

**EXPERIENCIANDO LA FORMACIÓN COMUNITARIA SOBRE LA BICI: UNA
APUESTA HACIA EL “SER CUERPO”**

AUTORES:

Esteban David Díaz Saavedra

Natalia Salgado Peña

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA
PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR
BOGOTÁ D.C**

2022

**EXPERENCIANDO LA FORMACIÓN COMUNITARIA SOBRE LA BICI: UNA
APUESTA HACIA EL “SER CUERPO”**

PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR

Esteban David Díaz Saavedra

Natalia Salgado Peña

TUTOR: Efraín Serna Caldas

sernapedagogica.edu.co

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

BOGOTÁ D.C

2022

AGRADECIMIENTOS

Queremos brindar un profundo agradecimiento a nuestro docente y tutor Efraín Serna Caldas, quien desde el inicio confió en cada uno de los procesos, aprendizajes y experiencias en pro de llegar a más comunidades y en seguir construyendo este maravilloso proyecto. Nuestros agradecimientos a las personas que fueron participes del proyecto y quienes nos brindaron un voto de confianza, parte de su tiempo y sobre todo generar en sus vidas nuevas experiencias, a los docentes, compañeros y amigos por compartirnos sus saberes y aportar a nuestras vidas como futuros profesionales.

Gracias a los amigos del pedal, al grupo rebeldes del ciclismo y a José Bello por abrirnos sus puertas y su corazón, por creer en nuestros ideales y aportar a los mismos.

DEDICATORIA

Este proyecto está dedicado a nuestros padres, madres, hermanos y familiares. Gracias por su paciencia, amor, apoyo y esfuerzo durante todo este proceso y camino profesional, que nos van a permitir cumplir con nuestras metas y llegar a ser grandes personas.

A mis abuelos Humberto Díaz y Cruz Ana Cepeda que con su sabiduría, amor y compromiso velaron por mí en todo momento, a Lorena Muñoz por ser la razón por la cual estudie esta bella carrera, a Luis Suaza que me apoyo y dio ánimos para superarme y a Douglas Rodríguez por mostrarme la vida de otra manera.

A mi pareja Sebastián Alonso Guzmán por impulsarme a creer en mí misma y darme cuenta que esta profesión la amaría y llegaría a ser una de las mejores decisiones para mi vida profesional, por no tenerle miedo a las dificultades y estar en cada una de mis grandes metas.

TABLA DE CONTENIDO

Diferentes apreciaciones sobre el cuerpo	9
La pedagogía utilizada sobre los cuerpos	10
Cuerpo en el contexto colombiano	12
La era postmoderna	13
Sobre las vivencias y experiencias	15
La bicicleta como sinónimo de resistencia	16
Sobre los referentes	18
El aporte legal	19
Experienciando la formación comunitaria sobre la bici	20
Lo formativo	20
Ser Cuerpo	22
Lo comunitario	25
Sobre la bici	27
Experiencia corporal	28
Construyendo currículo	32
Aprendizaje por retos	33
Evaluación	33
La regulación y autorregulación	34
El territorio	36
La historia de vida como metodo de recolección de información	37
Los integrantes de EFC sobre la bici	38
Los momentos experienciales	39
Componiendo experiencias	40
Re-significar ser	40
Reconociendo y reconociéndome	41
Explorando y explorándome	41
El sentido del taller	42
Los ambientes de aprendizaje	42
Sobre lo realizado	44
Sobre la labor docente	46
Conclusiones	48
REFERENCIAS	50
ANEXOS	53

TABLA DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Tomado de Cuerpo Cultura y Educación de Jordi Planella	10
Ilustración 2 Contraposiciones del cuerpo. Fuente propia.	21
Ilustración 3 Esquema relaciones teóricas. Fuente propia	28
Ilustración 4 Fundamento experiencia corporal. Fuente propia.	29
Ilustración 5 Dimensiones experiencia corporal. Fuente propia.	31
Ilustración 6 . Grafica forma del diseño curricular. Fuente propia.	32
Ilustración 7 Diario de campo. Fuente propia.	36
Ilustración 8 Fotos parque Ambiental Cantarrana. Fuente propia.	37
Ilustración 9 Grafica macroestructura curricular. Fuente propia.	40
Ilustración 10 Ejemplo esquema planeaciones ambientes de aprendizaje. Fuente propia.	43

Como estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional de la Licenciatura en Educación Física, como seres activos del mundo y permeados por la cultura de la bicicleta, como personas que habitamos en barrios populares, algunos marginados, escondidos o rechazados; presentamos al lector nuestro proyecto de vida; el proyecto curricular particular, que se piensa y cuestiona por los **cuerpos**, por la forma en que la **sociedad** los viene reconociendo: **objetos**, **maquinas**, reducidos a la individualización, e incluso **objetivados**, olvidando el **cuerpo que vive**, el **cuerpo que expresa**, el **cuerpo que experimenta**. Sera allí donde nuestro trabajo como docentes en formación de Educación Física asumiremos la labor de **re-pensar**, **re-conocer el cuerpo**, en tanto “**ser cuerpo**” y más aún cuando es vital reflexionar y sobre el actuar de la vida, **vida que se encuentra en tribulación**.

