

Educación física, potenciadora de expresiones motrices como elemento
constitutivo del ser humano

Yudy Zulay Serna Porras

2016120077

Juliet Tatiana Madrid Ríos

2016120040

Andrés Felipe Ruiz Rozo

2016220075

Tutor:

Edgar Mauricio Robayo Espitia

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura en Educación Física

Bogotá D. C.

2022

Dedicatoria

Este proyecto va dedicado enteramente a mi familia, quienes a lo largo de todo mi proceso han estado para apoyarme para darme fuerza, a ellos y a su crianza debo la valentía, la resistencia y el vigor de haber podido sacar mis estudios adelante y ahora con esta carrera lograr culminar otra etapa de vida.

A mi madre gracias por ser ese sostén emocional que me acarreo durante toda la carrera, la que me vio llorar, y la que me enseñó a tener más paciencia, gracias a su amor y dedicación todos estos años.

A mi papá gracias por enseñarme que, aunque se pierda la batalla no la guerra, siempre serás ejemplo de resistencia ante cualquier obstáculo y enseñarme que hay que trabajar duro para conseguir las cosas.

Finalmente, gracias a mis hermanas que también estuvieron en el proceso apoyándome, ayudándome desde los medios tecnológicos que a veces se me complica, pero con su ayuda fue más fácil.

Dedicatoria: Yudy Zulay Serna Porras

La culminación de este proyecto va dedicado a mi familia primero que todo ya que gracias a ellos es que el logrado llegar hasta este punto de la carrera, por medio de ellos El logrado tener la fortaleza para superar todos los obstáculos que se han presentado a lo largo de estos semestres.

También quiero agradecer a todos y cada uno de los compañeros y amigos que hicieron parte de este proceso el cual se llama universidad, por todos los momentos compartidos, los aprendizajes y enseñanzas que hemos forjado a través de cada experiencia que hemos tenido día a día.

A los maestros agradecerles por cada conocimiento brindado, por cada consejo y regaño que fue necesario para centrar nuestro camino y no desviarnos, para lograr nuestro objetivo el cual es el de ser licenciados

Por último, quiero agradecer a cada persona que conocí, con la que compartí y la cual fue necesaria para afrontar los diferentes retos que se dieron a lo largo de este camino. A todas y cada una de esas personas con las cuales compartí, infinitas gracias, ya que de todas y cada una de ellas me llevé un aprendizaje para afrontar el camino más grande que es la vida.

Dedicatoria: Andrés Felipe Ruiz Rozo

Este proyecto va dedicado a todos aquellos que desde el inicio de la travesía creyeron en mí, a esos que me apoyaron incondicionalmente y me abrieron los ojos a distintas formas para seguir adelante, pero también a esos que dudaron de mí siempre, porque me dieron la fuerza para demostrar que podía con todo.

A mis abuelos que nunca perdieron su fe, ni siquiera cuando la tormenta era tan fuerte que se veía imposible que parara, a mi madre que con su dureza me enseñó a ser fuerte, tener gallardía y autoridad sobre mí misma que me ayudaron a vencerlo todo sin importan cuan duro podía ser.

También se lo dedico a mi yo de la infancia que soñó una y mil veces con cambiar el mundo, y que, si bien no se volvió una heroína con capa y antifaz, logro volverse maestra, esa que podrá ser la heroína de muchos soñadores como ella.

Dedicatoria: Juliet Tatiana Madrid Ríos

Agradecimientos

Gracias a todos aquellos que formaron parte del proceso, tanto desde lo académico como desde las áreas personales, a los maestros que hicieron posible establecer en nosotros procesos de pensamiento que nos hacen quien somos hoy, a nuestras familias que sin duda vivieron el proceso a flor de piel con cada uno de nosotros.

Especiales gracias a nuestro tutor Mauricio Robayo quien no solo nos acompañó en esta última etapa, sino que además nos vio crecer dentro de la universidad, gracias por su paciencia, su tiempo y su disposición, por ser un guía excepcional y ayudarnos a cumplir este sueño.

Tabla de contenido

Dedicatoria.....	2
Agradecimientos.....	5
Tabla de contenido	6
Lista de Tabla.....	8
Lista de Figura	9
Lista de siglas.....	10
Introducción.....	11
Capítulo 1: Contextualización.....	14
Justificación.....	14
Marco legal.....	18
Estado del arte.....	20
Capítulo 2: Perspectiva educativa.....	24
Perspectiva humanistica.....	24
Ideal de ser humano.....	27
Sociedad y cultura.....	30
Teoría del desarrollo humano.....	31
Perspectiva pedagógica.....	35
Educación.....	36
Modelo pedagógico.....	37
Aprendizaje eficaz basado como herramienta metodológica.....	38

Didáctica (estilos de enseñanza de Muska Mosston)	40
Perspectiva disciplinar.....	42
Capítulo 3: Diseño de implementación.....	48
Justificación.....	48
Implementación del currículo.....	49
Planeación general.....	51
Evaluación.....	52
Planeador de sesiones.....	54
Capítulo 4: Ejecución piloto (micro contexto)	66
Caracterización de la población.....	67
Desarrollo de las clases	67
Capitulo5: Análisis de la experiencia.....	68
Referencias.....	73

Lista de tablas

Tabla 1. Componentes de la conciencia corporal.....	42
Tabla 2. Macro diseño.....	51
Tabla 3. Componentes de evaluación.....	52
Tabla 4. Planeador de sesiones (10)	54
Tabla 5. Ficha de observación	54

Lista de figuras

Figura 1. Resultados de encuesta.....10

Lista de siglas

EF Educación Física

LEF Licenciatura en Educación Física

MEN Ministerio de Educación Nacional

PCP Proyecto Curricular Particular

UPN Universidad Pedagógica Nacional

VAE Volver a la escuela

Introducción

En este proyecto presentado por estudiantes de la Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional, se abarcarán los aspectos relacionados a la expresión corporal con el fin de potenciar las expresiones motrices y proporcionar herramientas necesarias para los estudiantes, de enfrentarse a requerimientos del mundo centrados en las habilidades comunicativas y expresivas del cuerpo. También cabe recalcar que el objeto de estudio de La Licenciatura en Educación Física es la experiencia corporal por lo cual se sitúa el cuerpo en aspectos que van más allá de la fortificación de este, hablando en términos de lo físico, la fundamentación deportiva y la estética en las clases de Educación Física. Los estudiantes han realizado distintas prácticas de observación e intervención en los distintos escenarios de la educación (formal, el trabajo y el desarrollo humano e informal), a lo largo de su proceso formativo en donde se observa esta orientación deportiva y de la condición física, dejando de lado aspectos del cuerpo con relación a la expresión, el conocimiento de sí mismos y el sentido de las prácticas ejecutadas.

En una serie de encuestas realizadas a 130 estudiantes de la Institución Educativa Distrital Costa, institución en al cual posteriormente se desarrolló la ejecución piloto correspondiente al PCP en donde la intención era interrogar a los estudiantes con relación a ¿qué entendían por Educación Física? Y comprender como los estudiantes entendían este término (Educación Física) el 80% de los participantes asocio su respuesta con que la Educación Física eran los deportes tales como el fútbol, baloncesto y voleibol, el 15% hizo su asociación a la estética entendida como la imagen del cuerpo (verse bien) entendiendo la Educación Física como un medio para adquirir un cuerpo estereotipado según la sociedad y el 5% restante lo asociaba con la diversión.



Adicional a esto, se les pregunto a personas de los círculos cercanos de los docentes en formación (familia, amigos, vecinos), ¿cómo había sido su experiencia en el colegio en clase de Educación Física? A lo cual en su mayoría (80%) respondieron que se habían sentido frustrados, puesto que muchas veces sucedía que el docente de Educación Física era más dado a poner atención a los estudiantes que tuvieran habilidades físicas, y los estudiantes que no tenían tan desarrolladas dichas habilidades no eran tomados en cuenta, pudiendo esto ser presentado como un problema.

En consecuencia, se manifestó en las entrevistas la dificultad para realizar determinadas tareas motrices y como esto afectaba en el desarrollo social de los participantes, ya que tanto los docentes como demás compañeros tenían preferencias por aquellos que eran más hábiles en su motricidad y esto generaba inseguridades y dificultad para relacionarse con los demás como lo exponen los participantes de dichas entrevistas. A partir de los problemas encontrados, existe la necesidad de tratar temáticas de la Educación Física, como las habilidades comunicativas, el conocimiento de si, el cuerpo y sus manifestaciones, con el fin de potenciar la forma en la que los estudiantes se expresan y como esto aporta al desarrollo de sus relaciones: consigo mismo, con los demás y con su entorno.

A lo largo de la historia la Educación Física ha estado sujeta a diversas interpretaciones asociadas a las prácticas habituales que se experimentan en las clases de aula, prácticas que por lo general se encuentran direccionadas a la condición física y el deporte, sin embargo, los discursos actuales tienen otras orientaciones que van un poco

más allá del cuerpo físico e intentan darle mayor importancia al cuerpo visto como una totalidad.

Sin embargo, dichos discursos siguen alejados de la práctica, por lo que se presenta la oportunidad de orientar las clases por medio del enriquecimiento integral de la persona, a partir de la comunicación asertiva para su relación con el entorno en el que se encuentra inmerso, estos elementos dan cabida a la oportunidad de diseñar espacios que permitan fortalecer las habilidades comunicativas y la seguridad de sí mismo, para darle sentido a las prácticas que posibiliten potenciar el conocimiento de sí mismo ligadas a saberes como: La danza, el teatro y la música.

Capítulo 1: Contextualización

Justificación

En concordancia a lo anteriormente expuesto y haciendo un análisis de los problemas, necesidades y oportunidades encontrados, se infiere que el foco de análisis debería dirigirse hacia un trabajo en el que se supere la instrumentalidad, que tenga en cuenta los procesos de formación de las personas, los cuales pueden ser desarrollados aprovechando las oportunidades a partir de las Expresiones Motrices¹, de igual forma de los problemas ya mencionados dentro de la Educación Física, el que se busca priorizar es el proceso de configuración del sujeto para darle sentido y significado a partir del tema central del proyecto.

A la luz de lo planteado, se pretende empezar a realizar dinámicas orientadas a las formas de expresión que permitan la adquisición de seguridad al estudiante y reconocer como se le facilita expresarse y comunicarse para fortalecer sus relaciones interpersonales a partir del reconocimiento del otro y no de sus habilidades. Seguido de esto, se busca implementar contenidos asociados a las concepciones del cuerpo, al ritmo, la temporalidad, espacialidad, conciencia corporal entre otras, desde contenidos de la danza, la música y el teatro. Así mismo, desde el tipo de sociedad que se pretende en el proyecto, el cual este guiado hacia la equidad y la libre expresión del cuerpo en las diferentes formas que existen.

Adentrándose en el Proyecto Curricular Particular (PCP) y a partir de las consideraciones y problemas anteriormente mencionados, se asume como:

Propósito formativo: Potenciar las Expresiones Motrices como elemento Constitutivo de la persona a través de la Educación Física, haciendo de ellas una herramienta que favorezca el conocimiento, la comunicación y el lenguaje corporal de forma individual y colectiva.

Con este propósito, se pretende que el sentido dado a las prácticas se vuelva un componente propio de la persona dotándola de herramientas que favorezcan su comunicación y su lenguaje en pro de las relaciones que tiene en su contexto. Para dar cumplimiento a este propósito formativo se utilizarán las expresiones motrices definidas como:

La denominación expresiones motrices hace referencia a aquellas manifestaciones de la motricidad que se realizan con distintos fines: lúdico, agonístico, estético, político, preventivo, afectivo, de mantenimiento, de rehabilitación, comunicativo y de salud, entre otros, organizadas siguiendo una lógica interna que establece un código legitimado en un contexto social y por el cual se admiten y/o prohíben unos gestos, se ofrecen pautas de comportamiento, se crean actitudes y se promueven creencias. Éstas privilegian ya no sólo el código gestual observable, repetitivo e instrumental, sino las intenciones subjetivas puestas en juego en el acto mismo y matizado por el contexto socio cultural. Todo ello les otorga un significado importante en la comprensión de su potencial formativo, vindicativo, estetizante, regulador, profiláctico, semiótico y cultural-patrimonial. El concepto de expresiones motrices es bastante amplio, dado que admite técnicas corporales: danza, teatro, hidro gimnasia, juegos, aventura, terapias, la diversidad de disciplinas deportivas, entre otras (Arboleda, 2008)

Este concepto se relaciona de forma directa con el propósito formativo en la medida en que las Expresiones Motrices le dan sentido a las prácticas que se realizan constituyendo al ser humano a partir del potencial que su cuerpo puede llegar a alcanzar desde lo que aprende en la clase de Educación Física. Además, sirven para fortalecer aspectos de la comunicación y el lenguaje, presentándose como una oportunidad de traer nuevas prácticas a las clases de Educación Física, tomando estos escenarios como facilitadores para un

aprendizaje que este encaminado a conocer el cuerpo, cómo potenciar aprendizajes empleando la comunicación y la expresión.

Adicionalmente, cabe señalar que esta propuesta es pertinente ya que contribuye a la educación proporcionando nuevas formas de conocimiento y comprensión del mundo a partir del Lenguaje Corporal, entendiendo que los escenarios de Educación no solo se dan a nivel formal, sino que se presentan en la Educación informal que se da en espacios de la cotidianidad que surgen de manera espontánea y a partir de un conocimiento libre; haciendo que se consideren los espacios brindados por la naturaleza dentro del campo educativo informal que proporcionan espacios de aprendizaje para la vida.

