



PROPUESTA DE PROYECTO

De

KARLA SANDOVAL
CLUB DE BANDA DE PAZ Y
BASTONERAS
“U. E 11 de MARZO”



INDICE

1.Introducción.....	3
2. Planteamiento del Problema	4
3. Objetivos.....	4
3.1 General.....	4
3.2 Específicos.....	4
4. Justificación	5
4. Marco Teórico.....	6
4.1. Conceptos.....	6
4.1.1. Extracurriculares.....	6
4.1.2. Bastoneras y Banda de paz.....	6
4.1.3. Tiempo Libre	6
4.1.4. Actividades Recreativas.....	7
4.1.5. Desarrollo Integral	7
4.1.6. Habilidades motrices.....	7
4.1.7. Capacidades Físicas.....	7
4.1.8. Coordinación.....	7
5. Marco Legal.....	7
6. Cronograma.....	10
7. Recursos.....	18
8. Conclusiones.....	19
9. Recomendaciones	20
10. Anexos	21
11. Bibliografías.....	22

INTRODUCCIÓN

1. Introducción

Las actividades extracurriculares desempeñan un papel crucial en la vida de los estudiantes al ofrecerles oportunidades para el aprendizaje y el crecimiento fuera del entorno académico tradicional. Estas actividades complementan la educación formal al proporcionar a los estudiantes un espacio para desarrollar habilidades, intereses y talentos que pueden no ser abordados en el aula. Además, las actividades extracurriculares les permiten utilizar de manera productiva su tiempo libre, lo que puede tener un impacto positivo en su desarrollo personal y académico. El término "actividades extracurriculares" abarca una amplia gama de opciones, que van desde clubes y equipos deportivos hasta grupos de debate, teatro, música, baile, voluntariado comunitario y más. La participación en actividades extracurriculares es importante para los estudiantes por una variedad de razones que abarcan desde su desarrollo personal hasta su éxito académico y futuras oportunidades.

El uso sabio y productivo del tiempo libre por parte de los estudiantes es un aspecto crucial en la prevención de vicios y comportamientos adictivos. En un mundo donde las influencias negativas pueden ser abundantes, el tiempo libre puede convertirse en una herramienta poderosa para mantener a los estudiantes alejados de las tentaciones perjudiciales. El tiempo libre en la vida de un estudiante es una ventana de oportunidad para el crecimiento personal, la exploración de intereses y la construcción de habilidades esenciales. Sin embargo, este mismo tiempo libre puede llevar a la exposición a actividades dañinas, como el consumo de sustancias, el abuso de la tecnología o el compromiso en comportamientos adictivos. Es en este punto donde la elección consciente y planificada del uso del tiempo libre puede marcar la diferencia. Al aprovechar de manera efectiva su tiempo libre, los estudiantes pueden lograr excelentes beneficios para su vida.

La Unidad Educativa 11 de Marzo lleva 42 años en funcionamiento y es una de las instituciones que ha resaltado emblemáticamente por el desenvolvimiento del grupo de bastoneras y su Banda de paz a lo largo de los

años. El club de bastoneras y la banda de paz constituyen un símbolo de disciplina, talento y compromiso en la Unidad Educativa "11 de Marzo". A través

de la música, la danza y la coordinación, estos grupos fortalecen el espíritu de unidad, fomentan la identidad cultural y enaltecen los actos cívicos e institucionales.

El presente proyecto busca potenciar las habilidades artísticas, musicales y rítmicas de los estudiantes, promoviendo valores como el respeto, la responsabilidad y el trabajo en equipo. Esto, gracias a la aplicación de sesiones de entrenamiento, actividades lúdicas, y el buen uso del tiempo libre después de su jornada estudiantil.

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En muchos colegios, la existencia y funcionamiento de clubes estudiantiles ha sido una práctica común durante años. Estos clubes abarcan una amplia variedad de temas, desde deportes y actividades artísticas hasta grupos de debate y proyectos comunitarios. Sin embargo, en los últimos tiempos, se ha observado la necesidad de examinar más de cerca el papel, la diversidad, la inclusión y la efectividad de los clubes en los colegios, ya que han surgido varios problemas que requieren atención y solución. Sobre todo, manejar el uso correcto del tiempo libre de los jóvenes.

