta educación complementa a brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.

Así mismo, su artículo 11 indica que corresponde al Ministerio de Educación Nacional la responsabilidad de dirigir, orientar, capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de Educación Física de los niveles de Preescolar, Básica Primaria, Educación Secundaria e instituciones escolares especializadas para personas con discapacidades físicas, psíquicas y sensoriales, y determinar las estrategias de capacitación y perfeccionamiento profesional del recurso humano.

Articulación institucional: dentro de este proyecto, se propone a las instituciones educativas articular algunas actividades complementarias que se llevan a cabo en articulación con el INDER. Así mismo, el proyecto puede ser orientado desde el área de educación física, a través de la programación de las jornadas deportivas intercalases, así como de la participación institucional en los programas que el gobierno vigente tenga propuestos.

Otros referentes normativos

Decreto 1860 de 1994, que reglamenta la Ley General de Educación, establece la obligatoriedad de los proyectos pedagógicos transversales.

Constitución Política de Colombia (1991), artículos 44, 52 y 67, que consagran el derecho a la educación, la cultura, el deporte y el tiempo libre como bienes públicos.

Lineamientos de la Secretaría de Educación de Medellín (2022–2024): *“Educación Física, Recreación y Deporte para la Vida”* y *“Medellín Futuro”*, que promueven el bienestar, la inclusión y la sostenibilidad.

5 Metodología, Recursos y Transversalización

Consideraciones metodológicas

La metodología del Proyecto Educativo Escolar de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado se sostiene en un enfoque pedagógico experiencial, situado y participativo, que concibe el aprendizaje como una práctica viva, encarnada en los cuerpos, los vínculos y las experiencias cotidianas de los estudiantes.

Esta propuesta metodológica parte del reconocimiento de que el tiempo libre es un *espacio pedagógico legítimo*, donde el ser humano puede pensarse, expresarse y transformarse. Por ello, el proyecto no busca solo ocupar el tiempo, sino *formarlo*, dotarlo de sentido y de posibilidad.

Desde este horizonte, el proceso metodológico articula tres fundamentos:

- a. **La investigación situada,**
- b. **La investigación–acción participativa (IAP), y**
- c. **La pedagogía del cuidado,**

Estos fundamentos, se entrelazan en un movimiento continuo entre la experiencia, la reflexión y la acción transformadora.

a. Investigación situada: aprender desde lo vivido

La investigación situada se concibe como un modo de comprender y actuar desde los contextos reales de los estudiantes. No busca aplicar modelos externos, sino construir conocimiento desde las experiencias, saberes y corporalidades que habitan la escuela y su territorio.

Inspirada en la pedagogía crítica latinoamericana (Freire, 1993) y en la fenomenología del cuerpo (Merleau-Ponty, 1945), esta investigación se ancla en las realidades locales de los jóvenes, reconociendo su entorno social, emocional y cultural como fuente de sentido pedagógico.

En la Institución Educativa Dinamarca, la investigación situada se concreta en el proyecto “Los ArteSanos del Cuerpo”, donde los estudiantes, guiados por los docentes, desarrollan procesos de indagación sobre temas que emergen de su cotidianidad: convivencia, identidad, arte, territorio, cuerpo, medio ambiente.

Estos procesos se despliegan mediante técnicas participativas y sensibles —como corpografías, narrativas del cuerpo, dramatizaciones, fotografía, música o danza— que permiten *interpretar la realidad desde la experiencia sensible y colectiva*. De este modo, la escuela se convierte en *laboratorio de investigación pedagógica*, donde el conocimiento nace de la vida misma y retorna a ella transformado en reflexión, creación y cuidado.

b. Investigación–acción participativa (IAP): conocer transformando

El enfoque de investigación–acción participativa (IAP) (propuesto por Kurt Lewin (1946) y resignificado en América Latina por Fals Borda (1987)) sustenta el carácter transformativo de este proyecto.

Su principio central es que *quien aprende, investiga; y quien investiga, transforma*.

En el contexto escolar, la IAP promueve la participación activa de los estudiantes, docentes y comunidad en todas las etapas del proceso: diagnóstico, planeación, ejecución, reflexión y evaluación. Cada grupo de trabajo de *Los ArteSanos del Cuerpo* se organiza como *colectivo investigador*, que identifica una problemática o pregunta de interés (por ejemplo, las formas de convivencia, las prácticas de cuidado o los lenguajes del cuerpo en la escuela) y desarrolla un proceso creativo y reflexivo para comprenderla y proponer alternativas.