La educación es esencial en palabras de Amartya Sen “No ser capaz de leer, escribir, contar o comunicarse es una tremenda privación y constituye un caso extremo de inseguridad, ya que el individuo tiene la certeza de la privación y la ausencia de cualquier chance de evitar ese destino” (Formichella, 2006), por tanto se ve aquí lo relevante de poder acceder a una educación rigurosa para evitar la privación de los derechos, emancipar el pensamiento de las imposiciones y crear pensamientos propios, permite no solo generar nuevos aprendizajes ampliando el conocimiento sino expandirse a nuevas posibilidades tanto en términos de expresión como en oportunidades.

Esta propuesta se relaciona al Proyecto Curricular Licenciatura en Educación Física (PCLEF), puesto que se maneja desde campos del saber que se alejan de la fundamentación deportiva, del cumplimiento estandarizado de currículos rígidos que excedan la carga académica y sometan al estudiante a una obligatoriedad, por el contrario, se busca por medio de un currículo flexible, que definido por el MEN

Es aquel que mantiene los mismos objetivos generales para todos los estudiantes, pero da diferentes oportunidades de acceder a ellos: es decir, organiza su enseñanza desde la diversidad social, cultural de estilos de aprendizaje de sus alumnos, tratando de dar a todos la oportunidad de aprender (MEN, Ministerio de Educación Nacional, 1994)

Y orientado hacia los intereses de los estudiantes, desde la danza, el teatro y la música, permitiendo explorar y darle sentido a partir de las actividades que se pretenden desarrollar, y en correspondencia a la realidad en la que se está inmersos desde cada subjetividad y a través de la creación de nuevos conceptos y formas de expresión prepararse para la vida.

Por otro lado, el proyecto aporta a la construcción del rol docente, ya que se abre la posibilidad de crear escenarios distintos para el aprendizaje, debido a que al tener en cuenta los intereses de los estudiantes, y al ser ellos los creadores de su realidad según el contexto (la generación, la edad) no cabe una probabilidad tan amplia para que se repitan los escenarios, en los que las sesiones de clase se vean direccionadas únicamente a la fundamentación deportiva, sino que se asuman posibilidades distintas en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Marco Legal

En este apartado se muestra que la temática del proyecto tiene contenidos que aparecen en la ley, y se considera importante tratar en las clases de Educación Física. Como primera medida el proyecto le apunta en lo que dice la ley general de educación 115 de 1994

Artículo 5 Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines: 1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos. 2. La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad. (Nacional, 1994)

La cual especifica los lineamientos a tener en cuenta de todo el Sistema Educativo colombiano, particularmente en el Artículo 5 se enfoca tanto el desarrollo de la personalidad como en la adquisición de valores que permiten la toma de decisiones de manera libre, lo cual se relaciona con el propósito formativo del proyecto que pretende potenciar las Expresiones Motrices y la libertad de expresión.

El segundo documento que se tuvo en cuenta para sustentar este proyecto fue la resolución 2343 de junio 5 de 1996 la cual especifica los contenidos que se deben aplicar en cada etapa educativa y además están especificados por competencias dentro de las cuales se encuentra la Expresión Corporal, competencia que está directamente relacionada con el área de Educación Física.

A través de los procesos de Expresión Corporal se busca el desarrollo de las potencialidades comunicativas del movimiento corporal. Se trata de explorar la actitud corporal como lenguaje y abrir las posibilidades de diversos gestos que llevan a la manifestación interior y a la creación estética. El Ministerio de Educación Nacional busca la exploración y el desarrollo de la sensibilidad del ser humano para el propio descubrimiento de sus potencialidades, con las cuales pueda manifestar otras formas de acercamiento o rechazo conceptos o prácticas que intervengan en sus vidas. Para unos puede ser el descubrimiento de aptitudes que lo enrumbarán al mundo del arte, para otros una posibilidad de comunicar sus emociones o sueños. (MEN, 2000)

Por otro lado, se cuenta con el documento número 15 de Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, la Recreación y el Deporte emitido por el Ministerio de Educación Nacional en el cual existen una serie de elementos dentro de los que se encuentran unas competencias entre ellas la competencia expresiva corporal

La competencia expresiva corporal, debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades. (Nacional, Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte, 2010)

Esta competencia esta entendida como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo, las técnicas para canalizar la emocionalidad y de mejorar la disponibilidad corporal y comunicativa mediante la expresión y la representación, además cómo se asocia con la comunicación y de qué manera se manifiesta. Así pues, dentro de estos 3 documentos se encuentra que reúnen diferentes elementos asociados al desarrollo y potencial humano, desde principios de valoración, calidad de vida, entre otros.

Estado del Arte

Para asumir el propósito formativo y en busca de establecer un estado del arte, se hace necesaria una revisión literaria, entre los documentos encontrados se ubican cuatro trabajos que se relacionan con lo propuesto dentro del Marco de las Expresiones Motrices y la Expresión Corporal.

Los dos primeros son trabajos de grado de la Universidad Pedagógica Nacional, en primera instancia (Las expresiones Motrices en perspectiva crítica: Saberes y experiencias en clave de los elementos constitutivos de la corporeidad (Cerón– Navarro, 2020), en segundo lugar (Educación Física con voluntad a través de las expresiones (Cruz, 2019). El tercero una investigación de la Institución Universitaria Iberoamericana (Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación (Blanco, 2009) y el último de la Universidad de Antioquia (Las expresiones motrices como alternativa para la reconstrucción del tejido social. Experiencia evaluativa de la intervención social en la escuela de iniciación y formación Deportiva Santo Domingo Savio (Correa, E.; Montoya, G; Vargas, P; Galindo, M; Urrego, A; Gonzales .C (2003).

El primer documento buscaba generar distintos espacios que integren la esfera social y que hagan oposición a la situación actual de la sociedad colombiana frente a la afectación de la comunidad y en particular a los sujetos que forman parte de las Instituciones Educativas, producto de las manifestaciones y problemas estructurales en dicho contexto. El objetivo principal de este trabajo fue, mediante las expresiones motrices proponer una perspectiva crítica de saberes que contribuyan a los elementos constitutivos de la Corporeidad (afectividad, espacialidad, temporalidad y Conciencia de ser). El elemento que se usó como instrumento de análisis de esta propuesta fue una encuesta a 70 personas, con la cual de manera general se hizo un sondeo de las problemáticas sociales estableciendo rutas metodológicas que ligaran los temas centrales (Las expresiones Motrices, corporeidad y Pedagogía Crítica).

Como resultado de este trabajo se encontró desde la interpretación y 5 principios de la hermenéutica: 1. A través de la conducta del sujeto cómo este debe reflexionar de sí mismo y de sus acciones teniendo en cuenta que existe un entorno. 2. Las particularidades

de cada sujeto, como ser que siente, expresivo (El cuerpo que manifiesta) 3. No hay normas absolutas en cuanto a lo que expresión motriz trata, la creatividad, espontaneidad y el reconocimiento de si construye las diferentes realidades. 4. El proceso educativo va más allá del resultado, se inscribe en el aprendizaje del sujeto y su realidad. 5. Se aprende con el otro, desde la comprensión y la posibilidad de escuchar y ser escuchados. (Hernández, 2020)

El segundo documento tuvo en cuenta la voluntad como un eje de la Educación Física, donde el movimiento, el cuerpo y las expresiones motrices son claves para educar desde el sujeto, manifestando así su voluntad. Esta apuesta presupone ser una propuesta alternativa puesto que hay una inexistencia de trabajos académicos en relación con el cuerpo y la voluntad. Así mismo la pretensión de este trabajo es brindar espacios que se alejen de la educación tradicional, pero que permitan la posibilidad de diálogo dentro de las clases y el desarrollo pleno de los sujetos mediante sus intereses ya que, sin esto, se puede llegar a afectar lo que denominan voluntad.

Como resultado de este proyecto desde los alcances de los talleres Corporales realizados como instrumento, se aprecia la clara relación de la manifestación humana en las experiencias educativas a partir de los deseos, anhelos, e intereses propios de los sujetos, en el alcance y mejora de elementos de carácter motriz que ligados a la construcción como sujetos da posibilidades de autoconocimiento, experiencia, felicidad, compasión, provee mejores personas y un mundo mejor (Álvarez, 2019)

El tercer trabajo al cual se va a referir dentro del Marco Nacional va orientado hacia un corte un tanto filosófico pues desde una revisión teórica de la investigación “La Expresión Corporal en la Formación de Maestros” que se ha desarrollado entre el 2008-2009, pretende reflexionar los distintos puntos de vista ligados al concepto de la expresión corporal desde varios autores para tratar de definir categorías en pro de la investigación.

Algunos autores definen la expresión corporal como Stokoe (1997) “aquel medio que le permite al ser humano mejorar su crecimiento, desarrollo y maduración de forma íntegra”¹. Bara (1975), afirma que la expresión corporal revela un contenido interno sin tener en cuenta preocupaciones estéticas o unitarias, esto quiere decir que, no se contempla

ninguna forma específica pensada o única para expresarse. Para Ortiz (2002), “la Expresión Corporal, es el conjunto de técnicas que utilizan el cuerpo y el movimiento” (p. 111).

En consideración con estas y más definiciones encontradas dentro del documento en torno a la expresión Corporal la autora de este trabajo nombra las siguientes categorías: (El cuerpo que habla, La sensorpercepción redescubre los sentidos, La espontaneidad y la creatividad, El movimiento elemento esencial, Sociología de la expresión corporal, Esquema Corporal, Educación Artística, Expresión Corporal y Estética en la formación, La Expresión Corporal en el Currículo, Un Plan de Estudios que contempla la Expresión Corporal) que se tomarán como elementos relevantes en la construcción de la propuesta. (Vega, 2009)

Por último, también en el Marco de lo Nacional de la Universidad de Antioquia se presenta un trabajo encaminado a socializar los avances logrados hasta el momento en el desarrollo de la evaluación, teniendo en cuenta inicialmente las circunstancias que dieron origen a la intervención social, seguidamente se trabaja sobre los interrogantes y sustentos teóricos y metodológicos de la evaluación y por último se puntualizan algunos elementos relacionados con la conceptualización del que hacer de la escuela, la caracterización de la intervención social, la reconstrucción del tejido social, logros y dificultades en el proceso de intervención desde la Escuela de Iniciación Deportiva.

Producto de esta investigación se halló primero, desde la Institución de la familia una ausencia en cuanto a las relaciones sociales por problemas dentro del núcleo ya sea la falta de un padre, situaciones de violencia intrafamiliar, el abandono, la fármaco dependencia, entre otras. En cuanto al Sistema Educativo de este contexto se vio una clara dificultad a la hora de fomentar y aplicar un sistema de valores que trascienda más allá de los monótonos discursos que llevados a la práctica no proveen ni complementan los valores positivos.

Por ende, la creación de la Escuela de Iniciación y Formación Deportiva buscó más allá de un rendimiento técnico- deportivo, fortalecer el tejido social donde se fundamenten la convivencia social y se contraponga (Posada, 2003), también como lo expone la autora Rubiela Arboleda “una praxis motriz transformadora, que actuara en la

esfera de la cultura y su efecto se desplegara en una búsqueda del desarrollo humano" (Arboleda, 1996; Pág. 58). (Posada, 2003)

Así pues, de las investigaciones citadas se infiere que tienen en común como elementos de investigación Las Expresiones Motrices y la Expresión Corporal, para el análisis de dichos elementos emplearon diferentes herramientas como talleres, encuestas, observaciones, experiencias previas y análisis de conceptos para el planteamiento de diversas categorías. Desde esta perspectiva se encontró que todas estas investigaciones aportan inicialmente desde principios de la Hermenéutica una construcción de los sujetos que se apoya en el otro, desde la autorreflexión de sus acciones y cómo estas pueden incidir en esas otredades, también en el sentido amplio de la educación que va más allá de un resultado, a partir de un proceso en el que la creatividad, la comprensión, la espontaneidad toman sentido y crean realidades.

A continuación, se da a entender que en el proceso de aprendizaje es importante tener un ambiente armónico, que posibilite un diálogo abierto y activo que reconozca las diferentes subjetividades y los intereses individuales en pro de abrir espacios que nutran el autoconocimiento, las experiencias, la compasión y la empatía para tener una calidad de vida acorde al ser humano que se busca en cada contexto. Igualmente aportan a través de los fundamentos conceptuales la posibilidad de crear nuevas categorías que sumen a los elementos de investigación encontrados y finalmente de los diferentes contextos poder plantear soluciones que conduzcan al fortalecimiento de la convivencia social desde la praxis motriz.

Tomando en cuenta todos los elementos encontrados en común y sumado a la propuesta vista desde el proyecto curricular, se busca asumir una configuración del sujeto a partir de la relación existente con las expresiones motrices desde los conocimientos alcanzados a través de un aprendizaje reflexivo, un potencial máximo de desarrollo humano entendido como la expresión plena de las capacidades físicas, mentales, sociales y espirituales por medio de sus necesidades e intereses y un desarrollo de las sesiones de clase ligadas a la expresión corporal que aporten a la práctica educativa. Todas estas relaciones que se plantean buscan asumir el PCP se encuentran desarrolladas más ampliamente dentro de la Perspectiva Educativa

Capítulo 2 Perspectiva educativa.

A continuación, se presenta la Perspectiva educativa, en donde se manifestarán los sustentos teóricos, bases conceptuales, ideas y reflexiones en torno a las relaciones entre la Educación Física, el ser humano, con lo expresivo, lo social y cultural, que subyacen alrededor del propósito formativo que guía este PCP (Potenciar las Expresiones Motrices como elemento Constitutivo de la persona a través de la Educación Física, haciendo de ellas una herramienta que favorezca el conocimiento, la comunicación y el lenguaje corporal de forma individual y colectiva) y en correspondencia con las 3 áreas de saber (Humanístico, Disciplinar y Pedagógico) que ofrece el Proyecto Curricular Licenciatura en Educación Física (PCLEF) en la Licenciatura de Educación física de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN).