3. OBJETIVOS

3.1 GENERAL

Promover un equilibrio saludable de los estudiantes entre sus responsabilidades académicas y sus necesidades de desarrollo personal, social y emocional. Donde fortalece las capacidades artísticas, culturales y cívicas de los estudiantes mediante la participación activa en el Club de Bastoneras y Banda de Paz durante el año lectivo 2025 – 2026.

3.2 ESPECÍFICOS

- Promover espacios y actividades recreativas y de aprendizaje lúdico durante el tiempo libre de los estudiantes.
- Contribuir a su crecimiento integral.
- Desarrollar habilidades, capacidades, y potencialidades que poseen los estudiantes.
- Mejorar la gestión del tiempo.

- Promover la disciplina, la coordinación y el trabajo en equipo entre los integrantes.
- Incentivar la participación en eventos culturales, deportivos y cívicos dentro y fuera de la institución.
- Desarrollar la expresión artística y musical como parte de la formación integral de los estudiantes.
- Fomentar la identidad institucional y el sentido de pertenencia en la comunidad educativa.

4. JUSTIFICACIÓN

Una de las maneras de mejorar el uso del tiempo libre en los estudiantes es mediante el desarrollo de actividades ludo-recreacionales. Las actividades ludo recreacionales son aquellas actividades que se realizan por placer y que no tienen un objetivo específico. Estas actividades pueden ser muy beneficiosas para los jóvenes, ya que pueden ayudar a mejorar su estado físico, mental, social y mantener sus responsabilidades académicas.

Este proyecto se fundamenta en la importancia de rescatar y mantener las tradiciones culturales y cívicas dentro de la institución. La Banda de Paz y el Club de Bastoneras no solo acompañan los actos solemnes, sino que también representan a la Unidad Educativa en desfiles, conmemoraciones, actividades comunitarias y concursos intercolegial de Bastoneras. Además, contribuyen al desarrollo integral de los estudiantes, brindándoles un espacio de expresión artística, disciplina y liderazgo.

En la Unidad Educativa Fiscal “11 de Marzo” despierta un gran interés por el desarrollo integral de sus estudiantes en diferentes actividades extracurriculares, en este caso guiando en la formación de las señoritas bastoneras y los estudiantes de la banda de paz que permite desarrollar sus habilidades motrices, capacidades físicas, desarrollo de habilidades sociales, emocionales y creativas. Permitiendo que se involucren toda la comunidad educativa.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. CONCEPTOS

4.1.1. EXTRACURRICULARES

Son actividades que tienen lugar fuera del plan de estudios académicos principales en las instituciones educativas, como escuelas y universidades. Estas actividades son opcionales y brindan a los estudiantes la oportunidad de participar en intereses y pasatiempos específicos más allá de las materias tradicionales. Las actividades extracurriculares pueden abordar una amplia gama de áreas y tienen varios propósitos y beneficios. Algunos ejemplos de actividades extracurriculares incluyen clubes estudiantiles, deportes, actividades artísticas, grupos de debate, teatro, música, proyectos de servicio comunitario, equipos de robótica y más.

4.1.2. BANDA DE PAZ Y BASTONERAS

La Banda de Paz y las Bastoneras son actividades extracurriculares que integran música, disciplina, arte y expresión corporal en las instituciones educativas. La Banda de Paz está conformada por estudiantes que ejecutan instrumentos de percusión y viento, acompañando ceremonias cívicas, desfiles y actos institucionales, fomentando el respeto, la identidad cultural y el trabajo en equipo.

Por su parte, las bastoneras son participantes en actividades extracurriculares que involucran el manejo de bastones en coreografías y rutinas. Esta forma de expresión artística y deportiva combina elementos de danza, gimnasia y manipulación de bastones para crear presentaciones sincronizadas y visualmente impresionantes. Las bastoneras suelen formar parte de equipos que se presentan en eventos, desfiles, competencias y espectáculos.

4.1.3. TIEMPO LIBRE

El tiempo libre se refiere al período en el que las personas no están ocupadas con sus responsabilidades laborales, académicas u otras obligaciones. Es el tiempo en el que pueden elegir cómo usarlo según sus preferencias y necesidades individuales. El tiempo libre es esencial para el bienestar general y juega un papel importante en el equilibrio entre las diferentes áreas de la vida de una persona.