La postmodernidad ha ocasionado que el ser humano se convierta en el máximo destructor de su propia existencia y de la naturaleza. Por lo anterior, se propone un proyecto desde la Educación Física apoyado de las lógicas del **uso de la bicicleta como un estilo de vida** encaminado al “**ser cuerpo**” y orientado desde la visión del **Vivir Bien**, desde el trabajo **comunitario**, apoyados en todo momento en la **colectividad**; es posible pensarse un proyecto que visiona y reivindique la **común-unidad**.

Para la comprensión de la sociedad de hoy, es vital hacer un breve recorrido por la historia de la humanidad, donde se enfatiza la importancia de la evolución, así, se definen etapas que denotan la **cultura**, la **economía**, la **sociedad** y la **política**, sucesos que revolucionaron el pensamiento de la época. En este caso lo que nos interesa es elaborar un barrido desde la **modernidad** hasta la **edad contemporánea** para intentar comprender el porqué de los imaginarios del cuerpo en el presente.

¿Por qué hablar de modernidad?

La modernidad dentro de sus múltiples concepciones se comprende como un periodo histórico desde una perspectiva europea, que corresponden a hitos que marcaron a la Europa de ese tiempo. Esta perspectiva eurocéntrica se hace especialmente evidente en el paso de la Edad Antigua a la Edad Media que carece de significado para las civilizaciones orientales, africanas o mesoamericanas, sin embargo, hablar de modernidad, nos sirve de referente para introducirnos en el **ideal de hombre** que surgió a partir de allí.

La modernidad trae consigo unos cambios significativos y enormes para el ser humano y su contexto habitual, ya que su accionar es pensado en el **bienestar** y mejora en la **condición de vida**. La Modernidad puede entenderse como la creación de una nueva forma de vivir y gozar la vida, que se inicia en Europa, aproximadamente en el siglo XV, tras la experiencia desquiciante de la peste negra, en la que mueren absurdamente tanto justos como pecadores, sin conocerse causa alguna razonable. (pág. 55)

Se reconoce como una forma de vida nueva que se va desplegando en muchos países, donde su principal fuente era la agricultura, pero, con la modernidad y el pasar de los años “durante los siglos XIX y XX fábricas de tejidos y de maquinaria, medios de transporte - ferrocarriles y automotores- e industrias alimentarias y toda una filosofía del progreso positivo” (William Daros, 2015, pág. 55) dan cuenta de los cambios que permiten una nueva concepción de avances significativos como lo es la **industrialización** que hoy en día vislumbra las nuevas tecnologías.

Ya con la visión que se tenía “...se generó una nueva forma de vida: la moderna. Ésta demolió antiguas sociedades y creó una **sociedad totalmente nueva**, no ya agrícola, sino industrial” (William Daros, 2015, pág. 56) dejando a un lado el medio natural como proveedor de necesidades principales del ser humano para su subsistencia, ahora a **adquirir bienes, servicios y formación técnica**.

Todos y cada uno de los procesos sociales, culturales e incluso familiares sufrieron avances importantes por la generación de una producción masiva, que a su vez los va llevando al mundo del **consumo** propiciando una “**industria humana**” (William Daros, 2015, pág.57) y cambiando los usos del cuerpo.

Hablamos de modernidad porque a partir de allí suscitan paradigmas e imaginarios sobre el cuerpo, con los avances científicos, la caída de la iglesia y la apertura a un nuevo mundo, surgirán **visiones del cuerpo** y aportes desarrollados por diferentes disciplinas del saber que direccionarán a un ideal de ser humano en Europa.

Esto se vislumbra a partir del siglo XVII donde Flores y Villalobos (2006) afirman que surge a partir:

De un nuevo mundo basado en los principios de libertad, igualdad y justicia, lo cual implicó, ante el antiguo régimen, actualizar la vida social, política y económica a las posibilidades técnicas sociales y culturales, además de elaborar un concepto – occidental– de hombre universal. (p.1)

Se tiene pues a un hombre sin contenido ideológico o espiritual que pueda regirse “civilizadamente” como lo dice Hobbes: “es un ser solo, individualizado, salvaje en estado natural y que se rige por los meros instintos salvajes¹” (p.4)

Comprendiendo entonces que, el uso de la **razón** permite una **nueva concepción del mundo** para así lograr alcanzar el progreso del sujeto siempre en pro de su felicidad, donde **la moral y la cultura le acompaña ahora en la civilización con la finalidad de obtener libertad e igualdad.**

“La visión optimista del accionar del hombre en el mundo, lo que generó una confianza en el hombre, desprecio del pasado y apuesta por el futuro con aprecio por la sensación de poder y por la novedad (idea del progreso -social, moral, material- indefinido y creciente” (William Daros, 2015, pág.57)

Entendiendo que cada cambio que realiza el sujeto, y su accionar en el mundo, configura a éste en sus múltiples dimensiones, enriqueciendo o, en cierta medida, limitando su representación corporal como simples actos de bienestar para sí mismo.

¹ Para Hobbes el estado de salvajismo es definido como un estado de naturaleza donde el hombre es capaz de destruirse a sí mismo.