La IAP reconoce el *saber experiencial* como fuente legítima de conocimiento. En lugar de separar teoría y práctica, las integra en un movimiento de ida y vuelta: *se investiga actuando y se actúa investigando*. Este enfoque posibilita que los estudiantes se reconozcan como autores de su aprendizaje, capaces de nombrar, analizar y transformar su realidad.

En coherencia con el enfoque *fenomenológico y hermenéutico* que orienta la línea institucional, la investigación-acción en el proyecto de tiempo libre se desarrolla *desde lo corporal y lo relacional*, privilegiando el diálogo, la observación participante, la creación artística y la reflexión colectiva.

c. Pedagogía del cuidado: fundamento ético y existencial del proyecto

La pedagogía del cuidado constituye el principio ético que da sentido a todo el proceso. Siguiendo a Nel Noddings (2003), educar es un acto de cuidado relacional que implica reconocer al otro en su vulnerabilidad y su singularidad. Desde esta perspectiva, el cuidado no es una práctica aislada, sino una *forma de habitar el vínculo educativo*.

Fernando Bárcena (2014) y Joan-Carles Mèlich (2010) profundizan esta idea al señalar que el cuidado pedagógico no se enseña, se encarna; es una manera de estar con el otro, de ofrecer presencia, de acoger su palabra y su silencio. En el contexto del tiempo libre, esta pedagogía se expresa en tres dimensiones complementarias:

1. **Cuidado de sí mismo:** prácticas que fortalecen la autoconciencia corporal, la salud física y emocional, la autoestima y la autorregulación.
 - a. Actividades: relajación, danza, autoexpresión, reflexión corporal, juego consciente.
2. **Cuidado de los otros:** acciones orientadas al reconocimiento y la empatía, al diálogo y la convivencia.
 - a. Actividades: trabajo en grupo, teatro, dinámicas de cooperación, juegos solidarios, mediación de conflictos.
3. **Cuidado de lo otro (medio natural y entorno):** prácticas que fortalecen la relación con la naturaleza y la responsabilidad ambiental.
 - a) Actividades: proyectos de arte con materiales reciclados, jornadas ecológicas, creación de murales ambientales, caminatas pedagógicas.

La pedagogía del cuidado atraviesa todo el proyecto, recordando que la educación física, desde el enfoque de la educación corporal y artística no solo enseña a mover el cuerpo, sino a vivir en relación, con respeto y ternura hacia la vida.

Metodología general y fases del proceso

El desarrollo metodológico se estructura en cuatro fases de investigación y acción formativa, integradas en el calendario institucional.

Fase	Propósito general	Acciones pedagógicas	Productos esperados
1. Sensibilización y apertura (febrero – abril)	Despertar la conciencia corporal y vincular la comunidad educativa al proyecto.	-Reunión equipo docente – Planeación y organización. -Presentación institucional del proyecto. -Jornadas de sensibilización sobre el cuidado. - Juegos de integración y dramatizaciones. - Inauguración de los Juegos Inter clases (Juegos de Paz y Convivencia).	- Vinculación activa y comprensión del sentido del proyecto. - Conformación de grupos investigativos por sede.
2. Indagación y exploración (abril – junio)	Desarrollar procesos de investigación situada en torno a temas de interés de los estudiantes.	- Observación participante y entrevistas. - Corpografías y narrativas del cuerpo. - Diarios de campo, fotografía, arte y danza como medios de indagación.	- Preguntas de investigación, bitácoras, registros reflexivos.
3. Creación y acción	Traducir los hallazgos en propuestas	- Ensayos, performances, murales, coreografías.	- Productos creativos e

(julio septiembre)	artísticas, deportivas y recreativas.	- Feria de la Antioqueñidad. (festival de Danza Folclórica) - Presentaciones públicas y encuentros intergrupales.	intervenciones escolares.
4. Sistematización y evaluación (octubre - diciembre)	Reflexionar sobre los aprendizajes y proyectar la sostenibilidad del proceso.	- Socialización final: Día Deportivo y Cultural / Semana de la Convivencia. - Sistematización de experiencias y evaluación participativa. - Integración de resultados en el PEI.	- Informe de cierre, memoria institucional y plan de continuidad.