4.1.4. ACTIVIDADES RECREATIVAS

Las actividades recreativas son aquellas que las personas realizan por diversión, placer y entretenimiento, sin la presión de objetivos específicos o resultados tangibles. Estas actividades son importantes para relajarse, liberar el estrés y disfrutar de momentos de ocio.

4.1.5. DESARROLLO INTEGRAL

El desarrollo integral se refiere al proceso de crecimiento y evolución en todas las áreas importantes de la vida de una persona, incluyendo aspectos físicos, emocionales, cognitivos, sociales y espirituales. En lugar de centrarse únicamente en un aspecto específico, el desarrollo integral busca un equilibrio y una armonía entre todas estas dimensiones para lograr un bienestar completo y una vida plena.

4.1.6. HABILIDADES MOTRICES

Las habilidades motrices se refieren a las habilidades que implican movimientos corporales y coordinación física.

4.1.7. CAPACIDADES FÍSICAS

Las capacidades físicas son las cualidades y atributos físicos que determinan la capacidad de una persona para llevar a cabo diferentes actividades físicas y deportivas. Estas capacidades son esenciales para el rendimiento atlético, la salud física y el bienestar general. Las capacidades físicas se pueden entrenar y mejorar a lo largo del tiempo a través de la práctica y el entrenamiento adecuado.

4.1.8. COORDINACIÓN

La coordinación es la capacidad que tienen los músculos esqueléticos del cuerpo de sincronizarse bajo parámetros de trayectoria y movimiento. La coordinación es una capacidad física complementaria que permite realizar movimientos ordenados y dirigidos a la obtención de un gesto técnico.

5. MARCO LEGAL

5.1.

Art. 3.- De la práctica del deporte, educación física y recreación. - La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y

constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Serán protegidas por todas las Funciones del Estado.

5.2.

Art. 8.- Condición del deportista. - Se considera deportistas a las personas que practiquen actividades deportivas de manera regular, desarrollen habilidades y destrezas en cualquier disciplina deportiva individual o colectiva, en las condiciones establecidas en la presente ley, independientemente del carácter y objeto que persigan.

5.3.

Art.24.- Las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento a la PRACTICA DEL DEPORTE y al tiempo libre.

5.4.

Art. 2.- Proteger, estimular, promover y coordinar las actividades físicas deportivas y de recreación de la población ecuatoriana, así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte la Educación Física y la recreación.

Literal b). Proveer los recursos económicos e infraestructura que permitan manifestar estas actividades.

5.5.

Art 21.- Literal a). Establecer la política nacional y general de la Cultura Física Deporte y recreación.

5.6.

Art. 43.- DERECHO A LA VIDA CULTURAL. - Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a participar libremente en todas las expresiones de la vida cultural.

- El ejercicio de este derecho puede acceder a cualquier espectáculo público que haya sido calificado como adecuado para su edad, por la autoridad competente.
- Es obligación del estado y los gobiernos seccionales impulsar actividades culturales artísticas y Deportivas a las cuales tengan acceso los niños, niñas y adolescentes.

5.7.

Art.48.- DERECHO A LA RECREACIÓN Y AL DESCANSO.

- Los niños, niñas y adolescentes, tienen derecho a la recreación, al descanso, al juego, al DEPORTE y más actividad propia de cada etapa evolutiva.
- Las instituciones educativas deberán contar con las áreas deportivas, recreativas, artísticas, culturales y destinar los recursos presupuestarios suficientes para desarrollar estas ACTIVIDADES

6. CRONOGRAMA

6.1. PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES

[illegible]

[illegible]

[illegible]

FASE	ACTIVIDADES	HORAS	MES ENERO																														
			L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
IMPLEMENTACION	Dificulta de movimiento pierna	9																															
	Elevación en flexión	9																															
	Elevación en extensión	8																															
	Coordinación grupal	3																															
	TOTAL, HORAS MES ENERO	29																															

FASE	ACTIVIDADES	HORAS	MES FEBRERO																							
					J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J

[illegible]

FASE	ACTIVIDADES	HORAS	MES MARZO																														
			V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
COMPETENCIAS	INTERCOLEGALES	6																															
	TOTAL, HORAS MES MARZO	30																															