Perspectiva Humanística

El punto de partida se da desde la noción de ser humano puesto que como lo reflexiona Roberto Pineda con relación a lo que propone Pablo Freire “toda práctica humana lleva implícita una concepción de ser humano”. (Ibarra, 2008) desde este punto de vista entorno al concepto, el ser humano es un ser (Homo Sapiens) es decir que tiene la capacidad de razonamiento y aprendizaje, además de esto es un ser social, como lo expone Vygotsky “en la medida en la que interactuamos con los demás es que nos formamos como seres humanos” (Ruiz Carrillo & Estrevel Rivera, 2010), así mismo, el ser humano cuenta con otras características como lo son la comunicación por medio del lenguaje, la creación de un sistema simbólico que se da a través de la cultura (las costumbres, hábitos, códigos éticos y morales, entre otros) que nos diferencia de otros seres.

Cabe aclarar, que a lo largo del tiempo han existido distintas nociones en relación al ser humano, una de ellas relacionada con el dualismo, para Platón existía una realidad dual (el cuerpo y el alma) desde la idea de lo material, lo inmaterial o espiritual como opuestos (Gil, 2019) entonces en Platón se puede ver como concebía al ser humano formado desde 2 dimensiones (el mundo sensible y el mundo de las ideas), por otra parte, su discípulo Aristóteles por el contrario entendía al alma y el cuerpo como una sola substancia que componía al ser humano. También se encontró lo expuesto por Leticia Rocha Herrera que

expone lo que propone Descartes quien no define al hombre ni de una ni de otra forma, y sí afirma preferentemente que el hombre "real o verdadero" es una unidad compuesta de alma y cuerpo en interacción constante y recíproca. (Rocha, 2004)

Luego, con el transcurrir del tiempo (S.XX-XXI) como lo refiere (Yorley Beatriz Sánchez, 2018)) citando a Portela (2001) “En esta sociedad el cuerpo es alineado y convertido en mercancía, en instrumento al servicio de la sociedad capitalista (cuerpo mecánico, cuerpo máquina, cuerpo objeto, cuerpo como símbolo de mercado)” (p. 4), dejando entrever al ser humano como un producto, una mercancía al servicio de dicho sistema Capitalista.

Por otro lado, desde nuestro campo de saber, la Educación física propone las experiencias corporales como objeto de estudio, en las que nosotros como seres humanos comprendidos desde una mirada completa (holística) y a través de las experiencias que se dan con la naturaleza, la cultura, lo motriz, socioafectivo y cognitivo logramos vivir armónicamente.

Así pues, desde este PCP y en consecuencia de dichas nociones de cuerpo, esta propuesta busca la construcción de un ser humano que, guiado por esas experiencias corporales, logre desde sus intereses aprender nuevas formas de expresar, manifestar, dialogar y comunicar por medio del cuerpo. De igual forma un ser humano que sea reflexivo de sus acciones y decisiones pues estas inciden también en los otros, así mismo un ser de valores que busque la mejor calidad de vida que le permita tener un desarrollo humano en el que alcance su mayor potencial.

A partir de la concepción de ser humano es necesario tener en cuenta el concepto desarrollo humano puesto que como lo dice el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (P. N. U. D, 1990) el Desarrollo humano nos permite a las personas poder expandir las opciones que tenemos en la vida, más que en términos económicos de aumentar las libertades humanas y llevar una vida plena y creativa (p. 2)

El Desarrollo Humano es definido como:

Un paradigma de desarrollo que va mucho más allá del aumento o la disminución de los ingresos de un país. Comprende la creación de un entorno en el que las personas puedan desarrollar su máximo potencial y llevar adelante una vida productiva y creativa de acuerdo con sus necesidades e intereses. Las personas son la verdadera riqueza de las naciones. Por lo tanto, el desarrollo implica ampliar las oportunidades para que cada persona pueda vivir una vida que valore. El desarrollo es entonces mucho más que el crecimiento económico, que constituye sólo un medio —si bien muy importante— para que cada persona tenga más oportunidades (Humano, 2015-2016)

Ya que la riqueza de un país está en las personas que lo habitan, desde este PCP se procura brindar varias herramientas a partir de la expresión y comunicación asertiva para que las personas logren desarrollarse dentro de una sociedad y cultura en la que puedan encontrar oportunidades para alcanzar su máximo potencial, en donde construyan una vida que valoren y desarrollen sus prácticas de acuerdo a su ser y hacer en función de las capacidades que adquieran por medio del aprendizaje durante el proceso.

Para tener un desarrollo humano es importante saber qué ideal de ser humano se quiere formar.

Ideal de ser Humano

En articulación con lo anteriormente mencionado y según el propósito formativo, el ideal de ser humano que se pretende formar, a partir de esta propuesta es el de una persona que sea auto determinada.

Alude a la capacidad de un individuo para tomar una decisión por sí mismo. Se habla de autodeterminación personal con referencia a la potestad de una persona de organizar sus recursos y explotar su potencial para alcanzar las metas que se plantea. Esta autodeterminación está vinculada a la voluntad individual y a la posibilidad de elegir con libertad. (Gardey, 2019)

Un ejemplo de una persona autodeterminada es un estudiante que se gradúa como bachiller académico y es capaz de decidir qué quiere para su futuro profesional y no permite que agentes externos como padres o maestros tomen la decisión por él. Cuando una persona toma decisiones bajo su propio criterio, esta es consciente que el resultado de su vida depende en mayor medida de sus decisiones, lo que hará que sea más cuidadoso a la hora de tomarlas por lo que ser auto determinado sea un factor esencial para la construcción de bases sólidas en la vida de la persona.

Lo que también lleva a formar una persona que tome sus decisiones de forma consciente acerca de todas sus acciones, es decir que independientemente del hecho de que la acción sea buena o mala (según lo socialmente establecido) se realice teniendo conocimiento de ello y busque la libertad a partir de su máxima expresión tanto corpórea como motriz buscando lo relacional, es decir que, no se deje de lado ninguno de los factores asociados a lo que se entiende como cuerpo y evitando el dualismo de acuerdo con lo planteado por Arboleda.

En adición a lo anterior, es necesario asumir con claridad el concepto de cuerpo, el cual es tomado desde Zandra Pedraza quien desde hace algunos años ha dado a conocer dicho término y como este se relaciona con la experiencia humana a partir de la antropología, cabe aclarar que para Zandra, el cuerpo es la base de la existencia humana

y a su vez es aquel que le permite desenvolverse en la vida y alcanzar la llamada experiencia. (Restrepo, 2017)

El cuerpo permite que se puedan investigar varios planos culturales, estéticos y sociales de la condición humana ya que está concebido como un conjunto de ideas, sentimientos, acciones, actividades corporales y conocimientos que pasan por la corporalidad y hace a las personas quienes son y establece la relación del saber con la vida: Para Zandra todas las actividades son corporales, incluso aquellas que son inmateriales ya que siempre se es un ser corpóreo y es imposible desligar del cuerpo cualquier acción, ya que todo lo que hace al ser humano está conectado y hace parte de él. (Restrepo, 2017)

Siguiendo la misma línea también asegura que los constantes y nuevos estudios sobre el cuerpo han logrado sensibilizar las personas en cuestión de sus concepciones del mismo, menciona que particularmente en América Latina estas concepciones tienen un tinte político un poco orientado hacia la crítica lo cual ha permitido abordar otros aspectos como el estético entendiendo así muchos fenómenos que han mejorado el entendimiento sobre cuerpo también teniendo en cuenta factores como lo privado y lo público o lo individual y lo colectivo en función del cuerpo y sus canales de comunicación. (Restrepo, 2017)

Según lo que Zandra expone como cuerpo, haciendo referencia a una totalidad del ser humano este le permite su comunicación y su existencia dándole la posibilidad de adquirir experiencia humana, la cual es importante tenerla en cuenta ya que guarda una relación con el propósito formativo que encuentra las expresiones motrices como elemento constitutivo del ser humano el cual surge a partir del cuerpo y de sus formas de expresión y comunicación que serían imposibles sin concebir el cuerpo como una totalidad o como lo expone Zandra como un ser corpóreo. Es decir que el cuerpo involucra más que lo motriz entendido como la capacidad que tiene el cuerpo para moverse, lo que en palabras de Arboleda sería

El cuerpo es más que lo motriz, lo motriz toca con el cuerpo, pero lo motriz es una especificidad que también amerita un cuidado, una atención. Comprender que

toca con todo el cuerpo, pero que no es el cuerpo, es decir, el cuerpo, es más, el todo es más que la suma de las partes y una sola parte puede decirnos del todo, pero una parte no es igual al todo. (Rubiela Arboleda, 2011)

Adicional a esto las expresiones motrices son un intento de abarcar tanto la motricidad cotidiana que son prácticas que se tienen automatizadas o que se denominan inconscientes (lavarse los dientes, caminar de un lugar a otro, hacer los oficios del hogar) pero también las expresiones motrices o aquellas prácticas a las cuales se les da sentido.

Al dar sentido del porqué y para qué son realizadas dichas prácticas se pretende también lograr apropiación de las mismas, poder realizarlas de manera lógica según el contexto, además de sacarle el mejor partido a la expresión teniendo en cuenta que esta es una forma de darle trasfondo a la acción, para que esta no sea vacía o que no tenga solo fines superficiales, sacar ese potencial permite también mejorar las relaciones que tiene con los demás sujetos fortaleciendo los aspectos tanto individuales como colectivos según sea el caso.

Por otro lado, se le apuesta a una educación que tenga como principal actor al estudiante y que los conocimientos construidos por este se basen tanto en su experiencia como en los aportes teóricos proporcionados por el maestro, lo que según Rousseau en su libro *El Emilio y la educación* manifiesta como “es un proceso que se realiza de acuerdo con el desarrollo natural del hombre y es natural, no artificial, es un desenvolvimiento que surge de dentro no algo que se procede de afuera”. (Rousseau 1762)

Lo que expone el libro *El Emilio*, es que el maestro juegue un papel de facilitador y guía del aprendizaje permitiendo que la persona se desenvuelva en el medio natural a partir de la percepción que él va teniendo de sí mismo, descubriendo sus posibilidades por medio de las experiencias que vive su entorno, sin que todo lo que el aprenda sea de manera esquematizada sino por el contrario se de a partir de la exploración.

Sociedad y cultura

A lo largo de la historia del ser humano, empezando por sus orígenes se han contado historias expresadas de diversas maneras tales como ilustraciones, manifestaciones del lenguaje corporal, las representaciones musicales, las muestras de danza entre otros, las cuales han logrado expresar y comunicar el conocimiento y han abierto formas de aprendizaje que van tanto de lo interno como lo externo de generación en generación, es por esto que desde este proyecto se asume la sociedad y cultura pues hace parte de la naturaleza humana.

Para (Morin, 1996) la sociedad es vista como un “sistema abierto y el fenómeno social es un fenómeno multidimensional en el que interactúan coproduciéndose individuo sociedad-cultura” p.89 , a partir de esta definición se puede inferir que sociedad y cultura no pueden estar desligados, ambos van de la mano, y atienden en primera instancia a esa naturaleza del hombre de vivir en sociedad dentro de un sistema organizacional, en el que las personas se reconocen por medio de los otros y en correspondencia a la capacidad de los seres humanos de conciencia, de pensar, y educarse en todo el sentido de la palabra.

Por otro lado se presenta la visión de Edward B. Tylor (1871) quien concibió la cultura como “esa totalidad que incluye conocimientos, creencias, arte, moral, derecho, costumbres y cualesquiera otras aptitudes y hábitos que el hombre adquiere como miembro de la sociedad”, se deduce así en lo planteado por el autor, que en la interacción activa que se da entre las personas en sociedad se va construyendo la cultura y se va adquiriendo conciencia de las diferentes formas en las que se presenta como es el caso del lenguaje, brindando cada vez más la posibilidad de tener un pensamiento complejo y ulterior. (Podesta, 2006)

Teoría de desarrollo Humano

Siguiendo la línea anterior se tocará lo correspondiente a la Teoría de desarrollo humano, la cual está vista desde Amartya Sen, reconocido economista y filósofo de la India quien presenta la teoría de las capacidades humanas, esta teoría presenta dos elementos constitutivos el primero, son los funcionamientos entendidos como actividades individuales y estados del ser de una persona (Estar bien alimentado, educado o moverse libremente) y el segundo las capacidades que se entienden como la posibilidad de lograr funcionamientos valiosos que constituyen la libertad que tiene una persona, para llevar una determinada clase de vida, es decir, que lo que esa persona sea capaz de ser o hacer tendrá como resultado la calidad de vida que quiere llevar. (Angarita, 2014)

El propósito de esta teoría es “evaluar el bienestar y la libertad de la persona que realmente tiene para hacer esto o aquello, las cosas que le resulta valioso ser o hacer” (Angarita, 2014), cabe resaltar que Sen desarrolla esta teoría para hacer un análisis de los problemas sociales que afectan al bienestar humano como lo es (La desigualdad, la pobreza, la calidad de vida, la ausencia de desarrollo humano y la injusticia social) buscando así mejorar la calidad de vida de las personas sin tener en cuenta la cantidad de recursos, sino lo que las personas son capaces de hacer o ser realmente.