Diferentes apreciaciones sobre el cuerpo

Con lo anterior, **la modernidad traía consigo un desarrollo en términos políticos, económicos y sociales, que darían paso a un nuevo ideal o concepto de cuerpo**, donde, no todo fue un paso positivo, ya que, con la presencia de “la industrialización, el desarrollo de los medios masivos de comunicación, el surgimiento de la clase empresarial, la burocratización, la secularización y la producción en masa, entre otras cosas” (Flores, Villalobos, 2006, p.1) **llevaron al ser humano al acceso del mercado para su bienestar individual, mayor consumo**, y allí el cuerpo se ve envuelto en la necesidad de satisfacer sus “**nuevas necesidades**” ocasionando el cambio de su libertad por el consumo.

Con el transcurso de la modernidad y su avance histórico, el cuerpo se ve permeado por múltiples factores sociales, culturales o de contexto que lo llevan a la búsqueda de la aceptación colectiva como **ser único e individual**, buscando siempre su propio **bienestar, el cuidado de su apariencia**, entre otros, pero sobre todo donde según Le Breton:

“El cuerpo es objeto de un mercado floreciente que se desarrolló durante estos últimos años alrededor de los cosméticos, de los cuidados estéticos, de los gimnasios, de los tratamientos para adelgazar, del mantenimiento de la forma, de la preocupación por sentirse bien o del desarrollo de terapias corporales” (pág. 217)

Esto genera que el **cuerpo** se vea **fragmentado**, ya que se exterioriza al hombre sobre su propio cuerpo, además que “la modernidad ha ocultado las dimensiones pulsionales del cuerpo humano que se ha visto envuelto en la lógica de la instrumentalización racional” (Planella, Cuerpo, Cultura y Educación, 2020, pág. 18)

● Körper y Leib

Planella en su libro “Cuerpo, cultura y educación” hace alusión a dos conceptos que se tienen sobre el cuerpo y las grandes diferencias que allí suscitan:

Körper hace referencia al **cuerpo objeto** o **cuerpo físico**, donde **se tiene en cuenta su dimensión biológica**, donde encontramos varios sinónimos que ayudan a identificar mejor esta concepción; **cuerpo máquina, cuerpo dócil, cuerpo soldado**.

También, Planella plantea la concepción de Leib a partir de Manzano quien lo define como un “**cuerpo-sujeto-intencional**” (p.47) este cuerpo nos sitúa en la órbita de **lo subjetivo, sensible, vivencial y experimental**, se habla de un **cuerpo sujeto** o **cuerpo simbólico**.

Contraposición entre Körper y Leib

KÖRPER	LEIB
<ul style="list-style-type: none"> ● Cuerpo entendido como objeto analíticamente definible, pasivo receptor de las acciones de los otros sobre el mismo. Se concibe como un acto concluso y cerrado sin posibilidades de ser transformado ni variado (Isidori, 2002) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Hace referencia a la dimensión existencial, subjetiva y relacional del ser humano en tanto substancia corpórea viva, inconclusa e indeterminada que se puede transformar y modificar (Isidori, 2002)
<ul style="list-style-type: none"> ● Podemos considerarlo como un organismo físico (Merleau-Ponty, 1945) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Se trata de un organismo fenoménico (Merleau-Ponty, 1945)
<ul style="list-style-type: none"> ● Cuerpo objeto que equivale a la <i>res extensa</i> cartesiana, es manipulable por los demás (Fullat, 1989) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Cuerpo-propio que constituye la modalidad de mi existir (Fullat, 1989)

Ilustración 1. Tomado de Cuerpo Cultura y Educación de Jordi Planella

La pedagogía utilizada sobre los cuerpos

Jordi Planella en el libro “cuerpo cultura y educación” propone un apartado llamado “higienización y control pedagógico de los cuerpos educandos” donde analiza e interpreta los principales **modelos corporales**; a continuación, haremos un recorrido por las visiones de cuerpo que allí suscitan y como es utilizado a forma de **instrumento político desde los discursos pedagógicos**.

Para Planella en los estados totalitarios la **pedagogía** será una de las principales **armas para poder llevar a cabo su proyecto político**, tanto para **crear ciudadanos** de acuerdo con el régimen “las políticas totalitarias del cuerpo defienden diferentes concepciones de la cuestión corporal” donde el **cuerpo pertenece al estado y no al sujeto**, lo que se traduce en que el estado es el que determina que se espera de los cuerpos de sus ciudadanos.” Los cuerpos son cuerpos predeterminados que configuran la totalidad del engranaje social (..) **No existe la posibilidad de construir el cuerpo propio más allá de lo que ya está diseñado, programado y pensado**” (p.179).

La pedagogía totalitaria consistía en formar los cuerpos de los educandos siguiendo ideas desarrolladas por la paideia griega, en donde se estimulaba y valoraba a los **cuerpos fuertes y esbeltos**. Así, lo que se busca es educar a los cuerpos para poder ejercer el control necesario sobre ellos, desde allí se va a propender la **educación física de los sujetos, con el objetivo de fortalecer sus cuerpos y convertirlos en seres superiores**.

Dentro de esta formación del cuerpo militar, es importante resaltar la clara **diferenciación que se daba entre los cuerpos de las niñas y los niños**; Redondo (1931) dice que “la coeducación o emparejamiento escolar es un crimen ministerial contra las mujeres decentes (..) un delito contra la salud del pueblo” es así que la formación se llevaba a cabo de forma diferencial donde los cuerpos de las niñas eran formados para tener cuerpos sanos, vigorosos, disciplinados, que estén preparados para asumir el rol maternal, mientras los niños tendrían una formación militar, donde la disciplina corporal, fortaleza física y resistencia serán el epicentro pedagógico.

