

EDUCACIÓN FÍSICA POSIBILITADORA DE RELACIONES INTERPERSONALES
EN FAVOR DE LA AUTONOMÍA.

AUTORES:

DAYAN LILIANA LÓPEZ ARIZA.

JULIAN DAVID HERRERA MUÑOZ.

Código

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA

Bogotá, D.C.

Diciembre 2020

EDUCACIÓN FÍSICA: POSIBILITADORA DE RELACIONES INTERPERSONALES
EN FAVOR DE LA AUTONOMÍA.

Proyecto Curricular Particular para optar al título de
Licenciado en Educación Física

Nombre del autor(es): Julián David Herrera Muñoz.

Dayan Liliana López Ariza.

Tutor: Mg. Guiomar Alarcón Castro

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA

Bogotá, D.C.

DEDICATORIA

A mis padres y hermanos que acompañaron mi proceso en todo momento, amigos que contribuyeron y aportaron en mi crecimiento personal, a los profesores con los que pude compartir dentro de los espacios de formación académica y que nunca me negaron la posibilidad de ilustrarme otras posibilidades, a todas las personas tanto en el ámbito laboral como personal y académico que siempre creyeron que este proyecto sería posible.

JULIAN DAVID HERRERA MUÑOZ.

Este proyecto se lo dedico a mi adorada madre, mi principal fuente de inspiración para este proyecto y para cada uno de los pasos significativos de mi vida; quien forjó mi camino y me apoyó incondicionalmente en cada una de mis luchas. Que este sea tan solo un ápice de gratitud por su grandiosa labor.

DAYAN LILIANA LOPEZ ARIZA.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mi madre ligia, a mi padre Elías y mis hermanos Lina y Javier por estar en cada uno de los momentos vividos en mi proceso de formación académica, por su apoyo en todos los aspectos que se presentan en el largo de este camino, sin ellos y su colaboración nada de esto habría sido posible, sí mismo por aguantar todos los altercados presentes en este arduo camino, agradezco a mis compañeros de formación Felipe, Sebastián y Juan por compartir experiencias tan significativas e importantes, por esos momentos de debate y enriquecimiento académico desde la informalidad de nuestra amistad la universidad no habría sido igual sin ellos. Agradezco del mismo modo a nuestra tutora por ser la guía en la estructuración del proyecto de grado, por despejar todas nuestras dudas y orientarnos en un camino lleno de conocimiento y siempre alentándonos a ir más allá, finalmente agradezco a mi compañera de trabajo Dayan por el transcurrir en la construcción del trabajo, por sus aportes y el apoyo en cada momento desde el inicio hasta el final de este proceso de formación.

JULIAN DAVID HERRERA MUÑOZ.

Agradezco a mi padre y a mi hermano por su constante y valioso respaldo a lo largo de mi carrera, por su amor inquebrantable, por estar siempre dispuestos a ayudar ante cualquier eventualidad.

A mi tutora Guiomar Alarcón por su total entrega y disponibilidad ante cualquier dificultad o cuestionamiento, por su excelente labor y por permitirme recurrir a sus conocimientos durante el desarrollo del proyecto.

Por supuesto a mi compañero de tesis, quien vivió y padeció junto a mi esta travesía llena de aprendizajes en diferentes aspectos, agradezco su respaldo y su compañía.

DAYAN LILIANA LOPEZ ARIZA.

Índice

EDUCACIÓN FÍSICA: POSIBILITADORA DE RELACIONES INTERPERSONALES EN FAVOR DE LA AUTONOMÍA.....	1
EDUCACIÓN FÍSICA: POSIBILITADORA DE RELACIONES INTERPERSONALES EN FAVOR DE LA AUTONOMÍA.....	2
1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL	1
1.1. Contextualización.	1
1.2. Análisis político	18
1.3. Estado del arte.	21
2. PERSPECTIVA EDUCATIVA	25
2.1. Componente Humanístico	25
2.2. ¿Qué incidencia tiene la cultura en el ser humano?.....	26
2.2.1. El hombre en una sociedad pluralista.	29
2.2.2. Teoría de desarrollo:	30
2.2.3. Concepción de ser humano	33
2.3. Componente Pedagógico.....	34
2.3.1. Modelo pedagógico: ¿ruta demarcada o principios a formular?	35
2.3.2. Teoría de aprendizaje.....	38
2.4. Componente Disciplinar.....	39
2.4.1. Escudriñando en la educación física y sus caminos.	40

3.	DISEÑO DE IMPLEMENTACIÓN.....	45
3.1.	Justificación.....	45
3.2.	Objetivos.	47
3.2.1.	Objetivo General	47
3.2.2.	Objetivos Específicos	47
3.3.	Planeación general.....	47
3.4.	Metodología.....	48
3.5.	Macro currículo.	52
3.5.1.	Contenidos.....	52
3.6.	Evaluación:.....	56
3.6.1.	La Evaluación Auténtica:.....	57
3.7.	Macro diseño:	59
3.8.	Rol del Estudiante y del Profesor.	62
3.9.	Instrumentos de evaluacion:.....	65
4.	EJECUCIÓN PILOTO.....	66
4.1.	Micro contexto.....	66
4.1.1.	Población.....	67
4.1.2.	Cronograma.....	68
4.1.3.	Plan de clase o sesiones.	73
5.	ÁNÁLISIS DE LA EXPERIENCIA	77

5.1.	Aprendizajes como docentes:	78
5.2.	Incidencias en el contexto y en las personas:	85
5.3.	Incidencias en el diseño	88
5.4.	Recomendaciones	92
6.	REFERENCIAS	94
7.	ANEXOS.....	100

Lista De Tablas

Tabla 1 Etapas de desarrollo psicosocial – Erick Erickson	31
Tabla 2 Dominios y condiciones	43
Tabla 3 Dominios de praxiología motriz	54

Lista de Figuras

Figura 1. Currículo integrado. Creación propia**Error! Bookmark not defined.**

Figura 2. Dimensiones del aprendiz. Creación propia.....**Error! Bookmark not defined.**

Figura 3. Diagrama de macro diseño. Creación propia**Error! Bookmark not defined.**

Lista de Anexos

Anexo A. Formato evaluación continua. Rutina de pensamiento	100
Anexo B. Formato de evaluación- contrastación. Escala Likert	101
Anexo C. Formato de evaluación diagnóstico – Escala Likert	102
Anexo D. Formato evaluación de impacto	103
Anexo E. Formato de evaluación docente	104
Anexo F. Sesión de clase N°2	105
Anexo G. Sesión de clase N°3	107
Anexo H. Sesión de clases N°4	109
Anexo I. Sesión de clase N°5	111
Anexo J. Sesión de clases N°6	113
Anexo K. Sesión de clases N°7	115
Anexo L. Sesión de clases N°8	117
Anexo M. Sesión de clase N°9	119
Anexo N. Sesión de clase N°10	120
Anexo O. Rutina de pensamiento, participante 1	122
Anexo P. Rutina de pensamiento, participante 2	123
Anexo Q. Rutina de pensamiento, participante 5	124
Anexo R. Rutina de pensamiento, participante 7	125
Anexo S. Rutina de pensamiento, participante 9	126

LISTA DE SIGLAS

UPN	Universidad Pedagógica Nacional
LEF	Licenciatura en Educación Física
EF	Educación Física
PCP	Proyecto Curricular Particular
MEN	Ministerio de Educación Nacional

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia se han manifestado diversos acontecimientos, que, en relación con lo motriz, han cambiado el rumbo de la historia: la evolución, revoluciones, constitución de sistemas económicos, etc., estos acontecimientos siempre se han dado en el marco de las relaciones interpersonales desde una perspectiva humanística, pero allí, ocultas se albergan unas prácticas corporales y unas actividades físicas implícitas en la consolidación de las diferentes sociedades y culturas.

Este trabajo manifiesta el papel de la educación física en el proceso de las relaciones interpersonales y cómo mediante una reflexión constante sobre las acciones motrices se puede solidificar procesos cognitivos, que a su vez, desde una interiorización provocada por agentes tanto biológicos como anatómicos se interrelacionen socioculturalmente, así tal vez se podría llegar a procesos de maduración, que de materializarse, conducirían a los sujetos a zonas de desarrollo potencial y construcción cognitiva de la autonomía.

1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL

1.1. Contextualización.

Las relaciones interpersonales son el pilar fundamental de la vida en sociedad, dado que contribuyen al crecimiento y fortalecimiento de diferentes campos de la formación integral de los sujetos, por ende, estas relaciones son una necesidad para gestar mejoras en procesos tanto cognitivos como afectivos y sociales. Actualmente, las formas en que se dan las relaciones con otras personas han cambiado, afectando de manera directa las condiciones y las características frente a las cuales cada sujeto busca establecer un círculo social, además, el contexto también influye en cómo se configuran los espacios de interacción en donde es más importante el hacer por hacer que la reflexión; lo anterior, permitiría considerar trazar objetivos más acordes, que vinculen a las relaciones interpersonales directamente con la autonomía, de manera que es importante preguntarse: ¿Cómo son las relaciones interpersonales hoy?, ¿cómo estas afectan la construcción de la autonomía?, ¿son el juego y las actividades grupales estrategias de interacción precursoras de autonomía?. Pues bien, resolver estos interrogantes implica dar un vistazo histórico al ser humano y el lugar de las relaciones interpersonales en ese proceso de evolución, cambio y transformación, lo que a su vez permita poner en evidencia el porqué es y ha sido importante relacionarse con otros.

En este documento se abordarán diferentes problemáticas que se hallaron a cerca de las relaciones interpersonales y la búsqueda de seres autónomos; se tomará como punto de partida el movimiento migratorio, los cambios que generó y las maneras de convivir, pasando por imposiciones religiosas y políticas en diferentes épocas, la nulidad social de la mujer y la injuria de cosmovisiones y tradiciones. Llegando a la actualidad donde aún son evidentes contrariedades

de otro siglo, incluso, tras grandes avances tecnológicos. La nueva era ha cambiado significativamente la forma de relacionarse de las personas, trayendo enormes progresos, sin embargo, no todo lo que brilla es oro y la humanidad se está viendo afectada por darle un uso inadecuado.

A lo largo de la historia de la humanidad y primordialmente desde sus inicios, relacionarse unos con otros permitió evolucionar en diferentes ámbitos, de tal manera que en la pre historia, la humanidad emprende un viaje evolutivo accediendo a diversos cambios individuales a nivel morfológico y cognitivo, pero la vida en comunidad les obligó a buscar la forma de comunicarse, dándole paso al desarrollo de cuerdas vocales que permitieron más adelante estructurar sonidos, de manera que esto se pudo transformar en lenguaje:

“La comunicación humana es en sus orígenes, un recurso que desarrollan los homínidos, para adaptarse a su desadaptada condición en el mundo natural. Y hasta hace muy poco así ha seguido funcionando. En la hominización se tiene a la vista de qué manera el organismo y los comportamientos del hombre moderno, adquieren la impronta de su condición de comunicante.” (Serrano, N. Pág. 2. 2007).

En perspectiva de lo anterior, se infiere que los seres humanos en los procesos de adaptación a su entorno y a diferentes necesidades que a lo largo del tiempo fueron surgiendo cambian de manera inconsciente los recursos con los que cuentan modificando así las relaciones.

Dentro de esta perspectiva histórica y haciendo alusión a hechos importantes a lo largo de la historia, con el fin de poner en evidencia la importancia de las relaciones interpersonales, se entra a la edad antigua y un hecho dentro de los muchos que ocurrieron, fue la invención de la rueda, “la más antigua evidencia de su uso es un pictograma de Sumeria, en el moderno Irak y data del año 3500 antes de Cristo” (Martín. 2007, p. 49) se tomará la rueda como un elemento

determinante en la evolución de los medios de transporte, pues facilitaba el desplazamiento hacia otras tierras, dando paso al intercambio de ideas y la interacción con diferentes culturas, ampliando las posibilidades de relacionarse con otras personas.

“Todo el movimiento migratorio afecta a las personas que hacen parte de anfitriones o simplemente aquellas que se vieron puestas en la situación de tener que convivir con los extranjeros. Para ellos se presenta una amplia problemática a la cuál tienen que ir resolviendo por medio de una nueva síntesis, fruto de todo tipo de cambios.” (Dober, 2005 p. 5)

Su aplicación en términos de alfarería, transporte y agricultura, permitieron expandir las fronteras tanto en dimensiones de espacio como en suplir necesidades de comercio, intercambiando no solo alimentos, sino también teorías y concepciones de vida; esta acción material de inventar la rueda detona formas de relacionarse, pues, posibilita el surgimiento del primer modelo económico (Rojas, 2005, P. 288.); así mismo, se da un gran salto en términos de espiritualidad con la estructuración de religiones mono y politeístas con nuevas visiones de cuerpo y masificaciones ideológicas. Los cultos y rituales por ejemplo eran espacios de convergencia en donde estas mismas relaciones interpersonales conllevaron a crear las primeras leyes que permitían vivir en comunidad, de manera acorde con las creencias y necesidades de grupos humanos denominados civilizaciones (Cervera, 2006, p. 4).

Con la caída del imperio romano de occidente, al adentrarse en la edad media y con el surgimiento de la iglesia, imponiendo leyes surge una moral notablemente “machista”, la mujer tenía nulidad social y las relaciones interpersonales se empezaron a ver más macadas en términos económicos y políticos -que desde la iglesia eran impuestos-, a raíz de que está era la institución más fuerte y utilizaba la ideología como arma enajenadora; este, es un punto que provoca la necesidad de pormenorizar frente a la comprensión de autonomía, dado que, las normativas a

nivel social eran dependientes de los argumentos eclesiásticos para tener un orden jerárquico a nivel tanto de la comunidad como de clases sociales:

“El desequilibrio de las relaciones entre los sexos, se situaba en el orden de las cosas, mejor dicho, en el orden de la creación. Los teólogos, también inmersos en la mentalidad de su época consideraban natural la justificación de esa subordinación de la mujer traducida en prácticas sociales cotidianas. La incapacidad jurídica de las mujeres fue presentada por Tomás de Aquino como una prueba de sus demostraciones, más que como fenómeno discutible”. (Bianca, 2013 p.12).

Por lo anterior, la autonomía como elemento propio que permitía mantener relaciones interpersonales de forma equitativas se modifica cercando las posibilidades de expresar sentimientos, emociones e ideas y dejando en manos de una institución la globalidad de la forma como se configura la sociedad.

En la edad moderna con la caída del imperio romano de oriente surge, una renovación en términos filosóficos y la salida del oscurantismo, la tendencia de buscar nuevas rutas comerciales para hacer crecer naciones como Inglaterra, España y Portugal en términos comerciales, llegan a América así mismo y como con civilizaciones anteriores, la muerte y el despojo de las riquezas a sus habitantes, empieza a efectuarse así la colonización, este evento cambia el rumbo de las civilizaciones americanas y en términos de relaciones interpersonales, pues se re-estructura la visión de autonomía y libertad, se ultrajan las cosmovisiones y tradiciones; en este punto de partida se empieza a edificar la historia en América, puesto que se introducen modelos económicos tal como el capitalismo colonial, estableciendo una clasificación social en términos geográficos, siendo Europa el epicentro del desarrollo a nivel global por sus avances armamentistas, tecnológicos y económicos. España dejó en América gran

parte de su cultura (su propia lengua, la religión católica, las manifestaciones artísticas...) la cual ha servido como base de la sociedad americana actual (Cuervo, 2002 p. 106).

Finalmente se llega a la edad contemporánea. Después de la revolución francesa, en la modernidad ocurren muchos hechos que repercuten de manera importante a saber: el capitalismo, la producción en masa, la sociedad de consumo, la formación de ciudades, la categorización geográfica, en términos de desarrollo países de primer y tercer mundo aparecen, finalmente el surgimiento de un modelo político empieza a delimitar intereses ideológicos y nacionalistas, así inicia una carrera por ser la mejor nación tener mayor riqueza, generar un mayor consumo y tener la capacidad de producir en masa, las relaciones interpersonales influyen de manera importante pues al haber tantas instituciones tanto religiosas como económicas, aspectos como la libertad y la autonomía pasan a un segundo plano. Las formas de vivir se modifican constantemente, pues después de la revolución francesa, los avances tecnológicos fueron más rápidos, las distancias se acortaron, llega la televisión, el teléfono, surge la primera y la segunda guerra mundial y la política influye notablemente en las formas de comunicarse a sí como las técnicas para interactuar:

“Situados en el concepto de red-Internet, el campo de la comunicación es otro. Se desdibujan el organigrama de comunicaciones interpersonales y masivas (para informar, enseñar y recrear) y se entra a un contexto global de interrelación total, que implica a todos los sectores y niveles (económico, legal, gobierno, comunidad, usuario, producción-distribución).” (Bohórquez, 2006 p.15).

Hechos tan significativos que han ocurrido en la historia de la humanidad, invitan a reflexionar y a retomar las preguntas iniciales en perspectiva y atendiendo al interés fundamental frente a las relaciones interpersonales y su lugar en la comprensión del ser humano hoy, a demás

estas relaciones actualmente se han modificado y aún siguen cambiando producto de insertar nuevos modos, modelos y formas de interactuar razón por la cual se observó una oportunidad para adaptar las relaciones interpersonales por medio de la educación física en favor de la autonomía que como producto final podrá mejorar la calidad de vida de quienes tengan la posibilidad de reflexionar sobre la importancia que nos atañe hoy volver a convivir con el otro sin descuidar el yo.

La autonomía es un concepto complejo, dado que va acompañada de la toma de decisiones y la autodeterminación, que resultan siendo institucionalizadas cuando por ejemplo, cuando el niño quiere jugar pero desde la escuela le dejaron tareas; así mismo, a nivel social los imaginarios que se combinan entre los ciudadanos más viejos con los más jóvenes y empiezan a poner sus ideas en perspectiva comenzando las dudas ¿Qué está bien o que está mal? ¿qué es lo bueno, qué es lo malo? y se recopila todo ese entramado histórico que junto terminará determinando factores políticos, económicos, culturales y sociales los que a su vez unidos estructuran como tal el momento histórico por el cual se transita hoy.

Si se piensa desde una perspectiva contemporánea las necesidades que hoy por hoy están, impulsan a crear nuevas propuestas para llegar a gestar espacios de confrontación social en donde se alberguen diferentes problemáticas y se puedan promover soluciones para vivir con los mínimos requerimientos de una sociedad cada vez más hostil, una sociedad en donde imperan las economías elitistas, la educación poco crítica, una nula preocupación ecológica y algunos avances en la tecnología que cada vez alejan más la posibilidad de relacionamiento directamente con otros sujetos.

Al margen de lo anterior se considera pertinente empezar a profundizar más en cómo las relaciones interpersonales configuran las diferentes dimensiones humanas, con el fin de mejorar

la calidad de vida no solo en el ámbito físico si no psicológico y social permitiendo un desarrollo humano que faculte alcanzar los mininos objetivos para vivir en sociedad; las relaciones interpersonales siendo la idea fuerza se espera que lleven a una autonomía y de la misma manera que el conjunto de aportes que nacen a partir de estas sean ganancias, por ejemplo, mejor calidad de vida, mejor comunicación, interacciones sociales más favorables. “el aprendizaje es una actividad social, y no sólo un proceso de realización individual como hasta el momento se ha sostenido; una actividad de producción y reproducción del conocimiento mediante la cual el niño asimila los modos sociales de actividad y de interacción, y más tarde en la escuela, además, los fundamentos del conocimiento científico, bajo condiciones de orientación e interacción social”. (Saracho. CPES. 2000 p.1).

Cada sujeto tiene una concepción distinta de calidad de vida dependiendo de sus necesidades, sin embargo, sea cual sea su concepción y la calidad de vida deseada, ésta se compone de distintos factores que la enriquecen: el desarrollo personal, la autodeterminación, el bienestar físico, el bienestar material, la inclusión social y los derechos. Dichos factores favorecen la presencia, paulatina y constante de la autonomía, un concepto multidimensional influenciado por elementos personales y ambientales (círculo social, escuela, trabajo, vecindario, salud, relaciones íntimas y familiares) y es ahí donde resultan determinantes las relaciones interpersonales para conseguir la satisfacción personal, una autoestima favorable, el control de su propia vida, la capacidad de adaptarse a cambios y a superar las dificultades que se le presentan a diario.

El tomar las riendas de la vida es fundamental, pues, de este modo, se asume el papel como actor dentro de una sociedad, siendo los protagonistas y gestores de la propia historia, conservando el control de lo que se forja, teniendo concepción de lo que se es y lo que son los

demás, evitando que sean terceros quienes planifiquen el existir personal, pero si permitiendo que contribuyan en él y nutran con distintas perspectivas.

La sociedad no se organiza de forma justa, razón por la cual el apoyo familiar hacia niño es primordial, pues son las primeras personas con las que entablará una relación, una forma de comunicarse, serán las primeras personas que aceptará y de las cuales buscará aceptación y una buena convivencia, debe ser capaz de realizar por sí mismo aquellas tareas y actividades propias de los niños de su edad y de su entorno socio cultural. Al iniciar la adolescencia, la construcción del YO se acentúa y tener la capacidad de elegir un grupo de amigos y pertenecer a él, es un paso importante para sumergirse en otras culturas, comprender que existen distintos puntos de vista, “la combinación de tradiciones o ideas es necesaria en la cultura, cada cultura tiene diversidades dentro de sí misma y necesita negociar entre esas diferencias para convivir” (Néstor. 1990 p.15)

Por lo tanto, aprender de otras culturas y aprender que lo que nos enseñaron a hacer de cierta forma, comer, caminar o vestir se puede hacer de muchas otras y que las relaciones con otras personas pueden enriquecer mucho más la cultura con la que se nace.

Comunicarse lleva implícita la capacidad de interactuar con otras personas en distintos escenarios, establecer contactos sociales, tomar decisiones, resolver problemas; la comunicación se convierte en una necesidad para sortear las situaciones que a diario envuelven, ayudan a relacionarse de una manera eficaz. También resultará útil en el momento de iniciar un proceso interactivo, de manera didáctica que trence los discursos aportados por unos y otros y los haga común, lo que llevará a una comprensión y reconocimiento de las diferencias culturales:

“La interculturalidad puede presentarse como un paradigma, que proponga cambios en la ética universal de las culturas, pero básicamente como una alternativa crítica para producir una

transformación de las culturas por procesos de interacción, donde las fronteras promuevan interacción” (Castro, 2004 p.16).

Estas comprensiones de la interculturalidad muestran la importancia de una interdisciplinariedad que debe ir implícita en el proceso que se busca con el fin de posibilitar la inclusión y a su vez las relaciones interpersonales.

Mientras el niño va creciendo y desarrollando sus habilidades de pensamiento, se va adaptando al medio a través de la multiculturalidad y a través de esta adaptación logra ajustar su pensamiento para incluir nueva información que lo ayude a comprender y es ahí cuando por medio de las relaciones interpersonales el niño inicia una construcción de autonomía, empieza a ser quien es, a hallar su rol y a conseguir su libertad, logrando la asimilación de nuevos conceptos, los que a su vez deben irse ajustando a las nuevas situaciones que se le presenten.

Vygotsky, sostiene que el desarrollo del individuo se produce indisolublemente ligado a la sociedad en la que vive, por lo que se puede identificar que los elementos fundamentales para el desarrollo humano y la autonomía son el individuo y la sociedad. Estos elementos se encuentran ligados puesto que el funcionamiento individual se encuentra influenciado por las estructuras de funcionamiento social, el aprendizaje crea la cultura, el intercambio de ideas nos convierte en humanos capaces de elegir “la cultura es el producto de la vida social y de la actividad social del hombre y por eso el propio planteamiento del problema del desarrollo cultural ya nos introduce directamente en el plano social del desarrollo” (1989:147). y es así como se alcanzaría la autonomía.