Para complementar lo que expone Amartya Sen, se encuentra Martha Craven Nussbaum Filósofa estadounidense quien será una ficha clave para acompañar la teoría de Sen. Martha centró sus estudios en un constante transitar por la filosofía y el derecho. Posteriormente comenzó a interesarse por la teoría de las Capacidades de Amartya Sen pues vio en esta teoría una forma de relacionar las Capacidades y el florecimiento humano como elementos primordiales para la defensa del ser humano y sus derechos. Además de ello, proporcionó a la teoría de Sen a partir de sus aportaciones personales desde la perspectiva de género, la lucha contra posiciones relativistas, el criticismo racionalista, entre otras contribuciones.

La defensa del ser humano desde la teoría de las capacidades parte como lo expone Nussbaum por “la defensa de un ser humano con capacidades y necesidades

comunes a todos independientemente del género, la clase, la raza o la nacionalidad” (Atienza, 2015) aludiendo así una visión fundada en la igualdad, la dignidad para las mujeres, la humanidad (incluyendo las personas discapacitadas) y en consonancia con unas funciones y necesidades básicas para todos, que primen sobre los grupos dominantes, el poder y el estatus.

Nussbaum elabora un concepto universal de sujeto con unas características y necesidades básicas dentro de las cuales se atreve a fijar una lista de funcionamientos y capacidades sin las cuales un ser no es considerado ser humano.

En primer lugar, la mortalidad. Afirma Nussbaum que todos los seres humanos se enfrentan a la muerte y sienten cierta aversión hacia ella. En segundo lugar, el cuerpo humano. Todo ser humano tiene determinadas necesidades y capacidades, aunque la forma de vivirlas y desarrollarlas sea un hecho cultural. Entre ellas, la necesidad de comida y bebida, necesidad de abrigo, deseo sexual y movilidad. En tercer término, todo ser humano tiene capacidad para el placer y el dolor. En cuarto lugar, la capacidad cognitiva (para percibir, imaginar y pensar). En quinto lugar, está necesidad de desarrollo desde la primera infancia. En sexto punto, es común la razón práctica. Todo ser humano participa o intenta participar en la planificación y dirección de su propia vida preguntándose sobre lo que es mejor. En séptimo lugar, la asociación con otros seres humanos. Ya lo decía Aristóteles, el hombre es un ser sociable. En octavo lugar, la identificación de que se es miembro de una especie que convive con otras especies animales distintas. En noveno puesto, Nussbaum habla del humor y el juego, esto es, de la risa y el ocio. En décimo término, el sentimiento de diferenciación individual. El ser humano es capaz de distinguir que es uno y que es él solo el que siente dolor o

placer, por ejemplo. Por último, cada ser humano es consciente de su entorno y contexto que es diferente al de otros. (Atienza, 2015)

“Dicha lista, tiene como propósito hacer justicia a las personas que no han sido tomadas en cuenta dentro de la justicia social tradicional encontrando así una coherencia en los derechos humanos básicos, respetando el pluralismo intercultural y valorativo. (Atienza, 2015)

Ahora bien, la teoría de Amartya Sen y de Martha Nussbaum encuentra su relación con el propósito formativo de este proyecto ya que en ambos casos se hace un análisis con la intención de dignificar y mejorar la calidad de vida de las personas. Esto ligado a los funcionamientos simples mencionados por Sen, aporta en términos de la libertad de movimiento, la cual se entiende como un valor básico de la libertad, que permite alcanzar un bienestar de calidad de vida, y en términos de lo que plantea Martha llegar a un “florecimiento humano” por medio de las necesidades básicas, la defensa y dignidad humana.

Lo que la propuesta curricular pretende lograr afianzando las expresiones motrices, es brindar mayores alternativas de movimiento y expresión que acerquen a la persona a un conocimiento de sí mismo, del otro y del entorno en el que se encuentra.

Por otra parte, potenciar las expresiones motrices también permite aumentar la comunicación asertiva que se tiene con los demás, relacionándose así con los funcionamientos complejos que apuntan a como se siente la persona a partir de su ser y accionar, para lograr el bienestar mencionado anteriormente, un ejemplo de esto es comunicar lo que se quiere, para llegar a acuerdos sólidos de lo que lo hace o no sentir bien y de esta manera tener relaciones asertivas consigo mismo, con los demás y con su entorno.

Basados en la relación que tiene la propuesta con los funcionamientos, cabe resaltar que, las capacidades según Sen y Martha están determinadas como una posibilidad de lograr estos funcionamientos como constituyentes de la libertad para la calidad de vida y

florecimiento humano que puede llevarse a cabo, potenciando las expresiones motrices a través de las clases de Educación física, dándole herramientas para que se convierta en un ser humano que socialice e intercambie ideas dentro de espacios participativos que conlleven a una convivencia afable, a la toma de conciencia sobre los derechos humanos, expresando así libertad para poder escoger el estilo de vida que se acomode y sea valiosa para una persona, lo que permite la autodeterminación que es una de las características que presenta el proyecto en el ideal de ser humano que se pretende formar.

Perspectiva Pedagógica

Situarse en esta perspectiva supone también hablar de la educación en términos pedagógicos, pues es la Pedagogía como lo plantea el Ministerio de Educación el saber propio de los maestros que orienta los procesos de formación de los estudiantes. Este saber se nutre a partir de la historia, pero también en la relación personal que acontece diariamente con los estudiantes y colegas sobre logros propuestos y obtenidos, las metodologías más apropiadas para alcanzar un desarrollo humano, proponiendo proyectos Pedagógicos en la vida escolar que apunten a la construcción de un nuevo país.

De esta misma forma la Pedagogía aporta tanto a los docentes en su hacer formativo, como a las ciencias de la educación y a los ejes transversales que se desenvuelven el acto educativo, y permite la creación de diferentes constructos teóricos que ayudan a facilitar el proceso de enseñanza- aprendizaje desde lo que denominamos Modelos Pedagógicos que se definen como

Una serie de componentes que permiten definir, en cada uno de ellos, eventos educativos fundamentados en una teoría educativa, a partir de la cual es posible determinar los propósitos, contenidos, metodologías, recursos y evaluación que serán tenidos en cuenta durante el proceso de enseñanza/aprendizaje (Duarte, 2007)

Educación

Para continuar se tratara el factor de la educación el cual es tenido en cuenta desde la teoría de Desarrollo de Amartya Sen donde existen una serie de capacidades que le ayudan a una persona a ser o hacer, dentro de estas capacidades la educación es primordial puesto que coopera en la emancipación de la privación de los derechos y como Amartya Sen diría “No ser capaz de leer, escribir, contar o comunicarse es una tremenda privación y constituye un caso extremo de inseguridad, ya que el individuo

tiene la certeza de la privación y la ausencia de cualquier chance de evitar ese destino” (Angarita, 2014).

Es decir que, para hacer que una persona cuente con los derechos básicos planteados por Sen la educación es esencial pues fomenta actitudes asertivas que pueden acercarse al diálogo social, trabaja contra el analfabetismo, brinda libertad, permite que las personas participen activamente en la sociedad y otorga la posibilidad de progreso en un país, mejorando así la calidad de vida de las personas. Entendiendo también que la educación abarca más allá de habilidades técnicas, sino que además se puede presentar dentro de diversos espacios como lo es el medio natural desde el cual se puede lograr un aprendizaje significativo. Lo que lleva a la categoría siguiente.

Modelo Pedagógico

Para alcanzar dicho aprendizaje significativo que pretende asociar la información nueva con la que ya se posee y realizar una nueva construcción con ambas fuentes. Se debe tener una orientación acompañada de contenidos específicos que generen situaciones para ese aprendizaje, adicionalmente también se toman elementos encontrados en la pedagogía conceptual la cual tiene como propósito lograr a través de la enseñanza, competencias afectivas humanas, preparar para la vida y el trabajo, formando individuos plenamente capacitados, apasionados, alegres, donde se promueva el pensamiento, habilidades y valores en cada uno de ellos.

Teniendo en cuenta que la pretensión del proyecto apunta al desarrollo de seres integrales la pedagogía conceptual brinda dos postulados los cuales permiten el cumplimiento del propósito, en el primero se expone un modelo desde Miguel de Zubiría el cual tiene como nombre Triangulo Humano dicho modelo cuenta con tres fases (fase afectiva, fase cognitiva y fase expresiva) las cuales fundamentan el desenvolvimiento de las personas, formándolas como personas éticas, llenas de valores, expresivas, capaces de analizar y transformar la información que adquieren. (Samper, 2009)

- Fase Afectiva, la cual su principal objetivo es despertar en el estudiante la curiosidad, potenciando su interés y demostrándole que, por medio de sus acciones, se beneficia y adquiere conocimientos.
- Fase Cognitiva: Donde se le permite al estudiante relacionarse con la información dada por el docente, dándole una explicación de la realidad, enfocándolo en la comprensión de los contenidos que se le dan y en su aplicación al contexto en el que se encuentra.
- Fase Expresiva: Es aquella en donde el estudiante aplica los conocimientos adquiridos, realizando un proceso de autoconciencia que le permita relacionarse y desenvolverse en el contexto donde se encuentre inmerso. (Samper, 2009)

Un segundo postulado de la pedagogía conceptual tiene como nombre Modelo del Hexágono que formula: “Todo acto educativo requiere definir seis componentes, en un orden secuencial estricto: propósitos, enseñanzas, evaluación, secuencia, didáctica y recursos” (Samper, 2009) los cuales hacen parte del funcionamiento eficaz del modelo.

En donde los propósitos, son aquellos que dan sentido y dirección al ámbito pedagógico encontrando unos fines educativos para los estudiantes, los cuales permiten el análisis de la asignatura y las áreas curriculares para un correcto desarrollo de estas. Seguido de las enseñanzas, cuyo objetivo fundamental es entorno a los instrumentos de conocimiento para lograr un aprendizaje. Luego se da paso a la evaluación, teniendo en cuenta los propósitos y enseñanzas que se ven reflejados mediante una cualificación, incorporando dentro del proceso el diseño y la planeación del acto educativo. (Samper, 2009)

Continuando con la secuencia se cuenta con una estructura para la enseñanza donde se entra a reflexionar los tipos de conocimientos que serán incluidos en el proceso y la naturaleza de estos ya sea cognitivo, afectivo o expresivo, facilitando así el aprendizaje de los estudiantes y la enseñanza de los profesores. Adicionalmente se toma la didáctica, la cual representa los procedimientos que se entablan para enseñar, dándoles un orden para que luego se pueda dar una interacción con los estudiantes y de

esta forma se garantice el aprendizaje. Finalizando con los recursos, el último punto del acto educativo que se lleva a cabo con una serie de materiales que servirán en el proceso y que además serán mediadores de experiencias. (Samper, 2009)

Aterrizado al PCP estas herramientas facilitan la proporción de escenarios que alimenten las prácticas hasta convertirlas en expresiones motrices dándoles sentido desde las distintas fases planteadas anteriormente abarcando en su mayoría los elementos referentes al cuerpo en sí mismo y su relación con los demás entes de su espacio garantizando el aprendizaje no solo desde lo científico sino también desde lo emocional preparándose así para la realidad social contemporánea, sin dejar de lado sus intereses y creando nuevas formas de conocimiento con los saberes anterior, lo que ha adquirido recientemente y lo que logra realizar con toda esa información.

Aprendizaje basado en el pensamiento eficaz como herramienta

Metodológica

Siguiendo el hilo conductor de esta propuesta se quiere direccionar el diseño curricular por medio del aprendizaje basado en el pensamiento eficaz el cual se abordará desde el libro de El aprendizaje basado en el pensamiento de Robert J. Swartz, Arthur L. Costa, Barry K. Beyer, Rebecca Reagan y BenaKallic, desde el cual se pretende hacer una conexión de la importancia de tener un pensamiento eficaz para la vida y cómo se conecta esto con el propósito de la propuesta.

El pensamiento eficaz se refiere a la aplicación competente y estratégica de destrezas de pensamiento y hábitos de la mente productiva que nos permiten llevar a cabo actos meditados de pensamiento, como tomar decisiones, argumentar y otras acciones analíticas, creativas o críticas. Los individuos que son capaces de pensar con eficiencia pueden emplear, y de hecho emplean estas destrezas y hábitos por iniciativa propia, y son capaces de monitorizar su uso cuando les hace falta (Robert J. Swartz, 2014).

Si bien todos tienen la capacidad de pensar, no todos llegan a aprender a pensar de manera eficaz ya que este tipo de pensamiento requiere de una serie de hábitos y

destrezas que son los que van a permitir que el conocimiento que se introduzca permanezca en el estudiante, pero que además se pueda utilizar en pro de todas las acciones del pensamiento que hacen parte de una persona, por ejemplo tomando decisiones asertivas, teniendo en cuenta la experiencia de procesos anteriores, los conocimientos adquiridos y los agentes involucrados en esta decisión (el entorno en general).

Teniendo en cuenta los procesos de pensamiento de una forma más consciente, en donde también se mejora la imagen de sí mismo y la motivación para aprender, es posible generar decisiones más conscientes que además vayan guiadas hacia los intereses de cada persona y afecten de manera positiva todo aquello que los constituye. (Robert J. Swartz, 2014)

Aprender a tener un pensamiento eficaz es relevante para esta propuesta puesto que si una persona llega a crear hábitos de la mente que contribuyan a este pensamiento, podrá comunicar con claridad y precisión lo que quiere, aprenderá la forma de manejar la impulsividad a la hora de pensar y actuar, podrá crear, imaginar e innovar, aplicando los conocimientos y experiencias adquiridas del pasado a situaciones nuevas, manteniendo así una postura abierta al aprendizaje continuo y una mejora en la forma de pensar de las personas que vayan a participar en este proceso.