La **pedagogía correctiva** nacida en la evolución de **las ciencias biomédicas** se enmarca en la contribución al discurso de control y **corrección corporal, con la colaboración de numerosos médicos, biólogos, pedagogos, monitores de actividades deportivas, que iban tras la búsqueda de producir cuerpos “correctos”** (p.189) La pedagogía correctiva está más cerca de una **pedagogía arquitectónica del cuerpo que no da una visión humanística e integral del sujeto**.

Siguiendo a Brohm, la pedagogía correctiva se sitúa entre 1940 y 1948, en Francia donde según el autor la pedagogía se obsesiona por el enderezamiento de la raza, “...será así como se procurará que la corporeidad francesa sea cercana a la visión de los cuerpos arios. Cuerpos esbeltos, fuertes, con capacidades de resistencia, trabajo y producción para su país” (Planella, 2020, p. 190)

Cuerpo en el contexto colombiano

Cuando hablamos del cuerpo en Colombia referimos a una **tradicción ocultista, católica**, que hacía **inconcebible el hecho de hablar del cuerpo hasta mediados del siglo XIX**. A partir de allí comienzan a surgir cursos de disciplina e higiene donde **la educación física será una de las banderas del discurso sobre el cuerpo en la educación escolar**. Mallarino citando a Herrera (2013) “los fines educativos en la escuela de la segunda mitad del siglo XX se encaminan hacia la formación del hombre como capital humano, inscrito en las lógicas del mercado (p. 44).

El trabajo titulado “cuerpos, sociedades e instituciones a partir de la última década del siglo XX en Colombia” elaborado como trabajo de Doctorado por la Maestra Claudia Mallarino Flórez, en su capítulo tercero, hace un barrido por las diferentes literaturas escritas que se centran o hablan del cuerpo. Allí se menciona estudios que se fijaban en las racionalidades productivas de la modernidad.

“(…) como la determinación de formas de ciudadanía y civilidad propias de la vida republicana, en donde los modos burgueses (maneras, gestos, vestido, alimentación) y de utilitarismo biopolítico (higienización del cuerpo, la casa, la ciudad y el territorio) fueron instituidos como tecnologías urbanas de control del cuerpo sano, productivo, vigoroso y educado, durante la primera mitad del siglo pasado, así como las actuales lógicas del mercado y el consumo, en las cuales la concentración de la riqueza en grupos financieros transnacionales, ha desplazado la toma de decisiones de orden público en los Estados nacionales hacia organismos multilaterales”. (p, 49)

Desde allí ha prevalecido una lucha histórica por el cuerpo en cuanto lo social, pues Colombia se caracterizaba por ser un territorio **multidiverso**, sus costumbres, formas de vestir, de alimentarse, de expresarse son distintas en cada lugar de la nación y es que bastaba con visitar las costas para evidenciar un cuerpo en el contexto totalmente contrario al de los grandes cascos urbanos. Estos cuerpos habían sido excluidos por las grandes familias, significarían un rechazo y sinónimo de inferioridad ya que no tenían elegancia, eran de un color diferente, vestían distinto, eran cuerpos más “expuestos” y extrovertidos, representaban libertad, erotismo y por supuesto se salían del raciocinio, la disciplina y el orden.

El Estado nacional apoyado por la familia y la escuela fue perfilando un **proyecto civilizatorio de ciudadanía** que definía las coordenadas de un **cuerpo cívico femenino y masculino controlado y regulado desde los idearios de progreso, industrialización, moralidad y modernización del país** (p.57), donde los hombres blancos debían ser educados, productivos, educando a sus hijos bajo **una tradición higienizadora**, donde **la mujer debía ser la encargada del hogar, cuidando a los niños y la economía del hogar**.

La escuela por su parte fue importante para la incorporación de **imaginarios propios de la mercantilización y producción** como producto de las decisiones de gobierno de turno y por ende de la institucionalidad en el país a través de dispositivos externos a ella como la **empresa o la iglesia** (entre otros) que regulan sus prácticas desde líneas de acción estratégicas y políticas concretas **bio-políticas** o geopolíticas, y desde sistemas de saber a través de los cuales se materializan estas estrategias y políticas desde la ciencia, tecnología, pedagogía, etc. (Flórez, 2017, pag.58)

La era postmoderna

Con la propuesta de desarrollo y ascensión social se vendió la idea del progreso, apoyado por **ideales capitalistas** que promovían el **comercio desmedido**, hoy, **la sociedad se desenvuelve en la globalización y el neoliberalismo**, donde el **poder** se encuentra **centralizado, la riqueza las oportunidades y la participación social se han quedado para unos pocos**.

“la lógica del sistema sociocultural contemporáneo, un sistema que aliena e impone a la humanidad un modo de supervivencia que eleva el valor del dinero a la forma grotesca de un dios, mientras mercantiliza la felicidad, elimina la solidaridad, valora la belleza a través de estúpidos reinados, estereotipos y pasarelas; envenena el aire y el agua en nombre de un falso progreso, destroza las culturas sometiéndolas a condiciones de miseria, hambre, olvido y muerte, negando la cosmovisión de los pueblos, la identidad y cultura de los mismos. Un poder mercenario que interviene somete y bombardea donde se le antoja en nombre de una bandera falsa de seguridad, democracia y libertad” (Beltrán,2014, p. 41).

