

Emoción y sentimiento en la clase de educación física

Autor: Mario Alberto Gómez Flórez

Tutor: Carlos Eduardo Pacheco

Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia

Mayo 2019

Dedicatoria

A mis padres por ser un gran ejemplo de superación y constancia, por brindarme su apoyo incondicional día tras día hasta conseguir este triunfo, a mis familiares por las voces de aliento que fueron un bálsamo para el alma y ayudaron a superar las adversidades.

Agradecimientos


A Dios por darme la fortaleza para afrontar y superar los retos académicos e intelectuales y personales que surgieron en el transcurso de la carrera, por darme la paciencia y ser esa mano invisible que me levantaba cuando sentía que iba a desfallecer.

A mi familia por ser ese apoyo incondicional, fortaleza y voz de aliento para conseguir este logro. También a todos mis compañeros que me acompañaron en el transcurso de este proceso y desde su corporeidad fueron dejando huella en mi corazón y transformaron mi ser.

A mi tutor Carlos Pacheco por brindarme su asesoría y acompañarme en este proceso. A la profesora Ana María Caballero por ser esa luz en medio de la oscuridad; que con su paciencia, consejos y observaciones fueron fundamentales en obtención de este logro.

A la Institución Educativa Distrital San Agustín, por abrir las puertas de la institución y permitirme realizar las prácticas pedagógicas en sus instalaciones, a cada uno de los estudiantes que con su participación fueron fundamentales en este proceso, quienes con sus aportes me hicieron reflexionar sobre mi labor docente.

A todos los maestros con su paciencia, sapiencia y dedicación contribuyeron en mi proceso educativo.

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p>	FORMATO	
	RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE	
Código: FOR020GIB	Versión: 01	
Fecha de Aprobación: 10-10-2012	Página 1 de 4	

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Emoción y sentimiento en la clase de educación física
Autor(es)	Gómez Flórez, Mario Alberto
Director	Pacheco Villegas, Carlos Eduardo
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2019. 74p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	EMOCIÓN; SENTIMIENTO; EDUCACIÓN FÍSICA; AFECTO
2. Descripción	
<p>El trabajo de grado que se propone, consiste en crear un espacio en la clase de educación física en cual los estudiantes puedan vivenciar, conocer, explorar y reflexionar sobre sus emociones y los sentimientos, entendiendo a estos como elementos fundamentales del desarrollo del potencial humano. Este PCP realiza un trabajo interpersonal e intrapersonal para que el estudiante aprenda conocerse a sí mismos, a los otros y al entorno que lo rodea. En esta propuesta pedagógica se desarrollan trabajos de sensibilización sobre las emociones y la expresión de las mismas en la clase sin miedo al rechazo; para lograr esto se utilizaron juegos cooperativos, desafíos motrices individuales, yoga, entre otros deportes, siempre orientándolos hacia la necesidad de expresión que posee el ser humano.</p>	
3. Fuentes	
<p>Acosta E. L., Cuellar, J. E., y Pulido, J. A. (2014). <i>Los escenarios educadores de mociones desde la educación física</i>. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.</p> <p>Aristóteles. (1999). <i>Retórica</i>. Madrid: Gredos</p> <p>Bronfenbrenner, U. (1987). <i>La ecología del desarrollo humano: experimentos en entornos naturales y diseñados</i>. (Trad. A. Devoto). Barcelona: Paidós Ibérica.</p> <p>Camacho, L. A. (2015). <i>Caracterización del deporte en el establecimiento carcelario La Modelo, desde la perspectiva de los funcionarios</i>. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.</p>	

- Casas, E. A., y Piraban, M. A. (2015). *Cooperación como medio para fortalecer las relaciones interpersonales de los estudiantes en la clase de educación física*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Chinchilla, J. L. & Zagalaz, M. (2002). *Didáctica de la educación física*. Madrid: CCS.
- Descartes, R. (1997). *Las pasiones del alma*. (Trad. J.A. Martínez Y P. Andrade). Madrid: Tecnos.
- Dewey, J. (1995). *Democracia y Educación*. Madrid, España: Morata.
- De Zubiria Samper, J. (2006). *Los modelos pedagógicos: Hacia una pedagogía dialogante*. Bogotá: Magisterio.
- Durkheim, E. (2013). *Educación y sociología*. Barcelona: Bogotá: Península.
- Evans, D. (2001). *Emoción la ciencia del sentimiento*. Madrid: Taurus.
- Ferrater Mora, J. (1994). *Diccionario de Filosofía*. Barcelona: Ariel.
- Gómez, J. (2002). *Educación física en el patio una nueva mirada*. Buenos Aires: Stadium.
- Griffiths, P. (1997). *Qué son realmente las emociones: el problema de las categorías psicológicas*. Chicago, EEUU: Universidad de Chicago
- Herrera, L. A. (1987). Aportes para una Historia de la Educación Física en Colombia. *Revista Educación Física y Deporte*, 9 (1-2), 67-75
- Le Breton, D. (1999). *Las pasiones ordinarias antropología de las emociones*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Luzuriaga, L. (1971). *Historia de la educación y la pedagogía*. Buenos Aires: Losada.
- Márquez, A. (2013). *Educción Física: Un espacio emocionante generador de experiencia y aprendizaje*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Ministerio Nacional de Educación. (1994). *Ley General de Educación Ley 115 de febrero 8 de 1994*. Recuperado de http://www.mineduacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
- Morales, J. A. (2017). *Educación física: Construyendo una conducta menos agresiva*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Morín, E. (2000). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. París: UNESCO-Magisterio
- Nussbaun, M. (2001). *Paisajes del pensamiento inteligencia de las mociones*. España: Paidós Ibérica.
- Platón. (1992). VI: Filebo, Timeo, Critias. En *Diálogos*. Madrid: Gredos.
- Restrepo, L. (1999). *El derecho a la ternura*. Bogotá: Arango
- Rodríguez, A. G. (2017). *La educación física como potenciadora de las relaciones interpersonales en los jóvenes*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Sabogal, M. (2013). *Juegos tradicionales para fomentar el respeto, la tolerancia y el trabajo en equipo en población vulnerable*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Smith, A. (2013). *La teoría de los sentimientos morales*. Madrid: Fondo de Cultura Económica.
- Tylor, E. B. (1975) - [1871]. La ciencia de la cultura. En J. Kahn (Comp.), *El concepto de cultura: textos fundamentales* (pp. 29-46). Barcelona: Anagrama.
- UNESCO. (2015). *Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte*.
- Universidad Pedagógica Nacional (2004). *Proyecto Curricular Licenciatura en Educación Física*. Bogotá,

Colombia: UPN

Valdés, M. (1999). *Psicomotricidad vivenciada, una estrategia educativa para trabajar en el aula*. Chile: UCM.

4. Contenidos

1. Caracterización contextual. En este capítulo se encontrará la sustentación teórica del proyecto a desarrollar, se muestran las distintas concepciones que se han tenido acerca de las emociones a lo largo de la historia y también se hace un breve recuento histórico de la educación física en Colombia y como esta no ha tenido a la emoción y al sentimiento como ejes fundamentales del área. Además, se muestran las leyes que soportan este proyecto y los antecedentes de proyectos anteriores que siguieron como guía en la realización de esta propuesta pedagógica.

2. Perspectiva educativa. Siguiendo con la línea de proyecto, en este apartado se encuentran los aspectos formativos que orientan el proyecto, ellos responden a cada una del área humanística, pedagógica y disciplinar, se encontraran conceptos de: ideal de ser humano, educación, cultura y sociedad, teoría del desarrollo humano, tendencia de la educación física, concepto de educación física, modelo pedagógico.

3. Diseño de implementación. Busca resaltar la importancia del proyecto, establecer objetivos, contenidos y formas de evaluar. Se construye una unidad didáctica llamada “catarsis emocional” la cual consta de dos partes las primeras dos sesiones de orden diagnostico (ventana de Johari, encuesta emocional), de las cuales con los resultados obtenidos se crean una serie de siete sesiones de clases en las cuales los estudiantes comprenderán y vivenciaran una emoción o un sentimiento por clase.

4. Ejecución piloto. La ejecución del PCP se llevó a cabo en dos escenarios, el primer escenario fue la Institución Educativa Distrital San Agustín; ubicado en la localidad 18, Rafael Uribe Uribe, calle 50 sur # 5C-40, barrio San Agustín, en los cursos 701 y 801 de la jornada mañana, los días miércoles, y el segundo escenario fue en el Idipron sede molinos, ubicado en la Carrera 5A Bis # 48N – 48 sur localidad Rafael Uribe Uribe, barrio Molinos 2. También se encuentran los aspectos educativos de la institución como la visión, misión, la población y el cronograma de actividades.

5. Análisis de la experiencia. A partir de las practicas pedagógicas realizadas en la institución se hace un análisis de dicha experiencia, donde se evidencian los resultados obtenidos de la propuesta, además se encontraran anexos y evidencias, donde se ven reflejados algunos de los conocimientos interiorizados por los estudiantes durante las clases.

5. Metodología

La ruta metodológica planteada para el desarrollo del proyecto se dará por medio de una serie de sesiones a las cuales denomine “situaciones límites” entendiend a estas como ese conjunto de situaciones que el ser humano debe vivir a lo largo de su existencia, y que al ser sorteadas con éxito dejaran como resultado

la resiliencia; ej.: separación de los padres, ruptura amorosa, pérdida de un ser querido, situaciones de ira, etc. en la cual se le pedía a los estudiantes se situaran en esa situación en particular y dejaran salir sus emociones o sentimientos sin miedo al rechazo.

6. Conclusiones

El proyecto es muy viable; ya que, a pesar del poco tiempo trabajado con los estudiantes, en ambos grupos se evidenciaron avances a nivel emocional y relaciones socio-afectivas.

Este proceso educativo concibió grandes aportes significativos para mí como docente como para los estudiantes, los aprendizajes obtenidos se fueron generando reciprocamente desde una relación de respeto mutuo, logrando así crear vínculos socio-afectivos que favorecieran al acercamiento, la confianza, y el reconocimiento de las emociones propias y las de los otros.

Al terminar las sesiones de clase, me puedo dar cuenta que la profesión que escogí no es nada fácil, pero si es la correcta; porque desde aquí se puede fomentar el cambio en la forma de pensar de las personas y lograr la transformación social que necesita Colombia, soy consciente que esta profesión requiere incentivar y aprender día tras día; me considero un afortunado por haber podido realizar este proyecto el cual me ha dejado una bella experiencia de lo que realmente significa ser maestro.

Elaborado por:	Gómez Flórez, Mario Alberto
Revisado por:	Pacheco Villegas, Carlos Eduardo

Fecha de elaboración del Resumen:	27	05	2019
--	----	----	------

Tabla de contenido

Dedicatoria.....	2
Agradecimientos.....	3
Resumen Analítico en Educación (RAE).....	4
Tabla de contenido.....	8
Lista de tablas.....	10
Lista de figuras.....	11
Lista de siglas.....	12
Introducción.....	13
Justificación.....	16
Fundamentación contextual.....	19
Problematización.....	19
Marco legal.....	26
Antecedentes.....	29
Perspectiva educativa.....	32
Ideal de ser humano.....	32
Educación.....	33
Cultura y sociedad.....	34
Teoría de desarrollo humano.....	35
Tendencia de la educación física.....	36
Educación física.....	38
Modelo pedagógico.....	39
Diseño de Implementación.....	41
Justificación.....	41
Propósito formativo.....	41
Objetivos.....	42
Contenidos.....	42
Diseño metodológico.....	42
Metodología.....	44
Evaluación.....	45
Ejecución Piloto.....	46
Microcontexto.....	46
Aspectos educativos.....	47
Población.....	47
Planta física.....	48

Aspectos educativos.....	48
Población.....	49
Cronograma.....	51
Plan de clases.....	52
Análisis de la Experiencia.....	57
Aprendizajes como docente.....	57
Incidencias en el contexto y en las personas.....	58
Incidencias en el diseño.....	59
Recomendaciones.....	60
Referencias.....	61
Apéndice.....	64
A. Registro evaluación diagnóstica.....	64
B. Registro fotográfico de las prácticas.....	69

Lista de Tablas

Tabla 1. Antecedentes.....29

Tabla 2. Cronograma.....51

Tabla 3. Plan de clases.....52

Lista de Figuras

Figura 1.	Esquema de la teoría ecológica.....	36
Figura 2.	Esquema de la unidad didáctica.....	43
Figura 3	Colegio San Agustín.....	46
Figura 4	Unidad de Protección Integral.....	48

Lista de Siglas

EF	Educación Física
IDIPRON	Instituto Distrital Para La Protección De La Niñez Y La Juventud
MEN	Ministerio de Educación Nacional
PC-LEF	Proyecto Curricular - Licenciatura en Educación Física
PCP	Proyecto Curricular Particular
UPN	Universidad Pedagógica Nacional

Introducción

El hombre desde que nace hasta que muere, es un ser moldeado por la sociedad, ser que con el devenir del tiempo va transformado su forma de sentir, pensar y actuar. Le Breton (1999) plantea que:

La cultura afectiva brinda esquemas de experiencia y acción sobre los cuales el individuo borda su conducta según su historia personal, su estilo y, sobre todo, su evaluación de la situación. La emoción sentida traduce la significación dada por el individuo a las circunstancias que repercuten en él. (p.11)

Es de aquí que surge las siguientes inquietudes ¿Si las emociones son tan importantes por qué se miran con desprecio? ¿Acaso no son ellas un elemento fundamental en los procesos cognitivos? ¿Por qué en la escuela o en la sociedad se tiene arraigada la idea de dominar a las emociones? Es un poco inquietante el hecho significativo que se tiene a la hora de querer transformar dichas emociones, pues como es sabido, una acción surge como resultado de una emoción.

Partiendo de las diferentes conductas que existen en una sociedad como la ira, el irrespeto, la intolerancia, entre muchas otras, se intenta sumergirse en el mundo de las emociones pues de él se derivan estados emocionales que ayudan, a la comprensión de los comportamientos de los sujetos en la sociedad actual. De ahí se ha pensado, que todo esto conduce a que la emoción o las

emociones, no están siendo manejados de forma adecuada o se están dejando a un lado sin darle mucha importancia, y sin embargo todos coincidimos en que los diferentes estados emocionales juegan un papel importante en la creación de vínculos sociales para la transformación de nuestra sociedad, convirtiéndose así en uno de los ejes más elementales para el desarrollo del ser. Le Breton (1999) plantea que:

La criatura humana requiere que los otros la reconozcan como existente para poder plantearse como sujeto; necesita la atención y el afecto de su entorno para desarrollarse, experimentar el gusto de vivir y adquirir los signos y símbolos que le permitirán proveerse de un medio de comprender el mundo y comunicarse con los otros. (p.15)

La educación física históricamente ha estado permeada por distintos factores que la han llevado, a desencadenar un ciclo repetitivo de situaciones y acciones frente al desarrollo de técnicas, habilidades, capacidades y juegos, en donde ha servido como punto de partida para que el hombre sea conducido a un sin número de circunstancias como la guerra, el deporte y la salud.