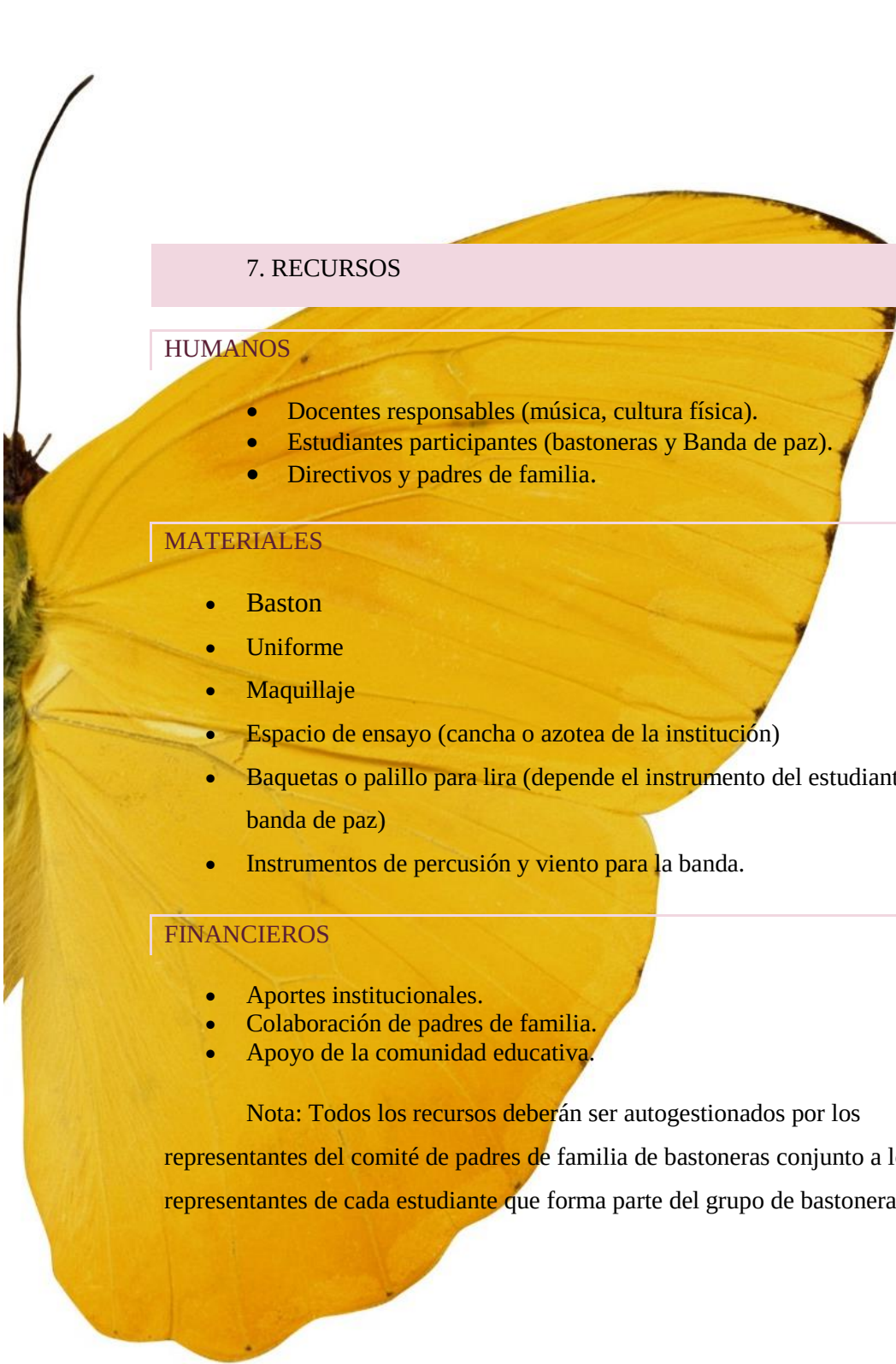
FASE	ACTIVIDADES	HORAS	MES ABRIL																													
			L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
IMPLEMENTACION	Investigación técnica del bastón	9																														
	Información manejo del bastón	9																														
	Intercolegiales	6																														
EVALUACION	Evaluación Proyecto Grupo de Bastoneras	9																														
	TOTAL, HORAS MES DE ABRIL	33																														