Plan de Acción y cronograma de actividades

LUGAR Y FECHA	ACTIVIDAD	RECURSOS	RESPONSABLES	REGISTROS
Primer periodo (febrero – abril)	-Reunión del Proyecto Tiempo Libre. -Presentación institucional del proyecto. -Actividades de sensibilización sobre el cuidado de sí y de los otros. -Inauguración de los Juegos Inter clases. -Juegos de Paz y Convivencia. -Integración de grupos de trabajo investigativo “Los ArteSanos del Cuerpo” en ambas sedes (Dinamarca y RUE).	Balones para los distintos deportes (voleibol, fútbol. Baloncesto), aulas para proyección de películas, coliseo y cancha de microfútbol, papel globo, colón, tijeras, bombos, pelotas de pimpón etc.	Docentes de Educación Física, Artística y Ética. Estudiantes de grados 6.º a 11.º. Docentes orientadores.	Guías y fotografías

Segundo periodo (mayo – julio)	-Reunión del Proyecto Tiempo Libre. -Procesos investigativos situados: identificación de temas de interés y desarrollo de proyectos por grupo. -Prácticas de danza, teatro, música y Artes plásticas orientadas al cuidado y la expresión. -Feria de la Antioqueñidad (muestras artísticas y culturales).	Aula de clase, patio-salón, grabadora o equipo de sonido, vestuario para diversos bailes, material audiovisual: TV, computadores, video-bean, instrumentos musicales: guitarras eléctricas, bajos eléctricos, batería, órganos, amplificadores, micrófonos, tambores, maracas, llamadores, gaitas.	Docentes del área de Educación Física Estudiantes investigadores, docentes guías, familias.	Guías y fotografías
Tercer periodo (agosto – octubre)	-Sistematización de los procesos investigativos. -Creación de productos artísticos (obras, coreografías, murales, performances). -Día Deportivo y Cultural -Semana de la Convivencia. -Evaluación formativa de aprendizajes y prácticas de cuidado.	Balones para los distintos deportes (voleibol, fútbol. Baloncesto), aulas para proyección de películas, coliseo y cancha de microfútbol, papel globo, colón, tijeras, bombos, pelotas de pimpón etc.	Docentes líderes del proyecto, áreas afines, Consejo de Estudiantes.	Guías y fotografías
Noviembre-diciembre	-Cierre reflexivo e institucionalización del proyecto. -Sistematización de experiencias y memoria anual. -Evaluación institucional e integración al PEI 2026.		Comité de proyectos, Rectoría, Coordinaciones, docentes y estudiantes líderes.	

En síntesis, de acuerdo a los ítems anteriores, la transversalización del Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado** expresa la visión de una escuela integral, sensible y comunitaria.

A través del arte, la recreación y el deporte, se generan prácticas pedagógicas que integran lo corporal, lo ético y lo emocional, fomentando la convivencia pacífica, la identidad cultural y el cuidado de la vida.

El proyecto, así entendido, no es un programa adicional, sino un modo de educar desde la experiencia viva, donde cada cuerpo, cada gesto y cada encuentro se convierten en oportunidad formativa y acto de esperanza compartida.

Sentido investigativo y evaluativo

La evaluación se concibe como un proceso formativo de investigación permanente, no como una medición de resultados, sino como reflexión sobre el proceso vivido. Cada fase incorpora instancias de autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación mediante:

- Rúbricas de proceso.
- Bitácoras de investigación.
- Diarios reflexivos y Corpográficos.
- Registros audiovisuales y de creación.
- Conversatorios y exposiciones.

De esta manera, *evaluar es comprender lo vivido y proyectar nuevos caminos de sentido y aprendizaje.*

6 Recursos disponibles

6.1 Recursos pedagógicos y logísticos

Recursos humanos:

- Equipo de docentes de Educación Física, de secundaria y primaria.
- Dialogo interdisciplinar con equipo docente de Artística, Ética y Humanidades.
- Estudiantes participantes de preescolar a 11.º grado (sede central y RUE).
- Apoyo de familias, comunidad local y aliados culturales.

6.2 Recursos materiales y técnicos:

- Espacios institucionales: aulas de clase, coliseo cubierto, canchas, patio-salones. Aspirando a un salón para Danzas, música y teatro.
- Materiales para danza, teatro, música y artes plásticas.
- Equipos audiovisuales y de sonido.
- Recursos tecnológicos (computadores, cámaras, proyectores).

6.3 Recursos financieros:

- Fondos institucionales asignados al proyecto pedagógico.
- Posibles alianzas con programas del INDER, Secretaría de Educación y organizaciones culturales de Medellín.

7 Transversalización

7.1 Áreas afines al proyecto

El Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado se constituye en un eje articulador de la vida escolar y pedagógica de la Institución Educativa Dinamarca, en tanto enlaza las dimensiones corporal, artística, ética y convivencial con la formación humana integral.

Su transversalidad no radica únicamente en la participación de varias áreas, sino en la convergencia de saberes, lenguajes y prácticas, que permiten al estudiante desarrollar una comprensión sensible y ética del mundo.