¿De qué le sirve al ser humano resolver problemas matemáticos, desarrollar técnicas deportivas, habilidades motrices y entre muchas cosas más, si no puede manejar los más básicos problemas emocionales? El analfabetismo emocional ha sido una problemática durante varios años, y en el cual la educación ha fallado un poco al no hacer un énfasis en las emociones y las diferentes sensaciones que el hombre tiene. Desde tiempos antiguos el hombre ha procurado llevar una vida tranquila, sin problemas y sin afanes, buscándole sentido a su existencia. Pero de una u otra forma se ha encontrado en el camino de la vida, con diversas situaciones que lo harán reaccionar de una forma positiva o negativa en su sociedad. Es por esta razón, que no se debe olvidar que:

El fin de la educación es brindar al niño las condiciones propicias para una interiorización de ese orden simbólico. Aquella modela su lenguaje, su gestualidad, la expresión de sus sentimientos, sus percepciones sensoriales, etcétera, en función de la cultura corporal de su grupo. (Le Breton, 1999, p.16)

Este PCP surge de las distintas problemáticas en que se encuentra envuelta la sociedad actual, en la cual suele darle alto grado de importancia a algunos planteamientos cognitivos (inteligencia lógico matemática), pero se mira con desdén a todo lo referente al ámbito emocional.

Intención pedagógica.

Por la razón anterior la siguiente propuesta pedagógica adoptará una postura emocional, en la cual se fundamente teóricamente la importancia que tiene la emoción y el sentimiento en la clase de educación física y donde se puedan desarrollar y en el mejor de los casos solucionar planteamientos e inquietudes que se tienen como estudiantes en formación y futuros actores de cambio en nuestra sociedad.

Justificación

¿Qué es el proyecto curricular?

Es una propuesta curricular, donde se busca fundamentar epistemológicamente la emoción y el sentimiento como elementos constitutivos de la educación física, donde se cree un espacio que favorezca al óptimo desarrollo del potencial humano, permitiéndole a los diferentes actores de la comunidad educativa desarrollarse en todas sus dimensiones, libremente y de forma integral.

¿Por qué?

La educación física en los colegios se encarga en muchas ocasiones de potenciar en el alumno las capacidades físicas (condicionales y coordinativas), las habilidades motrices básicas, juegos pre-deportivo o en técnicas deportivas, privilegiando la fuerza por la fuerza, la velocidad por la velocidad, desplazando otras maneras de abordar la práctica, mientras las otras asignaturas se encargan de los procesos cognitivos.

En varias ocasiones se ha visto como personas que aparentemente lo tienen todo no le encuentran ningún sentido a su vida, y terminan así asociados con problemas de drogadicción, depresión, suicidios o delincuencia, (países como Japón y estados unidos son un ejemplo de ello), mientras por el contrario personas que están en aparentes condiciones de riesgo, con toda las adversidades en su contra, logran salir adelante; esto es lo que precisamente se busca implementar con este proyecto, se puede elegir ser víctimas del medio ambiente o por el contrario

enfrentarnos ante las adversidades que plantea la vida y salir victoriosos pero para lograr esto es necesario darle el lugar necesario del que históricamente se ha privado a las emociones y los sentimientos en la clase de educación física. Actualmente las emociones no son muy tenidas en cuenta en los procesos educativos, pues no son vistas como un eje fundamental en el desarrollo de dicho proceso. Es por esto que intentaremos implementar una propuesta que ayude y propicie aprendizajes a los sujetos de dichos contextos.

¿Para qué?

Este PCP se basa en el principio fundamental que propone la neurociencia, el cual plantea que la emoción y la cognición son procesos que van íntimamente ligados y se interrelacionan para dar como resultado final una conducta; por esta razón con esta propuesta se busca crear un espacio que favorezca al desarrollo integral del ser humano, para así lograr un óptimo bienestar físico, emocional, cognitivo, psicológico, y social, en donde el estudiante pueda establecer relaciones socio-afectivas con su entorno y comprenda que aspectos como la soledad, culpa, el disfrute, gozo, la inseguridad, lo construirán de manera positiva en su desarrollo personal.

En pocas palabras, lo que se busca es que la emoción juegue un papel importante en la clase educación física, ya que esta va ligada a las diferentes prácticas que se desarrollan en este espacio académico y en los diferentes contextos de participación, promoviendo la reflexión del que hacer frente a las situaciones que se presentan en el diario vivir.

¿Por qué es novedoso el proyecto?

Si hay algo característico en el hombre, es la forma de expresar sus emociones. “Es dentro del vínculo social donde el niño realiza poco a poco el aprendizaje del hecho de vivir” (Le Breton, 1999, p.16). Todos estamos expuestos a un cambio de emociones, que pueden significar

la forma de estar consigo mismo o con la sociedad. La creación de vínculos sociales permite a los individuos de una sociedad, ayudar a comprender y entender como es la forma de ser, expresar y sentir de los sujetos que allí residen. Es allí donde prevalece un cuestionamiento ¿las emociones que exteriorizamos están adaptadas a la sociedad?

El ser humano es mucho más que el conjunto de conocimientos que este posee, y esto se debe a nuestro proceso filogenético; Puesto que el tronco encefálico es la parte más antigua del cerebro, es la encargada de controlar las funciones básicas, quien a su vez dio origen a los centros emocionales, y solo después de millones de años apareció en neocórtex; quien es el encargado de brindarnos la capacidad de raciocinio. Entonces si nuestro proceso evolutivo privilegia a la emoción antes que a la razón ¿Por qué nosotros en los centros educativos hacemos todo lo contrario?

Este PCP, es novedoso porque intenta tender un puente entre dos mundos aparentemente antagónicos u opuestos. el de la razón y la emoción; por medio de la Educación Física, planteando diversas actividades donde se rescate el papel de la educación emocional en todos los momentos de la vida.

Fundamentación contextual

¿De qué manera la relación emoción-sentimiento se pueden tener en cuenta como aspecto formativo en la educación física?

Problematización

Históricamente la emoción y los sentimientos han estado excluidos del ámbito educativo por dos razones: la primera, fruto de la herencia occidental del racionalismo cartesiano que anteponía a la razón (mente) como fuente única de conocimiento absoluto y, la segunda, a la deuda histórica que tiene la educación física con la emoción y el sentimiento, gracias a su herencia militarista, higienista, deportivista y estética. Para aclarar esto mejor; empezaré por hacer un recuento histórico de cómo ha sido concebida la emoción a lo largo de la historia en la mayoría de las ocasiones con tintes negativos, por este motivo se tomarán las posturas de los antiguos estoicos y de Aristóteles, Descartes, Rousseau, Adán Smith, entre otros y por último se hará un breve recorrido histórico del papel de la emoción en el área de la educación física.

Cuando se habla de emoción a menudo surgen posturas completamente contradictorias, algunos proclaman que debe buscarse una armonía entre las emociones; otros consideran que deben cultivarse aquellas emociones que causen alegría o placer; otros por su parte afirman que cualesquiera que sean las emociones, éstas han de experimentarse con moderación y otros plantean que es mejor negar o descartar las emociones¹, estos últimos son los estoicos² quienes

¹ Ver: Ferrater Mora.

² Movimiento filosófico que proponía vivir la vida de forma racional, dominando las pasiones y sin preocupaciones por las cosas que no se pueden controlar.

tenían una visión de las emociones como simples perturbaciones innecesarias de los estados de ánimo, opuesta a la razón; pues estas perturbaciones empañan la serenidad y nublan el juicio. Para los estoicos las emociones no poseen ninguna función, pues según ellos la naturaleza es sabia y dotó a los animales de instintos y a los hombres de razón. Los estoicos reconocían cuatro emociones fundamentales en el ser humano: **el anhelo** por los bienes futuros, **alegría** por los bienes presentes, **temor** por los males futuros, y **aflicción** por los males presentes. A estas emociones le correspondían unos estados propios del sabio; es decir la voluntad, alegría y precaución, estos estados siempre deberían estar íntimamente ligados por la calma y el equilibrio racional. Los estoicos intentaban controlar dichas emociones porque según ellos si se combinaban daban como resultado lugar a enfermedades crónicas del alma como la codicia, aversión, deseo, odio, etc., por esta razón los estoicos asumen a la emoción como juicios errados, carentes de sentido y razón.

Más adelante Platón (1992) en el *Filebo*³ cuenta la historia de un dialogo entre Sócrates y Protarco sobre el dolor y el placer, y a la vez hace una distinción entre razón (inteligencia), apetito (motivación) y espíritu (emoción) quien con la metáfora del auriga⁴ representa el componente racional (inteligencia) que debe controlar a los dos caballos (apetito y espíritu) para llegar a un fin.

Aristóteles en su obra *Retórica*, plantea a la emoción como toda afección del alma acompañada de placer y dolor, en la cual el placer y dolor son interpretaciones de una situación de la vida, las emociones en esta postura pueden considerarse como una reacción fisiológica que surge de la interpretación ante un estímulo del medio.

³ Dialogo escrito por Platón sobre la influencia que tiene la inteligencia y el placer en una vida regida por el bien.

⁴ Persona que conducía un vehículo ligero tirado por dos caballos.

Otros pensadores poseen una visión más funcionalista a cerca de las emociones, descartes por ejemplo reconoce que las emociones poseen elementos racionales, aunque con creencias que más tarde llevaran a una concepción dualista del ser humano. Para descartes las emociones son afecciones, es decir modificaciones pasivas en el alma causada por fuerzas mecánicas que obran sobre el cuerpo. En el pensamiento cartesiano, emociones como la alegría y la tristeza son fundamentales; porque el alma cuando experimenta tristeza comprende sobre las cosas que le hacen daño al cuerpo y toma odio contra las cosas que le causan tristeza, buscando así desesperadamente librarse de ellas. En cambio, cuando se experimenta alegría, el alma reconoce las cosas que le son útiles al cuerpo de tal manera que toma amor por ellas, y crea un deseo incontrolable por adquirirlas y conservarlas. Descartes obviamente tiene un pensamiento dualista; porque el alma y el cuerpo son sustancias completamente distintas. Para él la razón (*res cogitans*) es la única forma de conocer el mundo que lo rodea, mientras que la emoción es solamente un elemento más de esa *res extensa*.

Filósofos de la ilustración como Adam Smith (1759) consideraron que las emociones eran vitales para la existencia individual y social. En su libro *La teoría de los sentimientos morales* propuso que las emociones eran los hilos con los que se cosía al hombre a un tejido social. Sin embargo, pensadores románticos como Rousseau rechazaron esta idea argumentando que la razón había expulsado al hombre de inocente “estado de naturaleza” para sumirlo en la decadencia. Y para poder retornar a ese estado natural de inocencia del hombre habría que aportarle más atención a la emoción que a los recursos que aporta la razón. Resucitando así la antigua pugna entre razón y emoción.

Como se ha podido evidenciar se han plasmado algunas de las distintas posturas que ha tenido la emoción a lo largo de la historia; sin embargo, más adelante comentare el concepto que

tomare de emoción en relación con el PCP, intentare establecer un concepto de emoción y sentimiento desde una postura más integradora que logre establecer un puente de comunicación entre dos mundos aparentemente antagónicos. A continuación, se hará un breve recuento histórico de la educación física y las posturas que ha adoptado desde la época colonial hasta la república y como esta educación siempre ha mirado con desdén a la emoción.

Es preciso decir que las primeras aproximaciones de educación física que surgen en Colombia o más bien en el Virreinato de la Nueva Granada hacen referencia a los juegos de los indígenas y a la influencia de la moral del hombre en el nuevo reino de granada, en la cual se consideraba como principal objetivo recuperar el vigor, la salud y la capacidad de trabajo de los indígenas. En el año de 1827 el general Francisco de Paula Santander firma el decreto del plan de estudios en el cual se establece que los estudiantes preparen prácticas físicas y militares con fusiles de madera para la defensa de la patria en caso de una reconquista española, además se agregaba lo que se llamaba práctica de carácter natural según la cual todos los jueves terminada la primera hora de escuela, se empleará el resto del tiempo en dar un paseo, bañarse y aprender a nadar (en los lugares donde hubiere facilidad), y en los otros casos se dispondría el tiempo para hacer ejercicios saludables siempre bajo la vista y dirección del maestro.

En el año de 1844, Mariano Ospina Rodríguez organizo una reforma educativa que rescataba el papel de las actividades físicas y los ejercicios gimnásticos, “todos los días a la hora que el director juzgue más oportuna, se destinara en las escuelas primarias un rato a ejercicios gimnásticos, acomodados a la edad y fuerza de los niños, tales como la carrera, el salto, la lucha, los movimientos y evoluciones militares, y otras semejantes. Estos ejercicios deben ser un medio de recreo y no una obligación, el director los presidirá y dirigirá para impedir que los niños se

estropeen y ofendan”⁵, en el año de 1871 la reforma educativa de los radicales liberales tuvo influencia de las corrientes pedagógicas provenientes de Europa (Francia, Alemania e Inglaterra), la educación física en esta época empieza a asumir tintes higienistas ejemplo de ello es el tratado teórico y práctico de gimnasia traducido del francés que argumentaba que la práctica sistemática y razonada de los movimientos es necesaria para la salud y el desarrollo de las facultades físicas.

En las primeras tres décadas del siglo XX el discurso médico (higienista) y moralista, toma fuerza y la educación física en la escuela propone una restauración fisiológica, por medio de la enseñanza de la higiene, fomentando hábitos, estableciendo principios y fundamentos, y sobre todo haciendo hincapié en los peligros futuros que se corre si se abandona las nuevas costumbres adquiridas, cambios en la alimentación, costumbre del baño, uso del cepillo de dientes, familiarización del niño con su cuerpo, fomento de la gimnasia y el deporte son elementos fundamentales de los planes de gobierno.

Finalmente, en los años de 1976 por medio del decreto 088 y el 1479 de 1978 este último establece en su artículo 5, los componentes curriculares para todas las áreas, en especial educación física sentando así: justificación, estructura conceptual, objetivos generales y específicos, contenidos básicos, alternativas metodológicas, materiales educativos e indicadores de evaluación. Se diseñan currículos escolares donde la corriente a tratar en educación preescolar y básica primaria es la tendencia de la psicomotricidad fundamentada principalmente por Picq y Vayer quienes posteriormente serían reemplazados por Jean Le Boulch, rescatando la importancia de la educación física y la relación del desarrollo motor con los procesos de aprendizaje. Mientras que para la educación secundaria la tendencia principal sería la deportivista.