Nos adentramos a una era donde el **cuerpo cambio su forma de ver y estar en el mundo** “los paradigmas de vida dominantes perciben al individuo como el único sujeto de derechos y obligaciones (...) la visión del capital como valor fundamental del pensamiento occidental genero enormes brechas entre ricos y pobres” (Huanacuni., 2010, p.6) **la humanidad está en un alto grado de insensibilidad**, más allá de lograr “una mejor calidad de vida” cual fuera la promesa de la modernidad, **el ser humano avanza cada día más hacia la infelicidad, la soledad, la discriminación, la enfermedad, el hambre**, etc. Tal es la magnitud de la crisis que hoy en día **la prioridad ya no es el desarrollo sino buscar la forma para revertir el daño causado**, de detener el cambio climático, por ejemplo.

La modernidad proponía la uniformización, hegemonización, normalización de los cuerpos, para la era postmoderna el ser humano entra en un proceso de personalización, siendo una nueva manera para la sociedad de organizarse y orientarse, **la individualización** en su máxima expresión es **aquella en la que reina la indiferencia de masa**, donde se busca la realización personal inmediata; “se disuelven la confianza y la fe en el futuro, ya nadie cree en el porvenir radiante de la revolución y el progreso, la gente quiere vivir seguida, aquí y ahora, conservarse joven y no ya forjar el hombre nuevo” (Lipovetsky, s.f, p.3) Pepe Mujica asegura que en estas épocas **ya no hay tiempo para la contemplación, no hay tiempo para ver la naturaleza**, el nivel de estímulo del niño contemporáneo genera problemas, en la actualidad estamos terriblemente solos, **se perdió la comunidad, la voluntad ya no está en el individuo**, la voluntad no la proponen (min 7:00, Pepe Mujica Buen vivir) **el individuo** está totalmente **desconectado de lo social y replegado en su intimidad, intimidad llena de información suministrada por el espectáculo el entretenimiento y el consumo**.

“La edad moderna estaba obsesionada por la producción y la revolución, la edad posmoderna lo está por la información y la expresión. (“La edad moderna estaba obsesionada por la...”)

Nos expresamos, se dice, en el trabajo, por los contactos, el deporte, el ocio, de tal modo que pronto no habrá ni una sola actividad que no esté marcada con la etiqueta cultural” (Lipovetsky, p. 5)

Sobre las vivencias y experiencias

Para cerrar este capítulo y **con base en nuestras experiencias y vivencias**, con el constante reflexionar sobre nosotros, sobre el otro y sobre lo otro, hacemos mención de como para nosotros desde **la modernidad se apremia a un ideal de cuerpo**, que, aun **con la postmodernidad, visos de ese cuerpo se han promovido** y como hoy en la época actual el **cuerpo es visto como una maquina productiva**, la cual debe responder a las exigencias del trabajo, estudio, etc. **quitándole su capacidad crítica y reflexiva. La sociedad está inmersa en unas dinámicas en las cuales la individualidad, el consumismo y la falta de identidad están en su auge máximo.**

La individualidad ha llevado a una desigualdad social tal, que el dinero y las oportunidades se concentran en unos pocos y para su propio beneficio, no queda nada más sino la supervivencia **haciendo imposible una estabilidad laboral, personal y emocional, ocasionando que el cuerpo sea una máquina que debe responder a.**

El consumismo ha generado que **se adquieran cosas de manera poco útil, el ego y la necesidad constante de validación ante los “estándares”** de actualidad hacen que se compren cosas de manera totalmente innecesarias que son adquiridas por **estética o por placer**. Las empresas cada vez tienen más poder, producto de sus grandes ventas y **la globalización incluso ha hecho que estén por encima de las leyes de un estado nación**. Siguiendo a Planella con el empleo de técnicas plásticas, **surgen cuerpos idealizados, plenos de belleza y perfección, sonrientes y siempre jóvenes, que van tras los imaginarios publicitarios.**

La falta de identidad debido a la idealización de los cuerpos y estereotipos de belleza que se venden como metas pero que mueven **intereses farmacéuticos, de cirugías estéticas, dietas llevadas al extremo, etc.** Se vislumbra al cuerpo como una finalidad, como lo dice Planella “se ha transformado en el más bello objeto de consumo” (p.127) el consumismo conduce al **cuerpo** a un **estatus de mercancía** en cuanto responden a publicidad, prensa, televisión que acuñan imágenes específicas del cuerpo y van idealizando un tipo de cuerpo a alcanzar.

La bicicleta como sinónimo de resistencia

Bien, hasta el momento hemos visto como las lógicas, modernas, capitalistas y consumistas, se han adentrado en el contexto local e incluso en nuestros hogares como lo vivenciamos a diario.