El proyecto se enlaza directamente con el componente humano y social del currículo, favoreciendo el desarrollo de las metas del aprendizaje y la vida: autoestima, autonomía, creatividad, felicidad, salud, disciplina y convivencia pacífica.

A través de sus diferentes fases y actividades, el proyecto fomenta la educabilidad del cuerpo y la educación de la sensibilidad, fortaleciendo la relación entre la persona y su entorno.

El estudiante es concebido como ser relacional y ecológico, que aprende a interactuar con los otros y con lo otro (la naturaleza, la comunidad, el arte) desde una ética del cuidado y del respeto.

En este sentido, la transversalización del proyecto se expresa en varios niveles:

Dimensión	Articulación pedagógica
Formativa	Promueve la formación integral del ser humano, fin esencial del sistema educativo colombiano, articulando la corporeidad, la emoción, el pensamiento y la acción.
Ética y ciudadana	Desarrolla normas cívicas, convivencia pacífica y cultura del respeto mediante experiencias corporales y artísticas.

Cultural y estética	Valora las expresiones culturales, el arte y la creatividad como vehículos de identidad, arraigo y sentido de comunidad.
Ambiental	Fortalece el vínculo con la naturaleza y promueve prácticas sostenibles como parte del cuidado de lo otro.
Comunitaria	Genera espacios de encuentro, socialización y apoyo a los proyectos de vida de los estudiantes.

El proyecto, en suma, se convierte en una herramienta pedagógica de transformación y convivencia, donde el arte, la recreación, el deporte y la educación física convergen para formar sujetos sensibles, críticos y solidarios, comprometidos con la paz y el bienestar colectivo.

Esta transversalidad se concreta en la articulación con todas las áreas del currículo, en tanto cada una aporta un lenguaje y una mirada para comprender el cuerpo, el movimiento y la vida desde la pluralidad de los saberes. El tiempo libre, de este modo, se transforma en tiempo de aprendizaje, creación y humanidad.

Además, se da la articulación con todas las áreas en la medida que se potencian diferentes formas de expresión e integralidad de saberes.

El proyecto se articula con las siguientes áreas y programas institucionales, aspirando que esta propuesta de transversalización se pueda potenciar para el año 2026:

Área / Programa	Articulación pedagógica
Educación Física, Recreación y Deporte	Promueve la corporeidad, la corporalidad, el movimiento consciente (conciencia corporal), el juego limpio y el bienestar físico y emocional (bienestar integral).

Educación Artística (danza, teatro, música, artes plásticas)	Favorece la expresión estética, la creatividad y la formación sensible.
Ética y Valores / Convivencia Escolar	Integra la pedagogía del cuidado, la resolución pacífica de conflictos y la cultura de la paz.
Ciencias Naturales y Educación Ambiental	Desarrolla las prácticas del cuidado de “lo otro”: medio ambiente, sostenibilidad y respeto por la vida.
Lenguaje y Humanidades	Fomenta la narración, la reflexión y la sistematización de experiencias.
Proyecto “Los ArteSanos del Cuerpo”	Constituye el eje investigativo que sustenta la metodología, promoviendo la indagación situada, la reflexión corporal y la producción de saber pedagógico.

En síntesis, el Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado asume la metodología como un camino ético, estético y político:

- Ético, porque forma en la responsabilidad, el cuidado y el respeto.
- Estético, porque promueve la creatividad y la sensibilidad.
- Político, porque transforma la escuela en un espacio de participación, expresión y convivencia.

La investigación situada ofrece el anclaje contextual; la investigación–acción participativa garantiza la transformación colectiva; y la pedagogía del cuidado da sentido humano a todo el proceso.

Juntas, configuran una educación del cuerpo que piensa, siente y transforma, donde el tiempo libre se convierte en un acto profundo de formación para la vida.

La metodología del proyecto se construye así como una *pedagogía en movimiento*, que entrelaza el arte, el cuerpo, la convivencia y la investigación. Cada periodo académico representa una *etapa de aprendizaje sensible y transformadora*, donde la escuela se convierte en un escenario vivo de formación, creatividad y cuidado. El cronograma de actividades refleja una coherencia procesual: de la sensibilización al compromiso, de la experiencia al conocimiento, y del cuidado individual al cuidado colectivo.

El proyecto, al articular investigación, arte y comunidad, se consolida como una línea educativa sostenible y formativa que hace del tiempo libre una experiencia de educación para la vida.

NOTA: las fechas se definirán de acuerdo a la planeación institucional.