⁵Ver: Mariano Ospina Rodríguez. Decreto del 2 noviembre de 1844. Sobre establecimientos y arreglos de las escuelas, p.3 y p.23

Posteriormente la educación física irá tomando matices estéticos, proporcionados por las nuevas tendencias y movimientos fitness (Crossfit, Trx, Zumba, Hiit, Aeróbicos, Yoga, Pilates, Grupal Training, Bodycombat, entre muchos otros más), que rinden culto al cuerpo.

Como anteriormente se ha visto la educación física ha tenido posturas militarista, higienistas, deportivas, estéticas, pero ¿Por qué nunca ha tomado a la emoción y el sentimiento como elementos fundamentales del área?, para comprender esto, es necesario comprender antes que nada el hecho de que somos hijos de la cultura occidental, y al ser hijos de la tradición cultural de occidente nos convertimos en lo que Luis Carlos Restrepo denomino “herederos de Alejandro”, y como buena tradición se resiste a desaparecer, occidente siempre ha tenido un afán por conquistar todo para obtener riqueza y poder, ejemplo de ello es Alejandro Magno quien a muy temprana edad ya había conquistado gran parte de Europa y Asia, cuentan los anales de la historia que Alejandro que cuando estaba en su lecho de muerte mandó a reunir a sus generales más leales, y ellos ilusionados, preguntaron quién debería continuar su legado, este contestó (Krat'eroi) “el más fuerte”. Con esta sencilla frase Alejandro envió un mensaje que hasta el día de hoy se resiste a desaparecer, el mundo no es para los débiles y con una sociedad que acepta estas falacias epistemológicas, es muy difícil que un hombre pueda demostrar sus emociones sin temor al rechazo; porque todos a su alrededor lo categorizaran como débil, y esto trae consecuencias muy graves en los hombre y en las mujeres, porque fomenta en ellos un analfabetismo afectivo que irán replicando con su círculo socializador primario (familia). Vivimos en una sociedad profundamente enferma carente de afecto, el mundo necesita afecto, necesitamos urgentemente resignificar las prácticas corporales en la educación física y re-crear nuevos contenidos en el área, es necesario empezar a generar propuestas que integren un saber afectivo partiendo de la

singularidad de la persona, donde se desarrolle un sujeto crítico, capaz de replantear las construcciones simbólicas internas sin miedo a caer en el rechazo o en el absurdo.

En este PCP, se entiende que la emoción tiene dos posturas, la evolucionista y la funcionalista, la evolucionista argumenta que las emociones son un proceso evolutivo básico y necesario para la supervivencia de la especie, es decir una forma más de adaptación que poseemos al medio ambiente. La cual surge como un mecanismo de defensa generado por un estímulo o una situación temporal en el que los mecanismos fisiológicos autonómicos (simpático y parasimpático), y corticales transmiten información al sistema osteoarticularmuscular encargado de generar la acción. Las emociones generadas en esta fase son de alta intensidad y muy breve duración de segundos, los defensores de esta postura argumentan que si conservamos este vestigio filogenético algún papel importante debe cumplir, de lo contrario ya hubiera desaparecido en el transcurso de la evolución. Mientras que la visión funcionalista como se evidencio anteriormente propone que las emociones sirven para proporcionar información del entorno con relación a un acto valorativo que aplicamos.

En conclusión, cuando hablemos de emoción se entenderá desde una visión más holística que integre ambas posturas (funcionalista y evolucionista), es decir que se acepta la postura de que las emociones son juicios valorativos sobre las acciones que realiza otro ser humano, reconociendo la importancia de las reacciones fisiológicas que se desprenden a partir de esa interpretación. En esta categoría abarcará a la alegría, aflicción (dolor), ira, miedo, asco, sorpresa, repugnancia (asco) y por cuestiones prácticas me referiré a ellas con el nombre que Paul Griffiths (1998) las designó, es decir, como emociones básicas.

Cuando se hable de sentimiento se hace referencia a un acto reflexivo, es decir una toma de conciencia de la emoción, si la emoción es la fase inicial del proceso (filogenético) el

sentimiento sería la fase final (ontogenético) que trasciende a la emoción. Para que pueda haber sentimientos es imprescindible que el individuo sea consciente que experimenta una emoción, además que requieren mayor grado de adaptación cultural para que estos surjan, a estos sentimientos los llamo Dilan Evans (2001) emociones cognitivas superiores en los cuales están: amor, celos, culpa, vergüenza, desconcierto, orgullo, envidia, odio etc. Tienen como característica que duran más tiempo que las emociones básicas y aunque el tiempo emocional es breve posee la capacidad de dar lugar a una experiencia que se sostiene en el transcurso del tiempo y es fácilmente visible.

Marco legal

Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte de la UNESCO.

Artículo 2. La educación física, la actividad física y el deporte pueden reportar una amplia gama de beneficios a las personas, las comunidades y la sociedad en general

- 2.3.** La educación física y el deporte pueden mejorar la salud mental, el bienestar y las capacidades psicológicas disminuyendo el estrés, la ansiedad y la depresión, al aumentar la función cognitiva, la competencia y cualidades, como la cooperación, la comunicación, el liderazgo, la disciplina y el trabajo de equipo.
- 2.4.** Establecer y estrechar los vínculos con la comunidad y las relaciones con la familia y los amigos.
- 2.5.** Pueden contribuir a la prevención y a la rehabilitación de los que corren el riesgo de caer en la toxicomanía, el alcoholismo, el tabaco, la delincuencia, la explotación y la más extrema miseria.

Artículo 10. La protección y promoción de la integridad y los valores éticos de la actividad física deben ser una preocupación permanente para todos.

Artículo 11. Desempeñar un papel importante en la consecución de los objetivos relativos al desarrollo, la paz y las situaciones posteriores a conflictos o desastres.

11.1 Los programas de deporte en favor del desarrollo y la paz deberían incluir los valores que brindan.

11.2 Los programas de deporte en favor del desarrollo y la paz deberían promoverse para apoyar la prevención de conflictos y posteriores conflictos o desastres.

11.3 Los programas de deporte en favor del desarrollo y la paz deberían ser inclusivos.

Ley 115 de febrero 8 de 1994, Por la cual se expide la ley general de educación.

EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA DECRETA:

ARTICULO 1o. Objeto de la ley. La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.

ARTICULO 5o. Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo fines como:

3. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.

4. La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.

Tabla 1.

Antecedentes.

AUTOR	AÑO	TITULO DEL PCP	DESCRIPCIÓN DEL PCP
Álvarez Sánchez, Pedro Alfonso	2012	Incidencia en las jornadas del diario vivir de los jóvenes en situación vulnerable, en su permanencia en el Centro De Emergencia “Casa Corazones” de Bogotá, durante el I y II período de 201.	<p>Propone visualizar las diversas problemáticas que afrontan adolescentes y jóvenes, que hacen parte del centro de emergencia “Casa Corazones” en la ciudad de Bogotá. Estos centros, diseñan un modelo de atención integral e inclusión social en medio institucional, donde promueven la restitución de los derechos a través de un acompañamiento individual y familiar a aquellas personas que presentan algún antecedente de como habitantes de calle.</p> <p>El centro “Casa Corazones” desarrollar actividades lúdicas, recreativas, deportivas, con la finalidad de orientación, guía y apoyo a los beneficiarios, y así mismo identificar los momentos en que se debe hacer intervenciones en crisis y contención de forma adecuada a la población del centro de emergencia.</p>
Márquez Mejía, Angélica	2013	Educción Física: Un espacio emocionante generador de experiencia y aprendizaje.	<p>Pretende a través de la Educación física vivenciar, conocer y explorar la dimensión socio-afectiva como elemento esencial del desarrollo del ser humano. Utiliza un trabajo interpersonal e intrapersonal en relación de reconocerse así mismo, el otro y el entorno. El proceso formativo se desarrolla desde actividades de sensibilización, en el trabajo con el cuerpo propio, el cuerpo del otro orientado a la necesidad de expresión humana.</p>
Casas Otálora, Edwin Ariel; Piraban Rivera, Miguel Ángel	2015	Cooperación como medio para fortalecer las relaciones interpersonales de los estudiantes en la clase de educación física.	<p>Se utiliza la cooperación como estrategia pedagógica para intervenir en el comportamientos y las conductas de los estudiantes, la cooperación está mediada por los tres tipos de competencias, como lo son saber disciplinar, saber pedagógico y saber humanístico, lo cual permite evidenciar que el proyecto no se determina únicamente por los saberes disciplinares propios de la educación física, sino que también se centra en el desarrollo del potencial humano.</p>

<p>Morales Zorrilla, Janer Andrés</p>	<p>2017</p>	<p>Educación física: Construyendo una conducta menos agresiva.</p>	<p>La finalidad es mitigar las conductas agresivas de los estudiantes por medio de una comunicación verbal y no verbal, a través de la educación física, el proceso se desarrolla en el colegio Veintiún Ángeles, se utiliza la comunicación asertiva, y las acciones motrices dirigidas en la clase de educación física, para potencializar al sujeto, en capacidades como el autocontrol, la confianza y el afecto.</p>
<p>Rodríguez Tovar, Andrés Giovanni.</p>	<p>2017</p>	<p>La educación física como potenciadora de las relaciones interpersonales en los jóvenes.</p>	<p>Busca a través de talleres con temáticas como el mimo, la danza y la expresión dramática, generar una concientización del cuerpo, y comprender la importancia de expresar, y manifestar, ideas, opiniones, emociones y estados de ánimo a las personas que nos rodean. La finalidad de este proyecto es preparar al estudiante para su vida fuera de la escuela, posibilitándole así, un mejor desarrollo social, evitando caer en la dependencia de la utilización de las TIC.</p>
<p>Sabogal Rodríguez, Mauricio</p>	<p>2013</p>	<p>Juegos tradicionales para fomentar el respeto, la tolerancia y el trabajo en equipo en población vulnerable.</p>	<p>El PCP busca dar respuesta a una problemática social como son: la violencia y la intolerancia; es grave el hecho de que una persona reaccione de manera agresiva sin medir las consecuencias de sus actos ante el menor provocación. Intentando solucionar esta problemática, utilizó los juegos tradicionales o autóctonos como medio para fomentar tres valores importantes para vivir en comunidad.</p>
<p>Acosta Peralta, Edgar, Leonardo; Cuellar Díaz, John Erick y Pulido Chacón, John Alexander</p>	<p>2014</p>	<p>Los escenarios educadores de emociones desde la educación física.</p>	<p>Busca posibilitar escenarios de reflexión de las emociones, por que en muchas instituciones educativas, no se les brindan la suficiente importancia a la dimensión emocional y la importancia que tienen el desarrollo del ser humano. También busca fortalecer las relaciones intrapersonales las cuales son esenciales en la construcción de sociedad, además se pretende Incentivar un ser participativo auto reflexivo seguro de sí y que interactúe significativamente en la sociedad y en el desarrollo de la misma.</p>

<p>Ríos Ortiz, David Leonardo y Sánchez Vargas, Diego Andrés</p>	<p>2016</p>	<p>Experiencia significativa: cualidades de la resiliencia con adolescentes privadas de la libertad. Hogar femenino Luis amigó.</p>	<p>Tiene como objetivo la fomentar la resiliencia en el hogar femenino Luis amigó, desde la perspectiva de 12 jóvenes privadas de la libertad, se utilizó como herramienta el deporte social. Como resultado se generó un espacio restaurativo, cumpliendo un objetivo de la propuesta pedagógica debido que en esta población es relevante el acto resiliente porque el deporte les permite levantarse cada vez que se caen, ya sea físicamente o psicológicamente en su situación privativa de la libertad; durante las prácticas evidenciaron 4 cualidades que potenciaron un carácter resiliente en estas menores: el sentido del humor, el manejo de emociones, la comunicación y el alcance de logros.</p>
<p>Camacho Urrego, Lorena Alexandra</p>	<p>2015</p>	<p>“Caracterización del deporte en el establecimiento carcelario La Modelo, desde la perspectiva de los funcionarios”.</p>	<p>Tiene como objetivo fundamental caracterizar el deporte en la cárcel La Modelo de Bogotá, desde la mirada de los funcionarios, Aporta un diagnóstico inicial sobre las prácticas deportivas realizadas en las instituciones penitenciarias, y analizadas por las mismas personas encargadas de la ejecución y administración, lo aporta una visión más completa acerca de lo que está pasando en las cárceles de Bogotá.</p>

Nota: Elaboración propia.

Perspectiva educativa

Ideal de ser humano

Desde el Proyecto Curricular – Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional (2004) se entiende al ser humano como

Sujeto cognoscente y objeto de conocimiento; poseedor de un cuerpo mediador entre su ser y el mundo, que lo posibilita para auto constituirse considerándolo, así como ser individual. Hacer una mirada de ser humano como ser social, implica pensarlo como hombre-cuerpo, como hombre-experiencia corporal, es decir, como esa conjunción compleja y profunda entre naturaleza y cultura que le permite interconstituirse socioculturalmente. (p 31.)

Todo aquello que nos lleva a pensar en comportamientos, sentimientos, formas de actuar ante el mundo y la sociedad, son procesos afectivos que trascienden en la vida del hombre desde sus inicios en las sabanas africanas hasta el día de hoy y de ¿cómo es capaz de ver e interactuar en su diario vivir? El hombre por naturaleza ha intentado dar explicación a su forma de comportarse tanto con el medio y con el otro, esto le ha permitido comprender más a fondo su sentir y en algunos momentos su forma de expresar los diferentes comportamientos.

El hombre tiende a convertir su sentir en problemas que de una u otra forma pueden ser positivos como negativos, llevando a que su actuar se permee en el actuar del otro. La falta de conciencia y de una integralidad ha llevado a que se configuren estados emocionales que pueden ser una variación de la cultura que los impone para la adaptabilidad del ser.

Por medio de este PCP se intenta formar un ser holístico, el cual sea capaz de conocerse y transformarse, creador de vínculos socio afectivos, tolerante, respetuoso de sí y del entorno que lo rodea, respondiendo así de la mejor manera posible ante los retos, oportunidades y adversidades que plantea la vida actual, en donde por medio de las distintas prácticas corporales que ofrece la educación física se logre llegar a la mejor versión de sí mismo. Por medio de este PCP le apunto a un paradigma emergente el denominado sentí-pensante-actuante, el cual dice que el hombre primero siente, a partir de lo que siente piensa en una acción a realizar, y ya establecida estas relaciones actúa. Contraponiéndose así al paradigma tradicional aristotélico de animal racional por naturaleza, este ser humano ha de desarrollarse integralmente en todas sus dimensiones siempre teniendo a su cuerpo como territorio de aprendizaje.