La tecnología no se detiene y evoluciona cada día, cada vez se introduce más y se hace más necesaria en la vida del ser humano. Tener acceso a cualquier tipo de información, pertenecer a redes “sociales”, tener contacto con personas de cualquier parte del mundo, son

hechos que indiscutiblemente han generado un cambio considerable en la forma de comunicarnos con los demás y relacionarnos. Tener al alcance dispositivos electrónicos desde temprana edad es un arma de doble filo, pues, aunque las redes sociales ofrecen la posibilidad de comunicación con otras personas y aunque la internet pueda ser una herramienta educativa, genera una limitación y un cambio en la forma en que los niños y adolescentes establecen sus relaciones interpersonales, en razón a que dichas redes provocan un aislamiento de su entorno social tangible, perdiéndose de actividades y tiempo que podrían aportar a su desarrollo interpersonal. Dichos comportamientos ocasionan problemas en su cohesión social, pues no saben cómo desenvolverse y comunicarse en el mundo real. La dependencia al internet es un síndrome que padecen cada vez más niños y adolescentes y en general la humanidad. “ (Bauman, 2016, pág. 1).”

En China, el Centro de Tratamiento de Beijing es el encargado de tratar al gran número de personas que presentan este problema. Se estima que en el país hay cerca de 2,5 millones de adictos a internet, según el doctor Tao Ran, fundador de este centro médico. En su mayoría los pacientes son internados por sus padres para curar este trastorno. Hasta ahora esta clínica cuenta con unos 1.500 pacientes y tiene un 70% de éxito en sus tratamientos, que consisten en jornadas de actividad física y deporte, además de sesiones de relajación que son coordinadas por psicólogos y psiquiatras. El objetivo principal de este tratamiento es aumentar la autoconfianza de los adolescentes en los encuentros reales por sobre lo virtual. (Morales, 2012)

Si hay algo que recordar es que la tecnología utilizada adecuadamente, puede tener un montón de utilidades, tanto educativas como comunicativas, e incluso lograr proximidad entre

amigos y/o familiares que se encuentran en otro lugar. Sin embargo, si la tecnología no es bien utilizada, puede ocasionar aislamiento, falta de comunicación y otros graves problemas.

Facebook e Instagram son escenarios de representación social, en los que no se pone una foto cuando alguien llora, sino que lo hace cuando se ríe, generalmente en compañía, felices —explica la antropóloga Catalina Pulido, profesora de la Universidad Externado—. El que no tiene un evento a la altura de lo socialmente compartible, tiene una alta probabilidad de pensar que no tiene vida o que no es divertido. La vida empieza a resignificarse a partir de lo que se construye en la red. (Tangarife, 2018, pág. 2)

Estas perspectivas tecnológicas son un claro ejemplo, pero no una globalidad de lo que las relaciones interpersonales están sufriendo en la actualidad; el aumento de campañas publicitarias que bombardean para consumir y de cierta forma “aislar” de la realidad, es preciso entonces cuestionarse: ¿Qué tan autónomo soy? ¿Estoy tomando una decisión correcta? Esto permite pensar en un concepto que se ha abordado a lo largo de este escrito: la autonomía, pero ¿qué es la autonomía? Álvarez la define como:

Esta compleja tarea que cada sujeto realiza comprometiendo su capacidad de reflexión comporta evaluar, calibrar, sopesar y finalmente asignar un orden de prioridades; orden que, a su vez, responderá a pautas que revelan la disposición moral y emocional del sujeto. (Álvarez, 2015, pág. 16)

De manera que la autonomía parte de esas reflexiones continuas y llevan a tomar las decisiones que dan un norte en la vida, es ahora cuando se debe hacer hincapié en la idea principal: cómo por medio de las relaciones interpersonales se puede alcanzar un nivel cognitivo, social y cultural que permita ser sujetos activos socialmente y tener una calidad de vida favorable.

Como estudiantes de educación física y durante el transito que tuvimos los siete semestres anteriores realizamos una serie de observaciones que nos hicieron pensar en cómo las relaciones interpersonales configuran las clases y actividades de clase dentro del colegio, pero no solo esto si no cómo además estas observaciones logran trascender las paredes de la escuela y dejan entrever la importancia que a partir de estas relaciones se potencia la capacidad de ser autónomos y estar listos para enfrentarnos a la sociedad; algunos toman la decisión de ir a escuelas de formación deportivas, academias de danza y otras instituciones donde constantemente se relacionan con terceros, pero qué ocurre con quienes no tienen la posibilidad de interactuar libremente con sus pares.

Es por ello que la duda surge de varias sub-preguntas que se han citado a lo largo del texto pero que finalmente apuntan a las relaciones interpersonales y la autonomía. Así que es posible cuestionarse de qué manera se está modificando la forma en que las personas se relacionan ¿Por qué en esta época teniendo tantas herramientas que permiten acercarnos a otros, por el contrario, nos alejamos? siendo las relaciones interpersonales una base fundamental de la vida. Profundizando en la importancia de la interacción y lo que esto conlleva, la tarea es repensar estrategias que permitan retomar factores tan significativos como la inclusión, la integridad y la unión; elementos que enriquecen en la formación de seres autónomos y que permiten un óptimo desenvolvimiento social.

Así mismo, con estas inquietudes es importante entender que estas problemáticas surgen en la escuela en diferentes visitas y observaciones, pero indagando más se encontró lo siguiente: un informe del DANE arroja ciertas puntualidades que nos invitan a reflexionar frente a diferentes puntos de vista donde se evidencian tanto las relaciones interpersonales como la autonomía. Es de fundamental importancia comprender cómo son las relaciones interpersonales

en el colegio y en aula, así mismo, qué factores intervienen para crear los ambientes escolares, identificar las problemáticas que aparentemente surgen de forma inesperada. Es un informe del DANE, durante el transcurso del 2011 se buscó identificar los factores que afectan la convivencia escolar en niños de grado 5 a 11 de varios colegios de la ciudad tanto privados como públicos, estos resultados se dividían en tres grandes grupos: ambiente de aula, aspectos comportamentales y entornos, dentro de este informe, se hallaron estadísticas interesantes en términos de relaciones interpersonales:

- • En Bogotá, el 17,4% de los estudiantes de grado 5° aseguran que un compañero de su curso lo ofendió o le pegó durante todo el tiempo, en cambio para los grados 6° a 9° se registra un 12,6%, mientras que para los grados 10° y 11° el 5,5%.

Las estadísticas muestran que al aumentar los grados y cursos los jóvenes no ofenden a sus compañeros, sin embargo, la estadística muestra que los niveles son muy bajos en comparación al siguiente análisis:

• La indisciplina es el comportamiento que más afecta el ambiente en las aulas escolares pues el 84,5% de los estudiantes de grado 5° y el 86,6% de los grados 6° a 9°, así opinan. Para los estudiantes de los grados 10° y 11°, la indisciplina registra un 82,1%, mientras que las agresiones verbales entre compañeros un 54,5% y los chismes un 38,1%.

De manera que las respuestas no coinciden si al analizarlas se pone en evidencia que los mismos niños que asumieron la primera pregunta, en la segunda dijeron que la indisciplina, y las agresiones no verbales hacían parte del aula escolar por lo tanto surgen preguntas como:

¿Sabemos que es agresión? ¿tenemos claro que se puede agredir de diferentes formas?

¿Comprendemos el hecho de actuar con y no en contra de? Estas preguntas tienen dos extremos, cómo me relaciono y cómo afronto mi sentir y mi actuar con base en mis experiencias y mi cultura.

Pero en perspectiva, se podría concluir de cierta forma que no se entiende realmente cómo funciona el ser humano en perspectiva de relaciones sociales e interpersonales, o tal vez los niños de forma autónoma fueron capaces de decir mentiras, pero a la vez los cálculos arrojaron lecturas que podrían confirmar que algo no anda bien.

Otros de estos resultados mostraban un panorama desolador:

Un 37,2% de los estudiantes de 5° a 11° de establecimientos oficiales informaron que algún compañero de su curso llevó armas blancas al colegio, mientras que los colegios privados la cifra registra un 23,9%.

Que determinación debe haber para llegar al punto de llevar un arma al colegio, como aparentemente algo que no debe hacerse se hace con tal frecuencia que queda en un registro a nivel de estos, la pregunta sería ¿Por qué tomar la decisión de llevar estos elementos? Al parecer, en efecto se carece de una formación interpersonal, por lo tanto, enfocarse en la autonomía como elemento fundamental en la construcción de civismo desde la sociedad escolar a la sociedad a la cual va a ingresar cuando salga del colegio debería ser la tarea del sistema educativo.

Las relaciones interpersonales son un aspecto fundamental en la construcción integral de las personas que quieren ser activas socialmente, estas relaciones permiten desenvolverse en diferentes escenarios a lo largo de la vida, en algunas ocasiones, a través de reflexiones, se puede encontrar que mediante prácticas deportivas, juegos y algunas otras actividades se educa un carácter, un aprendizaje emocional, lleva a enfrentar algunas problemáticas que se deben asumir desde nuestro conocimiento y criterio, paralelo a esto y de forma inconsciente se tiene un

desarrollo cognitivo permitiendo que alberguemos información y más adelante pueda ser utilizada para favorecer la autonomía y construir una identidad.

La educación física brinda la posibilidad de realizar actividades grupales en las cuales la comunicación y las relaciones interpersonales generan unas experiencias significativas que marcan vidas de maneras consientes e inconscientes; relacionarse permite interacción, independencia, conocer personas. entre otros, es una necesidad humana fundamental que integra a los seres humanos en la sociedad asumiendo una postura propia, algunos toman la decisión de entrar a instituciones enfocadas al deporte con el fin de alcanzar logros deportivos o simplemente porque sus padres quieren verle hacer actividades diferentes y por otra parte las instituciones educativas son un constante productor de espacios de comunicación, sin embargo, carece estos espacios de una reflexión por parte de los docentes que visualice los alcances y la importancia que tiene el relacionarse con los demás. La comunicación es la base de toda interacción social, y como tal, es el principio básico -la esencia-, de la sociedad. Sin comunicación, diría Niklas Luhmann (1993), no puede hablarse de sistema social: "Todo lo que es comunicación es sociedad (...) La comunicación se instaaura como un sistema emergente, en el proceso de civilización. Los seres humanos se hacen dependientes de este sistema emergente de orden superior, con cuyas condiciones pueden elegir los contactos con otros seres humanos. Este sistema de orden superior es el sistema de comunicación llamado *sociedad*" (Luhmann, 1993, pág. 15)

Es importante que el docente sea capaz de reconocer la necesidad de las poblaciones con los que va a trabajar y así mismo las limitaciones de estas, en qué condiciones se realizan ciertas prácticas, ¿quiénes son los actores que participan?, ¿de qué manera se ven afectados?, ¿quién se integra o se excluye? Y lo que más inquieta, cómo afecta las relaciones interpersonales a

aquellos seres humanos que por su condición de desarrollo requieran de un acompañamiento directo en este proceso, es cierto que el PCP debe tener la capacidad de adaptarse a diferentes contextos y situaciones, sin embargo, como futuros docentes, se debe posibilitar una inclusión de las personas indistintamente su situación, brindándoles la oportunidad de establecer relaciones interpersonales con cualquier tipo de población para que desarrollen las herramientas necesarias y logren integrarse a la sociedad dando cabida a los diversos procesos del desarrollo motor y cognitivo a través de la educación física. Se debe mencionar que el ser humano atraviesa diferentes momentos durante el ciclo vital, los cuales tienen gran relevancia en la configuración del ser, cambios que se empiezan a gestar desde la niñez e impactarán en la vida como adolescentes y en la búsqueda de la identidad; en el sentirse partícipe dentro de un grupo social, el tener significancia para las demás personas, el poder proponer y dar opiniones frente a sí mismo y los demás.

Se quiere posibilitar y dar cabida a los diversos procesos del desarrollo motor y cognitivo a través de la educación física principalmente mediante el juego, en el sentirse partícipe dentro de un grupo social, el tener significancia para las demás personas, el poder proponer y dar opiniones frente a sí mismo y los demás; pedagógicamente hablando, es posible comprender la educación física como un instrumento que facilita la autonomía de las personas, que posibilita las relaciones con los demás y nutre su desarrollo integral, pero, ¿a qué nos referimos con desarrollo integral? No solamente estamos apuntando al desarrollo psico-motor, sino al desarrollo en todos los ámbitos tanto personales como sociales que se despliegan a lo largo de la vida, comprendiendo que el individuo debe lograr una adaptación social, una cultura cívica y una participación política. Se pretende fortalecer tanto el ámbito cultural (respeto y aprecio de las

opiniones de los demás, toma de decisiones, sentido ético) como el psíquico (desarrollo de la personalidad, carácter, manejo de emociones).

La misión de la educación física es eliminar paradigmas que impiden una plena participación de las personas en todos los aspectos de la vida, con el fin de obtener igualdad de oportunidades; la participación de cualquier ser humano en actividades de la cotidianidad es primordial en la búsqueda de una vida independiente, pues la autonomía implica apropiarse de las situaciones y tomar de cada experiencia los recursos necesarios para hacerse cargo de sí mismo.

Sugiere (Vygotsky, 1934) que el niño difícil o difícilmente educable, tiene problemas para su adaptabilidad dentro de la sociedad, su actividad diaria y conductas que no son las más correctas, por esto su vida laboral, familiar y social se ven comprometidas; de manera que plantea que la base del desarrollo del carácter infantil se fundamenta en la reacción compensatoria, es decir, superar las dificultades en vez de hundirse en ellas. El entorno puede llegar a transformar la conducta del niño dependiendo de si señala las características positivas del niño o si por el contrario señala sus falencias, por su puesto lo ideal sería resaltar sus virtudes con el fin de compensar su afección con un desarrollo de sus cualidades.

El maestro le otorga al sujeto las herramientas para poder moverse en el mundo, brindando una lectura del lado de las oportunidades y no de las barreras, lo que permitiría combinar unas estrategias de afrontamiento saludables en los miembros de familia y sociedad, contribuyendo al desarrollo del ser humano, haciendo que se sienta bien consigo mismo, siendo un sujeto que viva con autodeterminación y se apropie de sus decisiones y tenga las mismas oportunidades que cualquier otro.

1.2. Análisis político

El desarrollo de la legislación que vale como amparo, resulta de la interpretación que se puede asumir de diferentes normativas, artículos y leyes, fue necesario hacer una interpretación que permitiera conectar las reglamentaciones con las relaciones interpersonales y los elementos que de este subyacen para llegar a una autonomía.

Según el documento número 15, las relaciones interpersonales acompañadas de la inclusión son parte fundamental de las metas a las que quiere llegar la educación por medio de la educación física:

Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de la Educación Física, Recreación y Deporte “Ninguna persona puede ser excluida ni marginada de la práctica de la Educación Física, Recreación y Deporte al invocar razones de discapacidad u otra condición, por cuanto esta disciplina involucra componentes fundantes de la naturaleza humana, de modo que el trabajo pedagógico dirigido a cada ser humano en particular debe adaptarse a sus necesidades. Desde luego, todo ello implica las desorientaciones pedagógicas para la enseñanza de la educación física desarrollo de una diversidad de contenidos, modelos de currículo, métodos y procedimientos de enseñanza, adaptados a cada caso. (Documento 15 ministerios de educación nacional)

De manera que, se busca la posibilidad de minimizar la individualización en la escuela, es un trabajo que debe abarcarse en términos de relaciones interpersonales por ello es fundamental propiciar espacios de articulación social en los que los niños y jóvenes dentro de la clase de educación física estén constantemente relacionándose con los demás para lograr un mejor aprendizaje y crecimiento personal a partir de la socialización.

Ahora bien, el Artículo 1o. Objeto de la ley. Indica que “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”; basándose en esto, se reconoce lo fundamental que resulta el manejo adecuado de una cultura cívica, que le permita al ser humano aceptar y tolerar comportamientos de los demás, haciendo parte de su cultura, incluyéndose en la cultura de otros y asumiendo decisiones tomadas tanto personalmente como en comunidad. Actitudes que indiscutiblemente forjan sujetos autónomos y capaces de convivir en la sociedad.

Tras verificar la constitución política de Colombia y partiendo de la posibilidad en la que cada persona puede desarrollar su personalidad libremente y tiene derecho a elegir; no se pretende violentar por medio de este escrito las relaciones interpersonales si no estimular y hacer un llamado al mejoramiento de la construcción personal de actuales y futuras generaciones.

“Todas las personas tienen el derecho al libre desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico.” Según el artículo 16 de la Constitución Política de la República de Colombia (1991).

De manera que, al plantear las relaciones interpersonales como una posibilidad para llegar a la autonomía, no es prudente sobreponerse a los derechos de los demás, pues no se concibe imponer de forma arbitraria, en su lugar, se procura propiciar espacios de construcción colectiva para una mejor autonomía.

Ahora bien, llevándolo a un plano internacional en cuanto a los derechos humanos, se hará referencia mediante el siguiente artículo

Artículo 26.

2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos, y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.

En el artículo 26 se encuentra, en el segundo punto, que la educación tiene por objeto favorecer espacios en los cuales se promueva la amistad y la tolerancia, que estos permitan entender y complejizar un poco que todas las personas son iguales y pertenecen a una misma humanidad; seguramente no se refiere específicamente a las relaciones interpersonales, pero no quiere decir que no estén implícitas, por el contrario, es un punto clave para llegar a comprender comportamientos a nivel social.

Artículo 4°. Ley 181 fomento del deporte la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre: El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social bajo los siguientes principios:

Participación ciudadana. Es deber de todos los ciudadanos propender la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, de manera individual, familiar y comunitaria.

También es fundamental entender la importancia de la ley 181 que propone actividades deportivas de tiempo libre y recreación, pues de acá sale la propuesta de construcción de escuelas de formación deportiva que son un escenario fundamental en la construcción de este P.C.P pues estos lugares son bastante importantes a la hora de entender las relaciones interpersonales.

Ultimando, la Unesco proporciona otra mirada, la cual propone de cierta manera la finalidad con la cual se buscan las relaciones interpersonales y la autonomía: se trata de la cultura;

Derecho a participar en la vida cultural - Artículo 27:

El acceso a la cultura y la posibilidad de disfrutarla sin temor a repercusiones son condiciones necesarias para garantizar el derecho a participar en la vida cultural.

La vida cultural se manifiesta en la comunicación, la expresión y las tradiciones cotidianas. No se debe negar a las minorías lingüísticas y religiosas su derecho a abrazar las dimensiones de la vida cultural por ningún motivo.

Lo anterior permite esclarecer que las relaciones humanas brindan suficientes elementos para vivir en sociedad, de distintas formas y respetando la intimidad de los demás, sus decisiones, ideologías o perspectivas, mientras no afecten la propia. Por otro lado, la escuela está en la obligación permanente de generar espacios donde se puedan relacionar unos con otros propiciando una formación integral que permita formar sujetos participes de una vida social, siendo conscientes de las decisiones y asumiéndolas de forma autónoma, evitando que sean víctimas de las circunstancias.

1.3. Estado del arte.

Al realizar la respectiva indagación sobre cuales aportes se han hecho acerca del tema, se hallaron múltiples escritos sobre relaciones interpersonales, en diferentes campos de conocimiento, se decidió de la misma manera a propósito de esto buscar trabajos relacionados directamente con el campo de la educación física o semejantes de manera que el espectro de búsqueda quedara más cerrado y se pudieran mostrar los escritos e investigaciones ligadas a esta disciplina.

Los trabajos encontrados podrán ayudar a encaminar el proceso de construcción del proyecto curricular particular (PCP) sin embargo, pueden surgir nuevos trabajos, artículos o investigaciones que encaminen de manera más directa y enriquecedora este proceso de construcción de proyecto por lo tanto se anexaran sobre la marcha.

Para la búsqueda de los trabajos se realizó indagación de diversas publicaciones, sin embargo, se escogieron escritos que tuvieran ciertas características como años de cercanía, idioma, región y disciplina, esto para encaminar los antecedentes directamente con la educación física por lo tanto se escogieron tres artículos: a nivel latinoamericano y a nivel nacional (Colombia) y finalmente uno desde el contexto más cercano, la Universidad Pedagógica Nacional.

El primer trabajo a citar, pertenece a la revista cubana de investigaciones biomédicas, a cargo de los autores Morales D, Caraballo G, et al, en el año 2017 con el título: “Percepción del alumnado sobre condición física, relaciones interpersonales y desarrollo integral”, propósito: evaluar la percepción por medio de la aplicación del aprendizaje basado en proyectos para el fortalecimiento de la condición física, desarrollo integral y mejora de las relaciones interpersonales de los estudiantes de la Universidad Internacional del Ecuador. Conclusiones: la cultura física fortalece la alfabetización motriz, el desarrollo de habilidades, destrezas, competencias, capacidades físicas condicionales y coordinativas, aportando a la salud y al desarrollo integral del estudiante de la Universidad Internacional del Ecuador (UIDE) según los indicadores de percepción establecidos.

El segundo trabajo fue realizado en Colombia por parte de los licenciados Carrasco M, Díaz C en el año 2017 su título es: la educación física como medio a fortalecer relaciones interpersonales en niños y niñas con discapacidad cognitiva y los que no la presentan. Propósito:

la educación física como estrategia para incentivar la capacidad socio afectiva y las interacciones comunicativas de los estudiantes, promoviendo el desarrollo de la inclusión, permitiendo que los niños y niñas con discapacidad cognitiva estimulen su comunicación y fundamenten su capacidad de observación, la creatividad y desarrollen sus expresiones corporales y orales.

Conclusiones. Las relaciones socio afectivas acompañadas por la educación física van orientadas hacia la atención e inclusión de niños y niñas con discapacidad cognitiva en la medida en que aporta el desarrollo del aprendizaje en el fortalecimiento de la expresión corporal y la improvisación de estereotipos que se dan cotidianamente en el territorio escolar, es entonces como la improvisación y los ejercicios permiten a los niños, usar su creatividad, mejorar sus habilidades para hablar en público, la confianza y la concentración.

El tercer trabajo fue hallado en la Universidad Pedagógica Nacional, es un proyecto curricular particular (PCP) orientado por las licenciadas Martínez D, Gómez D en el año de 2018, este lleva el título de: Juegos cooperativos como estrategia para mitigar los procesos de individualización el propósito fundamental de este trabajo es: Trabajo de grado que se propone educar a través de movimiento corporal y configurar un proyecto curricular particular que permita fomentar a partir de los juegos cooperativos actitudes de cooperación que propicien relaciones comunicativas, participativas, constructivas y conductas de ayuda para lograr en equipo un fin en común, en los estudiantes del grado quinto del colegio Instituto Americano del Norte. Conclusiones: los estudiantes adquirirían diferentes actitudes, comportamientos y principios dentro del juego, lo que permitía desarrollar las actividades con mayor efectividad; es evidente que la cooperación en el juego favorece en los niños el trabajo en equipo y el respeto por los demás.

En consecuencia, este P.C.P busca por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizan las relaciones interpersonales, de manera que como producto se gesten la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad, ser humanos libres, que respeten la libertad y los derechos de los demás, posibilitando la capacidad de integrar e integrarse en diferentes contextos y culturas. La educación física tiene la facultad de explorar diversos escenarios cooperativos y comunicativos que permiten crear experiencias por medio del juego y otras actividades que de la mano pueden llegar a apropiarse el tema que abordamos en este primer capítulo.

2. PERSPECTIVA EDUCATIVA

Este proyecto curricular pretende, a través de la pedagogía, el humanismo y la disciplina de la educación física, contribuir en la construcción de un ser humano autónomo a partir de relaciones interpersonales favorables, a través de la Educación Física; para tal fin se desarrollarán conceptos tales como: sociedad, cultura, hombre, educación, entre otros. Estos permitirán que de forma articulada se de alcance al propósito de formación y se configuren ambientes propiciadores de experiencias trascendentales, que dejen huella cognitiva lo que a su vez transforme modos de pensar y actuar frente a condiciones particulares y colectivas.