La programación de actividades se aplica en las dos sedes y en todas las jornadas de la Institución Educativa Dinamarca.

A continuación, se integra la consolidación de la transversalización articulada con las otras áreas de saber, que posibilita el desarrollo de una formación integral.

Tabla de Transversalización

Área	Competencia / Saber Clave	Evidencia de Aprendizaje	Estrategia o Actividad
Educación Artística	Expresa emociones, pensamientos y vivencias a través del cuerpo y el arte.	Producción coreográfica, dramatización o mural cooperativo.	Laboratorio de creación “El cuerpo sensible”.

Educación Física	Reconoce el cuerpo como medio de comunicación, disfrute y cuidado.	Registro de participación, autoevaluación corporal.	Juego cooperativo y secuencias rítmicas.
Ética y Valores	Desarrolla empatía, responsabilidad y respeto por la diferencia.	Actas de acuerdos de convivencia y observación participativa.	Círculos de palabra y reflexión corporal.
Lengua Castellana	Comunica experiencias corporales en textos narrativos o poéticos.	Relato o bitácora corporal escrita.	“El cuerpo cuenta”: escritura creativa sobre la experiencia.
Ciencias Naturales	Comprende la relación entre movimiento, salud y bienestar.	Infografía o cartel sobre hábitos saludables.	Taller “Mi cuerpo, mi territorio de cuidado”.
Ciencias Sociales	Analiza el cuerpo en contextos culturales y sociales.	Mapa de prácticas corporales en la comunidad.	Foro “El cuerpo en la cultura del barrio”.

7.2 Estándares asociados a los temas del proyecto

El proyecto se alinea con los Lineamientos Curriculares del MEN (2000; 2018) en Educación Física, Recreación y Deporte, y con los Estándares Básicos de Competencias en Educación Artística y Ética, desde los cuales se evalúan las capacidades expresivas, motrices, comunicativas y convivenciales de los estudiantes.

En coherencia con el enfoque institucional, en Educación Física no se evalúa mediante Derechos Básicos de Aprendizaje (DBA), sino a partir del desarrollo de competencias integrales:

- **Competencia corporal y motriz** (coordinación, ritmo, equilibrio, desplazamiento).
- **Competencia expresiva y estética** (uso creativo del movimiento y el gesto).
- **Competencia convivencial y ética** (respeto, cooperación, juego limpio, cuidado del otro).
- **Competencia reflexiva e investigativa** (comprensión del cuerpo como fuente de conocimiento).

Estas competencias se articulan con las áreas de Arte, Ética, Ciencias Naturales y Educación Ambiental, potenciando una evaluación formativa y transversal, centrada en el proceso más que en el resultado.

7.3 Mega-habilidades que desarrolla

El proyecto promueve el desarrollo de habilidades motrices, artísticas, emocionales y socioafectivas que fortalecen la integralidad del aprendizaje y la construcción del sujeto ético y creativo. Se destacan las siguientes Mega-habilidades:

Campo	Habilidades desarrolladas
Corporal y motriz	Habilidades psicomotrices, coordinación, equilibrio, lateralidad, fuerza, resistencia, ritmo y control corporal.
Artístico-expresivo	Creatividad, expresión corporal, comunicación simbólica, interpretación, improvisación y composición.
Socioemocional	Empatía, autoconocimiento, autorregulación, cooperación, convivencia y resolución pacífica de conflictos.
Ético-reflexivo	Cuidado de sí y de los otros, pensamiento crítico, sensibilidad frente a la vida y responsabilidad colectiva.

Cognitivo-investigativo	Observación, indagación, análisis contextual, sistematización de experiencias y pensamiento reflexivo.
-------------------------	--

Estas habilidades se integran en las actividades de danza, teatro, música, recreación y deporte, generando un aprendizaje que vincula cuerpo, mente y emoción.

7.4 Estrategias y/o actividades

El Proyecto de Tiempo Libre y Formación del Cuidado se articula con la programación institucional anual, fortaleciendo la identidad, la convivencia y la participación estudiantil. Las actividades funcionan como espacios de encuentro, investigación, creación y proyección comunitaria, alineadas con las fases metodológicas del proyecto.

Momento / Periodo	Estrategia o actividad	Propósito pedagógico
Inicio del año (febrero-marzo)	Apoyo a la elección del Personero y Contralor Estudiantil.	Fortalecer la participación democrática y el liderazgo juvenil como práctica de ciudadanía.
Primer periodo (marzo-abril)	Inauguración de los Juegos Interclases – Juegos de Paz y Convivencia.	Promover el respeto, la cooperación y la sana competencia como valores del cuidado mutuo.
Durante todo el año (marzo-noviembre)	Desarrollo de los Juegos Interclases.	Fomentar la actividad física, la recreación y la integración intergrupar.
Segundo periodo (junio-julio)	Feria de la Antioqueñidad.	Reconocer la diversidad cultural, artística y folclórica de la región como expresión de identidad y pertenencia.