Educación

Para darle sustento teórico al concepto de educación se toma a Lorenzo Luzuriaga y John Dewey, quien fundamenta la pedagogía desde la experiencia, dice básicamente que la función de la escuela no solo debe formar al niño para su vida futura, sino también ayudarlo a su desarrollo y a comportarse en su realidad. Dewey (1995) “esta escuela, educa desde situaciones referidas a la vida presente introduciendo a los niños en el conocer y actuar en la vida social”. Este autor concibe a la escuela como un espacio para la reflexión de experiencias las cuales le permitirán adaptarse a la vida social. Otros autores como Durkheim (1924) definen a la educación como:

La acción ejercida por las generaciones adultas sobre aquéllas que no han alcanzado todavía el grado de madurez necesario para la vida social. Tiene por objeto el suscitar en el niño un cierto número de estados físicos, intelectuales y morales que exigen de él tanto la

sociedad política en su conjunto como el medio ambiente específico al que está especialmente destinado. (p. 60)

Por lo cual es muy cierto pero es una visión muy reduccionista del asunto, por esta razón tal vez la definición más acorde de educación con este PCP sea la de Lorenzo Luzuriaga (1971) el cual propone a la “educación como esa influencia intencional y sistemática sobre un ser juvenil con la intención de potencializarlo” (p.11) es decir que la educación debe tener como finalidad lograr la mejor versión de sí mismo.

En este PCP se entiende por educación como proceso social dinámico y autónomo que se da en el ser humano a lo largo de toda su vida y a partir de la interacción recíproca con los otros, permitiendo construir así, un conocimiento socialmente aceptado, a partir de las diferentes experiencias que vive el ser en su sociedad. El concepto de educación depende de la realidad social, varía en el tiempo y adopta distintas formas, reflejando así la escala de valores aceptada por la sociedad para el desarrollo de contenidos que permean el saber y el aprendizaje de los sujetos.

Cultura y sociedad

Si hay algo en lo que todos coincidimos es que el vivir en comunidad incrementa ampliamente las probabilidades de subsistir como especie, si el hombre no se pudiera relacionar con sus semejantes difícilmente habría podido llegar a alcanzar el nivel de desarrollo actual. Si se mira etimológicamente la palabra cultura proviene de “*cultum*” que significa cultivar o cultivo, en un principio se entendió como cultivo del campo de allí palabras como agricultura, pero con el paso del tiempo se fue transformando en sinónimos de educación, formación o perfeccionamiento

de las facultades intelectuales del hombre; es decir que pasó de ser cultivo de la tierra al propio cultivo del hombre.

Autores como Edward Burnett Tylor (1975) la definen como:

La cultura o civilización, es en sentido amplio, es aquel todo complejo que incluye el conocimiento, las creencias, el arte, la moral, el derecho, las costumbres y cualesquiera otros hábitos y capacidades adquiridos por el hombre en cuanto miembro de la sociedad. (p. 29).

La cultura que el ser humano va adquiriendo tiende a cambiar dependiendo del tipo de sociedad en la que él se encuentre inmerso, de allí que a partir de la interacción con sus semejantes vaya tomando ciertos elementos que a pesar de no ser propios de su grupo social le generaran experiencias positivas o negativas las cuales le ayudaran a forjar su personalidad.

Entendemos a la cultura como todo ese conjunto de ideas, saberes y formas de actuar de un determinado grupo social, la cual es un organismo vivo autopoietico que se devora y se reconstruye así mismo día tras día, por esta razón nuestro estudiante podrá estar en la capacidad de aportar a la construcción de nuevos conocimientos y transformación social de la realidad.

Teoría de desarrollo humano

Se sabe que la naturaleza de un individuo depende en gran medida de las condiciones ambientales donde este se desarrolle, ya que el primer círculo socializador influirá en gran medida en la forma de ver el mundo del individuo. La Teoría Ecológica de Bronfenbrenner (1987), concibe el desarrollo como “un cambio perdurable en el modo en que una persona percibe su ambiente y se relaciona con él” (p. 23). Este PCP intenta que los estudiantes

comprendan la influencia que tienen las emociones y los sentimientos en sus formas de pensar y actuar en las distintas esferas ambientales del sistema.

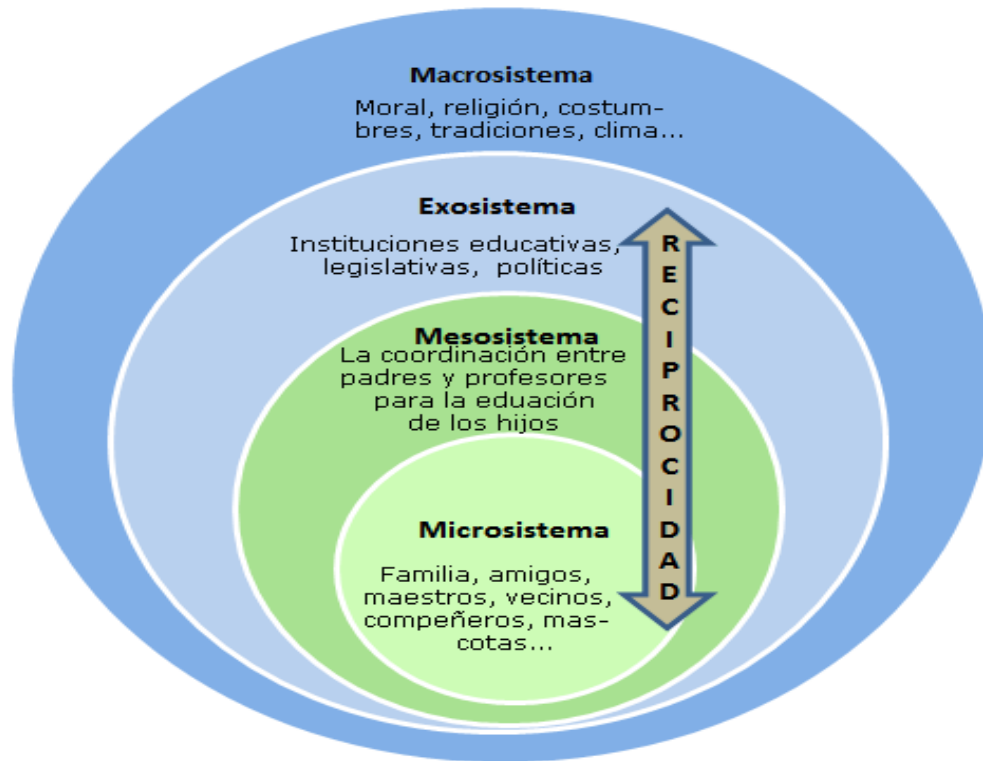


Figura 1. Esquema de la teoría ecológica. Fuente: Bronfenbrenner (1987).

Tendencia de la educación física

Para poder comprender adecuadamente a la sociomotricidad es necesario primero entender a la motricidad, para ello se podría decir que la motricidad es una dimensión humana que constituye una de las tantas formas de lenguaje y de expresión que poseen los seres humanos, la cual le sirve para comunicarse, relacionarse y se identificarse con sus semejantes. Por medio del cuerpo el estudiante logra conocerse a sí mismo, a los otros y al entorno que lo rodea, lo cual le permitirá establecer relaciones socio-afectivas a partir de lo que piensa, siente, percibe, desea y

actúa. En este sentido la motricidad concibe al ser humano como una integralidad compleja y de múltiples dimensiones (Morín, 1999).

La motricidad y la corporeidad son dos aspectos simbióticos e indisolubles, porque cuando se realiza un movimiento el cuerpo se mueve; pero al mismo tiempo es la corporeidad la que se manifiesta a través de dicho movimiento y le da la validez necesaria a dicho movimiento para convertirse en motricidad, vivenciar nuestra corporeidad nos permite incorporar elementos emocionales, afectivos y relacionales, para lograr un desarrollo integral del ser humano, fortaleciendo aspectos cognitivos, emocionales, motrices, y sociales.

De esta manera este PCP se fundamenta en la sociomotricidad tendencia de la educación física creada por Pierre Parlebas que rompe con varios paradigmas, como el no centrarse solo en el movimiento y el ser que se mueve que proponía la psicomotricidad de Picq y Vayer y J. Le Boulch, claro está que sin desconocer los grandes aportes que trajo a la educación física, sino por el contrario centrarse en el movimiento, el ser que se mueve, pero en relación con los otros y el entorno, la sociomotricidad busca establecer un puente entre esa motricidad individual y la de los demás.

La motricidad individual se ve afectada constantemente por la motricidad de los adversarios y de los compañeros de juego, así como por el entorno en que se desarrollan la actividad física (factores climatológicos, espectadores, entrenadores, etc...), configurando todos ellos la incertidumbre en la acción motriz, por tanto, es una motricidad en relación, a la que el autor define con el término de sociomotricidad. (Chinchilla y Zagalaz, 2002, p. 83)

La sociomotricidad hace especial hincapié en la relación que se establecen entre las personas y a las situaciones presentadas entre los miembros del grupo

“en un juego colectivo es tan importante la propia habilidad motriz, que puede convertirse en una buena técnica, como la capacidad de descentralización, de ponerse en el lugar del otro, de prever conductas ajenas, de anticipación perceptiva, elementos de acción que pueden formar parte de las tácticas deportivas, pero que, sin duda, estarán muy relacionados con la capacidad del jugador para conectar con sus compañeros, para poner a prueba su sociomotricidad. (Chinchilla y Zagalaz, 2002, p. 84)

En este PCP se busca crear un espacio de aprendizaje donde el estudiante pueda vivenciar distintas experiencias que contribuyan al desarrollo de todas sus dimensiones, respetando los parámetros y los dominios que propone esta tendencia.

Educación física

Cuando se habla de educación física se hace relación a todo un espacio que por medio de distintas practicas corporales reflexivas aporta al desarrollo del potencial humano; por esta razón no puede ser simplemente concebida como una disciplina académica encargada de desarrollar capacidades físicas, patrones básicos de movimientos, o al disciplinamiento social del cuerpo. La educación física necesita trascender a esta postura y debe permitirle a todos los sus estudiantes vivenciar y desarrollar su corporeidad. Según Gómez (2002):

la corporeidad humana es una construcción biopsicosocial permanente, portadora de los más diversos significados y de imaginarios que dialécticamente modifican la vida cotidiana, nutriéndose del accionar, los afectos, los vínculos, las emociones, el gozo, el dolor, los impactos sensibles, la apreciación estética, la disponibilidad de vivir en plenitud o restringidamente y, fundamentalmente, a partir de la diferenciación-identificación con los otros. (p.1)

En conclusión la corporeidad es todo ese conjunto de características no solo físicas, sino también ontogenéticas que me identifican con un grupo social, pero que al mismo tiempo me permiten diferenciarme de cada uno de sus integrantes, cada ser humano es un mundo infinito, único e irrepetible, lleno de distintas vivencias, sensaciones, motivaciones, y sentimientos; por esta razón es importante empezar a asumir posturas en la educación física que desarrollen el área intrapersonal (conocimiento de sí) y el área social (relación con el entorno y con los otros) para lograr así un desarrollo integral del ser humano.

Modelo pedagógico

El modelo pedagógico más acorde con este PCP es el modelo dialogante propuesto por Julián de Zubiría (2006), porque pone como eje fundamental al desarrollo del estudiante, brindándole posibilidades de conocimiento intrapersonal e interpersonal, buscando a si un equilibrio entre la relación de los saberes enseñados por la escuela (saberes contextualizados) y el desarrollo de las dimensiones humanas. Además, en este modelo se promueve la enseñanza participativa, flexible, dinámica y autónoma por parte del estudiante y donde el maestro es solamente un medidor entre los alumnos y el saber, coordinando las distintas actividades como guía participativo del proceso siempre con el objetivo del desarrollo integral del ser humano, la obtención de conocimientos contextualizados y el desarrollo de habilidades necesarias en la vida diaria.

Para la implementación de este modelo pedagógico se respetará los cuatro postulados propuestos por el paradigma de la pedagogía dialogante:

- Primer postulado (propósitos): la función esencial de la escuela es garantizar el desarrollo cognitivo, valorativo y praxiológico de los estudiantes. La escuela debe consistir en el

desarrollo y no en el aprendizaje como lo han considerado los demás modelos pedagógicos, en especial los heteroestructurantes. (De Zubiría, 2006, p. 215)

- Segundo postulado (contenidos): la escuela debe trabajar contenidos cognitivos, procedimentales y valorativos (De Zubiría, 2006, p. 225)
- Tercer postulado (estrategias metodológicas): las estrategias metodológicas deben ser de tipo interestructurante y dialogante. En este sentido se deben reivindicar el papel activo tanto de la mediación como del estudiante. (De Zubiría, 2006, p.. 230)
- Cuarto postulado (evaluación): la evaluación debe abordar las tres dimensiones humanas. Debe describir y explicar el nivel de desarrollo en un momento y contexto actual, teniendo en cuenta su contexto y su historia personal, social y familiar; debe privilegiar la evaluación de la modificabilidad y reconocer el carácter necesario intersubjetivo de toda evaluación. (De Zubiría, 2006, p. 237)

Diseño de implementación

Justificación

En la sociedad actual, donde problemas como el bylling, la drogadicción, la violencia, los medios de comunicación y hasta la misma cultura crean modelos distorsionados de belleza y éxito deportivo, difíciles de alcanzar entre los jóvenes; generando inconformismo con su cuerpo, problemas de autoestima y deserción escolar al no sentirse plenamente convencido de las capacidades y habilidades que poseen. Razón por la cual proyectos que favorezcan a mejorar la autoestima, las emociones y capacidades relacionales de los estudiantes cobran relevancia en el ámbito educativo. Los jóvenes lanzan gritos desesperados de ayuda, mientras se hunden en un abismo emocional; escucharlos, brindarles un espacio desde la educación física con nuevas prácticas corporales donde ellos mismo comprendan, conozcan e indaguen sobre sus emociones y el papel que desempeñan en su vida, es un pequeño paso para ayudar a construir una sociedad más tolerante y más comprometida con la vida.

Propósito formativo

Generar un espacio propicio en la clase de educación física donde los estudiantes por medio de las distintas prácticas corporales puedan experimentar, vivenciar, reflexionar y expresar sus emociones sin miedo al rechazo, contribuyendo así al crecimiento personal de los estudiantes.