2.1. Componente Humanístico

En el transcurrir de la historia, se han generado cambios en la praxis de la educación física, partiendo de una tradicional y deportivista, que por cierto no tomó como foco la formación integral del individuo, sino que por el contrario, ha pretendido constituir cuerpos bien formados, aptos para un buen desempeño en la guerra y por supuesto, atractivos; algo que resulta relativo y que ha llegado a determinarse, más que por la cultura, por una condición mediática que en la actualidad sigue prevaleciendo, implantando ideas basadas en apariencias y con finalidades comerciales que no aportan al enriquecimiento como ser humano.

La competitividad y la búsqueda de resultados efectivos a cualquier costo, es un factor más, que carece de una formación emocional e incluyente, algo que resulta hondamente importante en la formación de seres humanos con valores fundamentales para la vida en

sociedad: "Una educación física debe basarse en la formación de valores elementales de la vida y ser incluyente a la sociedad" (Callado,2007)

A hoy, se ha conseguido el incremento de prácticas que conducen más hacia una educación física humanista, sin embargo, sigue siendo necesario reforzar objetivos e ideales que guíen al sujeto, a conseguir un óptimo desarrollo de su formación humana; un claro ejemplo se encuentra en el juego, ya que este, como elemento connatural de la especie y que hace parte de las experiencias y las relaciones interpersonales de manera espontánea en los seres humanos, promueve no solo disposiciones motrices, cognitivas y socio afectivas, sino que además, brinda la posibilidad de expresarse libremente y conducir sus acciones en dirección u orientadas al desarrollo de la autonomía y la capacidad en la toma de decisiones, mientras se relaciona con los demás, fortaleciendo no solo su formación lúdica sino también su formación integral.

Ahora bien, la educación física desde una mirada interdisciplinar muestra lo esencial de entender los procesos formativos, no como elementos aislados, sino como, un sistema que, de manera sincrónica, procuran una ganancia en la formación de aquellos a los que pretende llegar. Es así que desde el componente humanístico se atiende a ciertos elementos estructurales que den soporte argumentativo y solidez al propósito de formación tales como: una teoría de desarrollo humano la cual permita un punto de partida, una concepción de ser humano, pues de este modo se sabrá con lo que se cuenta y a lo que se apunta y finalmente un concepto tanto de cultura como de sociedad, puesto que será el contexto en el que se debe desenvolver el ser humano y en donde ocupará un lugar trascendente que generará cambios de manera bilateral.

2.2. ¿Qué incidencia tiene la cultura en el ser humano?

Teniendo en cuenta lo anterior, para acercarse a la concepción de ser humano al cual se quiere llegar, es importante comprender la cultura como elemento estructural, pues esta muestra

los patrones más comunes con los cuales una persona inicia su vida. Para este proyecto la cultura es fundamental, teniendo en cuenta que la identidad con la que se nace, delimita de cierta forma la posibilidad de relacionarse, ya que las creencias y perspectiva del mundo determinan la construcción de autonomía y esta puede verse afectada por las costumbres de la comunidad a la que se pertenezca; como postula (Harris 2011) “La cultura... en su sentido etnográfico, es ese todo complejo que comprende conocimientos, creencias, arte, moral, derecho, costumbres y cualesquiera otras capacidades y hábitos adquiridos por el hombre en tanto que miembro de la sociedad.” (Barrera. p. 3)

Se puede inferir que la cultura logra transmitir conocimientos con cada cambio generacional por lo que tiene la posibilidad de modificar prácticas en las dinámicas de las relaciones interpersonales que como consecuencia impacten el desarrollo de la autonomía de los seres humanos. Para la disciplina de la educación física es bastante importante entender este elemento, pues la cultura física, a lo largo de los años, ha mostrado que esta disciplina tiene muchas posibilidades, desde una mirada eminentemente fisiológica y anatómica, que son las que cuentan con más fuerza hasta el día de hoy; razón por la cual al comprender la educación física y este proyecto particular como una posibilidad desde las humanidades, permitirá abarcar muchos más contenidos y elementos que sirven para la vida y para suplir las necesidades que esta presenta, del mismo modo generar la posibilidad de mejorar el potencial humano desde diversas dimensiones como social, cognitiva, física, afectiva y por supuesto, motriz.

Del concepto cultura se deriva la comprensión de interculturalidad, esta entendida como el proceso idóneo para conseguir que el sujeto interactúe con otras personas, potenciando la comunicación mediante el diálogo y las prácticas, encontrando reconocimiento mutuo, fomentando los valores y el respeto por las formas de vida que son justamente las que enriquecen

al individuo que forjan su carácter mediante la construcción de sus propias ideas a partir de distintas perspectivas que aportan las ideologías de grupos étnicos, sociales, de género, edades y demás factores que se encuentran dentro de su entorno social. En palabras de García:

“Es necesario educar para la multiculturalidad, o mejor para la interculturalidad. Una interculturalidad que propicie la continuidad de pertenencias étnicas, grupales y nacionales, junto con el acceso fluido a los repertorios transnacionales difundidos por los medios urbanos y masivos de comunicación” (García. C. pág. 190, 2004).

En el capítulo uno, una de las problemáticas identificadas es la limitación de las relaciones interpersonales en razón al uso desmedido de dispositivos electrónicos y la comunicación exacerbada, a través de medios como la internet, no obstante el momento histórico que atraviesa actualmente la humanidad, reclama con más fuerza el uso de estos medios y herramientas, dado que el distanciamiento social, la restricción social y la no posibilidad de poder congregarnos por causa de un fenómeno biológico evolutivo, denominado covid 19, ha llevado al ser humano a establecer vínculos a través de un artefacto potencializador de las relaciones interpersonales, lo que a su vez fomenta posibilidades enormes de interculturalidad.

La diversidad siempre ha sido una fuente de conocimiento y reflexión, ayuda a despertar actitudes críticas, curiosidad, repensar pensamientos, nuevos conceptos. Es una manera precisa para auto reformarse y aprender de otros para la construcción del ser y su libertad, respetando las ideologías de los demás y edificando las propias. Al respecto Mandela afirma: “Porque ser libre no es solamente desamarrarse las propias cadenas, sino vivir en una forma que respete y mejore la libertad de los demás”. (Mandela, 2008, p. 15).

2.2.1. El hombre en una sociedad pluralista.

La sociedad parte de la cultura, razón por la cual es importante comprender que al menos en Colombia, al igual que en gran parte de América Latina, hay una condición cultural que se ha visto alterada por la globalización, transformando así los comportamientos de la sociedad. Las generaciones actuales que entran a ser partícipes de la sociedad desde la niñez comprenden lo injusto que puede llegar a ser ubicarse geográficamente en los lugares donde se encuentran, pues, en algunos casos, son impactados con realidades donde hay violencia y delincuencia que resultan determinando comportamientos y roles dentro de la sociedad, sintiéndose obligados a cumplir leyes impuestas por quienes tienen el poder en su entorno social.

Teniendo en cuenta lo anterior y la finalidad de este proyecto, se deben entender las relaciones interpersonales en el marco de la sociedad como una posibilidad de cambiar o mejorar las relaciones humanas y así construir un ser humano autónomo que tenga la posibilidad de relacionarse con diferentes tipos de poblaciones, sin discriminar y teniendo la consciencia suficiente para no pasar por encima de los demás; indudablemente, cambiando las condiciones desde las relaciones interpersonales no se va a cambiar la sociedad pero, si varios sujetos de una comunidad cambian su conducta frente a un mismo contexto educativo, esa generación terminará impactando como efecto mariposa hacia adelante, atendiendo incluso de manera diversa las necesidades que se presenten.

Por lo tanto, un sujeto debe ser capaz de convertirse en parte fundamental de la sociedad, la cual será comprendida como el ser que es naturalmente social; que, para su plena realización, necesita establecer una relación con los demás, sin la ayuda de otros, no puede sobrevivir; el hombre, necesariamente debe mantener un contacto constante con la naturaleza, consigo mismo

y con los demás. Adela Cortina sugiere: “Estamos en una sociedad plural en la que se tienen que oír las voces de todos”. (Cortina. 2008)

De lo anterior, se postula entonces que para este P.C.P la sociedad se convierte en voz y voto, aplicando la democracia, nutriendo sus valores, su toma de decisiones y su cultura cívica; contribuyendo a su transformación social mediante un proceso dinámico, rico en aprendizajes útiles de cara a la formación de su autonomía y la construcción de modos de convivir más armónicos; un hombre social, con un óptimo desarrollo de su civismo, tolerante y capacitado para convivir armónicamente con los demás, que haga uso provechoso de su inteligencia emocional y crecimiento personal para su desenvolvimiento independiente, tal y como lo afirma Brandao “Aprender es antes que nada, estar incluido y participar en la creación, no solo de productos de la cultura sino de procesos sociales” (1986:85).

2.2.2. Teoría de desarrollo:

Hasta este punto se ha presentado de manera enfática la necesidad de formar sujetos para la convivencia y la armonía a partir del establecimiento de relaciones interpersonales favorables al proceso de formación de la autonomía, es por esto que para este PCP la teoría desarrollada por Erick Erickson y las “etapas de desarrollo psicosocial” por él propuestas se constituye en la autopista de comprensión para el logro de tal propósito.

Uno de los elementos de la teoría se refiere a “La identidad del yo”, este a su vez, a la autoconciencia que el humano desarrolla a través de la interacción social. La identidad del yo cambia constantemente debido a la nueva experiencia e información que obtiene a través de la interacción diaria con los demás.

En perspectiva de esta teoría de desarrollo humano, se debe comprender que el sujeto ve afectado su desarrollo por la cultura y la sociedad, así crea rutas que le permiten apropiarse de

herramientas que más adelante le facultan para ser partícipe de dicha sociedad, ahora bien, se apuesta a las relaciones interpersonales debido a su importancia en la construcción psíquica del ser humano, se hace desde afuera (interpsíquico) hacia adentro (intrapsíquico) es decir, tanto las interacciones sociales favorables como el contexto, son los principales gestores frente a las necesidades que al ser humano se le vayan presentando.

Este proceso de internalización, es decir, el paso de lo interpsíquico a lo intrapsíquico, Vygotsky lo llamó “Ley genética general del desarrollo psíquico (cultural), donde el principio social está sobre el principio natural-biológico, por lo tanto, las fuentes del desarrollo psíquico de la persona no están en el sujeto mismo sino en el sistema de sus relaciones sociales, en el sistema de su comunicación con los otros, en su actividad colectiva y conjunta con ellos” (Chávez. 2001 p. 60)

Por otra parte, Erikson, sugiere que el desarrollo de la personalidad depende tanto de la instancia social externa, como del plan interno de maduración. Propone ocho etapas por las cuales el ser humano pasa a lo largo de su existencia así:

Tabla 1

Etapas de desarrollo psicosocial – Erick Erickson

Edad	Crisis Psicosociales
Del nacimiento a 1 año	Confianza básica frente a desconfianza básica
18 meses -3 años	Autonomía frente a vergüenza – duda
3-5 años	Iniciativa frente a sentimientos de culpabilidad
Entre 6-7 hasta los 12 años	Laboriosidad frente a inferioridad
12-18 años	Identidad frente a confusión de papeles
Joven adulto	Intimidad frente a aislamiento

Edad mediana	Creatividad frente a estancamiento
Vejez	Integridad frente a desesperación

Tomado y editado de: <https://psicologiaymente.com/>

Como se puede observar en la tabla anterior, el ser humano va moldeando su personalidad durante toda su vida, no obstante, en las etapas de la niñez resulta fundamental aprender de cada experiencia que se va presentando, afrontándola y superándola de la mejor manera para que el sujeto crezca con capacidades que le permitan sortear las demás etapas que se van presentando en ese proceso de crecimiento y madurez.

En consecuencia con lo anterior y la construcción que se realiza de los sujetos -en donde la cultura y la sociedad afectan de manera fundamental la forma como piensan, expresan lo que sienten y actúan-, es claro que toda relación externa a los procesos formativos por los que son impactados es mucho más fuerte, de modo que la educación indistintamente su campo de acción, debe partir del gusto, de la empatía, porque un colectivo se identifique con una idea en común, un poco en términos de Einstein “La educación es lo que queda una vez que olvidamos todo lo que aprendimos en la escuela”.

Las relaciones interpersonales que este PCP propone, suponen la posibilidad de crear espacios de aprendizaje y desarrollo, donde constantemente los participantes tengan la posibilidad de ser jalonados a partir de sus interacciones sociales, entendiendo que estas pueden ir de la mano con las necesidades presentes en el momento histórico que se atraviesa, de cara a favorecer el avance de su autonomía, la cual le permita plena consciencia de intersubjetividad y desde allí tomar decisiones pensadas y poder asumirlas.

2.2.3. Concepción de ser humano

Para llegar a esta concepción, es importante tener en cuenta los tres apartados anteriores: cultura, sociedad, y desarrollo humano. Estos tres elementos determinan el ideal de ser humano que se va a buscar, es decir que todo acto que influye en la cultura, la sociedad y se retrasmite de forma sociocultural de forma inconsciente determinan si el ideal al cual se quiere llegar puede ser.

Ahora bien, es importante que se tenga en cuenta que los procesos formativos no son sucesos aislados que se presentan de forma individual, toda experiencia tanto interna como externa a la comunidad, genera impactos tanto cercanos como lejanos a los que quiere llegar este PCP; motivo por el cual este proyecto supone una constante y activa reflexión en los diferentes momentos de intervención para consolidar un acercamiento al fin propuesto.

El concepto de ser humano o ideal que se busca, supone un sujeto autónomo, que tenga la posibilidad de relacionarse con los demás de una forma respetuosa amable y tolerante; entendiendo que su autonomía no puede estar por encima del otro, reconociendo su posibilidad existencial dentro de los lineamientos que la sociedad propone, convirtiéndose así en un gestor de cambios en su comunidad por medio de sus comportamientos, siendo este un sujeto reflexivo constantemente y que tenga la capacidad de acceder a otros contextos desarrollándose de manera favorable personal y colectivamente. Maturana & Verden-Zöllner (1993) dicen que:

Un ser humano emerge como una persona adulta cuando en su conducta cotidiana surge espontáneamente como un ser autónomo y ético, capaz de colaborar desde el respeto por sí mismo y por los otros, pues no tiene miedo a desaparecer en la colaboración" (p.48).

2.3. Componente Pedagógico.

Este proyecto, busca proporcionar las herramientas suficientes para llegar a solventar las necesidades expuestas en el primer capítulo, a través del quehacer pedagógico. En este apartado se encontrarán cuatro subtemas que darán norte a la ruta que pondrá en marcha el proyecto de grado, dicho componente resulta ser fundamental, ya que se adentra en las relaciones alumno maestro y así mismo la relación enseñanza-aprendizaje, también, es importante establecer cuáles son los elementos que, de forma articulada, permitirán acercarse al ideal de ser humano que se está buscando.

Para coincidir, en los elementos que a lo largo de este componente se escogieron, fue necesario comprender que, al fijar una temática humanística, como los son las relaciones interpersonales para la autonomía, dentro de una disciplina como la educación física, era necesario relacionar la esencia del tema con los modelos pedagógicos y las teorías de aprendizaje, con el fin de tener coincidencia con ciertas finalidades que a lo largo del texto se verán presentes.

«Los seres humanos de todas las edades son más felices y pueden desarrollar mejor sus capacidades cuando piensan que, tras ellos, hay una o más personas dignas de confianza que acudirán en su ayuda si surgen dificultades.» (Bowly, 1986). De lo anterior se puede inferir la importancia de las relaciones interpersonales que resultan fundamentales en la construcción del bienestar emocional y la confianza que tiene el ser humano para contar con las demás personas. Un sujeto no está solo en el mundo, así como tampoco existe una única especie sobre la tierra, razón por la cual es importante comprender el papel del ser humano como ser social y como parte de todo lo que lo rodea.

La especie humana ha evolucionado y continúa evolucionando, gracias a su facultad de relacionarse y comunicarse con los demás, facultad que no debe tener cabida a por falta de comunicación, debido a problemáticas que ya se han venido mencionando a lo largo del escrito.

Ahora bien, es importante entender que, en muchos aspectos de la naturaleza evolutiva y depredadora, como especie “principal” el humano se ha vuelto individualista y solitario, por lo cual resulta esencial retomar lo que se ha perdido y poner los ojos en las relaciones de interacción humanas, en mejorar los modos de vida, en seguir creciendo personalmente sin dejar de lado el desarrollo común y la importancia del otro.

Diferentes modelos pedagógicos y teorías de aprendizaje influyen notablemente en el funcionamiento de las relaciones interpersonales que permiten mejorar el autogobierno y la toma de decisiones, de esta manera se encuentra dentro de la corriente psicológica del constructivismo modelos cognitivistas que se enfocan en el desarrollo cognitivo de los sujetos, teniendo en cuenta que permiten tener tres elementos a favor: primero, el desarrollo del pensamiento; segundo, la comprensión en las dinámicas de las relaciones sociales y tercero, el contexto donde se originan las experiencias, que finalmente son las que van a dar sentido a los procesos de aprendizaje, no obstante, para este PCP no resulta suficiente para el alcance del propósito de formación.

2.3.1. Modelo pedagógico: ¿ruta demarcada o principios a formular?

A fin de lograr su aprendizaje, el estudiante no puede sentarse a escuchar a su profesor, leer su libro de texto y responder preguntas. La mirada constructivista supone que el aprendiz asuma el papel del científico, explore y observe la realidad, haga preguntas sobre la misma, experimente y resuelva problemas. Se espera como lo afirma Camargo “que esta postura, activa

frente a su propio aprendizaje, potencialice las capacidades creativas e inferenciales, promueva la autonomía y fomente el interés por la ciencia y sus procedimientos”. (2010 p.339)

Uno de los propósitos de este proyecto, es que el ser humano participe activamente en la sociedad, que construya su realidad y se construya a medida que sus experiencias se lo permitan; en este caso las relaciones interpersonales nutrirán prósperamente su construcción. Mientras los sujetos del entorno se construyen, simultáneamente se construye el sujeto individual favoreciendo el crecimiento personal y social, razón por la cual se aborda la corriente psicológica del constructivismo, desde la formulación de algunos de sus principios, ya que hace hincapié en la importancia de la reciprocidad en el aprendizaje y como se forjan los cimientos alternos en otros campos como la comunicación y el lenguaje.

Procurando fomentar las relaciones interpersonales en favor de seres autónomos, se crearán espacios propicios para la interrelación de sujetos, que, tras un proceso, obtengan como resultado un óptimo desempeño en su contexto y consigan hacer parte de cualquier otro, de manera respetuosa y tolerante, desenvolviéndose en función de las necesidades propias y comunes que lo conducirán a zonas próximas de aprendizaje recíproco. Se propondrán actividades de trabajo en equipo con diferentes tipos de personas con el fin de fortalecer el proceso de toma de decisiones que repercutan directamente en el desarrollo de la autonomía, por lo tanto, acá aparece el primer principio pedagógico, el de reciprocidad e interacción favorable, entendido como posibilitador de cambios estructurales en la manera de pensar y actuar producto de dicha interacción, Lo que en términos de Vygotsky significa pasar de una zona de desarrollo real, pasando por una zona de desarrollo próximo hasta llevarlo a una zona de desarrollo potencial, lo que no es otra cosa que permitirle que pase de hacer lo que puede hacer sin ningún tipo de ayuda a lo que podría llegar hacer con siendo ayudado.

El maestro tendrá una relación dialéctica con los estudiantes, enseñando y aprendiendo de ellos para conseguir entretelar saberes e ideologías y conseguir un mejor proceso, de modo que será más fácil identificar las necesidades de cada uno de los participantes y determinar cuáles fueron los resultados del proceso de formación, dando paso al segundo principio: dialogicidad, el cual en términos de Freire indica que “el educador ya no es solo el que educa sino aquel que, en tanto que educa, es educado a través del diálogo con el educando, quien, al ser educado, también educa.” (Freire, 1979, p.72).

Se busca el reconocimiento de los elementos del constructivismo y mediante esta propuesta, encontrar la forma más apropiada de adecuar los escenarios pertinentes para propiciar la relación alumno maestro y enseñanza aprendizaje, de manera que se esté constantemente creando un conocimiento entre los integrantes de las practicas.

Todo proceso de aprendizaje pretende la ampliación, consolidación e integración de contenidos, habilidades y destrezas para llevar a cabo una tarea de otra manera diferente. El proceso, el aprendizaje no es un hecho, se trata de una serie de pasos concatenados que conducen a la integración y organización de ciertos contenidos, que van configurando una identidad profesional. (Ortiz, 2015, pág. 97).

En este punto surge el que sería el tercer principio pedagógico: Creación de ambientes, entendido este como procesos de enseñanza y aprendizaje en donde se encuentran las diferentes dimensiones del ser y son necesarias para cumplir con la finalidad que el docente quiere gestar en los espacios académicos, es por tanto, que en un contexto más cercano se entiende por ambientes de aprendizaje al proceso pedagógico y sistémico que permite entender desde una lógica diferente las formas de enseñanza-aprendizaje. Desde esta propuesta se valida al estudiante como sujeto activo y participante en el ambiente, reconociendo sus necesidades e

intereses desde lo cognitivo, lo socio afectivo y lo físico creativo, entendiendo estas características a la luz del desarrollo humano que se reconoce desde la Reorganización Curricular por Ciclos. (Flores. 2017 p.39).

Finalmente, un cuarto principio que obedece a la mediación educativa está sirviendo como punto de convergencia de factores de diversa índole a los que Vygotsky apela para concebir la mediación como aquel posibilitador “que abre camino para el desarrollo de una explicación no determinista donde los mediadores funcionan como medios por los que los individuos reciben la acción de factores sociales, culturales e históricos y actúa sobre ellos.” (Daniels. 2001 p.31)

2.3.2. Teoría de aprendizaje.

Para este PCP el aprendizaje será comprendido desde la perspectiva constructivista del aprender haciendo y del aprender haciendo se derivan los postulados de Jerome Bruner, a través del aprendizaje por descubrimiento, formula que el aprendiz hace uso del razonamiento inductivo, es decir, va descubriendo normas y reglas haciendo que el proceso de formación de este consista en problematizar frente a diversas situaciones y así buscar soluciones desde sus conocimientos previos, para llegar a zonas de anclaje mucho más claras que permitan forjar las ideas y consolidar los procesos emergentes que se presentan y que favorecen su desarrollo.

Este proyecto presenta los postulados de Bruner por el enfoque que da hacia los procesos de autonomía mediante principios subyacentes, que son el resultado de procesos inductivos en los procesos de formación y problematización; es decir que el rol del estudiante es bastante activo, hay que recordar que Bruner fue uno de los autores que presento su disgusto frente a los procesos de aprendizaje científicos conductistas en donde el papel protagonista es el del docente y no el del estudiante, por esta razón el constructivismo advierte en las relaciones horizontales la

potencia de la acción mediada, en donde el docente cumple como mediador que también aprende de los conocimientos de los estudiantes, por tal razón, el constructivismo y la teoría de Bruner permiten ampliar los horizontes que exigen la organización de los quehaceres pedagógicos para este PCP.

Anexo a lo anterior, es que el PCP busca la autonomía a partir del fomento de relaciones interpersonales intencionadas y como consecuencia favorables las cuales potencien acciones colectivas indagando en la realidad, buscando solución a los fenómenos presentes día a día, en diferentes contextos tales como educativo, social, familiar, entre otros, es por tanto, que desde la educación física se pueden gestar mediaciones lo suficientemente potentes que den respuesta a esas demandas de pensar - actuar que finalmente promueva el desarrollo de la autonomía.