Tercer periodo (agosto-septiembre)	Día Deportivo y Cultural / Semana de la Convivencia.	Celebrar los logros del trabajo colaborativo, la convivencia y la creación artística e investigativa.
Cierre del año (noviembre)	Socialización final del proyecto “Los ArteSanos del Cuerpo”.	Sistematizar experiencias, reflexionar sobre aprendizajes y proyectar nuevas líneas de investigación y acción.

Cada una de estas actividades constituye una **estrategia formativa y transversal** que articula los objetivos del proyecto con la misión institucional, fortaleciendo los lazos entre arte, cuerpo, comunidad y sostenibilidad.

Articulación con “Los ArteSanos del Cuerpo”

El proyecto “Los ArteSanos del Cuerpo” es el corazón metodológico del proceso, pues articula el enfoque de investigación–acción participativa con la pedagogía del arte y el cuerpo.

En ambas sedes central y RUE se organizan grupos de trabajo por grados, que desarrollan proyectos investigativos propios, vinculados a las prácticas del cuidado y a los lenguajes artísticos.

Cada grupo asume un tema situado (por ejemplo: el cuerpo y la convivencia, el arte como mediación, el cuidado ambiental o la danza como lenguaje identitario), y mediante el método “ver–sentir–crear–reflexionar”, transforma su vivencia en conocimiento pedagógico.

La experiencia de *Los ArteSanos del Cuerpo* demuestra que el arte puede ser *una forma de investigación social, ética y estética*, donde el cuerpo es a la vez pregunta y respuesta, memoria y creación.

8. Evaluación del proyecto

El proyecto será evaluado continuo y permanentemente a las actividades programadas y ejecutadas durante el año escolar, buscando siempre el mejoramiento de los miembros de la comunidad educativa en especial los estudiantes.

- Evaluación del Proyecto
- Enfoque de evaluación

La evaluación del Proyecto Educativo Escolar de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado se fundamenta en una mirada formativa, participativa y reflexiva, coherente con los principios de la pedagogía del cuidado y la investigación - acción participativa.

Más que medir resultados, la evaluación busca comprender procesos, visibilizar aprendizajes y acompañar las transformaciones de los estudiantes y de la comunidad educativa.

El proyecto asume la evaluación como un acto pedagógico y ético que:

- Reconoce la singularidad de cada participante.
- Promueve la autorreflexión y la autoevaluación.
- Favorece el trabajo colaborativo y la corresponsabilidad.
- Permite ajustar las estrategias según las necesidades reales de los grupos.

Así, evaluar es cuidar el proceso vivido, no calificarlo, sino interpretarlo y resignificarlo para abrir nuevas posibilidades de acción.

Criterios e indicadores de evaluación

La evaluación se desarrolla en tres niveles complementarios:

Nivel de evaluación	Criterios principales	Indicadores de logro
Individual	Participación activa, responsabilidad, creatividad,	- Participa con compromiso en las actividades.

	reflexión sobre el cuerpo y las emociones.	- Expresa ideas, emociones y movimientos con seguridad y respeto. - Demuestra autonomía y autoconocimiento.
Grupal	Colaboración, convivencia, construcción colectiva, resolución pacífica de conflictos.	- Trabaja en equipo con disposición y solidaridad. - Propone acuerdos y respeta diferencias. - Contribuye al bienestar del grupo.
Institucional	Impacto del proyecto, articulación con el PEI y permanencia en el tiempo.	- Aporta al fortalecimiento de la convivencia y cultura escolar. - Integra acciones con otras áreas y programas. - Deja memoria pedagógica documentada.

Instrumentos utilizados:

- Rúbricas de proceso.
- Bitácoras de investigación y diarios reflexivos.
- Registros audiovisuales.
- Conversatorios y círculos de palabra.
- Sistematización de experiencias (narrativas, corpografías, producciones artísticas).

Evaluación institucional

Cada periodo académico contempla una evaluación parcial (auto, co y heteroevaluación), y al finalizar el año se realiza una evaluación institucional del impacto del proyecto, considerando los siguientes aspectos:

1. Participación estudiantil y docente.

2. Nivel de integración curricular con otras áreas.
3. Logros alcanzados en convivencia y bienestar.
4. Producción artística, corporal o investigativa resultante.
5. Sostenibilidad del proyecto para el siguiente año escolar.