Objetivos

- Comprender las emociones y los sentimientos trabajados en clase y la influencia que tienen en la vida cotidiana.
- Concientizar al estudiante sobre el control de sus emociones desde el respeto hacia los demás.
- Potenciar un ser auto reflexivo, participativo comprometido con la sociedad.

Contenidos

Emociones primarias o básicas: entendidas como todo ese conjunto de emociones con carga filogenética que favorecieron a la supervivencia de la especie; entre ellas encontramos la ira; alegría, dolor/aflicción, miedo, sorpresa, asco/repugnancia. Sin embargo, para este PCP por cuestiones prácticas se tomaron solo a la ira, alegría y el dolor. Emociones cognitivas superiores: son aquellas emociones que para desarrollarse requieren cierto grado de adaptación cultural, estas emociones son más de carácter ontogenético y requieren una interacción social, para este PCP es lo que podríamos llamar actualmente como sentimientos, entre ellos encontramos el amor, la culpa, la insatisfacción y la comprensión/empatía.

Diseño metodológico

Para este PCP se ha diseñado una sola unidad didáctica llamada “catarsis emocional” compuesta por nueve clases, las primeras dos clases corresponderán a las sesiones diagnosticas para identificar la población y los conocimientos previos, el restante de las sesiones se diseñó en base los resultados obtenidos de las dos primeras clase (la ventana de Johari y el cuestionario

emocional” todas las sesiones de clases son atravesadas por 3 elementos fundamentales que se dan en el transcurso de las clases: pensar (aspecto cognitivo), comunicar (transmitir emociones y sentimientos), convivir (establecer vínculos relacionales con los otros).

A continuación, el mente-facto de la flor de loto ilustra un poco la idea, los tres pétalos superiores corresponden a los ejes elementos fundamentales (comunicar, pensar, convivir), en el centro de la flor esta la unidad didáctica y los pétalos inferiores corresponden a los contenidos de las unidades (emociones primaria o básicas y emociones cognitivas superiores).

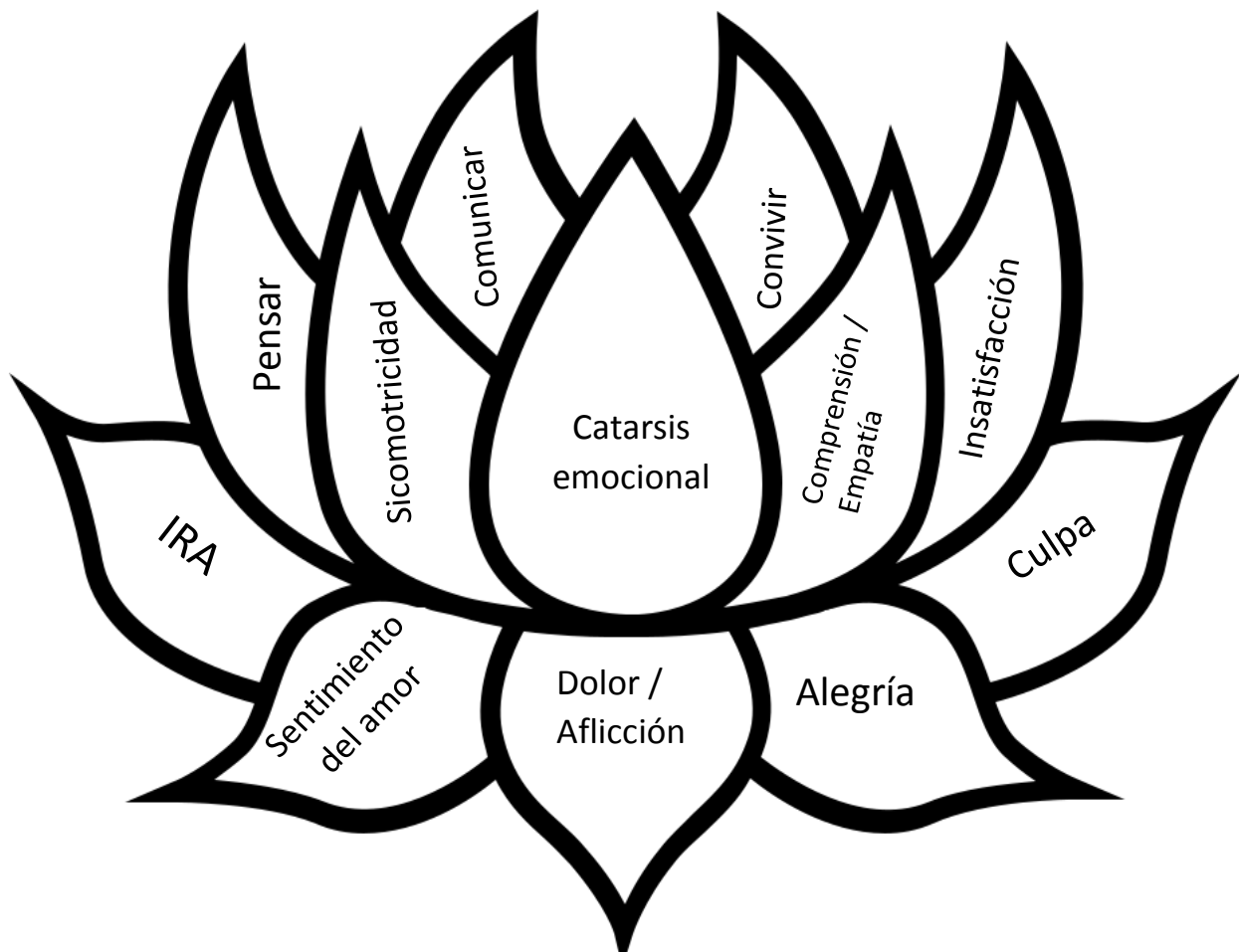


Figura 2. Esquema de la unidad didáctica. Fuente: Elaboración propia

Metodología

La metodología que se utilizó en este PCP fue el concepto planteado por el filósofo alemán Karl Jaspers de las *Grenzsituation* que puede traducirse como situación fronteriza o situación límite, el cual nos dice que el ser humano a lo largo de su existencia tendrá que enfrentar una serie de situaciones que no podrá cambiar (ruptura amorosa, separación de los padres, muerte de un ser querido, decepciones, etc.) y tendrá que simplemente aceptar, las cuales en muchas ocasiones serán satisfactorias o dolorosas; pero que cuando se logren superar dejarán una enseñanza que ayudará a fortalecer carácter del individuo, trayendo como principal beneficio la resiliencia. Jaspers (1950) plantea:

Cerciorémonos de nuestra humana situación. Estamos siempre en situaciones. Las situaciones cambian, las ocasiones se suceden. Si éstas no se aprovechan, no vuelven más. Puedo trabajar por hacer que cambie la situación. Pero hay situaciones por su esencia permanentes, aun cuando se altere su apariencia momentánea y se cubra de un velo su poder sobrecogedor: no puedo menos de morir, ni de padecer, ni de luchar, estoy sometido al destino, me hundo inevitablemente en la culpa. Estas situaciones fundamentales de nuestra existencia las llamamos situaciones límites. Quiere decirse que son situaciones de las que no podemos salir y que no podemos alterar. La conciencia de estas situaciones límites es después del asombro y de la duda el origen, más profundo aún, de la filosofía. En la vida corriente huimos frecuentemente ante ellas cerrando los ojos y haciendo como si no existieran. Olvidamos que tenemos que morir, olvidamos nuestro ser culpables y nuestro estar entregados al destino. Entonces sólo tenemos que habérnoslas con las situaciones concretas, que manejamos a nuestro gusto y a las que reaccionamos actuando según planes en el mundo, impulsados por nuestros intereses vitales. A las situaciones límites

reaccionamos, en cambio, ya velándolas, ya, cuando nos damos cuenta realmente de ellas, con la desesperación y con la reconstitución: Llegamos a ser nosotros mismos en una transformación de la conciencia de nuestro ser. (p.17)

Evaluación

Según Valdés (1999), la evaluación debe ser un proceso continuo y dinámico, en el cual el maestro se va configurando una idea las capacidades y habilidades del niño y también de su situación personal. La evaluación, por tanto, será:

- Diagnóstica: para hacer una lectura de la población estudiantil, la actitud que tienen ante la clase y la interacción entre compañeros.
- Integral: porque respetará tres ejes fundamentales de la propuesta como son: el desarrollo cognitivo, comunicativo, y socio-afectivo
- Continua: el estudiante estará en constante cambio al darse una valoración reflexiva a partir de la retroalimentación.
- Participativa: los diferentes actores de la comunidad educativa (maestro-estudiante), reconocerán las debilidades y fortalezas en el proceso de enseñanza, e idearán propuestas para mejorar el proceso.

Ejecución piloto

Microcontexto

Este proyecto se implementó en dos lugares completamente distintos con poblaciones de diferentes edades, con problemáticas sociales diversas. El primer escenario en donde se realizaron las prácticas pedagógicas se realizó en la Institución Educativa Distrital San Agustín, Camino a la Excelencia, sede A, dicho centro se encuentra ubicado en la localidad 18, Rafael Uribe Uribe, en la calle 50 sur # 5C-40, en el barrio San Agustín, detrás de la Cárcel Picota de la ciudad de Bogotá. Este colegio es de carácter oficial, es mixto, he imparte, educación formal en los niveles de educación preescolar, básica primaria, básica secundaria y media en las jornadas mañana y tarde, con un tipo de calendario “A”; dicho colegio está aprobado legalmente por la secretaria de educación distrital, mediante la resolución N° 2730 de septiembre de 2002.



Figura 3. Colegio San Agustín IED. FUENTE: <http://www.iedsanagustin.com.co/nuestro-colegio/>

Aspectos educativos.

Misión. La IED San Agustín tiene como misión la formación integral de los estudiantes bajo la formación política y de gestación social, la cual comprende tres ramas: gestación en liderazgo social y ambiental, gestión en comunicación, tecnología y sociedad y gestión artística y deportiva, generando ambientes de aprendizaje mediados por la investigación y la comunicación, fomentando las relaciones interpersonales que permitan el desarrollo de potencialidades y saberes que contribuyan al desarrollo personal, económico, social y cultural de la comunidad.

Visión. La IED San Agustín será reconocida como un establecimiento generador de procesos de desarrollo y gestión de la comunidad, propiciando el pensamiento crítico y reflexivo en los estudiantes; que les permita integrarse con eficiencia y eficacia en el campo educativo y laboral, brindándole herramientas para transformar su realidad personal, mejorar su calidad de vida y la de su entorno; entregando a la sociedad personas con saberes, valores y compromiso social.

Población.

Los grupos involucrados en esta propuesta pedagógica fueron los cursos 701 y 801 de la jornada de la mañana, los días miércoles. Esta población está integrada por edades desde los 11 hasta los 16 años, en ambos cursos la mayoría de los integrantes son mujeres. Los estudiantes se caracterizan por sus distintas formas de actuar, ser y pensar en la clase y la institución. La mayoría de ellos viven en una familia mono parental; es decir compuesta solamente por uno de los padres, algunos de los niños muestran cierto grado de rechazo cuando se les pregunta acerca de algunos de sus padres. Los estudiantes no muestran predilección por algún deporte aparte del

fútbol, lo cual permite realizar nuevas prácticas corporales que favorezcan al gozo, el disfrute, y la obtención de resultados.

Planta física.

El segundo escenario en donde se realizaron las prácticas pedagógicas fue en el Idipron sede molinos, ubicado en la Carrera 5A Bis # 48N – 48 sur, localidad Rafael Uribe Uribe, barrio Molinos 2. Esta institución es de carácter oficial, es mixto, he imparte, educación formal en los niveles de educación secundaria y media en las jornadas mañana.



Figura 4. Unidad de Protección Integral Sede Molinos. Foto tomada por Mario Gómez

Aspectos educativos.

Misión. IDIPRON es la entidad Distrital que a través de un modelo pedagógico basado en los principios de afecto y libertad, atiende las dinámicas de la calle y trabaja por el goce pleno de los derechos de la Niñez, Adolescencia y Juventud en situación de vida en calle, en riesgo de

habitarla o en condiciones de fragilidad social, desarrollando sus capacidades para que se reconozcan como sujetos transformadores y ciudadanos que ejercen sus derechos y deberes para alcanzar una vida digna y feliz.

Visión. IDIPRON en el 2025 será la entidad referente a nivel latinoamericano experta en la atención y prevención de las diversas dinámicas de la calle, generando conocimiento y teniendo presencia en todas las localidades y zonas (urbanas y rurales) con estrategias efectivas que contrarresten las amenazas de quienes viven en fragilidad social y logrando que quienes viven en situación de calle superen su condición en la ciudad de Bogotá, evidenciando que al menos el 60% de quienes entraron al modelo pedagógico evolucionaron en su restablecimiento y goce pleno de derechos.

Población.

Los grupos estudiantes que participaron en esta propuesta pedagógica fue el grado octavo la jornada de la mañana. Esta población está integrada por hombres y mujeres entre los 18 hasta los 24 años de edad, la mayoría de los integrantes son hombres. Los estudiantes se caracterizan por sus distintas formas de actuar, ser y pensar en la clase y la institución. La mayoría de ellos viven en una familia mono parental; es decir compuesta solamente por uno de los padres, muchos de los alumnos presentan problemas con consumo de sustancias psicoactivas, algunos han tenido intentos de suicidio y muestran cierto grado de rechazo a expresar sus emociones por miedo a la burla de los compañeros. Los estudiantes no muestran predilección por algún deporte aparte del fútbol, lo cual permite que estén dispuestos realizar nuevas prácticas corporales que favorezcan al gozo, el disfrute.

El proyecto se implementó en el colegio San Agustín los días miércoles, en niños entre los 11-16 años de edad y en el Idipron los días martes y viernes. Se realizaron 9 sesiones de clase, las cuales comprendían y respondían al propósito formativo de la unidad didáctica “catarsis emocional”. Para la realización de esta unidad didáctica se dividió en dos fases; la primera parte compuesta de dos clases diagnosticas (ventana de Johari y cuestionario emocional), la segunda parte con los resultados obtenidos se diseñaron las sesiones clases para la obtención de la muestra. Al finalizar cada una de las clases se hacía una reflexión y se escuchaban a los estudiantes sobre las sugerencias e inquietudes.

Tabla 2.
Cronograma.