Ahora bien, ¿qué fines se desean por medio de este P.C.P.?, es intentar a partir de las relaciones interpersonales evidenciar el impacto de estas en la vida cotidiana de los seres humanos, el alcance en su desarrollo y su importancia en el ejercicio autónomo de elegir, decidir, actuar, agenciar y que serán a la postre posibilitadoras de desarrollo en todas sus dimensiones y todo a través del saber disciplinar de la Educación Física.

2.4. Componente Disciplinar.

La educación a lo largo de la historia se ha visto atravesada por diferentes modelos pedagógicos, teorías de aprendizaje y pensamientos filosóficos, quienes han buscado la forma más adecuada de transmitir un conocimiento o generar una reflexión activa y crítica desde la perspectiva académica, de esta manera se han creado diferentes diseños de currículo, con esto se hace referencia a estructuras mentales que responden a las necesidades de un contexto específico, teniendo en cuenta: ¿cómo?, ¿para qué?, ¿por qué?, ¿con qué?. Sin embargo, en algunos casos particulares, el currículo no se manifiesta, de manera que el propósito de la clase se ve afectado

de forma directa por los imaginarios e ideales del docente; convirtiéndola en un hacer por el hacer y pierden el norte reflexivo que debería tener como fin un espacio de aprendizaje.

Se busca que las finalidades de la clase sean una realidad y que la finalidad del docente le permita llegar a unas metas y objetivos claros, los cuales permitan que la clase de educación física tenga un sentido coherente, que dé lugar a una educación física que le sirva a los estudiantes para la vida, de tal modo que a pesar del fin con el cual el docente ejecute su clase, el aprendizaje que obtengan los participantes de terceras fuentes no profile la misma de modo independiente, esto, partiendo del hecho que al menos la educación formal se ve afectada por los elementos estudiados por los alumnos en la educación informal o no formal y esto hace que las relaciones que ahí se dan en muchos casos o en su gran mayoría sean más significativos que los vistos en la clase de educación física en el contexto formal.

Tomando en cuenta lo anterior, se toma la decisión de adoptar en este PCP la postura de la praxiología motriz propuesta por Pierre Parlebas, además de este, también se adoptarán algunos elementos de deporte formativo y se usará el juego como mediador de experiencias para lograr los objetivos propuestos.

2.4.1. Escudriñando en la educación física y sus caminos.

La tendencia, como bien se había enmarcado en un apartado anterior es la praxeología motriz, la cual es suficientemente importante puesto que los elementos que le competen permiten articular aspectos sociales con el movimiento mismo, pero, ¿qué es la praxiología motriz? pues bien, para ello se debe entender que la educación física, en el último siglo ha estado cruzando por cambios significativos sobre su campo de estudio y su actuar, se situaba en un eje biomecánico, en donde las prácticas buscaban el movimiento y la técnica como elementos fundamentales del campo motor, el más claro ejemplo se situaba en las practicas gimnasticas dictadas en los

espacios de formación. Es aquí en donde inicialmente Marcel Mauss (antropólogo y sociólogo francés) realiza una articulación entre el cuerpo y la capacidad de este de manifestar por medio del movimiento actividades cotidianas y emociones. Por supuesto, esta postura está alejada de la tendencia, no obstante, este momento es clave, ya que el cuerpo se empieza a entender como el medio de convergencia en tanto cultura y sociedad en situaciones del diario vivir; es así como el movimiento permite manifestar y evidenciar los sentires del hombre.

Ahora bien, es importante mencionar a Mauss, ya que en este momento se empieza a categorizar una serie de conceptos que van a ir evolucionando hasta el día de hoy, se irán modificando y serán objeto de cuestionamiento, en algunos casos han sido objeto de investigación. Es en este marco en donde se presenta la praxiología motriz, que Parlebas define como la ciencia de la acción motriz que a su vez es el conjunto de conductas motrices expresadas en una situación motriz, pero ¿a qué se refiere con acción motriz?:

“Este término compuesto, que a primera vista pareciera ser un pleonasma puesto que podría llevar a creer que es difícil concebir una acción que no se realice sobre la base de contar con la motricidad como condición para llevarla a cabo nos indica que ‘motriz’ está aquí mencionado como una de las posibles dimensiones de ‘acción’”. (Minkevich. 2015 p.22)

Pues bien, frente a esta definición de acción motriz y la que se está estructurando, se percibe que lo motriz es solo una dimensión frente a la acción y que a su vez esta puede estar compuesta de otras dimensiones como la social, la afectiva, la cultural, a su vez esta acción motriz necesita de una situación motriz: esta situación motriz se entiende como ese conjunto de expresiones corporales, motoras o motrices es decir es el momento y se encuentra la conducta motriz, el contexto del movimiento en sí mismo; Parlebas plantea frente a estas situación motriz

una clasificación: las situaciones motrices que son determinados por la incertidumbre, que podrá ser respecto a la información proveniente medio físico, y/o respecto a la interacción con los compañeros y/o los adversarios. (Parlebas. 1981 p.7), esta clasificación se abordará más adelante. Finalmente, el concepto de conducta motriz se refiere a: “la organización significativa del comportamiento motor” (Parlebas, 2001, p 85) este concepto pretende mostrar el comportamiento que tienen los individuos dentro de las situaciones motrices, este es evidente dentro y fuera de la acción motriz por agentes tanto pertenecientes como externos a las actividades; se determinarán comportamientos del sujeto a partir de respuestas emocionales y resolución de problemas a partir de esta conducta motriz.

Para la propuesta de este proyecto, es necesario acudir al concepto de acción motriz, pues de este surge la idea de clasificar diversas situaciones motrices, que a su vez pretenden perfilar actividades de tipo deportivo y expresivo, Parlebas propone unos dominios específicos que permiten delimitar las prácticas y de cierto modo las experiencias motrices:

Clasificación de las actividades físico-deportivas propuesta por Parlebas (1999: 46) y elaborada a partir de combinar de modo binario tres criterios de lógica interna: la presencia o no de incertidumbre del medio externo (I, I), presencia o no de compañero (C, C) y presencia o no de adversario (A, A), resultan ocho grandes categorías que organizan estas actividades.

Estos ocho dominios se organizan de manera que el docente puede realizar las clases utilizándolos para llegar a una finalidad puntual, la organización se realiza de la siguiente manera:

Incertidumbre del entorno.

Sin incertidumbre del entorno.

C. Con presencia de compañeros.

- C. Sin presencia de compañeros.
- A. Con presencia de adversarios.
- A. Sin presencia de adversarios.

Tabla 2

Dominios y condiciones

Dominios	Condiciones
1er Dominio	I.C.A. Solo
2do Dominio	I.C.A. 1x1
3er Dominio	I.C.A. Cooperativo
4to Dominio	I.C.A. Nop y p
5to Dominio	I.C.A. Natural
6to Dominio	I.C.A. Natural
7mo Dominio	I.C.A. Natural
8vo Dominio	I.C.A. natural

Elaboración propia

Las anteriores combinaciones son las que se pretenden implementar en este P.C.P, las situaciones motrices modificadas por medio de los dominios ayudarán a mejorar la interacción entre los niños y a su vez mejorar las relaciones interpersonales en el caso de los dominios cooperativos y con adversarios mientras que la incertidumbre del entorno y la ausencia de compañeros y adversarios podrán fortalecer los procesos de autonomía que es el punto de llegada.

Ahora bien, en el momento que se vive actualmente en la construcción de este proyecto de grado se cruza por una pandemia que modifica de manera significativa las practicas físicas y la forma como estas se llevan a cabo, pues hay un confinamiento producto del virus SARS_COV 2, es por tanto urgente por parte de los docentes activos y los futuros docentes tener una alternativa que pueda dar respuesta en gran medida a estas situaciones tan particulares y no prescindir del roll docente por falta de compañía, es en este punto donde ganan valor los dominios, pues acá se cuenta con la posibilidad de realizar ejercicios individuales sin compañeros sin adversarios y con un entorno sujeto a la capacidad creativa.

3. DISEÑO DE IMPLEMENTACIÓN.

3.1. Justificación

Las relaciones interpersonales se han considerado el epicentro y pilar fundamental de la vida en sociedad; en este documento, se han puesto en contexto los principales factores que al transcurrir de la historia han impactado significativamente las formas de relación que ha empleado el ser humano y cómo el producto de estas relaciones han tenido incidencia en la autonomía. Dicho esto, este proyecto pretende propiciar un clima de interacción social, generador de aprendizaje, óptimo para crear actitudes de convivencia, empatía, tolerancia, inteligencia emocional y todos aquellos factores que favorecen el desarrollo de la libertad y el autogobierno de ser. Las relaciones interpersonales brindan experiencias que viabilizan la mejora de las diversas dimensiones del ser, tales como el progreso motriz, cognitivo, social y afectivo, permitiendo impactar positivamente los procesos de autonomía y toma de decisiones.

La educación física, empleará la praxiología motriz como trampolín para generar ascenso del aprendiz mediante una serie de actividades y escenarios en donde el juego y el deporte serán encaminados a la construcción y consolidación de la autonomía. Gestar ambientes posibilitadores de relaciones interpersonales resulta fundamental para quienes interpreten y se apropien de este proyecto, ya que mediante dichos ambientes se obtendrán seres capaces de vivir armónicamente en sociedad, conscientes de sus actos, con un óptimo manejo de sus decisiones y con una clara apropiación de cultura cívica; sujetos autónomos que hagan uso de su conciencia para determinar

la importancia de las ideas de los demás en la concepción de las propias, la colaboración recíproca y su potencial individual dentro de un contexto.

Para la edificación de seres autónomos, las practicas físicas grupales aportan una amplia gama de elementos que en conjunto afectan distintas dimensiones del ser, por ejemplo, los deportes pueden generar una mejora en los procesos de tolerancia a la derrota, cooperación, trabajo en equipo, disciplina, autorregulación y competencia, por otro lado, los juegos posibilitan la capacidad de divertirse, de relacionarse, de estimular la creatividad y por supuesto la empatía respecto a los demás. Todos estos elementos se presentan a lo largo de las practicas, estas siempre están acompañadas de sentimientos o emociones y a su vez conductas motrices que son indispensables para el grupo a intervenir, pues todos los elementos que conlleva una práctica fácilmente pueden ser enriquecedores para el fin que se está buscando.

Tomando como base lo anterior, es importante resaltar que las manifestaciones motrices serán una piedra angular en la implementación de este proyecto, pues en todas las prácticas físicas se encuentran una serie de comportamientos que delimitan la personalidad e identidad de cada sujeto, por lo que una apuesta a las relaciones interpersonales será la primera tarea posiblemente titánica a la hora de realizar ciertas prácticas.

En búsqueda de autonomía, la repulsión a compartir actividades con otros sujetos es un acto autónomo razón por la cual hay que ser meticulosos para propiciar las actividades grupales; estas manifestaciones que Parlebas denomina “conducta motriz” son las que al final determinan un tipo de evaluación, la segunda tarea a comprender es la autonomía y esta como se había mencionado en el primer capítulo, desde la ley tiene que estar sujeta a unos lineamientos para la vida sana en comunidad, por lo tanto el instrumento que se creará, tendrá que tener en cuenta varios factores cualitativos frente a los fenómenos expresados en distintas situaciones motrices.

3.2. Objetivos.

3.2.1. Objetivo General

Generar prácticas corporales propiciadoras de relaciones interpersonales, que permitan llevar al sujeto a una zona de desarrollo potencial respecto a sus formas de interacción, de manera que en un proceso de acción – reflexión logre identificar en dichas interacciones la configuración de su autonomía y como esta puede ser potencializada para su servicio y el de los demás.

3.2.2. Objetivos Específicos

- Generar ambientes propiciadores de relaciones interpersonales.
- Determinar cómo se dan las relaciones interpersonales dentro de los ambientes generados.
- Diseñar situaciones de tensión con el fin de incitar al aprendiz a una reflexión provocadora de toma de decisiones.
- Diseñar prácticas que a través de la lúdica permitan gestar experiencias a partir de interacciones.
- Hacer visible la interacción como elemento fundamental y su incidencia en la formación de seres humanos autónomos a partir de prácticas corporales.

3.3. Planeación general

En el componente pedagógico se plantearon una serie de principios que permitirán dar un sentido al proceso de intervención, estos a su vez delimitarán las necesidades que a futuro se tendrán en cuenta, como la evaluación y la metodología, estos cuatro principios son: dialogicidad, ambientes de aprendizaje, reciprocidad y mediación educativa, dichos principios, propiciarán un acercamiento al ideal del ser humano autónomo que se está buscando.

3.4. Metodología.

Frente a los procesos metodológicos que se pretenden hallar, se implementará un currículo integrado, este permitirá considerar el aprendizaje como el pilar fundamental que surge de las necesidades del aprendiz, teniendo en cuenta que el saber en este caso nace desde la educación física, pero tiene la oportunidad de fusionarse con otras disciplinas siempre en función de mejorar y afectar las dimensiones del ser.

Se apuesta por un currículo que acabe con imaginarios de un currículo regular, que adopta diferentes disciplinas; se planea implementar conocimientos frescos e innovadores, de manera que se logre una interacción articulada de saberes, cubriendo y dando respuesta favorable a las necesidades tanto sociales como educativas. Dicha práctica educativa, está encaminada a la formación de seres humanos con un óptimo desarrollo de sus competencias, desenvolvimiento social y personal; contar con un ambiente propicio, tanto para el maestro como para el aprendiz, es primordial en el momento de interactuar y generar conocimientos recíprocos que contribuyan al desarrollo de habilidades y destrezas en una atmósfera natural.

El currículo integrado está diseñado para poner al estudiante en contacto con la realidad, tomando lo más sustancioso y significativo de cada experiencia, investigando y extrayendo diferentes conocimientos disciplinares e identificando de qué manera estos se relacionan. Este currículo no se refiere únicamente a la formación en la escuela sino a todo proceso de formación que se de en cualquier contexto, se tienen en cuenta todas y cada una de las perspectivas y análisis que se hacen de la realidad, incidiendo en las decisiones que el aprendiz toma día a día y determinando por juicio propio lo que está bien y lo que no lo está. El aprendizaje de distintos saberes, en distintos contextos, definitivamente forja personas conscientes de las problemáticas sociales, de los errores que cometen los humanos, entienden que hay soluciones para dichos

errores o problemáticas y que hay un universo de alternativas que conducirán a resolver cualquier adversidad que finalmente dejará un aprendizaje perdurable.

Jurjo Torres (1998, p.29) propone un currículo integral con ciertas características que se deben tener en cuenta en la planificación de propuestas de trabajo, en las que los estudiantes sean dirigidos a:

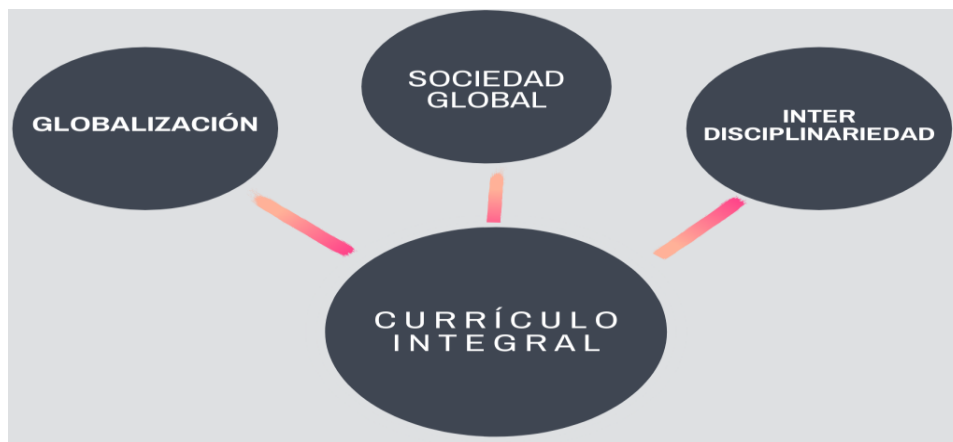
- Promover la discusión acerca de diferentes alternativas para resolver problemas y conflictos, así como de los efectos colaterales de cada una de las opciones.
- Partir de y valorar la experiencia y conocimiento del propio alumnado. Facilitar la confrontación de sus asunciones y personales puntos de vista con los de otras personas.
- Integrar las experiencias prácticas en marcos cada vez más generales e integrados.
- Poner en acción juicios de evaluación, reflexionar acerca de las acciones, valoraciones y conclusiones que se suscitan o en las que se ven comprometidos.
- Aprender a comprometerse en la aceptación de responsabilidades y en la toma de decisiones; a asumir riesgos y a aprender de los errores que cometan.
- Emplear estrategias de enseñanza y aprendizaje flexibles y participativas.

El autor pretende, mediante el currículo integrado educar ciudadanos con un “informado escepticismo”, con capacidades para el pensamiento crítico como una de las estrategias ante una sociedad y un mundo en el que los fundamentalismos, el pensamiento dogmático, tienden a hacer parte de todo y a imponerse como una única opción. Sugiere que el alumnado necesita

desarrollar una conciencia crítica que le permita analizar, valorar y participar en todo cuanto acontece y tiene que ver con su entorno sociocultural y político.

El currículum integrado es una propuesta que se desarrolla a lo largo de un periodo de tiempo más largo de lo que los temas o lecciones de los planes de trabajo disciplinares más tradicionales, por tanto, tiene que ser una propuesta abierta y flexible en la que aparezca contemplada la posibilidad de que el propio aprendiz pueda realizar elecciones, introducir focos de atención o modificaciones en su desarrollo que al principio no se perciben, pero que surgen durante la realización práctica de la propuesta y resultan coherentes con ella; sus características más específicas son:

- Flexible en sus modelos – guía abierta para la intervención educativa
- Propuesta globalizadora apoyada en principios filosóficos, psicológicos y sociológicos.
- Reconocimiento a la educación global – estudio de núcleos temáticos.
- La enseñanza se organiza de acuerdo con las necesidades del contexto.
- Noción de la multidimensionalidad del conocimiento y el aprendizaje.
- Diseñar ambientes para propiciar la expresión diversa de las manifestaciones del aprender

Figura 1*Currículo integrado*

Nota: Creación propia

Este currículo, impactará el desarrollo integral del aprendiz a partir de las experiencias, propiciará una mejora en sus habilidades comunicativas tomando el juego como centro de aprendizaje. Se vincularán distintos saberes involucrando la imaginación y la creatividad de un tema en común que permita desglosarse y la exposición de diferentes perspectivas y así lograr un integrado de diferentes saberes.

Teniendo en cuenta lo anterior y lo expresado en el componente pedagógico, se acudirá nuevamente a Jerome Bruner ya que se había mencionado como posibilitador a partir de su teoría de aprendizaje por descubrimiento, en este caso particular, en función de generar aprendizaje, será necesario comprender tres momentos dentro de la clase que permitirán acercarse a un nuevo aprendizaje, estos momentos son: aprendizajes previos, nuevos aprendizajes y andamiaje.

- *Aprendizajes previos:* son todos esos conocimientos que ya tiene interiorizados el ser humano y serán la base para edificar los aprendizajes venideros a partir de las experiencias.
- *Aprendizajes nuevos:* son todos esos nuevos conocimientos que se adquieren, producto de las experiencias que a lo largo de las prácticas se solidifican teniendo en cuenta la reflexión.
- *Andamiaje:* es el producto que queda cuando se realiza una acción dialógica entre el docente y el estudiante, permite llevar a un grado más alto el conocimiento partiendo del aprendizaje previo con el que el estudiante viene, lo que en palabras de Vygotsky se denomina “zona de desarrollo próximo”.

Es importante tener en cuenta que el conocimiento (partiendo de este tipo de currículo) no solo depende de una fuente de conocimiento, sino de una red de conocimientos que se presentan producto de manifestaciones a nivel social y cultural que se convierten luego en necesidades o problemáticas, es por ello por lo que se deben tener en cuenta las diferentes áreas de aprendizaje para posibilitar una mejor intervención que permita justificar el fin que se está buscando.

3.5. Macro currículo.

3.5.1. Contenidos.

Los contenidos que permitirán organizar las experiencias que se van a implementar en clase son los juegos motores y el deporte formativo, a partir de estos dos se desglosan otra serie de contenidos emergentes los cuales son la comunicación motriz, introyección motriz y adaptación medio ambiental. Es importante tener claro estos dos grandes elementos el juego motor y el deporte formativo puesto que son elementos de primer orden, en el diseño macro curricular en las intervenciones que se van a realizar, se organizara una sub división que se

establecerá de la siguiente manera: la primera sesión de clases se realizara una especie de anamnesis que permita compilar datos informativos ocasionando leves modificaciones para lograr los fines educativos, en la última sesión se realizara una especie de cierre o despedida con lo cual se culminara la intervención, teniendo en cuenta esto las otras intervenciones, se distribuirán en dos grupos de intervención para juegos motores y para deporte formativo, estas ejecuciones se manifestaran de forma alterna.

Inicialmente se proponen dos elementos fundamentales de primer orden, primero los juegos motores, estos juegos son importantes dentro de los objetivos generales ya que propician las relaciones interpersonales además con la ayuda de la reflexión se generan procesos de autonomía:

El juego motor constituye un elemento pedagógico de primer orden, ayudando a desarrollar la capacidad creativa y una mejor comprensión de los conceptos intrínsecos que subyacen en el lenguaje. También, facilita el desarrollo de los diferentes aspectos de la personalidad del niño/a, del carácter, habilidades sociales, dominios motores y capacidades físicas. Además, ofrece gran variedad de experiencias, lo cual facilita la adaptación y la autonomía. (Baena. 2016 p.74).

Teniendo en cuenta esta postura y la disposición anterior frente al avance de las practicas desde la perspectiva del juego este macro diseño se va a desarrollar de la siguiente manera: el juego motor estará planteado de manera que permita dentro de su aplicación propiciar una comunicación motriz, así mismo una adaptación medio ambiental y un autoconocimiento razón por la cual se acudirá nuevamente al cuadro del segundo capítulo frente a los dominós de la praxiología motriz propuestos por Parlebas,

por esta razón se decide entonces emplear cuatro de los ocho dominios para la ejecución mediante el juego y el deporte formativo así:

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| I. Incertidumbre del entorno. | I. Sin incertidumbre del entorno. |
| C. Con presencia de compañeros. | C. Sin presencia de compañeros. |
| A. Con presencia de adversarios | A. Sin presencia de adversarios. |

Tabla 3

Dominios de praxiología motriz

Dominios	Condiciones
1er Dominio	I.C.A. Solo
2do Dominio	I.C.A. 1x1
3er Dominio	I.C.A. Cooperativo
4to Dominio	I.C.A. Cop y op
Creación propia	

Retomando el micro cuadro que esboza los cuatro dominios que se van a trabajar dentro el desarrollo de las practicas del macro currículo se abordara el deporte formativo para redondear el contexto global que enmarca estos elementos de primer orden, estos dos contenidos y a la vez elementos estructuran una serie de experiencias que puestas en tensión generan choque y es ahí donde a través de la reflexión se logra solidificar los aprendizajes nuevos, en cuanto al deporte formativo se asume la siguiente comprensión:

Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo.

Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos.

Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes

(Coldeportes. 2010)

Apartar de lo observado hasta el momento estos dos contenidos de sus definiciones y reconocerlos desde su alcance y potencia es la consideración dentro de este diseño curricular; el juego motor y el deporte formativo como elementos estructurantes que sirven como punto de partida para gestar otros contenidos que son fundamentales para hacer de las relaciones interpersonales la ruta que encaminara la autonomía. En este punto es relevante indicar que se quiere atender de manera integral a las dimensiones cognitiva, afectiva, motriz y social, y el juego y el deporte ofrecen una serie de contenidos de segundo orden o emergentes necesarios dentro del proceso los cuales son: el autoconocimientos entendido este como *la capacidad para tomar conciencia de sí, sabiendo discriminar mediante la atención la vida de cualquier órgano o parte del propio cuerpo, ahondando en el conocimiento de uno mismo, en la conciencia sensitiva.*(Acción motriz. 2010 p.14).