Adicionalmente, el pensamiento eficaz busca mejorar el conocimiento de sí mismo lo que permite saber cuáles son sus habilidades y sus debilidades y eso ligado a potenciar las expresiones motrices conlleva a ejecutar decisiones que favorezcan a la persona desde poner en práctica los hábitos de la mente la cual también es cuerpo y el darles sentido a las prácticas desde lo mencionado por Rubiela Arboleda y el aprendizaje basado en el pensamiento

Didáctica (Estilos de enseñanza de Muska Mosston)

Desde Muska Mosston se asume la didáctica que se tendrá en cuenta en este PCP. Mosston fue un educador físico preocupado por cómo se estaba llevando a cabo el proceso educativo para su época pues este se centraba en las estructuras del aprendizaje y la materia, por tal razón a partir del espectro de los estilos de enseñanza planteo una forma de garantizar y darle una intención a la enseñanza afianzando la interacción entre profesor-estudiante y el desarrollo de enseñanza-aprendizaje. Para el estudio de la acción de la enseñanza Muska creo unas categorías que se organizan en tres grupos para estructurar cada estilo, estos son:

Preimpacto, es aquella que incluye decisiones que son previas al contacto personal entre el docente-alumno. La segunda categoría es impacto, donde las decisiones son tomadas durante el desarrollo de la tarea. Y, por último, el postimpacto incluye la toma de decisiones relacionadas a la evaluación de la práctica y el feedback -o retroalimentación- del alumno. (Marcela Campano, 2019)

Una vez explicado esta toma de decisiones de la enseñanza, el estilo que se decide trabajar para este PCP dentro de los que plantea el autor, es el descubrimiento guiado puesto que se asocia con el propósito del proyecto ya que en sus características y objetivos se relaciona fomentando la formación del talento de todos y cada uno de los estudiantes, confiando en sus capacidades cognitivas, afectivas y expresivas, logrando el descubrimiento de diferentes conceptos, nociones, principios, relaciones entre entidades para conseguir el desarrollo e independencia de los estudiantes.

Ahora bien, este modelo didáctico, establece una relación entre estudiante y profesor a través de preguntas y respuestas, siendo el profesor el que orienta el aprendizaje, pero permitiendo a los estudiantes investigar, reflexionar, experimentar,

tomar decisiones y descubrir soluciones en torno a la propuesta que el profesor les presente.

Siguiendo la línea anterior, de estas relaciones didácticas que se presentan dentro de la didáctica se pueden ubicar dos roles en el acto educativo, por un lado, está el rol del profesor en el que este orienta los procesos de aprendizaje a través de preguntas en torno a un objetivo previamente establecido, creando un ambiente en el que se está presto a la atención y retroalimentación de los temas vistos para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por otro lado, está el rol del estudiante, los cuales participan en esa búsqueda de respuestas a las interrogantes que formula el profesor pudiendo reflexionar, experimentar, descubrir cosas por sí mismos para luego dar soluciones a dichas preguntas que se les plantean.

Perspectiva Disciplinar

La perspectiva disciplinar es fundamental para el desarrollo del PCP debido a que dentro de esta se encuentran las bases teóricas que hacen énfasis con relación al campo de saber de la Educación Física y una de las tendencias que se encuentra contenida en ella. La expresión corporal es una tendencia de la Educación física y se asumirá como elemento para este PCP ya que proporciona la relación individual y colectiva de las personas desde lo expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo, permitiendo así el desarrollo integral a través de las prácticas educativas.

La expresión corporal sustentará el trabajo que se pretende llevar a cabo dándole sentido y soporte a los conceptos desde los fundamentos teóricos y elementos constitutivos para la construcción de este PCP, logrando así una ejecución de lo que se quiere implementar.

Para entender mejor de qué manera se relacionan la expresión corporal y el PCP es preciso poner en conocimiento los fundamentos teóricos de la expresión corporal, los cuales el profesor Libardo Mosquera desde su texto de Las tendencias de la Educación física en relación a lo que expone Milagros Arteaga, Virginia Viciano y Julio Conde en El desarrollo de la expresión corporal, determina examinar los fundamentos teóricos recurriendo a 3 capacidades (Cognitiva, de Movimiento y Expresiva) y el papel que juegan éstas en la Educación Física para elaborar una respuesta motriz. A continuación, se presentan las 3 capacidades.

- **Capacidad Cognitiva:** Hace referencia a los estímulos que se presentan de forma externa y como mediante la interpretación y el procesamiento de este estímulo se hace una toma de decisiones que en ejecución de una acción dan una respuesta motora.
- **Capacidad de Movimiento:** Encaminado al proceso evolutivo del niño a medida que va creciendo, pues las acciones motrices van tomando mayor dificultad partiendo de la experiencia que el niño tenga en su cotidianidad.

- **Capacidad Expresiva:** Proceso que se da de forma reflexiva, consciente y que comprende al cuerpo como una totalidad, en la que los sentimientos de aceptación, la autoestima, el conocimiento corporal priman para un bienestar individual y colectivo. (Virginia Viciano Garófano, 1997) Esta capacidad tiene en cuenta 3 categorías:

1. Conocimiento Personal: Conocimiento de sí mismo,
2. Comunicación Interpersonal: Maneja la comunicación verbal y no verbal tratando de comprender el lenguaje corporal.
3. Comunicación Introyectiva: Tiene que ver con la comunicación interna que se tiene sobre sí mismo desde el contexto donde se esté. (Virginia Viciano Garófano, 1997)

Adicional a las capacidades la expresión corporal también plantea unos elementos que la constituyen, dentro de los cuales se encuentran: La conciencia Corporal, la espacialidad, la temporalidad, el ritmo.

- **Conciencia Corporal**

Componentes de la Conciencia Corporal

Aspecto	Definición
Esquema Corporal	Intuición global o conocimiento inmediato del cuerpo, en interacción con sus partes y relación con el espacio y los objetos que lo rodean. (Le Boulch, 1981)
Control y Ajuste Postural	Modo de reacción personal al estímulo constante de la gravedad. Según La pierre (1977) está condicionada por factores morfológicos, neurológicos y afectivos. Los elementos que lo engloban son: La tonicidad, la posturalidad y el equilibrio. La regulación tónica prepara, orienta y mantiene la eficacia del movimiento fijando la actitud, proyectando el gesto, manteniendo la postura y la equilibración.

	<p>Influye, además, en la manifestación de las emociones, variaciones de afectividad y estados de ánimo.</p> <p>Rigal (1987) determina varios tipos de tonos: muscular de base para la contracción muscular y postural resultado de reacciones de equilibración y mantenimiento de la actitud.</p>
Respiración	<p>Función mecánica y automática regulada por los centros respiratorios, siendo su función la asimilación del oxígeno del aire, para nutrir los tejidos y desprender el anhídrido carbónico. (Comellas&Perpinya, 1987)</p>
Lateralidad	<p>Dominio funcional de un lado del cuerpo humano sobre otro, se manifiesta con la utilización selectiva de un ojo o de un miembro determinado para realizar operaciones de precisión (Trigueros & Rivera, 1991)</p>
Sensopercepción	<p>Prácticas corporales que giran en torno a la necesidad del ser humano de abrirse a estímulos que proceden tanto de sí mismo como de su entorno. (Lleixá,1993) Se clasifican en interoceptivas, propioceptivas y exteroceptivas.</p>
Relajación	<p>Estado caracterizado por un bajo tono muscular que favorece la toma de conciencia corporal.</p> <p>Su función es ayudar en el conocimiento de las percepciones interoceptivas y propioceptivas.</p>

Tabla 1 Arteaga, Viciana, Conde 1997 p. 24-26, Desarrollo de la expresividad Corporal (Tratamiento globalizador de los contenidos de representación)

Según lo que expone Arteaga, Viciana y Conde (1997) los elementos constitutivos de la expresión Corporal están descritos como:

Espacialidad

El espacio se puede definir como el lugar donde se permite el movimiento, viene determinado por los estímulos que en él se producen, pues toda acción motriz tiene un lugar en el espacio y tiempo. La espacialidad se divide en orientación espacial entendida como la aptitud para mantener la localización del cuerpo en relación a los demás objetos, estructuración espacial que permite realizar procesos mentales que informan sobre las relaciones de percepción en cuanto a separación, orden, sucesión entre objetos, coordinación entre sí con respecto a un sistema o coordenadas de referencia y organización espacial que permite distribuir el espacio entorno a organización y estructuración espacial

Dentro de la espacialidad hay dos tipos de espacio, uno próximo que hace referencia al área que rodea el cuerpo y uno escénico general entendido como el área que la persona dispone en escena, este puede ser distante o general.

Además, el cuerpo en el espacio se puede ubicar por planos que corresponden a la dirección de los movimientos, niveles que se dividen en superior, medio y bajo y direcciones que hacen referencia a la orientación del movimiento en el espacio.

Por otro lado, existen trayectorias directas e indirectas y formaciones que corresponden a las propuestas de desarrollo de las danzas y pueden mostrarse como libres, lineales, en círculo, medio círculo, espiral, diagonal, cuadrados, etc.

Temporalidad

Se define como el orden que determina la sucesión entre los acontecimientos que se producen, unos a continuación de otros, y la duración es la media del intervalo temporal que separa los puntos de referencia. Para lograr la estructuración temporal es necesario adquirir la noción temporal y el dominio de los conceptos más significativos para orientarse en el tiempo, denominándolo orientación temporal. (Virginia Viciano Garófano, 1997)

Ritmo

El ritmo es innato en las personas y está implícito en la vida natural (en los latidos del corazón, al subir unas escaleras etc.) por tanto la comprensión de este es relevante para introducirnos en las diversas formas de expresión corporal. Según Willems (1979) “el ritmo es el acto perceptivo del tiempo, movimiento ordenado”,

Dentro de él se consideran los siguientes elementos: pulso o pulsación, compás y subdivisión.

Los elementos anteriormente mencionados dotan de herramientas a la ejecución del PCP ya que permiten trabajar el cuerpo en función de conocerlo y aprender a manejarlo, tomando herramientas tales como la concepción corporal, la percepción tiempo -espacio, el elemento del ritmo, entre otras, las cuales fortalecen las habilidades expresivas y comunicativas dando paso a realizar prácticas con pleno conocimiento de la repercusión que tienen sobre sí mismo y el entorno dando cuenta de cómo estas prácticas lo constituyen, pero también en cómo puede usarlas en favor de lo que considera mejor para sí mismo.

Educación Física

Siguiendo con el desarrollo de esta propuesta es preciso aterrizarla en la Educación Física que es el área de conocimiento desde la cual se pretende enfocar al proyecto por medio de la tendencia de la expresión corporal entendida por (Virginia Viciano Garófano, 1997) como “un proceso de exteriorización de lo más oculto de nuestra personalidad a través del cuerpo o bien como aquella técnica, que, a través del cuerpo, trata de interpretar las sensaciones y sentimientos”

Por ende, se encontró en esta tendencia la oportunidad de trabajar las expresiones motrices, ya que la expresión corporal tiene como objetivo principal el desarrollo desde lo artístico, la expresión corporal y el lenguaje dramático. Por lo tanto, se encuentran correlacionados debido a que las expresiones motrices permiten acciones corporales

como lo define Rubiela Arboleda que van encaminadas a las prácticas que se realizarán con elementos desde la danza, el teatro y la música.

Así mismo, a través de la danza, el teatro y la música, lo que se busca es integrar las diferentes culturas que se pueden encontrar en un contexto como lo son las instituciones por medio del desarrollo de las expresiones y el proceso de aprendizaje adquirido como estudiantes de la Licenciatura en Educación física en los diferentes ciclos de los semestres donde se realizaron varias prácticas en las cuales se superaron imaginarios instrumentales limitados a enseñanza técnico deportiva y de esta manera es que también surgió la oportunidad de aplicar lo aprendido en esta población, para así formar personas que tengan una comunicación asertiva, colaborativa e integral que le aporte al desarrollo de la sociedad en la que se encuentra inmersa. Siguiendo los elementos anteriormente mencionados ligados al propósito formativo el cual va enfocado a potenciar las expresiones motrices a través de la Educación física.

Capítulo 3: Diseño de implementación

Bajo la comprensión de las expresiones motrices, que hacen parte fundamental de este proyecto, a continuación, se presenta el diseño de implementación con los objetivos que se busca llevar a cabo, tomado de la mano con la expresión corporal para así aprovechar las oportunidades halladas en los distintos contextos observados.

Justificación

De la mano del propósito formativo se pretende contribuir con una estrategia didáctica de formación, donde a través del tema central se establezca una metodología que fomente la comunicación asertiva tanto de los educandos como de los educadores y desde allí se tenga en cuenta las formas de pensar, los intereses propios de cada persona, sus maneras de actuar, como se relacionan con el entorno en el que se encuentran y para el que se pretende encaminar al estudiante. Promoviendo valores que desarrollen el potencial como persona, desde el respeto, la empatía, la tolerancia hacia ellos mismos y hacia los demás, que brinden oportunidades de aprender mediante las intervenciones.

Finalmente, desde las interacciones que se den en las intervenciones generar autorreflexión de lo que se concibe como cuerpo, sus formas de expresar, de desenvolverse en una sociedad de constante cambio, pero en el que las relaciones sociales estarán presentes, por tanto, desde la propuesta y el desarrollo del PCP también se aspira al bienestar y una calidad de vida optima tal como lo plantea Amartya Sen, teniendo en cuenta la población a la que se va a intervenir.