TOTAL,
HORAS PPE 253

Ejemplo Planificación de actividades semanal

SEMANAL			
DÍA	HORARIO	EXPRESIÓN DE LA RECEACIÓN	ACTIVIDAD
Miércoles	10:30-12:30 J.V 13:20-15:30 J.M	Actividades de relajación	Ejercicios de respiración
			Ejercicios de estiramiento
		Actividades previas al entrenamiento	Manejo de bastón
			Técnica del bastón
		Actividades deportivas	Actividad Lanzamientos del bastón entre compañeras
			Actividad Uso del espacio
Viernes	10:30-12:30 J.V 13:20-15:30 J.M	Actividades de relajación	Ejercicios de respiración
			Ejercicios de estiramiento
		Actividades lúdicas	Semáforo
			Actividad “extensiones de piernas”
		Actividades deportivas	Círculo de pases con conos
			Lanzamientos aéreos
Sábado	08:00-13:00	Actividades de relajación	Ejercicios de respiración
			Ejercicios de estiramiento
		Actividades de coordinación	Bailo terapia, ejercicios de lateralidad,
		Actividades deportivas	Duelos 1 vs. 1
			Coreografías grupales

Elaborado por: El autor



7. RECURSOS

HUMANOS

- Docentes responsables (música, cultura física).
- Estudiantes participantes (bastoneras y Banda de paz).
- Directivos y padres de familia.

MATERIALES

- Baston
- Uniforme
- Maquillaje
- Espacio de ensayo (cancha o azotea de la institución)
- Baquetas o palillo para lira (depende el instrumento del estudiante en la banda de paz)
- Instrumentos de percusión y viento para la banda.

FINANCIEROS

- Aportes institucionales.
- Colaboración de padres de familia.
- Apoyo de la comunidad educativa.

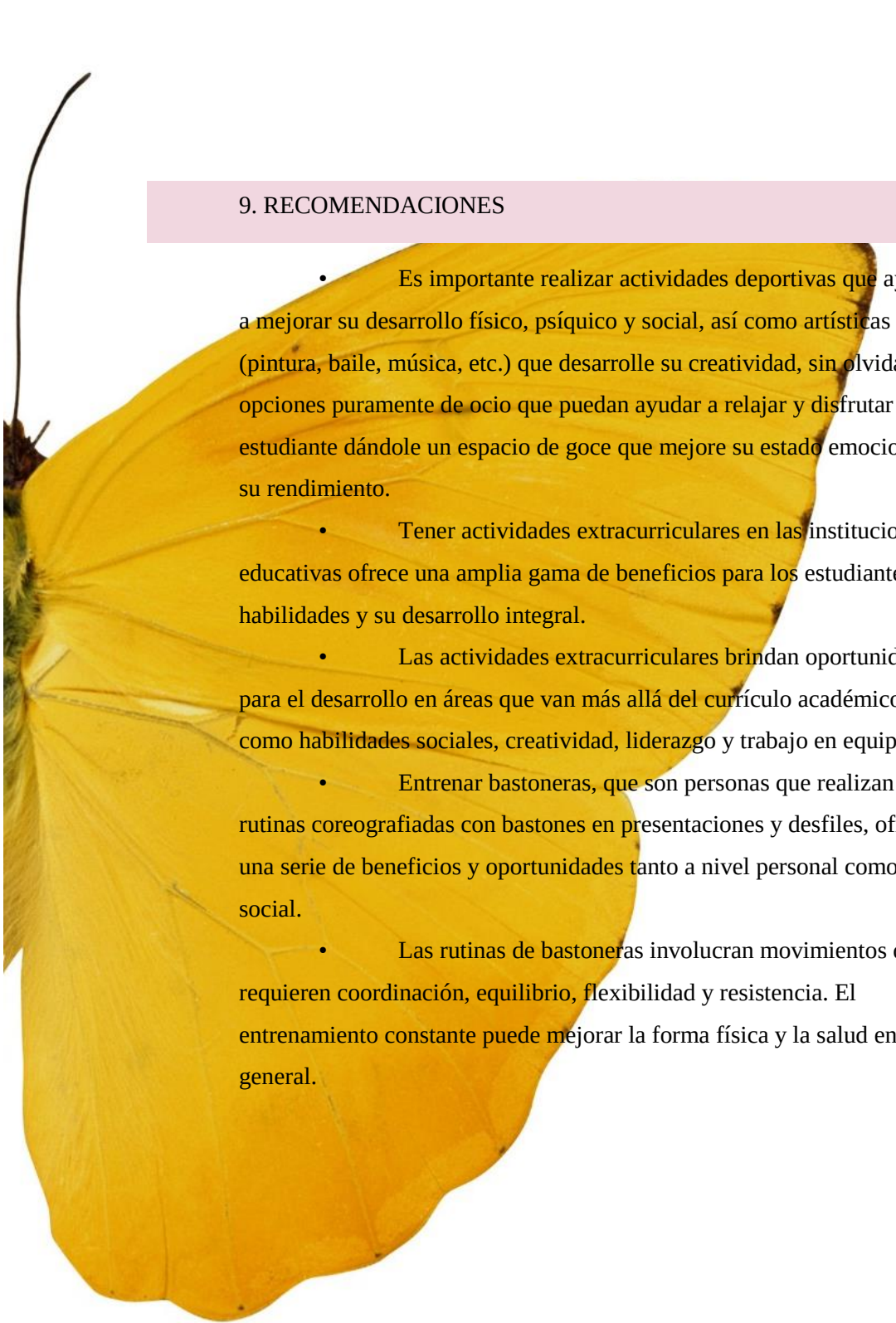
Nota: Todos los recursos deberán ser autogestionados por los representantes del comité de padres de familia de bastoneras conjunto a los representantes de cada estudiante que forma parte del grupo de bastoneras.