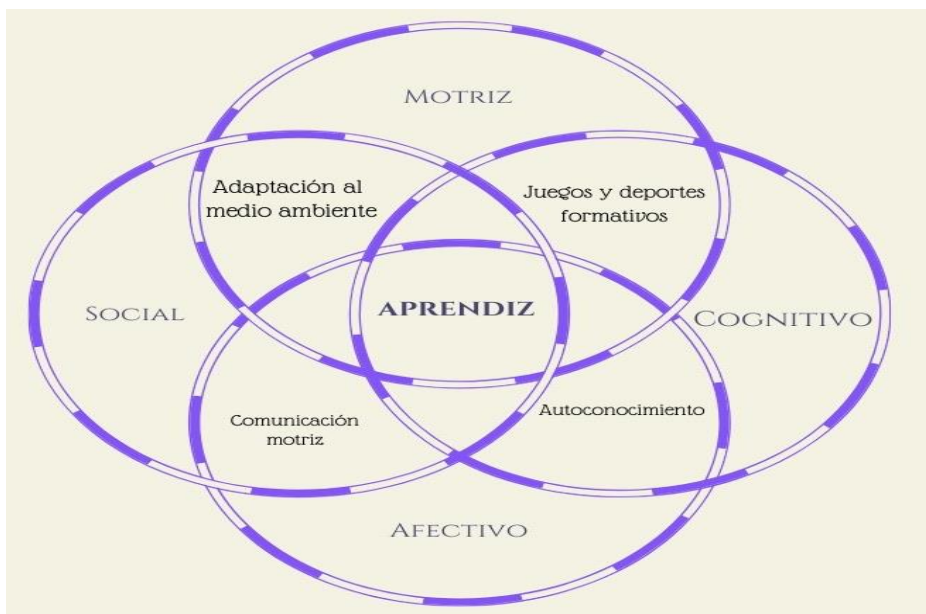
El segundo de estos sub contenidos o contenidos de segundo orden es la comunicación motriz: esta entendida desde la Praxiología motriz como los tipos de manifestaciones lingüísticas y expresivas que se presentan a lo largo de una situación motriz, para terminar con el ultimo sub elemento el cual es la adaptación medio ambiental: esta adaptación medio ambiental se concibe como el proceso de afianzamiento respecto a las situaciones que se expresan durante alguna práctica, por tanto, la no deserción de la práctica es la manifestación más perceptible de la adaptación en este sentido.

Estos enfoques y contenidos de primer y segundo orden actúan de forma holística, es decir, no se concibe uno sin el otro, se manifiestan de forma inductiva o deductiva, por ejemplo, durante el desarrollo de un juego tradicional como yermis se manifiestan una serie de emociones, estrategias, comunicación motriz, unas representaciones sociales que determinan si alguien lanza la pelota como beisbolista de forma brusca para ponchar a su compañero, y una adaptación a las

condiciones tanto del juego (motriz) como del espacio (ambiente). Para culminar este apartado se encuentra la representación gráfica que deja ver los contenidos y sus interrelaciones.

Figura 2

Dimensiones del aprendiz



Nota: Creación personal

3.6. Evaluación:

La relación que existe entre maestro- estudiante- conocimiento se ve impactada y potenciada por la evaluación, permite una mirada crítica del proceso, en este caso, de manera cualitativa, valora dialógicamente los logros que el estudiante ha alcanzado; más que una evaluación, se trata de retroalimentar experiencias que tanto maestros como estudiantes propongan en escenarios que muestren los niveles de internalización de saberes. La intención de esta evaluación es valorar los logros alcanzados y la destreza para superar barreras, dando solución a los problemas encontrados. La relación entre maestro y alumno no se rige simple y

llanamente a un guía que evalúa y un estudiante que es observado, va mucho más allá, puesto que el aprendizaje es recíproco y hace parte de un proceso continuo y permanente.

En consecuencia, la evaluación debe ser un análisis de ganancias en cuanto a los propósitos de formación que se tengan. Formulaciones macro curriculares (fases, etapas, nociones de competencia) y micro curriculares (componentes, indicadores de logro, objetivos de cada contenido), estas formulaciones deben estar ligadas al dialogo continuo entre maestro y estudiante dando paso a una acción valorativa que permita al estudiante identificar los alcances obtenidos, consiguiendo de esta manera una mayor motivación y comprensión de un currículo que no está determinado sino que se va construyendo de la misma manera que nuestro paso por el mundo. Para lograr avances interdisciplinarios, es de suma importancia la investigación y la reflexión de las experiencias realizadas; ahora bien, se considera importante la participación de más de un maestro en la resolución de problemas, ya que brindarán perspectivas diferentes que contribuirán a una evaluación más justa.

3.6.1. La Evaluación Auténtica:

El proceso de evaluación que se va a adoptar tiene un componente holístico que pretende concebir a todos los miembros partícipes de las actividades como agentes sentí pensante actuantes de manera que puedan tener un punto de vista frente a las experiencias y producto de este consolidar la idea de evaluar teniendo en cuenta la perspectiva personal, la del maestro y la de los compañeros.

Collins (1995 p.12-13) señala que esta forma de evaluación se "concibe como un proceso colaborativo y multidireccional, en el cual los alumnos se autoevalúan, son evaluados por sus pares y por el maestro y este a su vez aprende de y con sus alumnos"

Se ajusta adecuadamente a la pretensión de este proyecto ya que ofrece nuevas formas de evaluar, partiendo de una concepción constructivista de la enseñanza y el aprendizaje. Algunas de sus características son:

- ✓ Es una evaluación multicriterial
- ✓ Es una evaluación pública, participativa y transparente
- ✓ Implica tareas complejas
- ✓ Compromete actividad o contexto realista

Esta evaluación involucra mucho más al estudiante teniendo en cuenta su opinión y significando los aprendizajes contextualizados más relevantes del diario vivir. Por lo tanto, se está hablando de una evaluación que favorezca la autonomía en el aprendizaje y la metacognición del estudiante, promoviendo el aprendizaje a partir del error. La acumulación de información repetitiva no será prevalente sino lo que el estudiante sabe hacer, crear, construir o argumentar; todo aquello que lleve a adquirir competencias y habilidades que no se consiguen sino por medio de la investigación y la interacción.

Tomando como base la participación del estudiante, el proceso evaluativo se hará de la siguiente manera:

- Autoevaluación: el alumno evalúa su propio proceso de aprendizaje. Puede escribir en su diario de aprendizaje, puede reflexionar por medio de estrategias de pensamiento: rutinas, metacognición, puede completar una diana de evaluación.
- Coevaluación: es una evaluación entre iguales. Pueden servir las dianas de evaluación y cada alumno colorea su área o incluso puede servir una rúbrica, pero el objetivo es que se co-evalúen.

- Evaluación compartida: el alumno comparte con el profesor la autoevaluación.
- Calificación dialogada: el alumno comparte con el profesor su auto calificación y dialogan sobre ella.

Para que esta evaluación se lleve a cabo de manera favorable, el maestro debe tener suficientes evidencias que le van a permitir evaluar el progreso del estudiante, evitando la implantación de pruebas con lápiz y papel, rompiendo con el enfoque hetero-evaluativo en donde el maestro es el único que evalúa al estudiante. Este enfoque respalda procedimientos auto y colectivos, dando prevalencia a elementos emocionales y motivacionales.

3.7. Macro diseño:


Figura 3

Diagrama de macro diseño



Nota: Creación propia

Convenciones: a continuación, se realizará una explicación del diseño que se encuentra en la parte superior, ahí se albergan los elementos fundamentales que se van a tener en cuenta para el desarrollo de este proyecto educativo, cada círculo de la interrelación superior irá en frente de cada título que se encontrara asociado al color con el cual se identifica dentro del macro diseño.

Propósito: 

Dentro del propósito se encuentran dos elementos.

- Propósito de formación: buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizan las relaciones interpersonales, de manera que como producto se gesten la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad, ser humanos libres, que respeten la libertad y los derechos de los demás, posibilitando la capacidad de integrar e integrarse en diferentes contextos y culturas.

- Objetivos generales: Generar prácticas corporales propiciadoras de relaciones interpersonales, que permitan llevar al sujeto a una zona de desarrollo potencial respecto a sus formas de interacción, de manera que en un proceso de acción – reflexión logre identificar en dichas interacciones la configuración de su autonomía y como esta puede ser potencializada para su servicio y el de los demás.

Contenidos: 

Los contenidos como se mencionó anteriormente serán dos de primer orden y tres de segundo orden y estos se dividirán de manera proporcional por contenidos así:


- Juegos motores:

- 1. Sesión. Dominio 1 uno sin compañeros sin adversarios sin incertidumbre del entorno. sub contenido autoconocimiento. Juegos individuales como el piso es lava
 - 2. Sesión dominio 2 con adversario sin compañero y sin incertidumbre del entorno. sub contenido comunicación motriz. Juegos de destreza y competencia motriz
 - 3. Sesión dominio 3 cooperativo con compañeros sin adversarios y sin incertidumbre del entorno. Sub tema adaptación medioambiental.
 - 4. Sesión dominio 4 cooperativo sin incertidumbre del entorno con compañeros adversarios. Sub temas las tres adaptaciones medioambientales, autoconocimiento y comunicación motriz.
- Deportes formativos:
- 1. Sesión dominio 4 cooperativo sin incertidumbre del entorno con compañeros adversarios. Sub temas las tres adaptaciones medioambientales, autoconocimiento y comunicación motriz. Deportes de competencia por equipos como futbol, voleibol, basquetbol. etc.
 - 2. Sesión dominio 3 cooperativo con compañeros sin adversarios y sin incertidumbre del entorno. Sub tema adaptación medioambiental. Deportes como carrera de relevos 400 metros.
 - 3. Sesión dominio 2 con adversario sin compañero y sin incertidumbre del entorno. Sub contenido comunicación motriz. Juegos como tenis, tenis de mesa.

- 4. Sesión. Dominio 1 uno sin compañeros sin adversarios sin incertidumbre del entorno. sub contenido autoconocimiento. Tiro con arco adaptado, golf adaptado.

Metodología: 

La metodología propuesta desde la perspectiva de este PCP parte a raíz de la teoría de aprendizaje por descubrimiento de Bruner y un enfoque desde los ambientes desequilibrantes.

Evaluación: 

La evaluación se organizará en un instrumento teniendo en cuenta los 4 elementos que constituyen la evaluación total, es decir:

- Autoevaluación.
- Coevaluación.
- Evaluación compartida.
- Calificación dialogada.

Recursos: 

- Relaciones sujeto objeto sujeto.

3.8. Rol del Estudiante y del Profesor.

Durante la construcción de este proyecto educativo se ha examinado constantemente cuál es la función del docente y del estudiante y cómo estos se manifiestan en función de los objetivos a conseguir, habiendo ya planteado el currículo integrado las funciones que desarrollarán cada uno serán diferentes desde el imaginario de la educación pero, en función de buscar un aprendizaje recíproco, es decir, que el estudiante tenga los mecanismos y herramientas que lo

aproximen a zonas de desarrollo potencial, en consecuencia, el profesor también tendrá un aprendizaje a partir de la interacción tanto dialógica como en las experiencias a través de los ambientes formativos.

Teniendo en cuenta lo anterior, también se manifiesta un elemento de consideración importante y es la relación con el medio que se presentará para consolidar las relaciones en diferentes prácticas, se considera entonces una relación sujeto – objeto - sujeto, es decir, que a medida que el sujeto entra en contacto con los objetos y con el medio este entendido como parte del objeto tendrá la capacidad de comprender los medios físicos como parte de una ruta educativa que le permita tener un aprendizaje, además que interactuar con diferentes objetos o diferentes medios simplemente una estrategia para gestar esas relaciones interpersonales en favor de la autonomía.

Retomando el apartado inicial es necesario profundizar un poco en la importancia de los roles que se van a desempeñar, entonces el docente será un mediador que entienda las necesidades que son más significativas a lo largo del proceso de formación y como su plan académico puede verse modificado en función de lograr unos aprendizajes más sólidos, por otra parte, el alumno será el centro complejo que deberá comprender la necesidad de relacionarse con sus compañeros, padres, amigos, profesores y conocidos esto es fundamental dentro de los proyectos educativos desde la perspectiva del currículo integrado.

“Un proyecto educativo debe partir de asumir un concepto de sujeto y ubicarlo en el centro de la trama de relaciones que se ponen en el escenario educativo de un programa de formación. El ser humano, entendido como un complejo comportamental/mental/social/lingüístico, es el centro del contexto

social y cultural que reconoce, conoce, interpreta, comprende y transforma los hechos humanos y sociales.” (Marin. B. 2008 p.66)

De manera que las características del rol docente serán:

- Promotor y propiciador de los procesos de formación.
- Autodidacta en función de las necesidades nacientes.
- Mediador de ambientes tensionantes.
- Empático con los procesos de formación y evaluación.
- Gestor de espacios dialógicos alumno-docente.

Características del rol del estudiante.

- Ser un sujeto reflexivo
- Con capacidad de reconocerse frente a la co y autoevaluación.
- Creativo frente a los diversos escenarios planteados o sugeridos.
- Tolerante, empático y multisensitivo.
- Ser propositivo en la solución de problemas y toma de decisión.

Frente a lo anterior es importante entender que a pesar que estas sean las características pueden variar dependiendo los momentos, lugares, circunstancias, y están sujetos a momentos de tensión que como se ha mencionado en apartados anteriores son fundamentales para lograr catapultar a partir de las relaciones interpersonales una autonomía consistente.

3.9. Instrumentos de evaluación:

Para la obtención de datos y recolección de información se realizó la construcción de algunos instrumentos que permitieron observar diferentes tipos de variables, cambios y fenómenos que a lo largo de las sesiones se fueron presentando:

diseños:

Ficha de planeación de clase: En ella se plasman cada una de las actividades a realizar en clase con sus respectivos tiempos objetivos y propósito de formación.

- Formato de evaluación continua- Rutina de pensamiento: Mediante este formato, los participantes expresarán sus opiniones, aprendizajes, y sentores experimentados durante la sesión. (Ver anexo A)
- Formato de evaluación- contrastación. Escala Likert: Contiene preguntas que invitan a la reflexión y autoevaluación del proceso de los participantes. (Ver anexo B)
- Formato de evaluación – diagnóstico. Escala Likert:_____ (Ver anexo C)
- Formato de evaluación de impacto: aquí se encontrarán una serie de preguntas relacionadas con las clases y podrá evaluar de 1 a 5 elementos constitutivos de la clase. (Ver anexo D)
- Formato de evaluación docente: Contiene preguntas acerca del desempeño de los docentes. (Ver anexo E)
- Cronograma

4. EJECUCIÓN PILOTO

4.1. Micro contexto

Para la realización de la ejecución piloto se tuvo en cuenta diferentes circunstancias contextuales y coyunturales por las cuales se está atravesando en el momento de dicha implementación, en primera instancia para la ejecución piloto se presenta una pandemia la cual tiene confinados a muchas de las personas que hacen parte de la sociedad, en consecuencia muchas de las instituciones de formación también se encuentran realizando sus prácticas mediadas por tecnologías emergentes y alternas que permiten tener la conectividad por medio de audio y video.

Atendiendo a lo anterior la ejecución se proyectó a mediados de septiembre, alterno a la construcción de las intervenciones el gobierno nacional anuncia que se realizara una reapertura gradual de la economía y de algunos lugares que obedecen a negocios y prácticas de carácter no formal e informal, pero teniendo en cuenta siempre protocolos de bioseguridad que van a permitir mantener un distanciamiento social y unas condiciones óptimas para la realización de dichas prácticas.

Es por este motivo que se busca una población diversa proveniente del municipio de Soacha en el barrio san mateo, Soacha estuvo implementando toques de queda los fines de semana y una seria restricción para los menores en cuanto a las visitas que se podían hacer a diferentes lugares como centros comerciales y parques, etc. motivo por el cual a partir del 1 de

septiembre y con el anuncio del gobierno nacional se emprende la posibilidad de realizar las practicas presenciales mediadas por protocolos de bioseguridad en el barrio san mateo, es así que se busca un lugar con características específicas que permitan dar ejecución a las intervenciones de manera que se encuentra una cancha que pertenece a una zona de sesión tipo A zona verde que desde planeación se considera como un tipo de parque emergente que pertenece a las zonas de sesión de los conjuntos residenciales, este lugar es de carácter público pero por la pandemia estaba totalmente solo, tiene un diámetro de 30 metros de ancho por 60 metros de largo, este espacio se adaptara con el fin de hacerlo más hermético para los participantes y la seguridad que ellos deben tener en relación con las personas que están cerca a la práctica.

Los participantes así provienen del municipio de Soacha de diferentes barrios, san mateo, compartir, ciudadela. Soacha es uno de los municipios más grandes de Colombia y así vez uno de los más golpeados en términos de seguridad, sin embargo, esto no es impedimentos para la convocación del grupo a prácticas, el grupos se conformó con 10 aprendices con edades comprendidas entre los 8 y 16 años de edad, en los cuales hay dos niñas.

4.1.1. Población.

Soacha es un municipio del departamento de Cundinamarca que colinda con Bogotá por el sur desde varios frentes, desde el sur oriente colinda con ciudad bolívar y por el sur este colinda con el barrio bosa por los frentes de la autopista sur y más al fondo con ciudad verde, es uno de los municipios más grandes de Colombia, territorio indígena con grandes extensiones de zonas verdes, este municipio divide su territorio al igual que Bogotá por estratos socioeconómico, en los cuales se encuentran los estratos 1, 2 y 3, el resto de estratos son inexistentes. Muchas de las personas que viven en Soacha llegan al municipio producto de la violencia en el territorio nacional y producto de la realidad marginal que presenta Bogotá con sus altos costos de vida.

Los participantes viven con estratos socioeconómicos de la siguiente manera: cuatro de los participantes estrato 1, 4 en estrato dos y finalmente 2 en estrato 3, a diferencia de Bogotá Soacha y sus barrios no presentan diferencias en términos de seguridad o inversión por parte de la alcaldía así que a nivel global el municipio presenta una uniformidad que muchas veces es lamentable en términos de inseguridad, drogas, armas, violencia en general.

Soacha es uno de los sectores en los cuales viven muchos de los trabajadores de la ciudad de Bogotá, presentando así aglomeraciones y condiciones específicas que delimita de formas invisibles las fronteras con la ciudad de Bogotá.

Al ser una población que se consiguió por el voz a voz y muchos procedentes de escuelas de formación deportiva, que hasta ahora están empezando a funcionar, se presentó una gran expectativa con relación a la vuelta de una presencialidad, las ganas de iniciar prácticas de manera presencial estaban latentes ya que los niños en un 90% estaban confinados desde hace más de 5 meses, por este motivo, para ellos implicaba ya más allá de un momento recreativo significaba una necesidad de interactuar y relacionarse con otros sujetos de contextos próximos.

4.1.2. Cronograma.

1. Para la primera sesión se realizó una serie de test que tenían como fin ser aplicados como una excusa o estrategia para diagnosticar las condiciones en cuanto a las relaciones interpersonales y la autonomía de cada uno de los integrantes, como todo test era necesario presentarse una evaluación y que ellos vivenciaran una situación real, no se pretendía intervenir en la población desconociendo cual era el imaginario que ellos traían de las actividades físicas.

Durante la realización de esta práctica se hicieron evidentes muchas acciones individuales, el grupo era sumamente apático y hacían las actividades de manera displicente, algunos, con el fin de demostrar que tenían unas capacidades físicas superiores a los demás sin

importar las condiciones humanas de ellos. Fue así como se realizaron las pruebas inicialmente, arrojando resultados normales en una población personas, en su mayoría, desconocidas, con distanciamiento más que por protocolo, por falta de confianza o timidez.

Algunos de los participantes acudieron con sus padres quienes se quedaron en el transcurso de la práctica con los aprendices que se acercaban constantemente a ellos y se quedan ahí hasta que se le llamaba otra actividad, al finalizar y hacer la evaluación diagnóstica y la rutina de pensamiento las evaluaciones fueron monosílabas, ¿que hice?- Test ¿Cómo lo hice? -Bien ¿Cómo lo puedo mejorar? -Entrenando ¿Cómo me siento hoy? - Bien, Aparentemente las relaciones interpersonales estaban fragmentadas y la autonomía opacada un poco por los acompañantes de los niños. Así culminó la primera práctica

Reflexión segunda práctica: para la segunda práctica se da inicio, luego del diagnóstico, a una actividad que en contraste con la primera busca forjar la confianza, en esta ocasión los aprendices asisten a la práctica sin compañía de sus padres o acudientes, esto permitió que los chicos estuvieran más sueltos, acto que resultaba bastante significativo, pues ellos entendían que su ser individual en relación con los demás era mucho más espontáneo libre, las relaciones entre género se veían mediadas más por el diálogo aunque no eran conversaciones muy extensas, simplemente mediadas por chistes cortos aún estaba el fantasma del encierro las evaluaciones realmente no cambiaron mucho, se expresaban conceptos muy monosílabos ellos querían irse, resultado la evaluación el momento más engorroso.

Para la tercera intervención se empezó a manifestar algo que quedaría a lo largo de las prácticas y es que los estudiantes llegaron antes que los docentes eso quiere decir casi 15 minutos a 20 minutos antes de la práctica no todos claramente, en este momento por medio de la

planeación se hacen una serie de actividades por grupos y parejas, ellos deben realizar unos ejercicios coordinados mediados por el balón, pero más allá del acto del balón la idea era que se conocieran más, que interactuaran con relación al momento y se hiciera énfasis en lo que competía en el momento, así se empezó también a evidenciar que los compañeros que tenían de compañero alguien niño más chiquito o una mujer se empezaban a dar cuenta de su condición de superioridad pero que a pesar de esto en las actividades de nada les serviría por lo tanto empezaron a dar consejos y a jalonar a los semejantes, en esta tercera sesión las evaluaciones o rutinas de pensamiento fueron más elaboradas, ya se empezó a ver que se sentían bien haciendo trabajo por grupos y que esto hacía que se sintieran más seguros al no tener que interactuar directamente con todo el grupo.

En la cuarta intervención la idea era hacer visible el contraste en relación con dos practicas anteriores, seguro los cambios no eran tan evidentes pero a modo de contraste y apertura para los temas venideros era propicio hacerlo, así es que ellos deberían construir test por parejas y evaluar a sus compañeros, en este caso acudieron a su imaginación hicieron los más locos teste y evaluaciones, sin embargo el teste era en sí mismo una excusa porque este debía promover las relaciones interpersonales pero la construcción del ejercicio era autónoma, en este momento el grupo ya se había soltado muchísimo, los más pequeños tomaron un papel más protagónico y las niñas se hicieron sentir más, las relaciones de poder cambiaron y además se empezó a manifestar el deseo por parte de los niños de querer jugar como lo hacían antes de que la pandemia empezara, al finalizar en las evaluaciones se evidencio inconformidades con relación a los compañeros y las actividades, se reconoció el plagio por parte de los alumnos y eso fue positivo ya que permitía evidenciar como se estaba dando el contraste.

En la quinta intervención en la cual ellos tienen que hacer un ejercicio de confianza se analizó el tema de la comunicación y se hizo evidente la clara falta de empatía y confianza que requería el ejercicio además el cambio de líder exigía un compromiso por parte del grupo que a pesar de estar muy atentos igualmente no se entregaron del todo, así mismo se fortaleció el tema de los nombres por medio de un juego de pases donde tenían que decir el nombre del compañero.