Los resultados de esta evaluación retroalimentan el Plan Operativo Institucional (POI) y la planeación del PEI, asegurando su continuidad y mejoramiento.

Conclusiones

El Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre y Formación del Cuidado se consolida como una experiencia pedagógica integral, en la que el arte, el cuerpo y la convivencia se entrelazan en un mismo horizonte formativo. Sus conclusiones pueden sintetizarse en los siguientes ejes:

1. **Formación sensible y ética:** La práctica artística y corporal en el tiempo libre se revela como una vía profunda para cultivar la empatía, la conciencia del cuidado y la capacidad de habitar el mundo con sensibilidad.
2. **Cuerpo como territorio de aprendizaje:** El cuerpo deja de ser un objeto de instrucción para convertirse en un sujeto de saber, un espacio de memoria, identidad y creación. A través del movimiento, la danza, el teatro o el deporte, los estudiantes aprenden a leer y transformar su realidad.
3. **Educación para la convivencia y la paz:** Las actividades del proyecto (Juegos de Paz, Feria de la Antioqueñidad, Semana de la Convivencia) constituyen escenarios de encuentro que fortalecen los lazos sociales y la cultura del respeto.
4. **Investigación situada e innovación pedagógica:** La implementación de la investigación–acción participativa y la pedagogía del cuidado ha permitido transformar la práctica docente en una experiencia investigativa, en la que la escuela se piensa desde su territorio y sus cuerpos vivos.
5. **Proyección sostenible:** El proyecto no se agota en la ejecución anual: se proyecta como una línea institucional de largo plazo, articulada con el PEI, que

impulsa la formación integral, la educación ambiental y la pedagogía sensible del cuerpo.

En síntesis, este proyecto reafirma que educar el tiempo libre es educar para la vida, y que toda escuela que toca el cuerpo desde el arte, el juego y la ternura, toca también la posibilidad de un futuro más humano, justo y sostenible.

Síntesis Final

El proceso de evaluación y cierra el proyecto se realiza reafirmando su carácter formativo y transformador.

Evaluar, concluir y sistematizar son actos de cuidado y memoria: permiten reconocer el valor de lo vivido y abrir caminos hacia nuevas formas de aprender, crear y convivir. La Institución Educativa Dinamarca consolida así una pedagogía del cuerpo sensible, donde cada experiencia en el tiempo libre es una lección de humanidad, un acto de arte y una apuesta por el porvenir.

9 Bibliografía

- Asamblea Nacional Constituyente. (1991). Constitución Política de Colombia. Bogotá: Imprenta Nacional.
- Bárcena, F. (2014). La educación como acontecimiento ético. Paidós.
- Conde , G., Camargo , D., & Galak, E. ((1989–2019)). Educación, prácticas y cuerpo (pp. 55–82). Ediciones USTA.
- Congreso de la República de Colombia. (1994). Ley 115 de 1994. Ley General de Educación. Diario Oficial N.º 41.214.
- Congreso de la República de Colombia. (1995). Ley 181 de 1995. Ley del Deporte. Diario Oficial N.º 41.679.
- Congreso de la República de Colombia. (2004). Ley 934 de 2004. Reconoce la danza como manifestación del patrimonio cultural. Diario Oficial N.º 45.626.
- Congreso de la República de Colombia. (2006). Ley 1029 de 2006. Por medio de la cual se rinde homenaje al tango y se dictan otras disposiciones. Diario Oficial N.º 46.376.
- Congreso de la República de Colombia. (2020). Ley 1620 de 2020. Por la cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar. Diario Oficial N.º 51.242.
- Deleuze, G., & Guattari, F. (1980). Mille plateaux. Les Éditions de Minuit.
- Dinzel, R. (2011). El tango: Una danza, una historia. Corregidor.
- Fals, O. (1987). La investigación-acción participativa: Política y epistemología. Siglo XXI Editores.
- Farina, C. (2005). Pedagogía de las afecciones. Ediciones Novedades Educativas.