EMOCIÓN Y SENTIMIENTO EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA					
Numero de clases: 9 sesiones	Unidad didáctica 1: Catarsis emocional				
	Contenidos de la sesión: Emociones primarias o básicas Emociones cognitivas superiores	Días trabajados			
		Marzo	Abril	Mayo	Seguimiento evaluativo
Sesión # 1 y 2	Diagnostico emocional	13 / 20			<ul style="list-style-type: none"> • Acuerdos y expectativas • Ventana de Johari • Encuesta emocional
Sesión # 3	Emoción básica “ira”	27			<ul style="list-style-type: none"> • Análisis • Reflexión • Auto evaluación • Hetero evaluación
Sesión # 4	Emoción cognitiva superior “sentimiento del amor”		03		
Sesión # 5	Emoción básica “dolor/aflicción”		10		
Sesión # 6	Emoción básica “alegría”		24		
Sesión # 7	Emoción cognitiva superior “culpa”		30		
Sesión # 8	Emoción cognitiva superior “insatisfacción”			02	
Sesión # 9	Emoción cognitiva superior “comprensión / empatía”			03	

Nota: Elaboración propia.

Tabla 3. *Plan de clases.*

Universidad Pedagógica Nacional Facultad Educación Física Licenciatura En Educación Física Planeación de clases							
Docente en formación: Mario Alberto Gómez Flórez		Día:	Mes:	Año: 2019	Sesión # 1	Duración de la sesión: 120 min	Grado:
Docente a cargo: Carlos Pacheco		Institución: Colegio San Agustín I.E.D		Unidad didáctica: Catarsis Emocional		Numero de sesiones: 10	Temática de la sesión: Diagnostico
Objetivo para la clase: Hacer un diagnóstico de la población estudiantil, el contexto y el concepto que tienen los estudiantes acerca de sí mismos y de sus semejantes.							
Momentos de la clase: Sesión 1							
Parte	Actividad	Duración	Descripción de la actividad				Materiales
Inicial	Rompe hielo “el cocodrilo loco”	20 min	Todos los estudiantes, dispuesto en forma circular seguirán las indicaciones del maestro, prestándole mucha atención a la canción, el ritmo y la letra, para luego repetirla. La idea es completarla con el menor número de errores.				Conos, aros, balones, tiza
Central	Circuito motriz	30 min	2 equipos deberán superar todas las pruebas de un circuito motriz, compuesta por cinco estaciones, al finalizar el recorrido recogerán una tiza.				
	La ventana de Johari	40 min	Con la tiza obtenida en la actividad anterior, los estudiantes por parejas dibujaran su silueta corporal en el suelo, en dicha silueta escribirán individualmente sus fortalezas, virtudes, y defectos ubicando cada palabra en la parte del cuerpo que ellos consideren necesaria. Cuando todos hayan terminado se dispondrán a cambiar de silueta en el sentido de las manecillas del reloj, y le escribirán a sus compañeros con mucho respeto las virtudes, defectos o fortalezas que ellos creen que tienen, todos esto por fuera de la silueta corporal.				
Final	Interiorización	20 min	Los estudiantes leerán cada una de las siluetas y reflexionaran acerca de las fortalezas y debilidades que poseen y como son concebidos por sus compañeros.				

Fuente: Elaboración propia.

Universidad Pedagógica Nacional Facultad Educación Física Licenciatura En Educación Física Planeación de clases							
Docente en formación: Mario Alberto Gómez Flórez		Día:	Mes:	Año: 2019	Sesión # 2	Duración de la sesión: 120 min	Grado:
Docente a cargo: Carlos Pacheco		Institución: Colegio San Agustín I.E.D		Unidad didáctica: Catarsis Emocional		Numero de sesiones: 10	Temática de la sesión: Diagnostico
Objetivo para la clase: acercar al estudiante al reconocimiento de sus emociones, para desarrollar la autoestima, la autonomía y responsabilidad de sus actos							
Momentos de la clase: Sesión 2							
Parte	Actividad	Duración	Descripción de la actividad				Materiales
Inicial	Movimiento articular	15 min	Se inicia con una serie de ejercicios, los cuales consisten en incrementar el rango de movimiento de las articulaciones e incrementar el ritmo cardiaco para evitar cualquier tipo de lesión.				Raquetas de madera, balones, conos,
Central	Juego de ponchados	60min	Los estudiantes organizados en grupos de igual cantidad de integrantes intentaran tumbar los conos de los adversarios.				
	Cuestionario	20 min	Los estudiantes al finalizar recibirán un cuestionario el cual deberán diligenciar con la mayor sinceridad posible.				
Final	reflexión	15 min	Los estudiantes reflexionaran sobre las respuestas				

Nota: Elaboración propia.

Universidad Pedagógica Nacional Facultad Educación Física Licenciatura En Educación Física Planeación de clases							
Docente en formación: Mario Alberto Gómez Flórez		Día:	Mes:	Año: 2019	Sesión # 3	Duración de la sesión: 120 min	Grado:
Docente a cargo: Carlos Pacheco		Institución: Colegio San Agustín I.E.D		Unidad didáctica: Catarsis Emocional		Numero de sesiones: 10	Temática de la sesión: Emociones básicas “Ira”
Objetivo para la clase: evidenciar como influye emociones como la ira en situaciones de combate, y como canalizarlas sin hacerle daño a nuestros semejantes							
Momentos de la clase: Sesión 3							
Parte	Actividad	Duración	Descripción de la actividad				Materiales
Inicial	Calentamiento	15 min	Se inicia con una serie de ejercicios, los cuales consisten en incrementar el rango de movimiento de las articulaciones e incrementar el ritmo cardiaco para evitar cualquier tipo de lesión.				Papel periódico, cinta adhesiva, marcadores, colores.
Central	El monstruo	20 min	Los estudiantes en un pliego de papel dibujaran la silueta de un monstruo				
	Sesión de kick-boxing	30 min	Se explicaran los gestos técnicos del kick-boxing (posturas, golpes básicos y desplazamientos).				
Final	Vence al enemigo	20 min	Los estudiantes colgaran la silueta del monstruo que dibujaron previamente, y la destruirán con los golpes kick-boxing que acaban de aprender.				
	Cierre de clase	10 min	Se escucharán a los estudiantes a cerca de las inquietudes, sugerencias o inquietudes que hayan surgido durante la clase.				

Universidad Pedagógica Nacional Facultad Educación Física Licenciatura En Educación Física Planeación de clases							
Docente en formación: Mario Alberto Gómez Flórez		Día:	Mes:	Año: 2019	Sesión # 4	Duración de la sesión: 90 min	Grado:
Docente a cargo: Carlos Pacheco		Institución: Colegio San Agustín I.E.D		Unidad didáctica: Catarsis Emocional		Numero de sesiones: 10	Temática de la sesión: Sentimiento del amor
Objetivo para la clase: comprender la importancia de sentimiento del amor en la vida cotidiana, y los distintos tipos de amor que pueden existir							
Momentos de la clase: Sesión 4							
Parte	Actividad	Duración	Descripción de la actividad				Materiales
Inicial	Juego del fofa	15 min	Los estudiantes reunidos de forma circular, deberán completar la mayor cantidad de fofas, cual consiste en alzar el pie y decir fofa 1,2,3,5.....				Pelotas de fitball, Balón de voleibol, aros, colchonetas grabadora, usb
Central	Todos sentados	15 min	los estudiantes con un balón de fittball, deberán lanzarlo a sus compañeros por encima de la cabeza cuando el balón llegue a su compañero podrá sentarse, el objetivo es sentarse todo el grupo en el menor tiempo posible y si alguien deja caer el balón se inicia de nuevo (variantes: balón de vóleibol)				
	Invade el terreno	30 min	Se dividirán dos grupos, cada uno en un lado de la cancha, se dispondrán de varios aros por toda la pista en esos aros no se podrá congelar a oponente, el objetivo del juego es invadir la zona del contrario y anotar un gol o un sesta sin que sea congelado				
Final	Cuento sobre el amor y la locura	20 min	Los estudiantes se acostaran en las colchonetas, adoptaran una posición en la que se encuentren cómodos, cerraran los ojos y escucharan el cuento sobre el amor y la locura				
	Cierre de clase	10 min	Se escuchará a los estudiantes a cerca de las inquietudes, sugerencias o inquietudes que hayan surgido durante la clase.				

Universidad Pedagógica Nacional Facultad Educación Física Licenciatura En Educación Física Planeación de clases							
Docente en formación: Mario Alberto Gómez Flórez		Día:	Mes:	Año: 2019	Sesión # 5	Duración de la sesión: 120 min	Grado: octavo
Docente a cargo: Jonathan Ovalle	Institución: Idipron sede molinos		Unidad didáctica: Catarsis Emocional		Numero de sesiones: 9	Temática de la sesión: Dolor/Aflicción (perdón)	
Objetivo para la clase: <ul style="list-style-type: none"> • rescatar por medio de un sentimiento estigmatizado como la culpa, los elementos formativos y reflexivos que dicho sentimiento aporta. • Crear un espacio en donde los estudiantes puedan reflexionar sobre distintos temas que nunca se cuestionan 							
Momentos de la clase: sesión # 5							
Parte	Actividad	Duración	Descripción de la actividad				Materiales
Inicial	Movilidad articular y estiramientos	15 min	Se hacen una serie de movimientos y estiramientos para disponer el cuerpo a la sesión de yoga que vamos a realizar				Colchonetas, música relajante, incienso,
Central	Sesión yoga	30 min	Los estudiantes realizaran una serie de posturas de yoga, siempre siguiendo las indicaciones del docente a cargo.				
	El Hikikomori	20 min	Los estudiantes se acostaran en colchonetas, en una posición cómoda, entraran en un estado de relajación y seguirán todas las indicaciones de docente. (que les dirían a sus familiares, si por cuestiones de la vida deberían ausentarse de la casa por un largo tiempo)				
	El testamento	5 min	Se les da la oportunidad a los estudiantes de poder plasmar por escrito todos los sentimientos que surgieron de la actividad anterior				
Final	Socialización de los sentimientos surgidos	20 min	Los estudiantes sentados alrededor de un círculo empezaran a socializar los sentimientos que plasmaron en su carta.				

Análisis de la experiencia

Aprendizajes como docente

Desde el principio mi PCP estuvo encaminado a generar un espacio propicio en la clase de educación física en el cual los estudiantes por medio de distintas prácticas corporales pudieran experimentar, vivenciar, reflexionar y expresar sus emociones sin miedo al rechazo, contribuyendo así al crecimiento personal de los estudiantes, luego de culminar la implementación pedagógica, considero que se logró el objetivo. Sin embargo, considero que todavía queda mucho por hacer, la EF al tener más cercanía con los estudiantes y gozar de ese factor motivador que pocas áreas poseen; puede brindar una luz de esperanza a los alumnos con problemas que lanzan gritos desesperados de ayuda. El fortalecimiento de la inteligencia emocional debe ser un factor fundamental del proceso educativo, utilizándola como una posible solución, mediador o prevención de conductas de riesgo, brindándole al estudiante experiencias emocionales que lo convertirán en la mejor versión de sí.

Además, para que la práctica pedagógica sea satisfactoria es necesaria la unión del maestro y los alumnos, ambos trabajen en conjunto para crear un dialogo de saberes, en donde todos los integrantes aprendan unos de otros, reflexionen sobre los aprendizajes obtenidos y reevalúen las prácticas educativas ayudando así a la mejora del proceso. Es muy gratificante recibir manifestaciones de afecto, agradecimiento, motivación por parte de los estudiantes, ver como las actividades y las enseñanzas planteadas en las clases van llegando a su corazón y los van transformando en seres más sensibles con su entorno y con las relaciones que tienen con sus semejantes.

Incidencias en el contexto y en las personas

Aunque el PCP se realizó en dos lugares distintos y con poblaciones diferentes los resultados obtenidos fueron muy parecidos. En ambos casos se presentaron algunos inconvenientes en la realización por cuestiones de tiempo y otras actividades planteadas dentro del plantel educativo (presentaciones, jornadas pedagógicas, izadas de bandera); sin embargo, se pudo evidenciar como se reforzaron vínculos afectivos entre los participantes del proceso, y también incrementaron sus niveles de confianza en sí mismos.

En la institución educativa San Agustín tanto los grados de séptimo y octavo contaron con una gran actitud, colaboración y participación lo cual permitió que la experiencia fuera muy enriquecedora para ellos como para mí. En un principio se evidenciaron dificultades entre algunos integrantes del grupo para relacionarse y respetar los distintos puntos de vista; que con el pasar del tiempo fueron disminuyendo, tanto así que al final de la práctica pedagógica varios estudiantes lograron reconocer sus emociones y expresarlas sin miedo al rechazo, además comprendían y respetaban las diferentes habilidades, formas de ser y actuar de sus compañeros.

En la unidad de protección integral sede molinos los estudiantes al ser mayores de edad (18-24 años) y tener diferencias vivencias a lo largo de su vida; considero que el trabajo sobre las emociones fue más significativo, al principio fue un poco difícil lograr que ellos confiaran en sus compañeros, ya que la mayoría de ellos al venir de entornos familiares conflictivos, consideran que cualquier signo de expresión emocional ante sus semejantes es sinónimo de debilidad. Algo muy curioso al trabajar con esta población es que para demostrar que hay un alto grado de afecto, estimación o camaradería que hay entre ellos, utilizan un lenguaje muy soez mientras que si no tiene tanta afinidad con alguien lo tratan con mayor respeto. Es muy gratificante ver como estudiantes que al principio decían “profe a mí se me dificulta expresar mis emociones porque

siempre que lo hago me hieren, las personas que quiero siempre me decepcionan” ahora ya logran expresar un poco más lo que sienten, claro está que no son los más efusivos, pero por algo se empieza, es un buen indicio.

Al finalizar cada clase a los estudiantes del colegio San Agustín y del Idiprom se les pedía que respondieran de forma escrita o verbal y con la mayor sinceridad posible preguntas de ¿Cómo les pareció la clase?, ¿Qué observaciones tenían acerca de la clase? ¿Qué sentimiento les fomentó la clase? ¿Consideran que la clase les sirve en su vida diaria? Esto les fomentó confianza entre los estudiantes al poder dar sus opiniones sobre la clase ya fueran positivas o negativas y favoreció en sus procesos de reflexión.