Para nosotros es importante rescatar la bicicleta como una herramienta anti-sistémica a lo anterior mencionado, por ello es idónea para el proyecto curricular particular Experienciando la Formación Comunitaria Sobre la Bici, donde; **nos oponemos a aquellos usos y fines que se le ha dado también a la bicicleta, permeada por las lógicas del consumo, por esto proponemos una visión diferente al uso de la bicicleta como resultado de una construcción propia que se da sobre la bici.**

Con la constante introspección y reflexionar mientras se transita, con las vivencias suscitadas en los caminos, el relacionamiento con otros cuerpos que pedalean, las charlas que allí se presentan, el contacto con la naturaleza, estar bajo los rayos de sol o la lluvia, los retos de las subidas y la adrenalina de los descensos, con la felicidad que da explorar y reconocer nuestro territorio **abrimos las puertas imaginarias de la escuela con la intención de reconocer, transformar, construir un “ser cuerpo”.**

Trayendo consigo nuestra idea de la bicicleta, rescatamos algo valioso en cuanto a que **las bicicletas no tienen que pagar impuestos como lo hacen los vehículos tradicionales, no consumen gasolina u otro combustible**, las personas que eligen la bicicleta como medio de transporte se pueden ahorrar el dinero invertido para los pasajes, además, eligen la utilización de **la bicicleta como una alternativa al colapso vial del país**, en este caso de Bogotá.

Esto nos permite reconocer que la bicicleta no contamina como lo hacen los vehículos, es decir **es benéfica para el medio ambiente, permite una conexión con la naturaleza**, con la ciudad, con el territorio, permite reconocer y conocer nuevos lugares. La bicicleta **es una excelente herramienta para reconocer el territorio**, permite tener una conexión con la tierra, con los paisajes, con los caminos de asfalto y tierra, sentir el viento en el cuerpo, el sol, el frío, la lluvia, conocer montañas, quebradas, salir de esa selva de cemento a la que nos enfrentamos día a día, pero, aun sin salir de **esta, permite tener un sentido de pertenencia** por la ciudad y por su cuidado.

Las personas que utilizan la bicicleta cotidianamente atestiguan sentirse libres sobre ella, al no tener que estar supeditados a las rutas de transporte, a los horarios de estas, al poder elegir el camino, la velocidad, etc. La bici es una excelente **herramienta para reconocer que somos y vivimos cuerpo**, el constante pedaleo permite desplazarse de un lugar a otro, pero mientras lo hacemos somos conscientes de los músculos que se involucran, del pulso que se eleva, de la respiración que se agita, de los factores fisiológicos, biológicos, mecánicos y ambientales que se reflejan en nuestro cuerpo. Pero además el transitar sobre la **bicicleta permite generar estados de introspección, de alegría, de satisfacción, de expresión y en últimas permite tener un sentido diferente de la vida.**

Sobre los referentes

Es importante mencionar los diferentes aportes realizados en otros documentos para **dar soporte y viabilidad a nuestro proyecto**. Como primer antecedente se tomó un proyecto curricular particular titulado “Biciviajar, moviendo y movilizandoc conciencias: la experiencia corporal del ser interseccional al tejido social interseccional” (Ocampo,2021) donde se realiza una sistematización de experiencias alrededor de la bicicleta y el viajar, esta como forma de construcción de un sujeto interseccional el cual considera al cuerpo y sus vínculos en una relación distinta al sistema capitalista.

El texto “el ciclismo como práctica deportiva que configura sujetos” es el resultado de una investigación para optar al título de magister en educación de Edwin Ortiz en la cual se toma al ciclismo como una práctica capaz de configurar sujetos, allí se hace un recorrido desde los distintos tipos de ciclismo, usos de la bicicleta y como estas prácticas tienen dinámicas propias capaces de configurar o trascender en un sujeto.

En lo nacional se tomó “la ciudad de la furia: acercamientos y experiencias a la dimensión social del ciclismo urbano en Bogotá” (Ballen, 2020) ya que ofrece una mirada acerca del uso social de la bicicleta en la ciudad y las dinámicas que hay en este alrededor del ciclista. el texto “la cultura del ciclismo: proceso de identificación juvenil en el municipio de Ramiriquí, Boyacá” (Riveros, 2020) es importante en cuanto ofrece una mirada de como los jóvenes de este municipio de Boyacá se identifican con los ciclistas y las dinámicas del ciclismo y como a través de los años se ha creado cultura del ciclismo en este lugar.

Teniendo en cuenta lo internacional se tomó el texto” la influencia del ciclismo urbano en la calidad de vida de sus usuarios en la ciudad de México” que permite conocer las apreciaciones de ciclistas urbanos de México alrededor de como el ciclismo ha influido en su calidad de vida, además de conocer las apreciaciones y visiones que tienen del cuerpo. por último, se tomó “el reto de la movilidad sostenible del cuerpo ciclista al espacio urbano y su observación etnográfica” de este interesa conocer por qué las personas conciben al uso de la bicicleta como una oportunidad de movilidad sostenible teniendo en cuenta las hostilidades e infraestructuras de las ciudades, además de cómo estas atraviesan por el desafío producto del auge de la utilización de la bicicleta como alternativa de transporte.

Si bien los antecedentes en su mayoría aportan al PCP (Proyecto Curricular Particular) ya que tienen elementos que son considerados pertinentes al ofrecer miradas diversas del uso de la bicicleta y de la problemática del ideal de cuerpo.