8. CONCLUSIONES

El Club de Bastoneras y la Banda de Paz constituyen un espacio formativo que va más allá de la música y la danza. Este proyecto permitirá fortalecer la identidad institucional, promover la disciplina y ofrecer a los estudiantes una experiencia enriquecedora en lo cultural, cívico y social.

- El uso del tiempo de los estudiantes en actividades extracurriculares tiene un impacto significativo en su desarrollo integral y enriquecimiento personal.
- Participar en actividades extracurriculares permite a los estudiantes desarrollar habilidades y talentos que pueden no ser abordados en el currículo académico regular.
- Las actividades extracurriculares desarrollan confianza, seguridad y autoestima en los estudiantes.
- Promueven la participación de toda la comunidad estudiantil como; autoridades, docentes, padres de familia y estudiantes.
- Fomentan la creatividad, liderazgo, la empatía y el juicio crítico.
- El uso sabio y productivo del tiempo libre por parte de los estudiantes es un aspecto crucial en la prevención de vicios y comportamientos adictivos, el tiempo libre puede convertirse en una herramienta poderosa para mantener a los estudiantes alejados de las tentaciones perjudiciales.



9. RECOMENDACIONES

- Es importante realizar actividades deportivas que ayuden a mejorar su desarrollo físico, psíquico y social, así como artísticas (pintura, baile, música, etc.) que desarrolle su creatividad, sin olvidar las opciones puramente de ocio que puedan ayudar a relajar y disfrutar al estudiante dándole un espacio de goce que mejore su estado emocional y su rendimiento.
 - Tener actividades extracurriculares en las instituciones educativas ofrece una amplia gama de beneficios para los estudiantes, sus habilidades y su desarrollo integral.
 - Las actividades extracurriculares brindan oportunidades para el desarrollo en áreas que van más allá del currículo académico, como habilidades sociales, creatividad, liderazgo y trabajo en equipo.
 - Entrenar bastoneras, que son personas que realizan rutinas coreografiadas con bastones en presentaciones y desfiles, ofrece una serie de beneficios y oportunidades tanto a nivel personal como social.
 - Las rutinas de bastoneras involucran movimientos que requieren coordinación, equilibrio, flexibilidad y resistencia. El entrenamiento constante puede mejorar la forma física y la salud en general.
- 

10.ANEXOS



11.BIBLIOGRAFIAS

Pérez Porto, J., Gardey, A. (12 de agosto de 2020). Extracurricular - Qué es, beneficios, definición y concepto. Definiciones. Última actualización el 20 de febrero de 2023. Recuperado el 24 de agosto de 2023 de <https://definicion.de/extracurricular/> (Educacion, n.d.)

Ministerio de Educación del Ecuador. (2011). **Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI)** y su Reglamento General

Asamblea Nacional Constituyente del Ecuador. (2008). **Constitución de la República del Ecuador**. Registro Oficial No. 449.