Para la sexta sesión se presentó un gran cambio, los procesos denominados como micro génesis empezaron a surgir efecto, desde el calentamiento se empezó a ver que la actividad sería un poco fuerte, el caso es que realizaron grupos y actividades donde se penalizaría la llegada tarde de los grupos, así mismo ellos debían poner una penitencia, ocurrió que un grupo ganaba siempre y ponía a hacer muchos ejercicios a los perdedores, cuando los perdedores ganaron lo que hicieron fue decirles a sus compañeros que fueran a tomar agua en ese momento ellos cayeron en cuenta de la situación y lo que había provocado, para la evaluación se manifestó que los que había ocurrido les había impactado mucho ya que el proceso de empatía tenía que ser un reflejo siempre en palabras de ellos no hacer lo que no quiero que me hagan, al finalizar volvieron a manifestar su necesidad de entrar en juego, jugar fútbol o hacer una actividad grupal que implicara movilizarse y entrar en contacto con los demás.

La séptima intervención se intentó realizar un juego de fútbol adaptado a las normas de bio seguridad, en donde podían jugar pero sin entrar en contacto, claro ellos en algunos momentos pasaron el límite pero igual fueron conscientes de la situación por la que estaban atravesando, además el fin del juego adaptado más allá de jugar era de evaluar, y al finalizar ellos hicieron énfasis en que era una muy buena forma de evaluar ya que todos participaban de acuerdo a su capacidades, nadie es más que nadie por ser evaluado de una mejor o peor forma fue lo que se nos manifestó en la evaluación.

Para la octava intervención se les había anticipado a los participantes que se realizaría una práctica virtual y ellos dijeron que asistirían, sin embargo, el día de la práctica solo se conectaron 4 de los 10 participantes, fue un momento bastante duro para los profesores, y es así que se siente que no se conecten a una clase, sin embargo se dio inicio a la clase y fue totalmente contrastante, la clase evidentemente fue mucho más técnica si bien había espacio para charlar bromear y demás, las cosas no eran iguales y los lo sintieron, lo manifestaron en sus evaluaciones diciendo que siempre presencial es mejor y a menos que sea totalmente obligatorio no se trasladarían a la virtualidad, así mismo manifestaron que la práctica fue muy divertida mucho mejor que las que realizaban en el colegio.


Para la novena sesión y a modo del inicio del cierre desde la dimensión y por medio de un juego de golf con balón, los alumnos totalmente sueltos ya se presentaban otras condiciones, en ese tiempo de las practicas llego a haber interés de una niña por un niño, los más chiquitos se vincularon a los más grandes ya los nombraban por medio de apodos como “pepe” que le pusieron a un chico y no fue un apodo de irrespeto si no de cariño a lo cual él no se molestó antes le gustaba. En este punto las rutinas de pensamiento que fueron la herramienta fuerza tomaron otro sentido, eran mucho más profundas, mucho más estructuradas y consientes, y el tiempo de entrega de la evaluación también aumento y eso se vio reflejado esto permitió tener muchos insumos para la elaboración del quinto capítulo.

Para la elaboración de la última sesión se decidió hacer un test de contraste pero en este caso ellos lo tenían que diseñar todo el grupo, así que decidieron hacer un partido de futbol con protocolos de bioseguridad y a demás reglas que ellos impusieron como no tocar el balón con las manos ni en el saque, que las niñas fueran más protagonistas, que los niños chiquitos tuvieran que ser partícipes y el método de evaluación que decidieron era por participación y era que el

que participaba le iba bien esto desde la construcción mental que ellos tienen de la evaluación en contraste con lo que vieron en la compañía de los profes, en un segundo momento y por medio de una actividad titulada el regalo ellos debían abrir una caja de regalo donde había un espejo y ellos eran el reflejo de ellos mismos así se medió con uno de una historia donde entendían el carácter de la autonomía y sus acciones en relación con los otros sujetos del contexto, finalmente, la partida fue muy emotiva decir adiós es difícil y más en estos tiempos donde urgen la oferta de espacios de formación recreo deportivos y formativos.


4.1.3. Plan de clase o sesiones.

- Ficha de planeación de clase: En ella se plasman cada una de las actividades a realizar en clase con sus respectivos tiempos objetivos y propósito de formación.


 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>educadora de educadores</i>	Universidad Pedagógica Nacional. Facultad de Educación Física. Licenciatura en Educación Física.		Ficha planeación de clase.
Duración:	Educación Física Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Número sesión.
Lugar:	Nombre de profesores:	Número de participantes:	
Fecha:	Materiales:		
Propósito de formación.	Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfaticen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.		
Objetivo:			
Fase de clase.	Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo
Inicial			
Fase de desarrollo			

Culminación			
Observaciones.			

- Cronograma:

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>	Ficha de Macro Diseño De Intervenciones.		Universidad Pedagógica Nacional.				
	Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Facultad de Educación Física.				
			Licenciatura en Educación Física				
Duración: 20 horas	Población:		Nombre de profesores:				
Lugar: San Mateo	Numero de clase: 10		Número de participantes:				
Fecha:	Materiales:						
Propósito de formación		Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.					
Fecha:	Contenido	Sub contenido	Número de sesión	Metodología	Evaluación	Recursos	Praxiología motriz, dominio.
Xxx	Juego motor	Auto conocimiento	1		Continua y diagnóstico		Dominio 2 con presencia de adversarios sin compañeros sin incertidumbre del entorno
Zxzxz		Adaptación medio ambiental.	2		Evaluación continua		Dominio 4 sin incertidumbre del entorno con compañeros, con adversarios
Zxzxz		Comunicación motriz	3		evaluación continua		Dominio 3 con compañeros sin adversarios sin incertidumbre del entorno.

Xzzx		Auto conocimiento	4		evaluación continua y contraste		Dominio 1 solo sin compañeros sin adversarios sin incertidumbre del entorno
Zzzx		Comunicación motriz	5		Evaluación continua		Dominio 3 con compañeros sin adversarios sin incertidumbre del entorno.
Zzzx	Deporte formativo	Autoconocimiento	6		Evaluación continua		Dominio 1 solo sin compañeros sin adversarios sin incertidumbre del entorno
Zzzx		Comunicación motriz	7		Evaluación continua y contraste		Dominio 4 sin incertidumbre del entorno con compañeros, con adversarios
Xzzxxx		Adaptación medio ambiental.	8		Evaluación continua		Dominio 2 con presencia de adversarios sin compañeros sin incertidumbre del entorno
Xzzxxx		Comunicación Motriz	9		Evaluación continua		Dominio 1 solo sin compañeros sin adversarios sin incertidumbre del entorno
Xzzxxx		Adaptación medio ambiental.	10		Evaluación continua y de contraste y de impacto		Dominio 4 sin incertidumbre del entorno con compañeros, con adversarios

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>	Universidad Pedagógica Nacional Facultad De Educación Física Licenciatura En Educación Física		Ficha planeación de clase.	
	Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Sesión No 1: Diagnóstica.	
Lugar: San mateo, Soacha	Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.		Número de participantes: 8-10	
Fecha: 24 septiembre 2020	Materiales: balones, platos, escalerilla de coordinación.			
Propósito de formación.		Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfaticen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.		
Objetivo general:		Generar un diagnóstico que permita conocer la evolución de los participantes frente a los aprendizajes previos y futuros en pro de su desarrollo personal, a partir de experiencias colectivas.		
Fase de clase.		Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo
Inicial		Auto conocimiento	Calentamiento desplazarse con un movimiento de tijeras, Salto lateral con pies cruzados, Desplazamiento frontal en caballitos con brazos alternos, Pases en grupos con un jugador libre en la mitad	15 min
Fase de desarrollo		Deporte formativo	1. Circuito de coordinación – saltos horizontales de un plato a otro, estos debidamente separados para evidenciar la distancia de ejecución, - pique en velocidad de un punto a “A” uno “B” para lograr evidenciar la velocidad. - salto horizontal de altura medido con cinta métrica- ejercicio de coordinación en la escalerilla de coordinación con diversos ejercicios. 2. implementación test de Coures de Navette.	40 min
Culminación		Realización de estiramientos de forma estática, los estudiantes cada uno propondrá una actividad para el respectivo estiramiento, finalmente se realizará la retroalimentación y la respectiva evaluación de diagnóstica y continua para contraste.		20 min

5. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

En este capítulo se realizará un análisis reflexivo a cerca de las experiencias y aprendizajes, tras llevar a la práctica un plan teórico con intensiones educativas transformadoras, dirigido a una población con diversidad de edades y géneros, dando apertura a espacios y ambientes propiciadores de relaciones favorables entre los participantes. La puesta en escena de dicho plan arrojó resultados sumamente enriquecedores, tanto para los educandos, como para los educadores, generando un impacto significativo a pesar del límite de tiempo.

Distintas perspectivas han permitido construir reflexiones a partir de lo humanístico, pedagógico y disciplinar; miradas que han dado paso a hallazgos que inminentemente alientan el proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo la educación física posibilitadora en procesos de automatización, arrojando resultados favorables en el quehacer educativo, en un contexto y una realidad que evidentemente han impactado a la sociedad de manera significativa; tras la aparición de COVID 19, la humanidad se ha visto en la necesidad de adaptarse a las circunstancias, modificando sus formas de vida y sobre todo su manera de relacionarse con los demás. Este virus, ha tenido una profunda incidencia en el pensar y actuar de las personas que aun estando atemorizadas e impactadas por una amenaza que sigue inminente, deben continuar con sus vidas, modificándolas de tal manera que logren conseguir un balance, tratando de

retornar a una normalidad que resulta absolutamente relativa y que va a seguir generando incertidumbre.

Este proyecto también fue impactado por la situación actual que atraviesa la humanidad, pues se le dio inicio con un panorama absolutamente diferente, no obstante, tras algunas modificaciones e implementación de protocolos de bioseguridad, dicha situación ha sido vista como una oportunidad que permitió incidir más significativamente en la vida de personas que habían caído en el sedentarismo y/o la depresión a causa del aislamiento.

La idea de un “escape” de la tediosa cotidianidad para muchos, dio cabida a este proyecto, dándole a los participantes una oportunidad de relacionarse con otras personas, de practicar un deporte, de aprender y crecer tras cada sesión casi sin notarlo, ejercitando no solo su cuerpo sino también su mente, ya que al llegar a la parte final de la sesión, los participantes eran invitados a reflexionar acerca de lo experimentado durante la sesión; las rutinas de pensamiento que se implementaron en las ejecuciones fueron un acierto que permitió evidenciar el progreso de cada uno de los aprendices y por supuesto la incidencia favorable y el éxito de este proyecto potenciando las relaciones interpersonales y crecimiento autónomo de cada uno.

5.1. Aprendizajes como docentes:

La redacción y ejecución de este proyecto permitió como docentes, comprender que, aunque no es tarea fácil, se debe estar prestos y preparados para cualquier tipo de situación, de no ser así, es preciso contar con la habilidad de hallar soluciones a cualquier tipo de percance o variación que se presente. Todos los contextos varían de una u otra forma, al igual que las poblaciones, aunque se trate de una determinada, las perspectivas de los integrantes siempre serán diferentes, lo que brinda un intercambio constante de saberes, ampliando los conocimientos

y reflexiones acerca de la vida, de sí mismos y de los demás, de ahí la importancia de manejar principios como la dialogicidad y reciprocidad favorable.

Cada persona es un universo de saberes de distinta índole, que en el momento de ponerlos en escena pueden llegar a resultar caóticos, sin embargo, siempre surgirán aprendizajes de cualquier experiencia, independientemente de si resulta o no como se tenía planeada, esto permite determinar que este proceso, deja como maestros ganancias y aprendizajes realmente extraordinarios.

Tener la oportunidad de materializar las ideas de los aprendices, educa en la importancia de sus opiniones cuando de construir conocimientos se trata, el saber escucharlos y hacerles saber que son escuchados forja un vínculo entre maestro y aprendiz que permite mejorar la comunicación y la empatía de ambas partes, lo que facilita la constante retroalimentación y reflexión, dando paso al óptimo desarrollo de su autonomía a partir de relaciones favorables. Es entonces que se puede inferir que la educación física, más allá de incidir sobre el cuerpo motrizmente, lo hace cognitivamente y de manera trascendental en el desarrollo del ser humano.

Es así que el aprendizaje como docentes es muy completo en relación con lo estructurado inicialmente, por un lado, el carácter humano desde los factores sociales y culturales que se estaban presentando eran bastante anormales, salir de un aislamiento de casi 7 meses a interactuar con personas diferentes tras haber abordado la virtualidad como mediador de los procesos de formación fue bastante duro para ellos, no solo se hizo evidente en la condición física si no en relación con los otros sujetos que allí se encontraban, es así que desde una lectura evidentemente enriquecida por la observación y las evaluaciones como docentes se logró recuperar un sinnúmero de elementos que a lo largo del ejercicio de la profesión docente será

necesario, estos elementos son la responsabilidad, el compromiso, el cuidado de mí y del otro, la reinención cotidiana como seres adaptables, y por encima de todo la creatividad.

El carácter humano asumido a lo largo de las prácticas y en una situación tan compleja parecía que intensificaran los cambios, tal vez el encierro provoca que se sea un poco más sensible a la hora de interactuar con otras personas, es posible que esto sea una causal por la cual los procesos de micro génesis parecieran hacerse más visibles desde la tercera intervención, lo que provocó que en el rol como docentes la sensación de alegría y motivación porque implicaba ver poco a poco cómo el proyecto iba forjando solidez desde la ejecución y siempre es preciso evidenciar resultados positivos.

Así mismo, como docentes fue muy satisfactorio el interactuar con los aprendices después de estar tanto tiempo en encierro, claramente las circunstancias que se prestaban ocasionaban una grata experiencia mediada por sonrisas y chistes, esa sensación de compartir el mismo espacio y relacionarse motrizmente implica siempre el acto gracioso de moverse, caerse, hacer mal un ejercicio y muchas cosas más, es así que se da un lugar bastante importante a las prácticas presenciales por que implican unas experiencias aún más significativas esto afecta de manera directa las dimensiones del ser que se habían mencionado en el capítulo dos de este proyecto las cuales son la dimensión motriz, afectiva, cognitiva y social, estas representadas de manera holística donde una no se da sin la otra desde la proyección de este trabajo se vieron reflejadas única y exclusivamente desde la presencialidad, ya que al hacer una práctica a nivel virtual se evidenció lo solitario y poco agraciado que es el espacio cuando lo único que permite tener comunicación con otros sujetos es una cámara y un micrófono.

Estas vivencias que se experimentaron a lo largo de las prácticas desde lo pedagógico creo muchas dudas, no por el hecho de que fuera una mala experiencia pedagógica, si no por el

contrario, a partir de las reflexiones producto de las lecturas a nivel pedagógico; es así como las practicas se mediaron por preguntas como ¿durante la pandemia, las investigaciones a nivel educativo funcionan de la misma manera?, ¿cómo se enseña en virtualidad?, ¿cómo se dan los procesos de aprendizaje en la virtualidad?, ¿cómo se dan los procesos de desarrollo presenciales mediados por protocolos de bioseguridad?, ¿cómo se gestan las relaciones interpersonales con distanciamiento social?, ¿cuál es el papel de la autonomía en los procesos de auto cuidado?, entre otras.

Todas las preguntas anteriormente expresadas mediaron las prácticas y al mismo tiempo las situaciones sociodemográficas y socioeconómicas que presentaban los participantes, es así que desde el carácter crítico de la pedagogía y la lectura de realidad hecha por los docentes en formación, permitía un aprendizaje significativo con relación a la situación invisible que presentan algunos de los aprendices que hacen parte del municipio soachuno, inicialmente los aprendices manifestaron que sus clases de educación física virtuales eran muy aburridas, que no implicaban moverse, si no por el contrario, solo hacer guías,(y eso fue al inicio) pero con el pasar del tiempo ellos también fueron cambiando sus rutinas de aprendizaje, el colegio empezó en algunos casos a dar clases dos veces a la semana y por otro lado se inició un proceso en el cual algunos colegios daban guías para dos semanas y se encontraban en la tercera, al llegar a las practicas claramente los chicos estaban con el entusiasmo de poder compartir con otras personas ya que les fue negada la posibilidad de relacionarse con otros así fuera mediados por una cámara y un micrófono.

De esta manera, desde lo pedagógico, desde el acto reflexivo y el compromiso social como docentes, permite evidenciar el papel fundamental del profesor en circunstancias tan coyunturales como una pandemia, por un lado, los noticieros y medios de comunicación se han

encargado de romantizar la pandemia con las supuestas ayudas sobre todo el territorio nacional a los estudiantes de colegios públicos y privados, pero en la ejecución de este proyecto nos manifestó toda la comunidad de aprendientes que tenían toda la disponibilidad de tiempo para la ejecución de las practicas ya que no estaban estudiando, en contraste al hablar con los padres y hacer valido ese principio de dialogicidad, los padres declararon lo mismo que los niños y más aún, aumentando el hecho de que los profesores protestaban por sus sueldos, querían ir a paro pero que aun así han abandonado a los estudiantes desde la virtualidad y ahora lo único que les queda son las guías para desarrollar en casa, de ahí la importancia de la ejecución de este proyecto de manera presencial, mediada por protocolos de bioseguridad, fue la ruta de escape para que ellos logran volver a una aparente normalidad y compartir con otras personas, y como docentes claramente el aprendizaje corre por cuenta de comprender la responsabilidad tan importante que en este rol se tiene.

Es importante aclarar que no todo el mundo tiene las posibilidades económicas de adquirir equipos tecnológicos para poder hacer real la posibilidad de un aprendizaje presencial mediado por la tecnología, y así mismo se ve el olvido por parte del gobierno para con las poblaciones más vulnerables cuando así ha manifestado el gobierno nacional que se intenta proteger a esta población, pues el cuidado no solo es físico también deben integrarse otros factores como el cuidado social, personal y el cuidado en relación con las posibilidades presentes para poder acceder a cualquier tipo de educación, la post modernidad que posiblemente se ha visibilizado de forma más contundente con esta pandemia pide a gritos que la población tenga unos conocimientos mínimos y erradicar casi por totalidad el analfabetismo y una pedagogía mucho más reflexiva en perspectiva interdisciplinar, acá no solo se habla de educación física si no de las posibilidades de aprendizajes que se dan a partir del movimiento.

Por último, desde una perspectiva disciplinar, siendo este el componente fuerza, hubo un sinnúmero de elementos que permitieron tener aprendizajes únicos, que posiblemente esta sea una pequeña parte de docentes en formación que tienen la posibilidad de realizar prácticas mediados por protocolos de bioseguridad en una pandemia; lo primero que se hizo evidente es la importancia del educador físico y su conocimiento para poder adaptarse a estas circunstancias, poder estructurar currículos con los cuales se pueda tener en cuenta el distanciamiento social, el uso del tapabocas, el uso de un termómetro y lo que ello implica.

Es por eso que hay que tener un conocimiento eminentemente fisiológico del comportamiento del cuerpo con base en diferentes elementos, por un lado está la respiración y las implicaciones del tapabocas en las prácticas, es así que manifestaron algunas personas participantes y compañeros que el uso del tapabocas en el aire libre en las prácticas deportivas o físicas no era necesario, pero por el contrario es indispensable entender que si se debe usar el tapabocas, pues los deportistas de alto rendimiento tiene la posibilidad de hacerse las pruebas P.C.R (reacción en cadena de la polimesas) que son las pruebas rápidas de detección del COVID 19 y otras enfermedades, al no tener acceso a estas pruebas hay dos cosas a tener en cuenta: primero el uso del tapabocas y el distanciamiento social, segundo el tiempo de exposición al tapabocas cuando hay un aumento del consumo de oxígeno que se debía tener en cuenta, pues las actividades ya no se podían hacer con el mismo tiempo de duración, en este caso una clase normal debería ser de alrededor de dos horas, se tuvo que hacer más o menos de una hora y diez minutos porque al no tener la posibilidad de respirar con libertad por el tapabocas hay menos consumo de oxígeno.

Del mismo modo, hay un mayor esfuerzo de los alveolos en el proceso de transición del aire del ambiente a la sangre, y por este factor la oxigenación celular se ve afectada presentando

inmediatamente efectos como el mareo, las náuseas, la sensación de apnea y esto de manera inmediata pues a larga proyección podría presentar un mayor daño a nivel pulmonar ya que los estudios demuestran el impacto del tapabocas en ejercicios anaeróbicos como positivo en la producción de lactato, pero en los ejercicios aeróbicos lo que presenta es un mayor daño a nivel pulmonar en cuanto al desgaste al transcurrir del tiempo.

La representación inmediatamente anterior fue un aprendizaje bastante importante porque sitúa el papel de la educación física en relación con el cuidado del cuerpo y el conocimiento, de su funcionamiento no solo a nivel fisiológico si no anatómico, en función de crear ambientes posibilitadores de relaciones interpersonales en favor de la autonomía, mediados por protocolos de bioseguridad con un piso mínimo de requerimientos del cuerpo para poder conseguir los fines propuestos inicialmente.

Por otro lado, la representación de la praxiología motriz a lo largo de las prácticas fue un elemento mediador de primer orden que permitió tener cuantiosa información con relación al proceso de formación de los aprendices. La conducta motriz expresada por los participantes durante las tres primeras sesiones fue muy distante, aún tenían miedo de conocer a las otras personas y se sentía algo apatía, sin embargo, a lo largo de las prácticas se fueron soltando y desde lo motriz se hizo evidente, por ejemplo: inicialmente todos se quedaban solos, quietos en un solo lugar, sin hablar con nadie, en la cuarta sesión llegaban y se ponían a hacer cosas con el material, como jugar al bobito con el balón o hablar entre ellos sin necesidad de que los profesores incidieran en lo que ellos hacían, esto deja ver que ya había otro nivel de confianza y aceptación que se fue ganando a lo largo de las prácticas y motrizmente se hizo evidente, las acciones motrices que ellos tenían también fueron cambiando pues inicialmente el grupo presentaba diferentes edades y había un caso particular en el cual un niño de ocho años empezó alejado del

grupo pero con el pasar de las practicas, sus acciones fueron cambiando, ya no saltaba ni corría igual propiciando en el grupo poco a poco una retroalimentación positiva frente a estas nuevas formas de acción y como consecuencia el mismo grupo dentro de las acciones motrices que se fueron presentando jalonaran las prácticas que este chico hacia evidenciando que el desarrollo motriz avanzados de unos podía servir como catapulta de los que él observaba, así mismo y producto de todo lo que se estaba llevando a cabo la comunicación motriz también fue mejorando, el trabajo por grupos dejaba ver que ellos con algunos compañeros eran más creativos que con otros a la hora de crear o realizar alguna actividad que implicaba moverse o entrar en relación con otros.

Así mismo, la autonomía fue siempre lo más importante, claramente al mediar con protocolos de bioseguridad los aprendices decidían en qué momento requerían hidratarse sin entrar en contacto con otros, usar su gel o simplemente alejarse de todo el grupo para poder respirar con total libertad, total en la realización de las actividades su acción motriz o el abandono de esta implicaba reflexionar entre una necesidad y o una actividad, al finalizar las practicas fue muy emotivo sentarse a hablar y que ellos cuando escucharon el propósito de formación del trabajo en la primera sesión que lo reconstruyeran de apoco en la última conversación fue el aprendizaje más significativo para los docentes evidenciar ese acto ocurrido.