Incidencias en el diseño

Cuando inicié con la idea del PCP, siempre tuve presente que este no fuera solamente mi trabajo de grado sino por el contrario fuera todo un proyecto de vida, un proyecto que reconociera la importancia del área humanística antes que la disciplinar, una propuesta que me construyera como ser humano y edificara profesionalmente en mi campo, ahora me logro dar cuenta de la importancia que tiene la educación emocional en el entorno académico y la infinidad de utilidades que le pueden dar los educadores, siempre que uno crea una propuesta pedagógica lo hace con una intencionalidad o un propósito formativo; en medio de un ego pedagógico creemos que vamos a transformar la vida de nuestros alumnos, lo que no nos damos cuenta es que nosotros terminamos siendo los educados, ellos con sus historias, corporalidades y corporeidades van dejando huella en nosotros y nos transforman en mejores seres humanos. Yo creía que iba a ayudar a algunos muchachos, pero por el contrario ellos fueron los que terminaron ayudándome a mí; me mostraron un mundo distinto y lleno de posibilidades, un mundo que es imperfecto pero

por el que vale la pena luchar día tras día para lograr la transformación social con la que siempre he soñado. Después de realizar las prácticas pedagógicas estoy más convencido que nunca de que no me equivoque de profesión y si hay alguna profesión realmente optimista es la de ser educador.

Recomendaciones

- Propiciar espacios de reflexión donde el alumno aprenda a conocerse a sí mismo, desde su experiencia, lenguaje corporal y auto conceptos debe ser tarea fundamental de la educación.
- Aprender a leer los contextos y las poblaciones para determinar la mejor manera de trabajar con ellos y obtener los resultados deseados.
- Integrar en las clases los saberes de las áreas humanística, pedagógica y disciplinar, para potenciar un ser integro permitirán que las practicas sean más significativas en los estudiantes.
- Saber utilizar que estilos de enseñanza y con cual población funcionan mejor, en este caso en el colegio San Agustín sirvieron todos los planteados por Muska Mosston. Mientras que por el contrario en el Idiprom sirvió más la resolución de conflictos y el descubrimiento guiado, y con el que más se sentían incomodos fue el mando directo y la asignación de tareas.
- Fomentar el respeto entre los estudiantes durante las sesiones de clase es fundamental para poder trabajar las emociones, sin respeto no habrá confianza y sin confianza no expresaran su sentimiento y emociones.

Referencias

- Acosta E. L., Cuellar, J. E., y Pulido, J. A. (2014). *Los escenarios educadores de mociones desde la educación física*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Aristóteles. (1999). *Retórica*. Madrid: Gredos
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano: experimentos en entornos naturales y diseñados*. (Trad. A. Devoto). Barcelona: Paidós Ibérica.
- Camacho, L. A. (2015). *Caracterización del deporte en el establecimiento carcelario La Modelo, desde la perspectiva de los funcionarios*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Casas, E. A., y Piraban, M. A. (2015). *Cooperación como medio para fortalecer las relaciones interpersonales de los estudiantes en la clase de educación física*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Chinchilla, J. L. & Zagalaz, M. (2002). *Didáctica de la educación física*. Madrid: CCS.
- Descartes, R. (1997). *Las pasiones del alma*. (Trad. J.A. Martínez Y P. Andrade). Madrid: Tecnos.
- Dewey, J. (1995). *Democracia y Educación*. Madrid, España: Morata.
- De Zubiria Samper, J. (2006). *Los modelos pedagógicos: Hacia una pedagogía dialogante*. Bogotá: Magisterio.
- Durkheim, E. (2013). *Educación y sociología*. Barcelona: Bogotá: Península.

- Evans, D. (2001). *Emoción la ciencia del sentimiento*. Madrid: Taurus.
- Ferrater Mora, J. (1994). *Diccionario de Filosofía*. Barcelona: Ariel.
- Gómez, J. (2002). *Educación física en el patio una nueva mirada*. Buenos Aires: Stadium.
- Griffiths, P. (1997). *Qué son realmente las emociones: el problema de las categorías psicológicas*. Chicago, EEUU: Universidad de Chicago
- Herrera, L. A. (1987). Aportes para una Historia de la Educación Física en Colombia. *Revista Educación Física y Deporte*, 9 (1-2), 67-75
- Le Breton, D. (1999). *Las pasiones ordinarias antropología de las emociones*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Luzuriaga, L. (1971). *Historia de la educación y la pedagogía*. Buenos Aires: Losada.
- Márquez, A. (2013). *Educción Física: Un espacio emocionante generador de experiencia y aprendizaje*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Ministerio Nacional de Educación. (1994). *Ley General de Educación Ley 115 de febrero 8 de 1994*. Recuperado de http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
- Morales, J. A. (2017). *Educación física: Construyendo una conducta menos agresiva*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Morín, E. (2000). Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. París: UNESCO-Magisterio
- Nussbaun, M. (2001). *Paisajes del pensamiento inteligencia de las mociones*. España: Paidós Ibérica.
- Platón. (1992). VI: Filebo, Timeo, Critias. En *Diálogos*. Madrid: Gredos.
- Restrepo, L. (1999). *El derecho a la ternura*. Bogotá: Arango

- Rodríguez, A. G. (2017). *La educación física como potenciadora de las relaciones interpersonales en los jóvenes*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Sabogal, M. (2013). *Juegos tradicionales para fomentar el respeto, la tolerancia y el trabajo en equipo en población vulnerable*. (Trabajo de grado). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Smith, A. (2013). *La teoría de los sentimientos morales*. Madrid: Fondo de Cultura Económica.
- Tylor, E. B. (1975) - [1871]. La ciencia de la cultura. En J. Kahn (Comp.), *El concepto de cultura: textos fundamentales* (pp. 29-46). Barcelona: Anagrama.
- UNESCO. (2015). *Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte*.
- Universidad Pedagógica Nacional (2004). *Proyecto Curricular Licenciatura en Educación Física*. Bogotá, Colombia: UPN
- Valdés, M. (1999). *Psicomotricidad vivenciada, una estrategia educativa para trabajar en el aula*. Chile: UCM.

Apéndices

Apéndice A. Registro evaluación diagnóstica

2 hora de un total de 4 horas

14

INSTRUMENTO DE DIAGNOSTICO

Estimado estudiante, la siguiente encuesta tiene como finalidad conocer aspectos de tu vida, lo que sientes, piensas y como actúas, las respuestas serán confidenciales. No permitas que nadie te observe o sigiera las respuestas. Por favor responde con la mayor sinceridad posible.
RECUERDA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS, MALAS, CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS SON IMPORTANTES

- ¿Mi hogar está compuesto por mi mamá, mi hermano y mi papá y yo
- ¿Me agrada la forma de ser de mis padres? si NO
- Si pudiera cambiar un aspecto de su forma de ser, ¿Qué les cambiaría? todo
- ¿Las personas con las que vivo me entienden y me apoyan? En todo Casi todo Muy poco En casi nada
- ¿Con que integrante de mi familia me entiendo mejor? Papá Mamá Papá y Mamá Hermanos Tíos Abuelos
- ¿Cómo está la relación con mi Papá? Pésima Aceptable Buena muy buena
- ¿Cómo está la relación con mi Mamá? Pésima Aceptable Buena muy buena
- ¿Comparto mis éxitos, fracasos o problemas con mis padres? si NO Por que no me da gusto en mi mamá
- ¿La impresión que tienen mis amigos sobre mí es...? Buena Regular Mala Desastrosa
- ¿Cuánto me importa lo que piensen mis amigos sobre mí? Demasiado Poco muy poco no me importa lo que piensen
- ¿Me siento incluido o excluido de mi curso? Incluido Excluido por que ellos me ignoran cuando estoy triste y me excluyen cuando estoy feliz
- ¿Cuanto incondicionalmente con alguien que me escuche, cuide y me ayude cuando tengo problemas? si con mi mamá

- ¿En ocasiones siento que los problemas sobrepasan? Siempre casi siempre nunca no he reflexionado sobre ello
- ¿lo que poseo en mi casa me es suficiente para vivir? si No Qué me hace falta que me compren y me ayuden
- ¿Yo entiendo y apoyo a mis padres? En todo Casi todo En poco Muy poco en nada
- ¿Me siento amado y aceptado por mis padres? si No por que? me da papá a en mis problemas y me ayudan
- ¿Qué situaciones me hacen sentir feliz? me gusta ir a park y me gusta estar con mi familia y con mis amigos
- ¿Cómo reacciono cuando me critican o me agreden? Reacciono agresivamente los ignoro me afecta aunque no lo demuestro me deprimó y lloro
- ¿Escriba tres situaciones que le fomenten ira?
- ¿Cómo reaccionó cuando me enojo? que me voy que me golpeo mal y que no me da atención
- ¿Me siento feliz de ser como soy? si No Qué cambiaría de mí? que me da papá
- ¿Actualmente estoy molesto con alguien especial para mí? si No Quién?
- ¿Si pudiera pedirle perdón a esa persona especial con la cual estoy disgustado que le diría? que le diría que me perdon por lo que le dije
- Si usted pudiera pedir un deseo no material para si mismo o para su familia ¿que desearía? que

14 años

INSTRUMENTO DE DIAGNOSTICO

Estimado estudiante, la siguiente encuesta tiene como finalidad conocer aspectos de tu vida, lo que sientes, piensas y como actúas, las respuestas serán confidenciales. No permitas que nadie te observe o sigiera las respuestas. Por favor responde con la mayor sinceridad posible.
RECUERDA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS, MALAS, CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS SON IMPORTANTES

- ¿Mi hogar está compuesto por mamá, papá, hermano, abuelo, tío, papá, primo
- ¿Me agrada la forma de ser de mis padres? si NO
- Si pudiera cambiar un aspecto de su forma de ser, ¿Qué les cambiaría? que mi mamá controla a mi papá
- ¿Las personas con las que vivo me entienden y me apoyan? En todo Casi todo Muy poco En casi nada
- ¿Con que integrante de mi familia me entiendo mejor? Papá Mamá Papá y Mamá Hermanos Tíos Abuelos
- ¿Cómo está la relación con mi Papá? Pésima Aceptable Buena muy buena
- ¿Cómo está la relación con mi Mamá? Pésima Aceptable Buena muy buena
- ¿Comparto mis éxitos, fracasos o problemas con mis padres? si NO Por que le como a que puedo hacer y me felicitan
- ¿La impresión que tienen mis amigos sobre mí es...? Buena Regular Mala Desastrosa
- ¿Cuánto me importa lo que piensen mis amigos sobre mí? Demasiado Poco muy poco no me importa lo que piensen
- ¿Me siento incluido o excluido de mi curso? Incluido Excluido por que ellos me ignoran y no me ayudan
- ¿Cuanto incondicionalmente con alguien que me escuche, cuide y me ayude cuando tengo problemas? si con mi mamá

14 años

INSTRUMENTO DE DIAGNOSTICO

Estimado estudiante, la siguiente encuesta tiene como finalidad conocer aspectos de tu vida, lo que sientes, piensas y como actúas, las respuestas serán confidenciales. No permitas que nadie te observe o sigiera las respuestas. Por favor responde con la mayor sinceridad posible.
RECUERDA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS, MALAS, CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS SON IMPORTANTES

- ¿Mi hogar está compuesto por mamá, papá, hermano, abuelo, tío, papá, primo
- ¿Me agrada la forma de ser de mis padres? si NO
- Si pudiera cambiar un aspecto de su forma de ser, ¿Qué les cambiaría? que mi mamá controla a mi papá
- ¿Las personas con las que vivo me entienden y me apoyan? En todo Casi todo Muy poco En casi nada
- ¿Con que integrante de mi familia me entiendo mejor? Papá Mamá Papá y Mamá Hermanos Tíos Abuelos
- ¿Cómo está la relación con mi Papá? Pésima Aceptable Buena muy buena
- ¿Cómo está la relación con mi Mamá? Pésima Aceptable Buena muy buena
- ¿Comparto mis éxitos, fracasos o problemas con mis padres? si NO Por que le como a que puedo hacer y me felicitan
- ¿La impresión que tienen mis amigos sobre mí es...? Buena Regular Mala Desastrosa
- ¿Cuánto me importa lo que piensen mis amigos sobre mí? Demasiado Poco muy poco no me importa lo que piensen
- ¿Me siento incluido o excluido de mi curso? Incluido Excluido por que ellos me ignoran y no me ayudan
- ¿Cuanto incondicionalmente con alguien que me escuche, cuide y me ayude cuando tengo problemas? si con mi mamá

ESTERADINE HERNANDEZ
16 AÑOS ♀

INSTRUMENTO DE DIAGNOSTICO

Estimado estudiante, la siguiente encuesta tiene como finalidad conocer aspectos de tu vida, lo que sientes, piensas y como actúas, las respuestas serán confidenciales. No permitas que nadie te observe o siga las respuestas. Por favor responde con la mayor sinceridad posible.
RECUERDA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS, MALAS, CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS SON IMPORTANTES

- ¿Mi hogar está compuesto por Mamá y Hermanos.....
- ¿Me agrada la forma de ser de mis padres? SI NO.....
- Si pudiera cambiar un aspecto de su forma de ser, ¿Qué les cambiaría?
quería que se comunicaran más conmigo y que me comprendieran.....
- ¿Las personas con las que vivo me entienden y me apoyan? En todo Casi todo Muy poco..... En casi nada.....
- ¿Con que integrante de mi familia me entiendo mejor? Papá Mamá Papá y Mamá..... Hermanos..... Tíos..... Abuelos.....
- ¿Cómo está la relación con mi Papá? Pésima..... Aceptable Buena..... muy buena.....
- ¿Cómo está la relación con mi Mamá? Pésima..... Aceptable..... Buena muy buena.....
- ¿Comparto mis éxitos, fracasos o problemas con mis padres? SI NO Por que asi nunca hablamos de hablar de esos temas, A veces algunos veces si los hablamos.....
- ¿La impresión que tienen mis amigos sobre mí es...? Buena..... Regular Mala..... Desastrosa.....
- ¿Cuánto me importa lo que piensen mis amigos sobre mí? Demasiado..... Poco..... muy poco no me importa lo que piensen.....
- ¿Me siento incluido o excluido de mi curso? Incluido Excluido..... Por que soy muy sociable y con nadie me llevo mal y a nadie le hago caso.....
- ¿Cuento incondicionalmente con alguien que me escuche, cuide y me ayude cuando tengo problemas? mi hermana mi papa y mi mejor.....

mi mamá y papá

- ¿En ocasiones siento que los problemas sobrepasan? Siempre..... casi siempre nunca..... no he reflexionado sobre ello.....
- ¿lo que poseo en mi casa me es suficiente para vivir? SI NO..... Qué me hace falta? mas comida.....
- ¿Yo entiendo y apoyo a mis padres? En todo..... Casi todo En poco..... Muy poco..... en nada.....
- ¿Me siento amado y aceptado por mis padres? SI NO..... por que? ellos se cu chav y afro y av.....
- ¿Qué situaciones me hacen sentir feliz? ver pelis con mi papa cuando salgo con la familia y estar con el chico que me gusta.....
- ¿Cómo reacciono cuando me critican o me agreden? Reacciono agresivamente los ignoro..... me afecta anque no lo demuestro..... me deprimó y lloro.....
- ¿Escriba tres situaciones que le fomenten ira? Cuando mi papa me llama cuando me llaman y cuando me tallan.....
- ¿Cómo reacciono cuando me enojan? me voy a la cama y me voy a dormir.....
- ¿Me siento feliz de ser como soy? SI NO..... Qué cambiaría de mí? a si imperfecta y todo me gusta a mi misma y no cambiaría nada.....
- ¿Actualmente estoy molesto con alguien especial para mí? SI NO..... ¿Quién? mi mamá y mi mamá.....
- ¿Si pudiera pedirle perdón a esa persona especial con la cual estoy disgustado que le diría? yo lo siento y se ve las sig.....
- Si usted pudiera pedir un deseo no material para sí mismo o para su familia ¿que desearía? mas unión, felicidad.....