- Finol, J. (2015). *Cuerpo, cultura y comunicación: Semiótica de la corporeidad*. Universidad del Zulia.
- García, H. (1997). *La danza: Una experiencia estética y educativa*. Paidotribo. (s.f.).
- Joyal, F. (2009). *El cuerpo en movimiento: Estética y fenomenología de la danza*. Presses de l'Université du Québec.
- Larrosa, J. (2006). *La experiencia y su lenguaje*. En J. Larrosa (Ed.), *Pedagogía profana* (pp. xx–xx). Laertes.
- Larrosa, J., & Bárcena, F. (2001). *La experiencia de la educación*. Paidós.
- Le Breton, D. (2010). *El cuerpo sensible*. Nueva Visión.
- Lévinas, E. (1993). *Totalidad e infinito: Ensayo sobre la exterioridad*. Sígueme.
- Mèlich, J. (2010). *La lección de Auschwitz*. Herder.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Fenomenología de la percepción*. Gallimard.
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia (2018–2023). *Actualización de los lineamientos y políticas de educación física, recreación y deporte*. Bogotá: MEN.
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN). (2000). *Lineamientos curriculares de educación física, recreación y deporte*. Bogotá: MEN.
- Noddings, N. (2003). *Caring: A feminine approach to ethics and moral education*. University of California Press.
- Ocampo, L. (2016). *Expresiones motrices artísticas de la danza y el baile*. En R. Arboleda (Ed.), *Modos de las expresiones motrices: Paisajes y didácticas* (pp. 270–289). Editorial Kinesis.
- Ocampo, L. (2023). *Decolonizar el cuerpo en la escuela: Saberes, experiencias e imágenes de la danza/cuerpo en instituciones educativas de Medellín*.

- Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2015). Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) 2030. Nueva York: ONU.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. Ginebra: OMS.
- Pereira, G. (1996). Danza y existencia: Movimiento y sentido. Fondo de Cultura Económica.
- Santos, B. de S. (2010). Descolonizar el saber, reinventar el poder. Ediciones Trilce.
- Sardi, V., Ocampo, L., & Vega, V. (2020). Aprendizajes corporales en la escuela. *Ciencias Sociales y Educación*, 9(17), 117–144. <https://doi.org/10.22395/csye.v9n17a6>.
- Secretaría de Educación de Medellín. (2022–2024). Educación física, recreación y deporte para la vida. Medellín: Alcaldía de Medellín.
- Van Manen, M. (2016). Phenomenology of practice: Meaning-giving methods in phenomenological research and writing. Routledge.

10 Anexos

Anexo 1. Formato para la evaluación del proyecto

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA DINAMARCA Resolución de Aprobación No. 16362 del 27 de noviembre de 2002 Dirección: Calle 91 N° 65-119 NIT: 811039002-6, DANE: 105001006068 - 105001001686 Página Web: www.dinamarca.edu.co Núcleo 920, Castilla, Medellín		
"UN LUGAR DONDE SE APRENDE Y SE ES FELIZ"			
EVALUACIÓN DE PROYECTOS			
FECHA	DD MM AA	SECCIÓN	
NOMBRE DEL PROYECTO			
LÍDER DEL PROYECTO			
ACTIVIDAD PROPUESTA	ACTIVIDAD 1	EJECUTADA	SI
	ACTIVIDAD 2		NO
POBLACIÓN BENEFICIADA		DURACIÓN DEL PROYECTO	
DATOS PERSONALES DEL O LOS RESPONSABLES DE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO			
1er APELLIDO	2do APELLIDO	1er NOMBRE	2do NOMBRE
OBJETIVO DEL PROYECTO			
EVALUACIÓN	DOCENTES	ESTUDIANTES	
DEBILIDADES PRESENTADAS DURANTE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO EN LA INSTITUCIÓN			

Página 1 de 2

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA DINAMARCA Resolución de Aprobación No. 16362 del 27 de noviembre de 2002 Dirección: Calle 91 N° 65-119 NIT: 811039002-6, DANE: 105001006068 - 105001001686 Página Web: www.dinamarca.edu.co Núcleo 920, Castilla, Medellín	
“UN LUGAR DONDE SE APRENDE Y SE ES FELIZ”		
OPORTUNIDADES PRESENTADAS DURANTE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO EN LA INSTITUCIÓN		
FORTALEZAS PRESENTADAS DURANTE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO EN LA INSTITUCIÓN		
AMENAZAS PRESENTADAS DURANTE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO EN LA INSTITUCIÓN		
OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS		
ESPACIO PARA EL LÍDER DEL PROYECTO		
RESULTADOS OBTENIDOS DESPUÉS DE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO EN LA INSTITUCIÓN (Impacto en la población beneficiada)		
BREVE JUSTIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES NO EJECUTADAS Y QUE ESTABAN PLANEADAS EN EL PROYECTO		

Firma del líder del proyecto

Firma del Rector (a)

Página 2 de 2

Anexo 2. Evidencias de las actividades ejecutadas durante el año

Para acceder a las evidencias del trabajo realizado, [Haz clic aquí](#)