5.2. Incidencias en el contexto y en las personas:

El ser humano tiene la capacidad de crear significaciones a partir de lo que toma de su alrededor, en este caso, los imaginarios a cerca de la educación física han logrado permear la mente de muchas personas basándose en las experiencias de sus familiares o conocidos, imaginarios que no van más allá de ver la educación física como una práctica tradicional que no

se enfoca más que en el cuerpo o la apariencia física. Este PCP, ha logrado modificar imaginarios tanto de los aprendices como de sus allegados, debido a sus manifestaciones hacia los demás, tras el mismo impacto de recibir una educación física diferente a la que esperaban

El estímulo constante de pensamiento reflexivo, permitió en cada uno de los participantes un actuar más consciente al realizar las actividades, al relacionarse con los demás, al hacer una autoevaluación de sus comportamientos y progresos; la manifestación paulatina del desarrollo de la empatía, mejoró evidentemente sus relaciones con compañeros que al inicio de las clases no parecían tener importancia para ellos, muchos aprendices debido, ya sea a la diferencia de edad o género, preferían permanecer solos, limitarse a un saludo o llegar y pasar desapercibidos por sus compañeros, ir en compañía de sus acudientes y en cada oportunidad de hidratar acercarse a ellos para evitar momentos al parecer incómodos con compañeros que no tenían confianza. Por otro lado, desde el inicio, se conformaron grupos de dos o tres personas de edades contemporáneas que preferían permanecer de la misma manera, herméticos ante la inclusión de un participante con diferentes condiciones. Mediante las prácticas y las reflexiones, fue posible romper con todas las brechas anteriormente nombradas; quienes iban en compañía de sus acudientes, comenzaron a asistir solos y a manifestar que así lo preferían o se limitaban a que los llevaran y luego regresaran por ellos, los más grandes rompieron su burbuja impermeable e incluyeron a los más pequeños y a las niñas, llegaron a comprender la importancia de relacionarse con los demás favorablemente, los grandes dejaron de indisponerse al trabajar con los más pequeños y en ocasiones adoptaron un papel de maestro y algunos de ellos manifestaron que se sentían bien enseñando lo que sabían, lo que les permitía al mismo tiempo practicar y mejorar, los más pequeños se mostraron más cómodos ante tal reacción y el grupo se comenzó a

visualizar como un equipo en el que todos aprendían de todos, la confianza empezaba a exteriorizar y el ambiente cada vez era más agradable.

El permitirles a los aprendices participar activamente en la propuesta de actividades, los condujo a un reconocimiento más detallado de sí mismo, de sus capacidades y habilidades, los hizo más conscientes de sus actos y de la incidencia que tienen sus decisiones en el otro, lo que les permitió además de decidir de manera autónoma a cuidar del otro.

Así mismo, el impacto no solo fue evidenciado por los participantes y los profesores, si no por el contexto, las prácticas siempre estuvieron mediadas por materiales de una escuela de fútbol, es decir, balones, platos, conos, entre otros, y la gente que cruzaba cerca al lugar consultaba que era lo que allí se estaba realizando, incluso indagaban por costos manifestando interés de poder “inscribir” hijos, nietos, conocidos, entre otros, no obstante, se les aclaraba que se estaba realizando la ejecución piloto de un proyecto de formación para optar por el título de Licenciado en Educación Física, razón por la cual no era posible el ingreso de otras personas para hacer las practicas, pues era necesario dar cumplimiento a los requisitos de bioseguridad (se contaba con 60 metros cuadrados para una población de 10 participantes y dos profesores) y a la ejecución del proyecto por cuanto era necesario que solo pudieran ingresar los participantes. Desde la 3 practica a la última hubo un sinfín de personas preguntando y así mismo expresaban la necesidad de que los niños que ellos tenían salieran de sus casas a practicar algún deporte y que mejor sería mediados por protocolos de bioseguridad. pues sí habían algunas escuelas o profesores haciendo practicas pero sin protocolos, sin tapabocas, lo que confirmó el importante papel de los educadores físicos profesionales y en formación poniéndose al frente de estos espacios desde lo legislativo y lo presencial ya que también representa un sector económico que esta monopolizado por personas o agentes del común que sin ningún tipo de conocimiento

disciplinar ejercen de formas inclusive bastante cuestionables y si tienen lucro que muchas veces no le representan a alguien que ya estudio o está en proceso de formación.

Así mismo el impacto en la vida de los participantes fue favorable, pues las prácticas eran totalmente gratis, es decir, más allá de tener donde desbordar tanta anergia represada y liberar tanta ansiedad debido al aislamiento y su limitación de entorno interactivo, podían asistir a un espacio que contrariamente a cobrarles algún valor económico, lo que pretendía era brindarles formas de interacción y libertad autónoma, con ayuda y dirección de docentes en formación, inicialmente se esperaba hacer prácticas mediados por la virtualidad, pero con la nueva normalidad propuesta por el gobierno nacional, a partir del primero de septiembre, se pudo aprovechar sin descuidar lo que estaba ocurriendo, poder ejecutar todo lo que se había planeado pero dándole valor a un espacio tan significativo en donde la consigna ganar estuviera presente para ellos y para los maestros en formación.

5.3. Incidencias en el diseño

El método de las intervenciones se diseñó con el fin de tener concordancia con la propuesta y hacer factible la transición de teoría a práctica, pretendiendo por medio de la educación física propiciar escenarios en donde se enfatizarán las relaciones interpersonales conducentes al desarrollo de seres autónomos. Se realizaron una serie de formatos de evaluación, entre ellos se implementó la rutina de pensamiento, la cual resulto absolutamente eficaz para determinar cualitativamente el progreso de cada uno de los participantes. Dar claridad frente a lo que se pretendía con las clases fue determinante y definitivo en el comportamiento reflexivo de los aprendices ya que, al pasar de las sesiones, iban comprendiendo con más claridad el objetivo de las clases y de las rutinas de pensamiento que definitivamente fueron un

acierto ya que gracias a ellas, tenían la posibilidad de manifestar sus sentimientos, pensamientos y aquellos aprendizajes que consideraban importantes.

El deporte formativo y los juegos motores sirvieron como estrategia para llevar a cabo la evaluación en cuanto al comportamiento de los aprendices, el cuidado de sí mismos, el cuidado del otro, su manera de relacionarse y crecimiento personal, lo que resultó magnifico ya que los participantes jugaban sin percatarse de que estaban siendo evaluados, dichas evaluaciones arrojaron resultados colosales, ya que las más significativas se realizaron en la primera y en la última sesión de clases lo que permitió contrastar y determinar la evolución del proceso.

Se empleó la teoría de Jerome Bruner de aprendizaje por descubrimiento y el enfoque de ambientes desequilibrantes, lo que condujo a los aprendices a indagar en saberes propios, a descubrir nuevos saberes relacionándose con los demás en diferentes situaciones y contextos, no solo esto, llevar los aprendizajes por descubrimiento a un contexto tan coyuntural como el actual era bastante complejo pero interesante porque se veía acostumbrado a la libertad de jugar sonreír abrazar e interactuar pero en esta ocasión los aprendices podían expresar todas esas emociones de manera más precisa, es decir, demostraciones de afecto como los abrazos, en esta oportunidad no fueron empleadas, tampoco acciones de juego como cubrir a un compañero cuerpo a cuerpo, pues debían interceptar la pelota sin tener demasiada aproximación al cuerpo de sus compañeros.

Resulta complejo en ocasiones porque realizar un proyecto de grado encargado de las relaciones interpersonales en favor de la autonomía donde obligatoriamente hay distanciamiento social, resulta retador, sin embargo, a pesar de las dificultades fue posible ejecutar el plan a plenitud y conseguir resultados favorables.

Se hizo totalmente visible lo que se había planteado inicialmente, es decir afectar las dimensiones del ser como la social, motriz, cognitiva y afectiva por medio de unos principios los

cuales eran dialogicidad, reciprocidad, creación de ambientes y mediación, esto se había planteado desde un esquema orgánico y holístico, es decir, todo iba a estar relacionado; el principio de dialogicidad tomaba forma cuando la dimensión social se manifestaba, por ejemplo: cuando los participantes manifestaban que no veían clase de educación física que recogían guías en el colegio o de manera virtual realizaban actividades estas tenían un carácter más aburrido, pareciera que ya era salir de paso, por otro lado tenían la oportunidad de asistir a las prácticas de los docentes y acá agradecían el poder compartir con otras personas, entonces al dialogar con los estudiantes como docentes hicimos una lectura de realidad entendiendo que los procesos que se presentaron a lo largo de las intervenciones posiblemente se dieron de manera más rápida y eficaz ya que ellos llevaban meses sin tener un espacio diseñado para que pudieran relacionarse con personas diferentes a las de su núcleo familiar.

Por otro lado, el escoger la praxiología motriz como ruta en la ejecución fue un acierto, pues al escogerla y llegar a asumir los dominios propuestos por Parlebas con compañeros o sin ellos, sin adversario o con ellos y dejando a un lado la incertidumbre del entorno, permitía tener flexibilidad a la hora de construir las practicas mediadas por protocolo de bioseguridad y poder cumplir el propósito de formación, esta flexibilidad nos dejos como enseñanza entender que en momentos de crisis la educación indistintamente la diclina deber tener la capacidad de adaptarse en función de las necesidades, la didáctica en algunos contextos va quedando obsoleta y es propio del educador ser lo suficientemente creativo para adaptar sus ideas y adaptarse a las circunstancias que se presentan.

Así mismo hubo otras manifestaciones que permitían observar que se estaba cerca de cumplir el objeto de este proyecto, por ejemplo: durante una evaluación, los participantes manifestaron que nadie era mejor que nadie por ser evaluado de manera positiva, si no por el

contrario que todos eran seres humanos y por consiguiente la evaluación no era la vara más eficaz para poder valorar las capacidades de cada uno; otra experiencia que deja este proyecto es que mientras se realizaba un trabajo por grupos con penitencias uno perdió varias rondas y el grupo ganador los ponía a hacer muchos ejercicios como sentadillas, flexiones de codo y abdominales. Al ganar el equipo que varias veces perdió decidieron que el otro grupo fuera a hidratar porque ellos sabían lo que implicaba hacer tanto ejercicio y estar tan cansados, fue la manifestación de la empatía más clara y después de ese punto las prácticas fueron cambiando y se presentaban de manera diferente.

Ahora bien, comprendiendo la autorregulación que es la expresión máxima del desarrollo del pensamiento para Vygotsky, se vislumbró el punto a donde se quería llegar por medio de este PCP que era la autonomía; se manifestaron unas conductas que dejaban ver que se estaba cumpliendo este propósito, por ejemplo al inicio de las prácticas nadie tenía sus propios protocolos de bioseguridad, al finalizar ya cada participante llevaba su gel, se lo aplicaba a su convención pero siempre teniendo en cuenta el momento en el cual estaban, al inicio se pedía que nunca se bajaran el tapabocas, al finalizar ellos ya eran conscientes que al correr si este se les bajaban no tenían que esperar a que se les dijera para acomodarlo, por ultimo las practicas empezaron en un nivel de mediación de modelación permanente y termino casi en solo una instrucción en donde las explicaciones no eran tan complejas, así mismo en ese nivel de mediación, ellos construían las practicas teniendo en cuenta sus gustos y necesidades, pero siempre con aprobación del profesor que era quien ponía unas medidas o preguntas orientadoras para que no se perdiera el fin de este proyecto.

Es así que desde la consideración de los profesores y con ayuda de las herramientas de recolección de datos se asume que la ejecución de este proyecto curricular particular es ideal,

viable y adaptable a diferentes circunstancias, pues en las evaluaciones de impacto, contraste y la de diagnóstico se evidencio que al menos en el corto plazo o en los procesos de micro génesis los objetivos se dieron, ahora se tendría que ejecutar en otras circunstancias para ver cuál es si impacto real con otras poblaciones y ver qué resultados arroja.

5.4. Recomendaciones

Con el fin de favorecer la formación de futuros maestros se hará una serie de recomendaciones o sugerencias para lograr un mejor desarrollo y fortalecimiento de la profesión, pretendiendo de esta manera fomentar la educación de alta calidad y de impacto significativo en la sociedad:

- Darles validez a las propuestas de los estudiantes, haciéndolos partícipes de las clases y las decisiones tomadas en ellas
- Resaltar la importancia de superar obstáculos y aprender de los tropiezos durante diferentes circunstancias de la vida.
- Hacer énfasis en la reflexión constante la cada actividad realizada
- Llevar un diario de campo con el fin de consignar en él experiencias, dudas o mejoras que surjan durante las actividades, esto a modo de crecimiento personal, también puede ser de ayuda para recolectar información y tener mayor claridad a la hora de escribir el documento.
- Implementar una rutina de pensamiento o algo similar que le permita recolectar información acerca de las reflexiones de los estudiantes.
- Comprender que es trabajo del educador físico con las circunstancias tanto contextuales como biológicas a la hora de la realización de prácticas para evitar sufrir inconvenientes.

- Ser flexibles a la hora de la estructuración y ejecución de estos proyectos atendiendo a la comprensión y amplitud curricular.

REFERENCIAS

- Álvarez, J. (2010). *la relación entre lenguaje y pensamiento de Vygotsky en el desarrollo de la psicolingüística moderna*. Universidad de la laguna. Tenerife, España. RLA, Revista de Lingüística Teórica y Aplicada.
- Álvarez, S. (2015). la autonomía personal y la autonomía relacional análisis filosófico, vol. XXXV, núm. 1 mayo. pp. 13-26 sociedad argentina de análisis filosófico-buenos aires, argentina.
- Arojas, J. Mera, I., Mera, M. (2017). *el trueque como sistema de comercialización de lo ancestral a lo actual*. revista de ciencias y tecnología, 288.
- Anatólievna, S. (2013). *el legado de i. s. Vygotsky en la educación especial contemporánea*. universidad de ciencias pedagógicas "Rafael maría de Mendive".
- Barrera, R. (2013). *El concepto de la Cultura: definiciones, debates y usos sociales*. Revista de Claseshistoria Publicación digital de Historia y Ciencias Sociales Artículo N° 343 15 de febrero.
- Bianca, D. (2013). *relaciones de poder desde la perspectiva de género en la edad media*. XIV jornadas Inter escuelas/departamentos de historia. departamento de historia de la facultad de filosofía y letras. universidad nacional de cuyo, Mendoza.
- Camargo, A. martínez, H. Bruner, J. (2010). *dos teorías cognitivas, dos formas de significar, dos enfoques para la enseñanza de la ciencia* Psicogente, vol. 13, núm. 24, julio-diciembre, pp. 329-346 Universidad Simón Bolívar Barranquilla, Colombia.

Carrasco, M. Díaz, Cristian. (2017). *la educación física como medio a fortalecer relaciones interpersonales en niños y niñas con discapacidad cognitiva y los que no la presentan*. revista edu-fisica.com ciencias aplicadas al deporte. vol. 9 n. ° 19 pp. 60-75 abril.

Chaves, A. (2001). *Implicaciones educativas de la teoría sociocultural de Vygotsky Educación*, vol. 25, núm. 2, septiembre, pp. 59-65 Universidad de Costa Rica San Pedro, Montes de Oca, Costa Rica.

Cuervo, D. (2016). *Conquista conquista y colonización de américa*. licenciado en historia y geografía por la Universidad de Oviedo. Historia Digital, XVI, 28.

Constitución política de Colombia 1991. Artículo 16.

Declaración universal de los derechos humanos 1948. Artículo 26.

Documento #15 ministerio de educación. (2010). *orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte 2010*, Bogotá Colombia.

Daniels, H. (2013). *Vygotsky y la pedagogía*. Grupo planeta.

Extremera, A. Ruiz, P. (2016). *el juego motor como actividad física organizada en la enseñanza y la recreación*. Revista Digital de Educación Física. Núm. 38

Feito, L. Pinilla, R. (2001). *Atreverse a pensar en la política*. Universidad pontificia comillas. Graficas Muriel S.A Madrid España.

García, N. (2004). *DIFERENTES, DESIGUALES Y DESCONECTADOS*. Editorial Gedisa septiembre Barcelona.

- Icaza, H. Heredia, M. *EL LIBRO DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA: Bases fundamentales para la construcción de una teoría científica de la Educación Física*. Publica por Gandhi.
- Jiménez, F. (2012). *Criterios de la clasificación de las situaciones motrices*. Licencia Creative Commons.
- Ley 115. 1994. ley 115 de 1994. (febrero 8). “*por la cual se expide la ley general de educación*”. el Congreso de Colombia.
- Ley 181 de 1995. (enero 18). *por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte*.
- Martin, D. (2015). *grandes hitos de la arqueología*. universidad experiencia Zaragoza • montaje y realización: Federico Orús • Zaragoza.
- Martínez, D. Gómez, D. (2018) *juegos cooperativos como estrategia para mitigar los procesos de individualización* Universidad Pedagógica Nacional Bogotá.
- Martínez, V. Rodríguez, J. Cabello, D. estudio de caso. (2010). *perfil teleomotor de la línea de defensa del equipo de fútbol juvenil “c.d. lauro” a través del análisis de objetivos motores*. revista científica digital acción motriz.
- Marulanda, J. (2015). *la transformación de los modelos de comunicación en el surgimiento de la sociedad de la información: del modelo de flujo unidireccional a la comunicación descentralizada*. universidad autónoma de Barcelona. tesis doctoral septiembre.

- Mendez, I., Ryszard, M. (2005). *desarrollo de las relaciones interpersonales en las experiencias transculturales*. México D.F. Universidad Iberoamericana ciudad de México.
- Morales D, Caraballo G, en el año 2017 con el título: *percepción del alumnado sobre condición física, relaciones interpersonales y desarrollo integral*. la revista cubana de investigaciones biomédicas. Educador.
- Ortiz, A. (2015). *La concepción de Maturana acerca de la conducta y el lenguaje humano CES Psicología*, vol. 8, núm. 2, julio-diciembre, pp. 182-199 Universidad CES Medellín, Colombia
- Ortiz, D. (2015). *El constructivismo como teoría y método de enseñanza*. Universidad Politécnica Salesiana del Ecuador.
- Oscar A. J. Minkévich. (2015). *Glosario de Educación Física*. Buenos Aires, Argentina.
- Pena, M. (2015). *Un estilo de apego inseguro como factor de riesgo en la permanencia de las mujeres víctimas de violencia en su relación con el agresor*. Universidad de la república argentina.
- Rincón, F. Quintana, C. Pardo, P. Villada, A. (2015). *Efectos de la organización curricular por ciclos en los colegios estatales de Bogotá D.C.*
- Serrano, M. (2007): *“evolución e historia en el desarrollo de la comunicación humana”*. extraído de teoría de la comunicación. la comunicación, la vida y la sociedad. Madrid: mcgraw-hill interamericana de España, pp. 161-164.

Saracho, J. Colectivo de autores. (2000). *tendencias pedagógicas contemporáneas*. CEPES.

Universidad de la Habana. Editorial Universitaria Universidad Tarija Bolivia.

Salinas, C.; Núñez, J. Manuel, J. (2013). *las interculturalidad-es, identidad-es y el diálogo de saberes reencuentro*, núm. 66, abril, pp. 10-23 universidad autónoma metropolitana unidad Xochimilco distrito federal, México.

Santomé, J. (1998). "*Las razones del curriculum integrado*", en *Globalización e interdisciplinariedad: el curriculum integrado*. Madrid: Morata, pp. 29- 95,

Santomé, T. (1989). *El currículum globalizado o integrado y la enseñanza reflexiva*” Jurjo Torres Santomé. *Cuadernos de Pedagogía*. Nº 172 pp. 8 – 13.

Unesco y la declaración universal de derechos humanos. *derecho a participar en la vida cultural*. Artículo 27.

•

WEBGRAFIA.

https://www.clarin.com/edicion-impresa/Vivimos-paralelos-diferentes-online-offline_0_BynrFtoqwXl.html Bauman, S. (2016). Vivimos en dos mundos paralelos y diferentes: online y offline. *Recursos de formacion permanente* , 3.

<https://www.fayerwayer.com/2012/07/la-tecnologia-y-las-relaciones-interpersonales-como-nos-afecta/> Morales, C. (2012). La tecnología y las relaciones interpersonales: ¿cómo nos afecta? 1.

<https://www.elespectador.com/cromos/estilo-de-vida/la-tecnologia-nos-aisla-de-todo-lo-que-importa/> Tangarife, C. T. (2018). La tecnología nos aísla de todo lo que importa. *El Espectador*, 3.


<http://www.razonypalabra.org.mx/anteriores/n40/mrizo.html> Luhmann, N. (1993). *Superteoria y la comunicación*.

<https://www.vidanuevadigital.com/2008/02/13/adela-cortina-%E2%80%9Cestamos-en-una-sociedad-plural-en-la-que-se-tienen-que-oir-las-voces-de-todos%E2%80%9D/> juan rubio 2008 entrevista a Adela cortina.


<https://www.mindeporte.gov.co/37272> Deporte formativo Lunes, 21 De Junio De 2010.

ANEXOS


Anexo A. Formato evaluación continua. Rutina de pensamiento

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física	Formato Evaluación Continua. Rutina de Pensamiento
Educación Física Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía			Nombre de profesores:
Nombre del evaluado.	lugar:	fecha:	
¿Qué hice?			
¿Cómo lo hice?			
¿Cómo lo puedo mejorar?			
¿Cómo me siento hoy?			


Anexo B. Formato de evaluación- contrastación. Escala Likert

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física			Formato Evaluación Contrastación. Escala Likert	
La Educación Física Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía					Nombre de profesores:	
Nombre del evaluado.			Lugar:		Fecha:	
Premisa	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
¿Atiendes a tus acciones de forma autónoma o alguien influye?						
Cuando hay actividades físicas colectivas ¿participas?						
Cuando te sientes en disgusto con alguien o algo ¿te incomoda lo expresas?						
¿Encuentras formas de regularte cuando te sientes en situaciones de extrema tensión?						
¿Reflexionas frente a la manera como tomas decisiones?						

Anexo C. Formato de evaluación diagnóstico – Escala Likert

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física			Formato Evaluación Diagnóstico. Escala Likert	
Educación Física Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía					Nombre de Profesores:	
Nombre del Evaluado.			Lugar:		Fecha:	
Premisa	Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	
¿Atiendes a tus acciones de forma autónoma o alguien influye?						
Cuando hay actividades físicas colectivas ¿participas.?						
Cuando te sientes en disgusto con alguien o algo ¿lo expresas?						
¿Te autorregulas cuando te sientes en situaciones de extrema tensión?						
¿Reflexionas constantemente?, ¿en qué te basas para tomar tus decisiones?						


Anexo D. Formato evaluación de impacto

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional. Facultad de Educación Física. Licenciatura en Educación Física.			Formato Evaluación de Impacto	
Educación Física Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía		Hora:		Nombre de Profesores:		
Lugar:		Numero de sesión:				
Fecha:		Nombre del evaluado:				
Propósito		En el siguiente cuadro usted encontrará una serie de preguntas relacionadas con las clases y podrá evaluar de 1 a 5 elementos constitutivos de la clase.				
Escala de evaluación	Excelente 4-5	Bueno 3-4	Aceptable 2-3	Deficiente 1-2	Malo 0-1	Observaciones
El material usado fue adecuado.						
El tiempo fue pertinente con la actividad						
El lenguaje utilizado por los profes fue claro, preciso, de fácil comprensión						
Las metodologías de clase fueron motivantes, generando expectativa para el siguiente encuentro.						
Los profesores demuestran apropiación, dominio y conocimiento de los contenidos desarrollados.						

Anexo E. Formato de evaluación docente


 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física		Formato Evaluación Docente		Nota final	
Educación Física Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía				Nombre de profesores:		Auto evaluación	
Nombre del evaluado.		Sesión		Fecha:			
Premisa		Descripción				Nota	
¿Emplea un lenguaje adecuado?							
¿Explica con claridad las actividades a realizar?							
¿Muestra buen manejo de grupo?							
¿Propicia ambientes eficientes para la interacción entre los estudiantes?							
¿Se muestra abierto en la relación docente y alumnos?							
Observaciones adicionales.							