Implementación Currículo

A lo largo de la formación como docentes se ha venido trabajando lo concerniente al currículo entendido como el conjunto de conocimientos que un estudiante debe adquirir para obtener determinado reconocimiento académico el cual es relevante para entender como planear o ejecutar contenidos que correspondan a una temática determinada y teniendo en cuenta que la definición más cercana al termino es la del Ministerio de Educación Nacional (MEN)

El currículo es el conjunto de criterios, planes de estudio, programas, metodologías, y procesos que contribuyen a la formación integral y a la construcción de la identidad cultural nacional, regional y local, incluyendo también los recursos humanos, académicos y físicos para poner en práctica las políticas y llevar a cabo el proyecto educativo institucional. (Nacional, Ministerio de Educación Nacional, 1994)

Es decir que, según la definición del Ministerio de Educación Nacional con el currículo es posible darle un orden a lo que se quiere o pretende enseñar y lo que se va a aprender. Partiendo de esto, para organizar esta propuesta se decide manejar un currículo flexible explicado a continuación por el Ministerio de Educación Nacional.

El currículo flexible es aquel que mantiene los mismos objetivos generales para todos los estudiantes, pero da diferentes oportunidades de acceder a ellos: es decir, organiza su enseñanza desde la diversidad social, cultural y estilos de aprendizaje de sus alumnos, tratando de dar a todos la oportunidad de aprender. (Nacional, Ministerio de Educación Nacional, 1994)

Teniendo en cuenta que no es un currículo rígido que exceda la carga académica y someta al estudiante a una obligatoriedad, sino que se da un acercamiento interdisciplinario desde un enfoque integral en el que el estudiante sea capaz de aprender, investigar, explorar diferentes métodos que eleven la calidad del trabajo académico y fomente el autoaprendizaje cumpliendo con los requerimientos curriculares de la educación.

De igual forma, el currículo flexible permite un diálogo social activo y participativo entre los estudiantes y los profesores, propiciando un ambiente comunicativo desde el cual se puedan generar estrategias educativas que logren tener en cuenta los intereses de los estudiantes a la hora de realizar la construcción curricular. Es así como desde las características anteriormente presentadas en este proyecto, se plantea la posibilidad tanto a

estudiantes como a docentes de construir desde la flexibilidad curricular (sin dejar a un lado los requerimientos curriculares), planes de estudio que se acomoden a las nuevas demandas educativas, sociales y en general a las modificaciones que se den en el contexto.

Así mismo, trabajar con el currículo flexible definiendo propósitos, enseñanzas, un mecanismo de evaluación, secuencias didácticas, metodología didáctica y recursos didácticas tal y como lo plantea Miguel de Zubiria, dando así la posibilidad de poder decidir que se quiere aprender, asegurando que aquello que se aprenda sea realmente útil para la vida mejorando así la calidad de esta a partir del goce de lo que se está haciendo.

Objetivo General:

Ejecutar un diseño de implementación que potencie las expresiones motrices y la expresión corporal como elementos formativos de la Educación Física, haciendo de ellas una herramienta que favorezca el conocimiento, la comunicación y el lenguaje corporal de forma individual y colectiva.

Objetivos Específicos:

- Analizar de las concepciones de cuerpo que existen en la población a intervenir.
- Crear dinámicas desde la música, la danza y el teatro reconociendo el cuerpo a través de las expresiones motrices.
- Descubrir y explorar los diferentes tipos de comunicación por medio del cuerpo
- Plantear problemas que puedan ser solucionados por los estudiantes e involucren la acción e integración del grupo.
- Fomentar la creatividad, el compañerismo y el respeto de sí mismo, de los demás y del entorno en que se esté inmerso.

Planeación general

C	Tema	Contenido	Objetivo	Nombre de la Actividad
1	Las expresiones motrices en relación con la educación Física	Relación entre las expresiones motrices y la educación física.	Reconocer el significado de expresión motriz y su relación con Educación Física.	Lectura Contextual
1	Las expresiones motrices en relación con la educación Física	Reconocer las expresiones motrices.	Diferenciar los tipos de expresiones motrices y la aplicación de cada una.	Prueba Diagnostica
2	La expresión corporal y las expresiones motrices.	Propiciar la educación del niño a través de sus intereses.	Reconocer los intereses de cada persona potenciando sus expresiones en pro de ellos.	Tipos de Expresiones Motrices/ Expresiones Motrices Artísticas
2	La expresión corporal y las expresiones motrices.	Primar la experiencia y el autoconocimiento en el aprendizaje.	Proporcionar espacios que conlleven a la adquisición de experiencias para enriquecer el aprendizaje.	Espacialidad, temporalidad / Ritmo
2	La comunicación.	Incentivar la comunicación verbal y no verbal a través de las expresiones motrices.	Diferenciar los tipos de comunicación, aprender a manejarlos y darles sentido a partir del concepto de expresión motriz	Conociéndose así mismo / Aprendiendo a utilizar mis habilidades y debilidades

2	La comunicación.	Fomentar el respeto, la empatía y la tolerancia como aporte al desarrollo de la persona.	Generar escenarios que permitan el desarrollo personal a través de situaciones que permitan poner en práctica la empatía, el respeto y la tolerancia.	Representación escénica / Presentación Final
---	------------------	--	---	---

Evaluación

Para realizar la evaluación es pertinente tener en cuenta que será realizada por elementos de hetero evaluación, coevaluación y autoevaluación, para las dos primeras a continuación, se presenta la rúbrica de evaluación, la cual se tendrá en cuenta para evaluar el proceso de forma cualitativa en la que los estudiantes puedan reconocer sus potencialidades y fortalezas ligado a la expresión, partiendo de la observación y el análisis que los docentes realicen en cada intervención.

Aspectos	Bueno	Aceptable	Regular
Axiológico	Siempre tiene disposición para la clase. Es respetuoso con su maestro y sus compañeros y pone en práctica valores como la tolerancia, y la empatía.	Casi siempre tiene disposición para la clase. Es respetuoso con su maestro y sus compañeros y pone en práctica valores como la tolerancia, el respeto y la empatía.	Pocas veces tiene disposición para la clase. No es respetuoso con su maestro ni con sus compañeros y no pone en práctica valores como la tolerancia, el respeto y la empatía.
Conceptual	Comprende todos los conceptos, sabe explicarlos en sus palabras e identifica como los aplicaría.	Reconoce algunos conceptos, sabe explicarlos en sus palabras e identifica como los aplicaría.	Reconoce pocos conceptos, sabe explicarlos en sus palabras e identifica como los aplicaría.

Procedimental	Aplica todos los conceptos aprendidos según las situaciones que se les proponen, maneja diferentes formas de expresión y comunicación con su cuerpo.	Aplica algunos conceptos aprendidos según las situaciones que se les proponen, maneja diferentes formas de expresión y comunicación con su cuerpo.	Aplica muy pocos conceptos aprendidos según las situaciones que se les proponen, se le dificulta manejar diferentes formas de expresión y comunicación con su cuerpo.
---------------	--	--	---

Para llegar a la verificación y medición de los aspectos axiológicos, conceptuales y procedimentales se logró llevar a cabo durante las clases una serie de preguntas, actividades, tareas y retroalimentaciones para poder evidenciar si realmente se había llegado a una comprensión de conceptos, la aplicación de estos y una buena disposición para las clases.

Los Aspectos Axioológicos se observan partiendo de las diferentes actividades desde el desarrollo conceptual, por ejemplo, de la expresión corporal, luego de hacer un acercamiento conceptual se trabajó un cuento donde los docentes relataban una historia y los estudiantes tenían que hacer una representación corporal de lo que acontecía en dicho cuento. Por medio de la observación se pudo evaluar la disposición y valores de los estudiantes como el respeto por el otro, la tolerancia y empatía.

Desde el aspecto conceptual, en primera instancia se le pregunta a los estudiantes que entendían por un concepto, a lo que ellos respondían con un acercamiento, un imaginario o lo que ellos creían que pudiera ser una idea partiendo de su experiencia, después los docentes hacían una explicación de estos en palabras sencillas y para darle aun más claridad se desarrolla diferentes actividades. Además de esto al finalizar las clases se les decía que definieran en una palabra como se sentían o que dijeran que tema o aprendizaje habían obtenido durante la clase.

Por último, esta el aspecto procedimental en donde a través de las actividades planteadas, los estudiantes lograron aplicar los conceptos y ponerlos en acción durante el desarrollo de las sesiones realizadas, poniendo a prueba lo aprendido por medio del cuerpo

y la comunicación que lograban impartir hacia los demás como el entendimiento entre ellos.

Planeación por sesiones

PLANEADOR DE SESIONES 1			
Propósito del período	Desarrollar una lectura contextual del colegio al que se va a intervenir.		
Tema del período	Realizar una ficha de Observación de la lectura contextual		
Propósito de la sesión	Sistematizar los resultados de la observación como instrumento de apoyo para llevar a cabo el desarrollo de las sesiones de clase		
Grado / Curso		Tipo de sesión	Clase: 1
Hora de inicio/ Finalización	2:00 pm – 4:00 pm	Fecha	abril del 2022
Materiales	Ficha de observación, papel y lápiz, formato de entrevistas		
Espacios	Colegio IED Costa Rica		
Prevenición	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad con relación al COVID mantener los procesos de desinfección		
Momentos de la sesión	Fase Inicial	1. Observación del contexto	
	Fase Central	2. Diligenciamiento de la ficha, realización de entrevista para profes y estudiante	
	Fase final	3. Evidencias del material audiovisual.	
Observaciones			

Anexo Ficha de Observación

Profesores a cargo: Juan José Florez	Institución: Colegio IED Costa Rica	Fecha:23/03/2022	
: Juliet Tatiana Madrid Ríos, Yudy Zulay Serna Porras, Ana	Hora: 12:30	Jornada:Tarde	
Observaciones			
	Componente Disciplinar	Componente Humanístico	Componente Pedagógico
		Rica: "Formamos ciudadanos con compromiso social" Modelo: Constructivista- Enfoque aprendizaje significativo Énfasis: Formación de valores personales y ciudadanos Misión: El colegio Costa Rica IED genera ambientes	
primaria, aulas múltiples, parqueadero de bicicletas, cancha Deportiva , enfoque comunitario de aprendizaje y estrategias		Modelo constructivista	Anexo Fotos Colegio:

PLANEADOR DE SESIONES 2			
Propósito del período	Relación entre las expresiones motrices y la educación Física		
Tema del período	Las expresiones Motrices en relación con la Educación Física		
Propósito de la sesión	Reconocer el significado de expresión motriz y su relación con Educación Física: Realizar una prueba diagnóstica de lo que se entiende por Educación Física e introducir ¿qué son las expresiones motrices y su relación con la Educación Física?		
Grado / Curso		Tipo de sesión	Clase: 2
Hora de inicio/ Finalización	2:00 pm – 4:00 pm	Fecha	abril del 2022
Materiales	Papel y lápiz		
Espacios			
Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad con relación al COVID mantener los procesos de desinfección		

Momentos de la sesión	Fase Inicial	1. Se les preguntará a los estudiantes si tienen alguna limitación o restricción para hacer las prácticas. 2. Se dará la presentación de estudiantes y docentes, con una actividad en donde se les preguntará qué actividad les gusta hacer.
	Fase Central	3. Por medio de un dibujo o una representación corporal los estudiantes manifestaran que entienden por Educación Física. 2. Se explicará qué son las expresiones motrices (¿por qué te gusta el fútbol?) y su relación con la Educación Física
	Fase final	Se realizará mediante un estiramiento una retroalimentación basada en el desarrollo de la sesión de clase
Observaciones y Anexos		

PLANEADOR DE SESIONES 3			
Propósito del período	Reconocer las expresiones Motrices: Cuales son las expresiones motrices		
Tema del período	Las expresiones motrices en relación con la educación Física		
Propósito de la sesión	Diferenciar los tipos de expresiones motrices y la aplicación de cada una.		
Grado / Curso		Tipo de sesión	Clase: 3
Hora de inicio/ Finalización	2:00 pm – 4:00 pm	Fecha	abril del 2022
Materiales	Balones, aros, hoja de papel.		
Espacios			

Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad en relación al COVID mantener los procesos de desinfección		
Momentos de la sesión	Fase Inicial	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se realiza un calentamiento y se pautan los ítems para la clase 2. Se comienza explicando las dos primeras expresiones motrices: de autoconocimiento y las lúdicas, para la primera tendrán que resolver en una hoja unas preguntas en torno a sus cualidades, debilidades etc. Y en las lúdicas se trabajará el juego del espejo por parejas copiando los movimientos corporales del otro. 	
	Fase Central	Se explican cuáles son las expresiones motrices deportivas y recreativas con 2 actividades, primero ponchados donde se utilizarán varios aros separados por el espacio y el balón para ejecutar la acción de ponchado (aquí se hace hincapié en la capacidad de movimiento de la expresión corporal) luego piedra papel y tijera con variante por medio de la representación corporal	
	Fase final	Por último, se trabaja con las expresiones motrices ecológicas donde los estudiantes por medio de la imaginación construirán un cuento	
Observaciones y Anexos			
PLANEADOR DE SESIONES 4			
Propósito del período	Reconocer las expresiones motrices: Expresiones artísticas		
Tema del período	Las expresiones motrices en relación con la educación Física.		
Propósito de la sesión	Diferenciar los tipos de expresiones motrices y la aplicación de cada una.		
Grado / Curso		Tipo de sesión	Clase: 4