El aporte legal

Para el apartado legal se tomó primero a La Unesco (1978) en su carta internacional sobre la educación física y el deporte establece:

“Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte, que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad. El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social.” (p.10)

Segundo se tomó el Artículo 16 de la Ley 181 de 1995 el deporte social comunitario y este es importante ya que si bien experimentando la formación comunitaria sobre la bici no va enfocada en el desarrollo deportivo del **ciclismo debe estar inscrita bajo lineamientos legales y el deporte social comunitario a priori es el que nos interesa**, ya que según el artículo “Son todas aquellas prácticas deportivas y sus diferentes manifestaciones en la comunidad que, desde un enfoque diferencial e incluyente, fortalecen la sana convivencia y los valores, propiciando la transformación social y la paz de la población colombiana.” (Mindeporte, 2021)

Acuerdo 708 de 2018 Consejo de Bogotá, donde el objeto consiste en establecer los lineamientos para la elaboración y construcción de la política pública de la bicicleta en Bogotá, donde se busca garantizar el derecho que tienen los bogotanos a elegir la bicicleta como medio de transporte. (Consejo de Bogotá, 2018)

Ley 1503 de 2011 Por la cual se promueve la formación de hábitos, comportamientos y conductas seguros en la vía y se dictan otras disposiciones. La presente ley tiene por objeto definir lineamientos generales en educación, responsabilidad social empresarial y acciones estatales y comunitarias para promover en las personas la formación de hábitos, comportamientos y conductas seguros en la vía y, en consecuencia, la formación de criterios autónomos, solidarios y prudentes para la toma de decisiones en situaciones de desplazamiento o de uso de la vía pública (Congreso de Colombia, 2011)

Experienciando la formación comunitaria sobre la bici

Lo formativo

Somos quienes tomamos el mundo para generar y apropiarnos conocimiento, lo humanizamos generando significados que permiten la vida en sociedad y cultura. Por ende, es vital **reconocer** la importancia de **las experiencias corporales en las condiciones sociales del hombre**, donde **la educación le permiten concebir y apropiarse los sucesos de su entorno**. Esto conlleva a **reconocer la importancia del cuerpo en un marco pedagógico**, concordando con el autor Jordi Planella donde menciona que, “se ha vivido tradicionalmente en el olvido –cuando no rechazo– del cuerpo, lo que secularmente ha ocasionado que la educación priorizase los aspectos intelectuales y morales en detrimento de los físicos y corporales” (Planella, 2006.p. 17) es decir, una visión reduccionista que limita potenciar el accionar humano. Por ende, **la educación física tiene un papel pedagógico enorme**, permitiendo abarcar todas y cada una de las disciplinas que lo atañen, construyen y perfeccionan, llevándonos a una deconstrucción y **reconstrucción de la visión del cuerpo**.

Es el **cuerpo quien también expresa sentimientos, genera interacción** por medio del gesto o la mímica para dar cuenta de su existencia, es una integración corporal donde, el autor Le Bretón (2018) alude que:

“Las actividades físicas del ser humano se enmarcan en un conjunto de sistemas simbólicos. Del cuerpo nacen y se propagan los significados que fundamentan la existencia individual y colectiva; constituye el eje de la relación con el mundo, el lugar y el tiempo en lo que la existencia se hace carne a través del rostro singular de un actor”.
(párr. 4)

Allí no solamente es una clasificación de fisiología, **el cuerpo es el mayor representante ante el mundo que nos rodea, ya que también se construye como ser social, político y cultural.** Comprendiendo que **el cuerpo trabaja en función interna y externa, generando experiencias corporales que contribuyen a su formación individual** a lo largo de su vida, sin olvidar que “La corporeidad ayuda a reconocer a los seres vivos como agentes autónomos que pueden generar y mantener de manera su desarrollo físico e identidades psicológicas y que expresan sus dominios cognitivos a través de sus actividades” (Moreno & Torres. 2016.p. 116) **entendiendo que somos un conjunto de posibilidades, el cuerpo es aquel cargado de contexto, que va a permitir incidir en aquellas que aún no lo toman en cuenta como parte de un proceso formativo integral.**



Ilustración 2 Contraposiciones del cuerpo. Fuente propia.

Ser Cuerpo

“Los cuerpos dicen, y los sujetos escriben sobre sus experiencias corporales, pues sigue siendo través del cuerpo que experimentamos las sensaciones y captamos el mundo que nos rodea”

Planella, 2012

La participación del cuerpo en la antropología es de suma importancia ya que permite reconocer la identidad del hombre, siendo la representación del ser humano en el mundo y, quien, **por medio de las vivencias simbólicas, va apropiando a lo largo de su desarrollo una existencia corporal, permeado por la sociedad y la cultura** que van a permitir reconocer al sujeto.

Además, **el cuerpo permite analizar por medio de sus acciones y simbolismos individuales y colectivos al sujeto, que va en cierta medida a desarrollarse y representarse en la sociedad que habite**, ya que “cada sociedad esboza, en el interior de su visión del mundo, un saber singular sobre el cuerpo: sus constituyentes, sus usos, sus correspondencias, etcétera” (Breton, 2002, pág. 8) dándole un sentido, dejando entrever que aunque biológicamente poseemos las mismas partes del cuerpo nos distinguimos entre las concepciones de hombre.

Pero poco a poco la concepción de cuerpo va cambiando con el paso de los años, no es lo mismo el cuerpo en la sociedad antigua a la moderna, al generarse una ruptura del sujeto frente a los demás, un ser humano “individualista” que se atañe en la sociedad y entreteje una modernidad mecanicista, que para alrededor de los años sesenta hacen del cuerpo “lugar privilegiado del bienestar (la forma), del buen parecer (las formas, body-building, cosméticos, productos dietéticos, etc.), pasión por el esfuerzo (maratón, jogging, windsurf) o por el riesgo (andinismo, “la aventura”, etc.)” (Breton, 2002, pág. 9) denotando una preocupación externa sobre sí mismo como si fuese una “liberación del cuerpo”, olvidando que lo que nos hace humanos es lo corporal.