Katerine Vanessa Diaz Castro
15 años

INSTRUMENTO DE DIAGNOSTICO

Estimado estudiante, la siguiente encuesta tiene como finalidad conocer aspectos de tu vida, lo que sientes, piensas y como actúas, las respuestas serán confidenciales. No permitas que nadie te observe o siga las respuestas. Por favor responde con la mayor sinceridad posible.
RECUERDA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS, MALAS, CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS SON IMPORTANTES

- ¿Mi hogar está compuesto por... mi mamá, mi papá, mi abuela, mi hermana Nancy, mi hermano mayor, mi hermano y yo.....
- ¿Me agrada la forma de ser de mis padres? SI NO.....
- Si pudiera cambiar un aspecto de su forma de ser, ¿Qué les cambiaría?
el humor de la mamá.....
- ¿Las personas con las que vivo me entienden y me apoyan? En todo Casi todo Muy poco..... En casi nada.....
- ¿Con que integrante de mi familia me entiendo mejor? Papá Mamá..... Papá y Mamá..... Hermanos..... Tíos..... Abuelos.....
- ¿Cómo está la relación con mi Papá? Pésima..... Aceptable..... Buena..... muy buena
- ¿Cómo está la relación con mi Mamá? Pésima..... Aceptable..... Buena muy buena.....
- ¿Comparto mis éxitos, fracasos o problemas con mis padres? SI NO Por que porque si de cuando sean malos siempre me van a apoyar.....
- ¿La impresión que tienen mis amigos sobre mí es...? Buena..... Regular Mala..... Desastrosa.....
- ¿Cuánto me importa lo que piensen mis amigos sobre mí? Demasiado..... Poco..... muy poco..... no me importa lo que piensen
- ¿Me siento incluido o excluido de mi curso? Incluido Excluido..... por que porque todo el curso es mi amigo y soy muy alegre.....
- ¿Cuento incondicionalmente con alguien que me escuche, cuide y me ayude cuando tengo problemas? mi hermana mi papa y mi mejor.....

quiero lo mejor para los estudiantes

- ¿En ocasiones siento que los problemas sobrepasan? Siempre..... casi siempre nunca..... no he reflexionado sobre ello.....
- ¿lo que poseo en mi casa me es suficiente para vivir? SI NO..... Qué me hace falta? mas comida.....
- ¿Yo entiendo y apoyo a mis padres? En todo..... Casi todo En poco..... Muy poco..... en nada.....
- ¿Me siento amado y aceptado por mis padres? SI NO..... por que? ellos se cu chav y afro y av.....
- ¿Qué situaciones me hacen sentir feliz? ver pelis con mi papa cuando salgo con la familia y estar con el chico que me gusta.....
- ¿Cómo reacciono cuando me critican o me agreden? Reacciono agresivamente los ignoro..... me afecta anque no lo demuestro..... me deprimó y lloro.....
- ¿Escriba tres situaciones que le fomenten ira? Cuando mi papa me llama cuando me llaman y cuando me tallan.....
- ¿Cómo reacciono cuando me enojan? me voy a la cama y me voy a dormir.....
- ¿Me siento feliz de ser como soy? SI NO..... Qué cambiaría de mí? a si imperfecta y todo me gusta a mi misma y no cambiaría nada.....
- ¿Actualmente estoy molesto con alguien especial para mí? SI NO..... ¿Quién? mi mamá y mi mamá.....
- ¿Si pudiera pedirle perdón a esa persona especial con la cual estoy disgustado que le diría? yo lo siento y se ve las sig.....
- Si usted pudiera pedir un deseo no material para sí mismo o para su familia ¿que desearía? mas unión, felicidad.....

Ivan Camilo Vargas Rojas - 701-03/04/2019
JM

INSTRUMENTO DE DIAGNOSTICO

Estimado estudiante, la siguiente encuesta tiene como finalidad conocer aspectos de tu vida, lo que sientes, piensas y como actúas, las respuestas serán confidenciales. No permitas que nadie te observe o siguiera las respuestas. Por favor responde con la mayor sinceridad posible.
RECUERDA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS, MALAS, CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS SON IMPORTANTES

- ¿Mi hogar está compuesto por... mi papá, mi mamá, mi hermana mayor, mi mascota (gato) y yo
- ¿Me agrada la forma de ser de mis padres? SI X NO
- Si pudiera cambiar un aspecto de su forma de ser, ¿Qué les cambiaría? la nobleza, la igualdad en el hogar
- ¿Las personas con las que vivo me entienden y me apoyan? En todo... Casi todo X
Muy poco... En casi nada...
- ¿Con que integrante de mi familia me entiendo mejor? Papá... Mamá X
Papá y Mamá... Hermanos... Tíos... Abuelos...
- ¿Cómo está la relación con mi Papá? Pésima... Aceptable X Buena... muy buena
- ¿Cómo está la relación con mi Mamá? Pésima... Aceptable... Buena... muy buena X
- ¿Comparto mis éxitos, fracasos o problemas con mis padres? SI X NO
Por qué es importante la comunicación con padres y expresarse, analizar, y buscar soluciones para todo
- ¿La impresión que tienen mis amigos sobre mí es...? Buena X Regular... Mala... Desastrosa
- ¿Cuánto me importa lo que piensen mis amigos sobre mí? Demasiado... Poco X
muy poco... no me importa lo que piensen
- ¿Me siento incluido o excluido de mi curso? Incluido X Excluido...
por qué soy muy novato, es decir, no estoy, me están quitando algunas personas en momentos difíciles
- ¿Cuento incondicionalmente con alguien que me escuche, cuide y me ayude cuando tengo problemas? SI, mi hermana, mi mamá y algunas

¿En ocasiones siento que los problemas sobrepasan? Siempre... casi siempre... nunca... no he reflexionado sobre ello X

¿Lo que poseo en mi casa me es suficiente para vivir? SI X No... Qué me hace falta? no hay comunicación ni comprensión

¿Yo entiendo y apoyo a mis padres? En todo... Casi todo... En poco X
Muy poco... en nada...

¿Me siento amado y aceptado por mis padres? SI X No... por qué? no por que lo que digo o algo así y no me comprenden

¿Qué situaciones me hacen sentir feliz? cuando mi mamá me abraza y mi papá me comprende

¿Cómo reacciono cuando me critican o me agreden? Reacciono agresivamente... X los ignoro... me afecta anqué no lo demuestro... me deprimoy lloro... X

¿Escriba tres situaciones que le fomenten ira? cuando me critican, me ignoran y que no me escuchan

¿Cómo reaccioné cuando me enojo? MUY MAL PARA MI intento castigarlo o mejor decirlo publica

¿Me siento feliz de ser como soy? SI X No... Qué cambiaría de mí? quiero que todo mi actitud a reaccionar en las cosas

¿Actualmente estoy molesto con alguien especial para mí? SI X No... Quién? mi mejor amiga

¿Si pudiera pedirle perdón a esa persona especial con la cual estoy disgustado que le diría? que perdón que no lo vuelva a ser

Si usted pudiera pedir un deseo no material para sí mismo o para su familia ¿que desearía? el papá que mi familia me comprenda el mamá que me escuche el tío que mi hermana este conmigo

Lina Vanessa Alegría
14

INSTRUMENTO DE DIAGNOSTICO

Estimado estudiante, la siguiente encuesta tiene como finalidad conocer aspectos de tu vida, lo que sientes, piensas y como actúas, las respuestas serán confidenciales. No permitas que nadie te observe o siguiera las respuestas. Por favor responde con la mayor sinceridad posible.
RECUERDA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS, MALAS, CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS SON IMPORTANTES

- ¿Mi hogar está compuesto por... mi papá, mamá, hermana y hermano, tía, tío, mi mascota
- ¿Me agrada la forma de ser de mis padres? SI X NO
- Si pudiera cambiar un aspecto de su forma de ser, ¿Qué les cambiaría? los creencias, la comunicación y la comprensión
- ¿Las personas con las que vivo me entienden y me apoyan? En todo... Casi todo... Muy poco... En casi nada... X
- ¿Con que integrante de mi familia me entiendo mejor? Papá... Mamá... Papá y Mamá X Hermanos... Tíos... Abuelos...
- ¿Cómo está la relación con mi Papá? Pésima... Aceptable X Buena... muy buena
- ¿Cómo está la relación con mi Mamá? Pésima... Aceptable X Buena... muy buena
- ¿Comparto mis éxitos, fracasos o problemas con mis padres? SI X NO...
Por qué por que no hay comunicación en la familia ni comunicación de lo que
- ¿La impresión que tienen mis amigos sobre mí es...? Buena... Regular X Mala... Desastrosa
- ¿Cuánto me importa lo que piensen mis amigos sobre mí? Demasiado... Poco... muy poco... X no me importa lo que piensen
- ¿Me siento incluido o excluido de mi curso? Incluido... Excluido X
por qué por que vivo que no me puedo reunir tanto por que lo soy muy tocado
- ¿Cuento incondicionalmente con alguien que me escuche, cuide y me ayude cuando tengo problemas? SI, con mis amigos y hermanas

¿En ocasiones siento que los problemas sobrepasan? Siempre... casi siempre... nunca... no he reflexionado sobre ello... SI X

¿Lo que poseo en mi casa me es suficiente para vivir? SI X No... Qué me hace falta? las cosas materiales

¿Yo entiendo y apoyo a mis padres? En todo... Casi todo... En poco... SI X
Muy poco... en nada...

¿Me siento amado y aceptado por mis padres? SI X No... por qué? SI por que me venestra siempre el amor

¿Qué situaciones me hacen sentir feliz? Por ser el tiempo con mi mamá

¿Cómo reacciono cuando me critican o me agreden? Reacciono agresivamente... X los ignoro... me afecta anqué no lo demuestro... me deprimoy lloro...

¿Escriba tres situaciones que le fomenten ira? que me metan a hacer, que me peguen, que me ignoren

¿Cómo reaccioné cuando me enojo? mal

¿Me siento feliz de ser como soy? SI X No... Qué cambiaría de mí? la gracia

¿Actualmente estoy molesto con alguien especial para mí? SI X No... Quién? No dice

¿Si pudiera pedirle perdón a esa persona especial con la cual estoy disgustado que le diría? No dice

Si usted pudiera pedir un deseo no material para sí mismo o para su familia ¿que desearía? No se
Doyan Borrador 13

Brahan David Baragan

INSTRUMENTO DE DIAGNOSTICO

Estimado estudiante, la siguiente encuesta tiene como finalidad conocer aspectos de tu vida, lo que sientes, piensas y como actúas, las respuestas serán confidenciales. No permitas que nadie te observe o siguiera las respuestas. Por favor responde con la mayor sinceridad posible.
RECUERDA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS, MALAS, CORRECTAS O INCORRECTAS. TODAS SON IMPORTANTES

- ¿Mi hogar está compuesto por Mamá, Tío, abuela y abuelo, hermanos, prima y yo.
- ¿Me agrada la forma de ser de mis padres? Si NO
- Si pudiera cambiar un aspecto de su forma de ser, ¿Qué les cambiaría? Nada
- ¿Las personas con las que vivo me entienden y me apoyan? En todo... Casi todo... Muy poco... En casi nada
- ¿Con que integrante de mi familia me entiendo mejor? Papá... Mamá... Papá y Mamá... Hermanos... Tíos... Abuelos
- ¿Cómo está la relación con mi Papá? Péssima... Aceptable... Buena... muy buena
- ¿Cómo está la relación con mi Mamá? Péssima... Aceptable... Buena... muy buena
- ¿Comparto mis éxitos, fracasos o problemas con mis padres? Si NO
- Por qué para pacer
- ¿La impresión que tienen mis amigos sobre mí es...? Buena... Regular... Mala... Desastrosa
- ¿Cuánto me importa lo que piensen mis amigos sobre mí? Demasiado... Poca... muy poco... no me importa lo que piensen
- ¿Me siento incluido o excluido de mi curso? Incluido... Excluido... por qué con la mayoría no me a tle
- ¿Cuento incondicionalmente con alguien que me escuche, cuide y me ayude cuando tengo problemas? No

- ¿En ocasiones siento que los problemas sobrepasan? Siempre... casi siempre... X nunca... no he reflexionado sobre ello...
- ¿lo que poseo en mi casa me es suficiente para vivir? Si No... Qué me hace falta? nada
- ¿Yo entiendo y apoyo a mis padres? En todo... Casi todo... X En poco... Muy poco... en nada...
- ¿Me siento amado y aceptado por mis padres? Si No... X por qué? con mi mamá es mala pero me quiero mucho y si me siento amado con mi papá no porque no me muestra que lo quiere pero me muestra que lo quiere
- ¿Qué situaciones me hacen sentir feliz? están en mi familia con mis amigos y jugar con mi perro y mi hermano
- ¿Cómo reacciono cuando me critican o me agreden? Reacciono agresivamente... los ignoro... me afecta anqué no lo demuestro... X me deprimó y lloro
- ¿Escriba tres situaciones que le fomenten ira? que alguien se aconseje a uno que me agreden especialmente que no me respetan cuando lo necesito
- ¿Cómo reaccionó cuando me enojó? los golpeo y si me ven con los ojos grandes y hay lo sa rabo a la persona
- ¿Me siento feliz de ser como soy? Si No... Qué cambiaría de mí? de ser como soy y de ser
- ¿Actualmente estoy molesto con alguien especial para mí? Si No... X Quién?
- ¿Si pudiera pedirle perdón a esa persona especial con la cual estoy disgustado que le diría?
- Si usted pudiera pedir un deseo no material para sí mismo o para su familia ¿que desearía? que todos estemos unidos y nunca nos separemos



Apéndice B. Registro fotográficos de prácticas pedagógicas