Hora de inicio/ Finalización	2:00 pm – 4:00 pm	Fecha	abril del 2022
Materiales	Hoja de papel, esfero, cartulina hecha por los docentes		
Espacios			
Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad con relación al COVID mantener los procesos de desinfección		
Momentos de la sesión	Fase Inicial	Se aclara el significado de las expresiones artísticas	
	Fase Central	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se les pregunta a los estudiantes, ¿qué juegos recuerdan haber jugado de pequeños? 2. Juego Stop, con una hoja y esfero se dirá una letra y se comenzará a llenar las diferentes categorías dispuestas 3. Juego un limón medio limón, en circulo los estudiantes se les asignará un número y dependiendo de este se comenzará a jugar con estímulos externos que darán una respuesta 4. Juego de los contrarios, por medio de una cartulina donde se encontrarán unos patrones, los estudiantes tendrán que hacer el movimiento opuesto encontrando un ritmo musical 	
	Fase final	Se realizará mediante un estiramiento una retroalimentación basada en el desarrollo de la sesión de clase	
Observaciones y Anexos			

PLANEADOR DE SESIONES 5			
Propósito del período	Propiciar la educación del niño a través de sus intereses		
Tema del período	La expresión corporal y las expresiones motrices		
Propósito de la sesión	Reconocer los intereses de cada persona potenciando sus expresiones en pro de ellos.		
Grado / Curso		Tipo de sesión	Clase: 5
Hora de inicio/ Finalización	2:00 pm – 4:00 pm	Fecha	Marzo del 2022
Materiales	Ropa cómoda lápiz cuaderno		
Espacios	Cancha múltiple		
Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad en relación al COVID mantener los procesos de desinfección		
Momentos de la sesión	Fase Inicial	Se inicia con un calentamiento el cual consiste en realizar movilidad articular desde el tren inferior, hasta el tren superior. Realizando movimientos amplios	
	Fase Central	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hacer un sondeo de que entienden por expresión corporal. 2. Construir el concepto entre todos, fomentando la participación en cada estudiante. 3. Se trabajará uno de los elementos de la expresión corporal en torno a la espacialidad, los estudiantes tendrán que vendarse los ojos y por grupos tendrán que escuchar las instrucciones de los docentes, se les indicara que tienen que formar figuras dentro del espacio permitiendo hacer procesos mentales de estructuración espacial y la cooperación entre pares. 	
	Fase final	Retroalimentación sobre las actividades realizadas, estiramiento guiado por el docente.	

Observaciones y Anexos	
-------------------------------	--

PLANEADOR DE SESIONES 6			
Propósito del período	Propiciar la educación del niño a través de sus intereses		
Tema del período	La expresión corporal y las expresiones motrices		
Propósito de la sesión	Reconocer los intereses de cada persona potenciando sus expresiones en pro de ellos		
Grado / Curso		Tipo de sesión	Clase: 6
Hora de inicio/ Finalización	2:00 pm – 4:00 pm	Fecha	abril del 2022
Materiales	Ropa cómoda e hidratación		
Espacios	Cancha múltiple		
Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad con relación al COVID mantener los procesos de desinfección		
Momentos de la sesión	Fase Inicial	Se inicia con un calentamiento, el cual consiste en realizar movilidad articular de tren inferior a tren superior, siempre realizando movimientos amplios	
	Fase Central	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajo de ritmo, con un instrumento musical ir marcando tiempos, que indicaran que tan rápido moverse por el espacio. 2. Se realizan 3 grupos de la misma cantidad de estudiantes, en donde por medio de un sorteo se les asignara una palabra (danza, teatro, música) la cual tienen que presentar al grupo, haciendo alusión al concepto que les toco 	

	Fase final	Retroalimentación sobre las actividades realizadas y estiramiento guiado por el docente.
Observaciones y Anexos		

PLANEADOR DE SESIONES 7			
Propósito del período	Primar la experiencia y el autoconocimiento en el aprendizaje		
Tema del período	Experiencia y autoconocimiento en el aprendizaje		
Propósito de la sesión	Proporcionar espacios que conlleven a la adquisición de experiencias para enriquecer el aprendizaje		
Grado / Curso		Tipo de sesión	Clase: 7
Hora de inicio/ Finalización	2:00 pm – 4:00 pm	Fecha	abril del 2022
Materiales	Hojas blancas Lápiz o esfero Ropa cómoda		
Espacios	Cancha múltiple		
Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad con relación al COVID mantener los procesos de desinfección		
Momentos de la sesión	Fase Inicial	Se inicia con un calentamiento, el cual consiste en realizar movilidad articular desde el tren inferior, hasta el tren superior. Realizando movimientos amplios.	
	Fase Central	Se realizará una serie de actividades las cuales están sujetas a variantes dadas por los docentes, la cual consiste en realizar un círculo amplio en el que cada estudiante, tendrá una hoja y un esfero, tomará asiento y en ella plasmará su nombre y cuál cree que es su mayor talento o interés, luego se pasará la hoja hacia el lado izquierdo en donde	

		todos sus compañeros, escribirán cual creen que es el mayor talento o interés de la persona de la cual es la hoja.
	Fase final	Retroalimentación sobre las actividades realizadas, estiramiento guiado por el docente.
Observaciones y Anexos		

PLANEADOR DE SESIONES 8			
Propósito del período	Primar la experiencia y el autoconocimiento en el aprendizaje		
Tema del período	Experiencia y autoconocimiento en el aprendizaje		
Propósito de la sesión	Generar escenarios que permitan la reflexión individual y grupal.		
Grado / Curso		Tipo de sesión	Clase: 8
Hora de inicio/ Finalización	2:00 pm – 4:00 pm	Fecha	abril del 2022
Materiales	Ropa cómoda Colores Hoja blanca		
Espacios	Aula de clase		
Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad con relación al COVID mantener los procesos de desinfección		
Momentos de la sesión	Fase Inicial	Se inicia con un calentamiento, el cual consiste en realizar movilidad articular desde el tren inferior, hasta el tren superior. Realizando movimientos amplios.	
	Fase Central	Se realizará una actividad en grupo la cual, por medio de una sola palabra, los estudiantes escribirán para ellos (que experiencias les dejaron	

		las actividades, que aprendieron, que deben potenciar, que deben mejorar, etc.)
	Fase final	Retroalimentación sobre las actividades realizadas, estiramiento guiado en parejas por el docente.
Observaciones y Anexos		

PLANEADOR DE SESIONES 9			
Propósito del período	Incentivar la comunicación verbal y no verbal a través de las expresiones motrices.		
Tema del período	La comunicación y las expresiones motrices		
Propósito de la sesión	Diferenciar los tipos de comunicación, aprender a manejarlos y darles sentido a partir del concepto de expresión motriz.		
Grado / Curso	Tipo de sesión	Aprendizaje	Clase:9
Hora de inicio/ Finalización		Fecha	
Materiales	Ropa cómoda e hidratación.		
Espacios			
Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad con relación al COVID mantener los procesos de desinfección		
Momentos de la sesión	Fase Inicial	Se realizará un juego de mímica en el calentamiento para introducir a las diferencias entre la comunicación verbal y la no verbal.	
	Fase Central	<ol style="list-style-type: none"> 1. Introducir el concepto de comunicación y sus tipos. 2. A partir de un juego de puesta escénica simulando una situación escolar cotidiana usando la música que puedan producir con su cuerpo y únicamente la representación 	

		<p>bailando mostrar la relación entre comunicación y expresiones motrices (artísticas).</p> <p>3. Guiar al reconocimiento de la importancia de las expresiones motrices en función de las opciones para comunicar algo, esto mediante representaciones corporales y verbales de las emociones asignadas a cada estudiante.</p>
	Fase final	Retroalimentación sobre las actividades realizadas, estiramiento guiado por el docente.
Observaciones		

PLANEADOR DE SESIONES 10			
Propósito del período	Incentivar la comunicación verbal y no verbal a través de las expresiones motrices.		
Tema del período	La comunicación y las expresiones motrices		
Propósito de la sesión	Fomentar el respeto, la empatía y la tolerancia como aporte al desarrollo de la persona a partir de situaciones que permitan poner en práctica dichos valores.		
Grado / Curso	Tipo de sesión	Aprendizaje	Clase:10
Hora de inicio/ Finalización		Fecha	
Materiales	Ropa cómoda, elementos que le permitan generar música e hidratación.		
Espacios			
Prevención	Para seguir manteniendo los protocolos de bioseguridad con relación al COVID mantener los procesos de desinfección		

Momentos de la sesión	Fase Inicial	Se hará una actividad en donde se les indique una emoción y deberán representarla con el cuerpo sin emitir sonidos y luego deberán adivinar entre si las emociones representadas.
	Fase Central	<ol style="list-style-type: none"> 1. Utilizando diferentes ritmos musicales se montará una coreografía que represente al bailar mientras que otra persona las dice en voz alta. 2. Se pondrá una situación a cada grupo en donde tendrán que dramatizar usando los elementos vistos en sesiones anteriores, resaltando siempre la emoción dada independiente de la situación y el dialogo usado de la dramatización. 3. Dialogo sobre como mi cuerpo muestra las emociones, aunque no use palabras y como estas pueden o no concordar.
	Fase final	Retroalimentación sobre las actividades realizadas, estiramiento guiado por el docente.
Observaciones		

Capítulo 4: Ejecución Piloto

La ejecución piloto se realizó en el colegio IED Costa Rica que es una institución de carácter distrital, con niveles de educación preescolar, básica primaria, básica secundaria, educación media, primaria para adultos, secundaria para adultos, educación media para adultos y programas de educación para adultos. El colegio maneja 3 jornadas (mañana, tarde y nocturna).

Lema Colegio IED Costa Rica: “Formamos ciudadanos con compromiso social”

Modelo: Constructivista- Enfoque aprendizaje significativo

Énfasis: Formación de valores personales y ciudadanos

Misión: El colegio Costa Rica IED genera ambientes de aprendizaje y estrategias de formación para propiciar en los estudiantes de la institución, la construcción de su proyecto de vida, mediante la práctica de los valores y principios humanos, fortaleciendo el pensamiento crítico-creativo, el desarrollo de las dimensiones y competencias: ciudadanas, científicas, matemáticas, comunicativas, artísticas, y laborales generales, de manera que sean multiplicadores de la responsabilidad social.

Visión: El colegio Costa Rica Institución educativa Distrital será reconocido por la comunidad como una institución líder en la formación con calidad, de ciudadanos competentes y éticamente preparados para asumir con autonomía su desempeño social, laboral y/o profesional.

Desde este punto de vista se encuentra una conexión entre lo que plantea el PCP con la misión y visión institucional del Colegio IED Costa Rica puesto que atiende a fortalecer aquellas competencias ciudadanas claves para el desempeño social como lo son las comunicativas, artísticas y la formación de diferentes valores y principios humanos.

Caracterización de la Población

La población con la cual se realizaron las clases de este PCP, correspondió a estudiantes del colegio IED Costa Rica que cursan grado sexto y séptimo (VAE 2) con 24 estudiantes y otro grupo octavo-noveno (VAE 3) con 21 estudiantes; cabe aclarar que este grupos de jóvenes están dentro de un proyecto de aceleración que ofrece el colegio, el cual se llama volver a la escuela, por tanto son jóvenes que algunos para su edad deberían estar cursando un grado superior, sin embargo, el colegio les brinda la posibilidad de reinsertarse y volver a seguir con sus estudios para culminarlos, por tanto son estudiantes con edades que oscilan entre los 13 a 18 años de edad .

Desarrollo de las Clases:

Dado que a comienzos del año 2020 surge el famoso virus coronavirus (COVID 19) aun para el año lectivo 2022 y para la implementación del PCP se mantienen protocolos de seguridad dentro del colegio como el uso del tapabocas y el lavado de manos. A pesar de esta problemática se pudieron realizar las clases presenciales tanto en espacios por fuera del aula (Patio Central colegio, cancha de fútbol) como dentro de los salones.

Los encuentros se desarrollaron en un rango de 6 semanas, se acudió al colegio 3 días a la semana, lunes, martes y miércoles. En la implementación se tuvo la oportunidad de contar con la guía del profesor de Educación Física Juan José Flórez quien posibilito espacios de su clase para poder así realizar la implementación.

Capítulo 5: Análisis de la experiencia

Teniendo en cuenta que el ser humano que se pretende formar para esta propuesta es un ser autodeterminado, capaz de tomar decisiones consientes y que a partir del adecuado manejo de las formas de comunicación y expresión que su cuerpo posibilita, se contribuya al fortalecimiento de sus habilidades de pensamiento , poniendo al docente como guía para llevar a cabo este proceso de construcción del conocimiento desde el área de la Educación Física para la aplicación en todos los posibles escenarios de vida presentes en la población intervenida .

Todo esto tomando elementos de la expresión corporal y el concepto de expresiones motrices como base para abarcar todo lo anteriormente mencionado desde el potenciamiento de dichas expresiones y tomando el sentido de las mismas como un elemento que constituye a la persona y hace parte vital de su desarrollo como ser humano. En consecuencia, luego de presentar los componentes de las diferentes perspectivas y de dar paso al diseño de implementación, se puede ubicar dentro de la ejecución piloto un análisis de la experiencia donde se expondrá a plenitud los elementos mencionados.

Desde la realización de las prácticas, primero se realizó una observación de la población e Institución donde se pudo evidenciar dentro de los estudiantes diferentes gustos en cuanto a su forma de expresarse, vestirse, puesto que, aunque usaban el mismo uniforme cada uno lo portaba de forma distinta, también se logró observar las clases de Educación Física que iban más ligadas a la preparación Físico Deportivas. En cuanto a la infraestructura pese a ser un colegio que tiene buen espacio pues cuentan con 4 canchas, la cantidad de estudiantes es mucho mayor por tanto a veces se prestaban aglomeraciones dificultando el adecuado uso de los espacios y la equidad del uso de los mismos.