Anexo F. Sesión de clase N°2

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física		Ficha planeación de clase.	
Duración: 1 hora 30m minutos.		Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Sesión No 2: Adaptación medio ambiental	
Lugar: San mateo, Soacha		Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.		Número de participantes: 8-10	
Fecha: 25 septiembre 2020		Materiales: balones, platos, escalerilla de coordinación.			
Propósito de formación.		Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.			
Objetivo general:		Generar ambientes de aprendizaje recíproco mediante la lúdica			
Objetivo específico: Hacer visible la interacción como elemento fundamental y su incidencia en la formación de seres humanos autónomos a partir de prácticas					
Fase de clase.		Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo	
Inicial		Juegos motores	Teniendo en cuenta los aprendizajes previos se realizará una serie de movimientos articulares en los cuales los participantes busquen algún tipo de ejercicio a realizar, en un segundo momento atravesarán una pista de obstáculos que ellos mismos diseñaran a partir de su conocimiento teniendo en cuenta el distanciamiento que debe ser mínimo 2 metros.	15 min	


	Fase de desarrollo	Deporte formativo.	Se realizarán tres actividades enfocadas al juego y la interacción.	40 minutos
			1 triqui en grupos con un cuadro dibujado en el suelo con petos de colores gana el grupo que haga triqui más rápido.	
			2 juego del avioncito, el objetivo es dibujar siluetas en el piso ya sea de pies o de manos o alternados, de modo que, al ir avanzando por el camino, el participante deba tener la capacidad de apoyar la extremidad que coincida con la silueta, sus compañeros de equipo pueden incidir en su decisión apoyando anímicamente o corrigiendo fallas para poder avanzar.	
			3 se volverá a hacer el mismo juego de triqui pero esta vez tendrán que usar el balón para ubicarlo dentro del círculo de manera tal que desarrollen la motricidad y a su vez puedan interactuar mediados por el distanciamiento social.	

Anexo G. Sesión de clase N°3

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores.</i>		Universidad pedagógica Nacional Facultad de Educación física. Licenciatura en Educación Física		Ficha planeación de clase.	
Duración: 1 hora 30m minutos.		Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Sesión No 3: Comunicación motriz.	
Lugar: San mateo Soacha		Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.		Número de participantes: 8-10	
Fecha: 1 octubre 2020		Materiales: balones, mallas, conos, platos.			
Propósito de formación.		Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfaticen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.			
Objetivo general:		Ejecutar una práctica física en donde se alternan los juegos motores y el deporte formativo, pero considerando como contenido fuerza el juego motor y el desarrollo motriz.			
Objetivo específico: adaptación al objeto en aire, reconocimiento y percepción del objeto elevado en el aire.					
Fase de clase.	Contenidos	Descripción de la actividad		Tiempo	
Inicial	Juegos motores.	Se realizarán una serie de ejercicios dinámicos para aumentar los movimientos articulares, Skipping bajo y medio, flexión dinámica de cadera de manera alterna saltos pequeños a dos pies con rotación de cadera, apertura de piernas con saltos más brazos, taloneo a los glúteos alternado, rodillas al pecho alterando medio alto.		15 min	
Fase de desarrollo	Comunicación motriz.	Cada jugador tendrá un balón y se desplazará en diferentes direcciones golpeando el balón con cabeza pies y rodillas		40 min	
		Se ubicarán en parejas con un jugador y se distanciarán aproximadamente 3 metros con el fin de hacer pases con el borde interno se repetirá el ejercicio esta vez con borde externo el mismo proceso con rodillas y muslos y se repetirá última vez este ejercicio con la cabeza.			

		<p>Se repetirá esta operación a una distancia de tres metros realizando pases con las diferentes superficies, pero esta vez tendrán que hacer un control con el balón y seguidamente un pase.</p>	
		<p>Finalmente se hará un juego de fútbol tenis por equipos en parejas esta vez tendrán que hacer máximo 3 y mini o 2 pases antes de que el balón cruce la malla.</p>	
Culminación	<p>Vuelta a la calma estiramiento estático promovido y orientado por los profesores y así mismo se intentará hacer una reflexión profunda teniendo en cuenta esta práctica y las dos anteriores teniendo en cuenta su percepción hasta el momento</p>		20 min


Anexo H. Sesión de clases N°4

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física		Ficha planeación de clase	
Duración: 1 hora 30m minutos.		Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Sesión No 4: Auto conocimiento, evaluación continua y contraste	
Lugar: San mateo Soacha		Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.		Número de participantes: 8- 10	
Fecha: 2 octubre 2020		Materiales: por definir.			
Propósito de formación.		Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.			
Objetivo general:		Propiciar un escenario donde se gesten las relaciones interpersonales y la autonomía por medio de un test evaluativo que deberán construir los participantes, teniendo en cuenta unos lineamientos que permitirán funcionar como mediadores.			
Fase de clase.		Contenidos	Descripción de la actividad		Tiempo
Inicial		Auto conocimiento Juego motor	Se realizará un calentamiento en primer momento movilidad articular, cada uno de los integrantes deberá realizar un ejercicio que permita prepara el cuerpo para la actividad.		15 min
			A lo largo del calentamiento se preguntará cuál es la función del calentamiento en la realización de actividades (la respuesta puede ser cualquier teniendo en cuenta sus aprendizajes previos)		
Fase de desarrollo			Para desarrollar la fase central de la actividad se realizará una serie de prueba que servirán de excusa para contrastar la actividad de la primera sesión con las dos siguientes, en esta ocasión la prueba será construida por los participantes, deben tener en cuenta:		40 min
			1. Debe haber actividades donde implique relacionarse, mediadas por distanciamiento social.		
			2. Debe tener una forma de ser evaluado no importa el cómo todo debe partir de su creatividad.		
			3. Ninguno de los compañeros puede quedarse quieto.		
		Con estos tres apartados deben diseñar la actividad, esta debe realizarse por parejas.			

Culminación		La culminación estará mediada por un circuito de estiramientos por segmentos corporales, durante este se reflexionará acerca qué piensan ellos de ser evaluados por medio de prueba y si crean que es la mejor forma de mostrar sus potencialidades.	20 min
-------------	--	--	--------




Anexo I. Sesión de clase N°5

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física		Ficha planeación de clase
Duración: 1 hora 30m minutos.	Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Sesión No 5: comunicación motriz	
Lugar: San mateo Soacha	Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.		Número de participantes: 8-10	
Fecha: 8 octubre 2020	Materiales: venda para los ojos y balones			
Propósito de formación.	Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.			
Objetivo:	Fortalecer relaciones interpersonales por medio del trabajo cooperativo y la comunicación.			
Fase de clase.	Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo	
Inicial	Auto conocimiento Deporte formativo	Movilidad articular dirigida por los participantes, cada uno propone un ejercicio.	15 min	
		Calentamiento: Coordinación y reacción por medio de estímulos auditivos.		
		· Skiping bajo permanente		
		1 pitazo= Un cuarto de giro a la derecha		
		2 pitazos = Un cuarto de giro a la izquierda		
		3 pitazos = Medio giro		
		4 pitazos = Giro completo		
		Voz de “YA” = Pique hasta la línea final de la cancha y regreso caminando.		
· Variantes: A la voz de ya, desplazamientos laterales – desplazamientos con saltos a pies juntos.				


Fase de desarrollo		<p>Actividad comunicativa con ojos vendados: se formarán dos equipos de manera equitativa y con la misma cantidad de participantes, todos tendrán los ojos vendados menos el líder de cada equipo, quien deberá formar una fila con dos metros de distancia entre participantes sin tocarlos, solo por medio de indicaciones auditivas, de modo que al separar las piernas, el líder pueda patear el balón y hacerlo pasar por debajo de todos los de la fila.</p>	
		<p>Variantes: Cambio de líder y cambio de posición del líder al final de la fila, dará las instrucciones, pero será otro quien pateee el balón.</p>	40 min
		<p>· Juego de pases en círculo, quien haga el pase, debe decir el nombre del receptor.</p>	
Culminación		<p>Realización de estiramientos de forma estática, uno a uno, los participantes propondrán una actividad para el respectivo estiramiento, finalmente se realizará una reflexión de lo visto en clase.</p>	20 min

Anexo J. Sesión de clases N°6

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física		Ficha planeación de clase.
Duración: 1 hora 30 minutos.	Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Sesión No 6: Autoconocimiento	
Lugar: San mateo Soacha	Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.		Número de participantes: 8-10	
Fecha: 9 octubre 2020	Materiales: balones, conos			
Propósito de formación.	Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.			
Objetivo:	Propiciar espacios que conduzcan al crecimiento y progreso individual y colectivo.			
Fase de clase.	Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo	
Inicial	Juegos motores. Deporte formativo	Movilidad articular dirigida por los aprendices.	15 min	
		Calentamiento mediante un juego con balón que consiste en hacer dos equipos y lograr hacer diez pases sin ser interceptados, los pases se irán contando, si son interceptados deberán volver a iniciar.		
Fase de desarrollo		Actividad de:	40 min	
		· Conducción de balón por equipos: se formarán dos equipos con la misma cantidad de participantes, harán filas con dos metros de distancia, quien esté al inicio de la fila, deberá conducir el balón por entre los conos ida y vuelta, entregara al balón al siguiente en la fila y pasará al final de esta. Los demás participantes deberán alentar y o ayudar a la distancia a quien esté ejecutando la acción, ganará el equipo que termine primero con todos los participantes.		


		<ul style="list-style-type: none"> · Se formarán equipos de tres participantes, en la mitad se ubicará uno de los participantes a una distancia de tres metros quien hará una sentadilla en dirección a uno de sus compañeros, al volver a su posición inicial, recibirá el balón que le enviará por el aire su compañero y deberá devolverlo, con el borde internos del pie derecho, luego se repetirá la acción con el pie izquierdo. Girará y se pondrá frente a su otro compañero y repetirá todo a partir de la sentadilla. Todos pasaran al centro. <p>Variantes: Abdominal en lugar de sentadilla - empeine en lugar de borde interno del pie</p> <ul style="list-style-type: none"> · Tiro al arco: Se ubicarán en parejas que ellos mismos escogerán, la condición es que haya diferencia de edad o género. Quien lleva posesión del balón, le hará un pase a su compañero, quien pondrá un pase gol rastrero con el borde interno del pie, recibirán el balón y de primera intención debe patear al arco, luego cambiarán de roles. 	
Culminación	Para finalizar el grupo debe realizar y analizar lo que hicieron a lo largo de la clase y pensarse así una actividad de vuelta a la calma o enfriamiento teniendo en cuenta el trabajo por grupos y el distanciamiento social.		20 min

Anexo K. Sesión de clases N°7

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física		Ficha planeación de clase.	
Duración: 1 hora 30m minutos.		Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Sesión No: 7	
Lugar: San mateo Soacha		Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.		Número de participantes: 8-10	
Fecha: 15 octubre 2020		Materiales: Balón, petos.			
Propósito de formación.		Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfaticen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.			
Objetivo:		Tomar el futbol adaptado como estrategia para evaluar el comportamiento de los aprendices, el cuidado de sí mismos, el cuidado del otro, su manera de relacionarse y crecimiento personal.			
Fase de clase.		Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo	
Inicial		Auto conocimiento Deporte formativo	· Saludo	15 min	
			· Movilidad articular		
			· Calentamiento: trote suave, desplazamientos laterales, saltos rodillas al pecho.		
			· Explicación de la actividad		
Fase de desarrollo			Actividad:	40 min	
			· Deporte adaptado: Consiste en formar dos equipos de manera equitativa y tomar el futbol como principal referencia, empleando diferentes adaptaciones conforme se va desarrollando la clase; las adaptaciones son:		
			ü Los aprendices, decidirán qué posiciones tomar y jugarán de esta manera por el tiempo el maestro indique, la única condición es mantener un distanciamiento preventivo y prudente, no deben atacar ni cubrir cuerpo a cuerpo, únicamente interceptar el balón		


		<p>(esta regla se mantendrá durante toda la actividad) Cualquiera podrá marcar gol.</p>	
		<p>ü Los jugadores continuarán en las posiciones que eligieron, pero en esta ocasión deberán hacer pases a cada uno de los integrantes de su equipo antes de marcar gol.</p>	
		<p>ü Mantendrán las posiciones elegidas, todos los integrantes del mismo equipo deberán tocar el balón, pero solo las niñas podrán anotar gol.</p>	
		<p>ü Todos los integrantes del equipo deberán tocar el balón, solo los más pequeños de cada equipo podrán anotar gol.</p>	
		<p>ü Las niñas deberán ocupar la posición de portero, una por equipo, cualquiera podrá anotar gol (solo gol rastro) Se hace énfasis en el cuidado del otro.</p>	
Culminación		<p>Cierre de las actividades, estiramiento, retroalimentación y reflexión acerca de las experiencias y aprendizajes que dejó la clase.</p>	20 min
		<p>Evaluación.</p>	
		<p>Aplauso de todos para todos en lenguaje de señas</p>	

Anexo L. Sesión de clases N°8

 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional. Facultad de Educación Física Licenciatura en Educación Física		Ficha planeación de clase N°8
Fecha: 16 octubre 2020		Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.		Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.
Materiales: Cámara encendida, objetos de casa		Propósito de formación: Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.		
Objetivo:		Emplear herramientas de productividad en línea para propiciar relaciones favorables que contribuyan al crecimiento autónomo.		
Fase de clase.	Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo	
Inicial	Auto conocimiento Deporte formativo	· Saludo	15 min	
		· Movilidad articular		
		· Calentamiento: skipping bajo, medio y alto		
		· Explicación de la actividad		
Fase de desarrollo		Actividad 1:	40 min	
		· Los aprendices formarán una pelota conformada por calcetines y el objetivo será hacer la mayor cantidad de repeticiones pateando con el empeine. Inicialmente practicarán de manera individual, luego harán su mejor esfuerzo para hacer la mayor cantidad de golpes posibles. Lo harán uno por uno, los demás aprendices deberán apoyarlo y motivarlo a la distancia.		
		Variaciones:		
		· Golpe con borde interno y/o externo del pie		
		· Golpe con muslo y rodilla		
		Actividad 2:		
		El aprendiz deberá buscar un recipiente en el que pueda encestar la pelota que elaboró previamente con los calcetines, se ubicará una distancia de cinco pasos del recipiente. El objetivo el patear la pelota con el pie hasta que logre encestarlo en el recipiente. El aprendiz manifestará a conciencia la cantidad de aciertos durante el tiempo que determinará el profesor.		
		Actividad 3: Ruleta de retos		
· Se empleará una ruleta con diferentes colores; dependiendo del color que caiga se realizará un ejercicio dirigido por los maestros o por lo aprendices, según corresponda.				


		Rosado: Maestros= Abdominales	
		Verde: Aprendiz	
		Naranja: Maestros = Burpies	
		Azul: Aprendiz	
		Negro: Maestros = Flexiones de codo	
		Rojo: Aprendiz	
		Blanco: Maestros = Sentadillas	
		Amarillo: Aprendiz	
Culminación		Cierre de las actividades, estiramiento, retroalimentación y reflexión acerca de las experiencias y aprendizajes que dejó la clase.	20 min
		Evaluación.	
		Aplauso de todos para todos en lenguaje de señas	

Anexo M. Sesión de clase N°9

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura de Educación Física		Ficha planeación de clase N°9
Fecha: 22 octubre 2020	Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.	Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.		
Materiales: Balón, conos, aros	Propósito de formación: Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.			
Objetivo:	Generar retroalimentación de los ejercicios vistos durante las sesiones pasadas, con el fin de evidenciar aprendizajes que han incidido en el desarrollo de la autonomía de cada aprendiz.			
Fase de clase.	Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo	
Inicial	Auto conocimiento Deporte formativo	· Saludo		
		· Movilidad articular		
		· Calentamiento: Trote y desplazamientos laterales – Juego de banquitas por equipos.		
		· Explicación de la actividad		
Fase de desarrollo		Actividad:		
		Golf con los pies: La actividad consiste en emplear las piernas y pies para golpear la pelota y derribar un cono o poner el balón dentro de un aro que se encuentre a una distancia prudente. En esta oportunidad los aprendices jugaran sin rivales y sin compañeros. En esta actividad deberán poner en práctica los movimientos y maneras de patear la pelota que aprendieron en las clases anteriores; Inicialmente, lo patearan de la manera que prefieran, luego lo harán según las indicaciones del maestro.		
		Variantes:		
		· Cambiar la distancia del objetivo		
		· Patear únicamente con borde interno		
		· Patear únicamente con borde externo		
Culminación		Cierre de las actividades, estiramiento, retroalimentación y reflexión acerca de las experiencias y aprendizajes que dejó la clase.		


		Evaluación.	
		Aplauso de todos para todos en lenguaje de señas	

Anexo N. Sesión de clase N°10


 UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>	Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Licenciatura de Educación Física	Sesión de clase N°10	
Fecha: 23 octubre 2020	Educación Física: Posibilitadora de Relaciones Interpersonales en Favor de la Autonomía.	Nombre de profesores: Julián David Herrera Muñoz, Dayan Liliana López Ariza.	
Materiales: balones, platos y conos	Propósito de formación: Buscar por medio de la educación física, propiciar escenarios donde se enfatizen las relaciones interpersonales, de manera que como producto se geste la capacidad de ser autónomo y de esta manera, forjar sujetos que tengan la facultad de asumir un rol participativo y consciente en la sociedad.		
Objetivo general:	Socializar los aprendizajes establecidos a lo largo de la ejecución piloto por medio de una práctica motriz teniendo en cuenta todos los elementos que han constituido las experiencias a lo largo del proceso.		
Fase de clase.	Contenidos	Descripción de la actividad	Tiempo
Inicial	Auto conocimiento Deporte formativo	<ul style="list-style-type: none"> · Saludo · Se iniciará con una serie de movimientos articulares, acompañados de una reflexión acerca del tema de cómo se han sentido, que han aprendió y finalmente que les queda al culminar las practicas que realizamos a lo largo de las 10 intervenciones. 	15 min
Fase de desarrollo		Actividad: - la primera actividad tiene como fin hacer visible ciertos aprendizajes, vivencias y conocimientos que se asumieron a lo largo de las 10 intervenciones, es por ese motivo que el grupo podrá ser totalmente autónomo ellos diseñaran la actividad que se va a realizar incluyendo a los profes, claramente esta actividad esta mediada por ciertos elementos que han sido fundamentales para la ejecución piloto es decir los protocolos de bioseguridad, para esta actividad todo el grupo debe dialogar y llegar a un común acuerdo expresando sus pensares, sentires y proyecciones a la luz de la autonomía sin dejar de lado o excluyendo la opinión o gustos de los demás.	
Culminación		Cierre de las actividades, estiramiento, retroalimentación y reflexión acerca de las experiencias y aprendizajes que dejó la clase.	20 min

		<p>- En un segundo momento y a modo de culminación se realizará la actividad del regalo, en este caso los profesores llevarán una caja de regalo con un espejo en el interior , se realizará un relato enfocado en la importancia de las relaciones interpersonales, el valor de la autonomía como ganancia de estas relaciones interpersonales y por último la manifestación de los profesores del grupo con relación a los aportes y aprendizajes que allí se cultivaron, mientras ellos van viendo el interior al finalizar se les explicara que el regalo son ellos mismos y que en perspectiva de autonomía los actos que yo hago son el reflejo de mis experiencias pero así mismo que estas no pueden pasar por encima de la libertad de los demás si no por el contrario me debe invitar a comprenderse como un ser humano, uno más que siente piensa y actúa.</p>	
		Evaluación. Continua, evaluación de impacto y evaluación de contraste.	
		Aplauso de todos para todos en lenguaje de señas	


Anexo O. Rutina de pensamiento, participante 1

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i></p>	<p>Universidad pedagógica nacional. Facultad de educación física. Licenciatura en educación física.</p>	<p>Formato evaluación continua. Rutina de pensamiento</p>
<p>EDUCACIÓN FÍSICA POSIBILITADORA DE RELACIONES INTERPERSONALES EN FAVOR DE LA AUTONOMÍA</p>		<p>Nombre de profesores:</p>
<p>Nombre del evaluado.</p>	<p>lugar: <i>San Mateo</i></p>	<p>fecha: <i>09/10/20</i></p>
<p>¿que hice?</p>	<p><i>hicimos unos ejercicios de control, posesión y tiro, y tuvimos penitencias del otro grupo.</i></p>	
<p>¿Cómo lo hice?</p>	<p><i>Lo hice muy bien haciendo y cumpliendo con los objetivos.</i></p>	
<p>¿cómo lo puedo mejorar?</p>	<p><i>estorizandome y reflexionando lo que hice el día de hoy.</i></p>	
<p>¿cómo me siento hoy?</p>	<p><i>me siento bien ya que tambien reflexionamos la empatia porque no dimos ejercicios.</i></p>	


Anexo P. Rutina de pensamiento, participante 2

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL Educadora de educadores</p>	<p>Universidad pedagógica nacional. Facultad de educación física. Licenciatura en educación física.</p>	<p>Formato evaluación continua. Rutina de pensamiento</p>
<p>EDUCACIÓN FÍSICA POSIBILITADORA DE RELACIONES INTERPERSONALES EN FAVOR DE LA AUTONOMÍA</p>		<p>Nombre de profesores:</p>
<p>Nombre del evaluado.</p>	<p>lugar: Campo de entreno</p>	<p>fecha: 02/10/2020</p>
<p>¿que hice?</p>	<p>hice varios test que proponían mis compañeros y era realizarlo en equipo</p>	
<p>¿Cómo lo hice?</p>	<p>mal, sentí que en cada test fallé no di lo mejor de mí</p>	
<p>¿cómo lo puedo mejorar?</p>	<p>entrenando y practicando más</p>	
<p>¿cómo me siento hoy?</p>	<p>feliz, me divertí mucho pero siento que mis compañeros Felipe y Alison me jugaron el test #</p>	

Anexo Q. Rutina de pensamiento, participante 5

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL Educadora de educadores</p>	<p>Universidad pedagógica nacional. Facultad de educación física. Licenciatura en educación física.</p>	<p>Formato evaluación continua. Rutina de pensamiento</p>
<p>EDUCACIÓN FÍSICA POSIBILITADORA DE RELACIONES INTERPERSONALES EN FAVOR DE LA AUTONOMÍA</p>		<p>Nombre de profesores:</p>
<p>Nombre del evaluado. [REDACTED]</p>	<p>lugar: Campo de entreno</p>	<p>fecha: 02/10/2020</p>
<p>¿que hice?</p>	<p>hice varios test que proponieron mis compañeros y era realizarlo en equipo</p>	
<p>¿Cómo lo hice?</p>	<p>mal, sentí que en cada test falle no di lo mejor de mí</p>	
<p>¿cómo lo puedo mejorar?</p>	<p>entrenando y practicando más</p>	
<p>¿cómo me siento hoy?</p>	<p>feliz, me divertí mucho pero siento que mis compañeros Felipe y Alison me jugaron el test</p>	

Anexo R. Rutina de pensamiento, participante 7

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i></p>	<p>Universidad pedagógica nacional. Facultad de educación física. Licenciatura en educación física.</p>	<p>Formato evaluación continua. Rutina de pensamiento</p>
<p>EDUCACIÓN FÍSICA POSIBILITADORA DE RELACIONES INTERPERSONALES EN FAVOR DE LA AUTONOMÍA</p>		<p>Nombre de profesores:</p>
<p>Nombre del evaluado</p>	<p>ugar:</p>	<p>fecha:</p>
<p>¿que hice?</p>	<p>esquinix juego por precision en circulo y un partido</p>	
<p>¿Cómo lo hice?</p>	<p>mas o menos por que yo sacaba mucho el balón</p>	
<p>¿cómo lo puedo mejorar?</p>	<p>es tar atento</p>	
<p>¿cómo me siento hoy?</p>	<p>bien por que comparti con mis compañeras me rei</p>	

Anexo S. Rutina de pensamiento, participante 9

¿qué hice?

hicimos un partido, sin contacto y
al final reflexionamos

¿cómo lo hice?

más me sentí que rendí lo que
merecían mis compañeros

¿cómo me sentí?

bien, me gustó la reflexión al final
es una gran experiencia y es
verdad, yo soy responsable y
conciente de las decisiones de
mi vida

¿cómo lo puedo mejorar?

siendo más empático y apuntando
al arco