Por otro lado, el Colegio IED Costa Rica nos brindó la oportunidad de trabajar con adolescentes de un proyecto formativo llamado “volver a la escuela”, dicho proyecto cuenta con estudiantes que para su edad deberían estar en un curso más adelantado o que ya se debieron haber graduado, sin embargo, por sus diferentes historias de vida (consumidores de droga, expendedores de droga, trabajo sexual, pandilleros, etc.) están en ese proceso académico para culminar sus estudios. Como se menciona anteriormente se trabajó con 2 grupos (VAE 2 y VAE 3) donde se pudo vincular la intencionalidad de la propuesta en espacios académicos de Educación Física, danzas y tecnología para la intervención.

A lo largo de las sesiones implementadas y considerando las 3 unidades didácticas bases de la propuesta se tuvieron que realizar distintas variaciones en las actividades propuestas debido a que en los distintos grupos de trabajo y teniendo en cuenta los intereses de los estudiantes, ambos cursos presentaban distintos gustos y diferentes disposiciones en una misma actividad por tanto se tuvo que adaptar algunas de ellas.

También se evidencio dentro de las sesiones la importancia de trabajar y reforzar la comunicación y expresión como ejes transformadores de relaciones sociales asertivas para la construcción de conocimiento del cuerpo y de valores humanos.

Por otra parte, y tomando en consideración el rol del maestro a través de la experiencia vivida se reconoce la ardua labor de los docentes pues son un espejo para los estudiantes, desde la forma de hablar, vestir, actuar y pensar. A partir del rol del estudiante se pudo observar desde el estudiante más callado y tímido, hasta el más eufórico y extrovertido, todas estas observaciones fueron guiando el rol docente generando estrategias, las cuales brindarían una facilidad para el desarrollo de las sesiones y así mismo, de los estudiantes.

Por medio del estilo de enseñanza planteado para el desarrollo de las sesiones, el triángulo humano y el modelo del hexágono se permitió desde el trabajo realizado por cada uno de los estudiantes, observar y orientar el proceso sobre la guía de cada uno de ellos, haciendo énfasis en cómo por medio de sus gustos e intereses, se fue dando la participación, dejando de lado el temor a la burla, el intercambio de ideas, la integración de palabras y conceptos como (expresión, espacialidad, ritmo, entre otros) y la manera en cómo se expresaban por medio de palabras, acciones, gestos y sentimientos.

Así pues, se logró como grupo de trabajo, por medio de las actividades realizadas que los estudiantes mejoraran adquiriendo nuevos conocimientos, dejando atrás algunos miedos y dándose la posibilidad de preguntar, indagar, cuestionar y así mismo de dar respuestas correctas o erróneas sin temor a equivocarse. En ese proceso como docentes fue fundamental el felicitar cada acierto o esfuerzo que veíamos reflejado en los estudiantes, creando espacios de confianza y motivación en cada uno de ellos. Por otra parte, nuestro gran reto desde un principio fue pensar en cómo por medio de las actividades, lograríamos que dicha población de estudiantes tuviera claridad del tema que se desarrollaría y como por medio de la expresión lograríamos crear espacios de comunicación, resolución de problemas, potenciar valores, crear una unión del grupo, la interacción consigo mismo, con el otro y con el entorno.

Todo esto, llevó a entender cómo por medio de la Educación Física se puede influir en la vida de los estudiantes y como gracias a las prácticas, se encontraron otras realidades, historias y vivencias que permearán nuestra cercana labor docente, en conjunto también se llegó a unos resultados tentativos vistos primeramente desde el propósito formativo con el cual a través de las practicas se pudo lograr a partir de la comparación entre preguntas sobre los conceptos que se hacían previos a la sesión y las respuestas posteriores a la explicación del tema que fueron puestas en práctica por medio de las actividades propuestas ayudando a la comprensión de los términos y al uso de ellos, en cuanto a la participación se logró que los estudiantes fueran más receptivos frente a las actividades realizadas y los temas vistos durante las sesiones de clase.

Sin embargo, aunque se presentó la disposición de trabajo en algunos de los estudiantes es posible que hacer una variación de las actividades permita que la población intervenida disfrute y adopte los contenidos de mejor manera y así mismo los ponga en práctica, entendiendo que, aunque la propuesta fue efectiva nos hace falta mayor seducción para poder llegar a todo tipo de población sin importar el reto que esta suponga.

Desde el punto de vista de la perspectiva Humanística fue posible evidenciar la toma de decisiones puesto que, aunque al comienzo de las intervenciones los estudiantes no eran tan propositivos, a lo largo de estas fueron mejorando sus habilidades comunicativas llegando al punto en que los estudiantes por medio de sus gustos e intereses proponían se les trabajara otras actividades en relación a lo que se planteó para la sesión. Así mismo, también se pudo observar durante las sesiones la capacidad de algunos estudiantes de desarrollar un criterio propio para tomar decisiones respecto a las clases, un ejemplo de ello fue cuando en una clase un estudiante manifestó que no quería hacer una actividad porque no le gustaba y no quería realizarla. Frente a lo anteriormente mencionado también se hace la relación desde lo expuesto por Amartya Sen pues es la educación la que permite llegar a la “libertad Humana” como esa razón de poder escoger la vida que se desee, así mismo, esto no sería posible sin antes entender que el cuerpo es la base de todas las experiencias humanas que se llegan a tener como lo plantea Zandra Pedraza.

Seguidamente y comprendiendo que todas las acciones del cuerpo están ligadas al cuerpo en sí y tienen un sentido viendo a este como una totalidad, se presenta la perspectiva

disciplinar donde a través de los diferentes fundamentos teóricos de la expresión corporal y por medio de las actividades realizadas durante las sesiones de clase se vio reflejado el aprendizaje de elementos como la espacialidad, temporalidad y ritmo llegando a una conciencia corporal donde el cuerpo fue mediador a través de la comunicación verbal y no verbal, además del uso de este como instrumento para formar bases rítmicas y movimientos coordinados.

Continuando esta línea, desde el proceso de enseñanza-aprendizaje se abarco el Modelo de la Pedagogía conceptual propuesto por el autor Miguel de Zubiria el cual plantea 2 postulados, el primero es el triángulo humano que fue base para trabajar las diferentes fases durante de las sesiones de clase, logrando que los estudiantes aprendieran, comprendieran y aplicaran los conocimientos adquiridos para su vida diaria.

El segundo postulado que lleva como nombre Modelo del Hexágono contiene 6 componentes que también formaron parte del proceso para construir las sesiones, facilitando el desarrollo de las mismas y dando un orden para la construcción de las planeaciones de clase; dentro de estos elementos se encuentra la evaluación, que fue fundamental para reconocer potencialidades y fortalezas de la población intervenida a través del análisis y observación que se realizaron en la implementación en donde a partir de un concepto previamente dado, la realización de una actividad para integrarlo y a su vez las respuestas frente a esta, permitieron evidenciar de qué manera había una reconstrucción sobre el concepto previo del término, permitiendo formar diferentes perspectivas y aplicación del mismo .

De acuerdo con los objetivos planteados para esta propuesta se obtuvo una ejecución positiva referente al diseño de implementación puesto que se pudo crear diferentes dinámicas dentro de la danza, la música y el teatro para llegar a reconocer, descubrir, y analizar el cuerpo a través de la comunicación, interacción y creación de escenarios para la concreción de estos.

Por último, el proyecto se considera viable ya que por medio de las intervenciones realizadas al Colegio IED Costa Rica pudimos evidenciar una mejora en cuanto a las herramientas comunicativas, de expresión y conocimiento del cuerpo, rompiendo paradigmas y cambiando imaginarios sociales demostrando que la EF va más allá de la formación del

cuerpo físico y que el por el contrario lo abarca en su totalidad sin desligar las áreas que lo componen, brindándole elementos para enfrentar situaciones cotidianas acerca de si en relación con los demás y con su entorno. También cabe aclarar que, aunque la propuesta es viable se podría desarrollar contando con un tiempo mayor para su ejecución lo cual permitiría observar con más detalle el proceso de construcción de conceptos y el aprehendimiento de los mismos, además de las posibles adaptaciones que se puedan llevar a cabo de las sesiones para mejorar las intervenciones.

Referencias

- Álvarez, D. S. (2019). Educación Física con voluntad a través de las expresiones motrices . *Universidad Pedagógica Nacional*, 157.
- Angarita, M. J. (2014). La Teoría de las Capacidades de Amartya Sen. *EDETANIA* 46.
- Arboleda, R. (04 de 2008). *Efdeportes*. Obtenido de Efdeportes:
<https://www.efdeportes.com/efd119/las-expresiones-motrices.htm>
- Atienza, C. M. (2015). Martha C. Nussbaum – Otro Enfoque para la Defensa del Ser Humano y de los Derechos de las Mujeres. *Revista sequencia* 70.

- Duarte, E. D. (2007). *Modelos Pedagógicos* . Obtenido de Modelos Pedagógicos :
<http://www.modelopedagogicos.sitew.org/>
- Formichella, S. L.–M. (2006). El concepto de desarrollo de Sen y su vinculación con la educación. *Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 17.
- Gardey, J. P. (2019). *Definición.de*. Obtenido de Definición.de:
<https://definicion.de/autodeterminacion/>
- Gil, J. R. (01 de 11 de 2019). *El hombre segun Platón*. Obtenido de El hombre segun Platón: <https://www.aboutespanol.com/el-hombre-segun-platon-3969685>
- Hernández, K. N.-S. (2020). Las expresiones motrices en perspectiva crítica: saberes y experiencias en clave de los elementos constitutivos de la corporeidad . *Universidad Pedagógica Nacional*, 197.
- Humano, I. N. (2015-2016). *Informe Nacional de Desarrollo Humano*. Obtenido de Informe Nacional de Desarrollo Humano: <http://desarrollohumano.org.gt/desarrollohumano/concepto/#:~:text=El%20Desarrollo%20Humano%20es%20un,con%20sus%20necesidades%20e%20intereses.>
- Ibarra, R. P. (2008). La Concepción de Ser Humano en Pablo Freire. *Revista Educare Vol. XII, N° 1*, 47-55.
- Marcela Campano, D. A. (2019). Estrategias de enseñanza en la Educación Física Mosston, el espectro y los estilos de enseñanza. *13o Congreso Argentino y 8o Latinoamericano de Educación Física y Ciencias*.
- Morin, E. (1996). *Monografías*. Obtenido de Monografías:
<https://www.monografias.com/trabajos107/sociologia-y-complejidad-obra-edgar-morin/sociologia-y-complejidad-obra-edgar-morin/#:~:text=Para%20Morin%20la%20sociedad%20es,un%20concepto%20recursivo%20y%20din%C3%A1mico.>

Nacional, M. d. (08 de 02 de 1994). *Ley 115 de Febrero 8 de 1994-MEN*. Obtenido de Ley 115 de Febrero 8 de 1994-MEN: https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

nacional, M. d. (1994). *Ministerio de educación nacional*. Obtenido de Ministerio de educación nacional: <https://www.mineduccion.gov.co/1621/article-82793.html#:~:text=Un%20curr%C3%ADculo%20flexible%20es%20aquel,todos%20la%20oportunidad%20de%20aprender.>

Nacional, M. d. (1994). *Ministerio de Educación Nacional*. Obtenido de Ministerio de Educación Nacional: <https://www.mineduccion.gov.co/1621/article-79413.html#:~:text=Curr%C3%ADculo%20es%20el%20conjunto%20de,las%20po1%C3%ADticas%20y%20llevar%20a>

Nacional, M. d. (2000). *Serie Lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte* . Obtenido de Serie Lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte : https://www.mineduccion.gov.co/1780/articles-339975_recurso_10.pdf

Nacional, M. d. (2010). Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. *Ministerio de Educación Nacional*.

Podesta, P. (2006). UN ACERCAMIENTO AL CONCEPTO DE CULTURA. *Journal of Economics, Finance and Administrative Science, vol. 11*.

Posada, E. C.-G.-P.-G.-Á.-C. (2003). Las expresiones motrices como alternativa para la. *Educación Física y Deporte Volumen 22, 11*.

Restrepo, C. A. (2017). La vida que somos: conversación con Zandra Pedraza. *Nómadas (Col), núm. 46*.

Robert J. Swartz, A. L. (2014). *El aprendizaje basado en el pensamiento* .

Rocha, L. H. (10 de 04 de 2004). La idea del hombre en la filosofía cartesiana. *Revista Unam*. Obtenido de La idea del hombre en la filosofía cartesiana .

- Rubiela Arboleda, A. M. (2011). Sobre cuerpo y... ¿Educación Física? ¿Educación Corporal? ¿Expresiones Motrices? *Educación Física y Ciencia*.
- Ruiz Carrillo, E., & Estrevel Rivera, L. B. (2010). Vigotsky: la escuela y la subjetividad. *Pensamiento Psicológico, Volumen 8, No. 15*.
- Samper, M. d. (2009). PEDAGOGÍA CONCEPTUAL Un modelo pedagógico para formar seres humanos afectivamente competentes y creativamente talentosos.
- Vega, M. d. (2009). Enfoques Teóricos sobre la Expresión Corporal como medio . *Horiz. Pedagógico. Volumen 11. N, 14*.
- Virginia Viciano Garófano, J. C. (1997). *Desarrollo de la expresividad corporal*. INDE.
- Yorley Beatriz Sánchez, M. A. (2018). La noción de cuerpo desde la clase de educación física. Manifestaciones sociales. *revista de investigación, administración e ingeniería. Volumen 6,*.