El sujeto no puede ser ajeno al cuerpo, como menciona Le Breton “el hombre es indiscernible del cuerpo que le otorga espesor y sensibilidad de su ser en el mundo” (Breton, 2002, pág. 9) por eso, al creer que el cuerpo es liberado se ve netamente como un cuerpo esbelto, sin limitaciones físicas, que ante los demás es armonioso y a los ojos roba las miradas, pero no es libre en cuanto no se deja preocupar por lo externo.

Esa visión reduccionista del cuerpo como si fuese netamente una imagen, lo limita porque, como menciona Le Breton: “si la existencia se reduce a poseer un cuerpo, como si fuese un atributo, entonces, en efecto, la muerte carece de sentido: no es más que la desaparición de una posesión, es decir, muy poca cosa” (Breton, 2002, pág. 21) presenciando la poca importancia individual del hombre frente a la sociedad, naturaleza, cosmos y cultura que lo ata, lo construye, lo unifica. Por ende, **la importancia de reconocernos más allá del dualismo hombre-cuerpo es entender que es un compendio que nos va a permitir comunicarnos unos a otros, entender nuestra construcción de hombre y sobre todo ser en el mundo.**

Además, la modernidad trae consigo ciertas aproximaciones del cuerpo relacionado a su contexto, la política y como menciona Sullivan (2019) aquellos valores ideológicos, las sensaciones, las emociones y percepciones, permitiendo su existencia, pensamientos subjetivos y sus experiencias; entendiendo que el cuerpo tiene un vínculo directo con el mundo; generando que todo aquello externo se represente y se dé a conocer a través de nuestro propio cuerpo.

Lo que nos permite ser existentes en el mundo es el propio cuerpo, ya que este se vincula con el mundo externo, lo material, lo tangible, los otros, que le van a permitir como menciona Merleau Ponty “encarnarse en el mundo”. **Este término de “encarnar” representa esa relación de lo tangible con lo intangible de las cosas** (Ferrada-Sullivan, 2019) implicando esa pertenencia al mundo a través del cuerpo, quien esté a su vez genera un hombre, vislumbrando un ser cuerpo en el mundo.

La importancia de Merleau en estas premisas **nos permite entender que el cuerpo no es en tanto objeto** por su representación orgánica, **es además un cuerpo como sujeto**, la personalidad, lo que nos hace existentes de entender la funcionalidad corporal más allá de sobrevivir, es una trascendencia en cuanto a que “La noción de encarnación en sentido fenomenológico no trata entonces el cuerpo como organismo, perceptible y objetivable como una cosa, sino el cuerpo tal y como es vivido; se trata de una reflexión fenomenológica sobre el cuerpo, sobre la subjetividad misma”. (Gallo, 2006, pág. 48) entendiendo **que no somos por un parte sujeto y por otro cuerpo**, al contrario, permite que nos construyamos como sujetos vividos bajo experiencias al identificarnos como seres humanos.

También traemos a colación las diferentes maneras en que se expresa el cuerpo en la fenomenología anteriormente mencionada, que van a permitir vislumbrar dos modos que según algunos pensadores franceses que plantea Gallo donde “el cuerpo es considerado como cuerpo objeto o como cosa corpórea (Körper) y, por otra parte, el cuerpo es considerado como cuerpo propio, cuerpo vivido, cuerpo fenomenal, cuerpo animado (Leib)” (2006, pág. 49) presenciando que, **aunque son dos fenómenos que se suscitan no quiere decir que sean dos modos diferentes de cuerpo**, al contrario, **son dos modos que permiten ser-cuerpo más allá de tener-cuerpo**.

Para Gallo (2006) la concepción de Husserl referente a que el cuerpo se construye de manera doble deja entrever que, para el autor, Körper se comprende de lo físico, lo visible, aquellas propiedades tangibles como el tener-cuerpo permitiendo entender que es un cuerpo-cosa para ser percibido en el mundo, teniendo en cuenta que está formado de lo mismo que comprende la naturaleza al estar estructurados de la misma materialidad, donde según Merleau (1970) “Esto quiere decir que mi cuerpo está hecho de la misma carne que el mundo (es un ser percibido), y que además el mundo participa- de la carne de mi cuerpo, la refleja, se superpone a ella y ella a él” (Gallo, 2006, pág. 50) siendo el cuerpo que nos abre y pone en el mundo.

Esto se acompaña con la concepción de Leib como el sentir, las sensaciones, aquello que nos permite una percepción sensible de las cosas y lo que expresa para comprender en función social al otro y también a lo otro para así sentirnos en el mundo “con estas ideas se nos aparece una dimensión que nos permite pensar el cuerpo como una experiencia que recorre lo vivido y aquello que deviene” (Ferrada-Sullivan, 2019) **ser ese cuerpo cargado de emociones, vivencias, sensible, actuante** y de **carácter expresivo**, permitiendo integrar al cuerpo como un significado de humano que comprende al hombre como cuerpo vivido en el mundo.

Aquellas vivencias y experiencias generan esa identidad frente al propio cuerpo, ya que, según Gallo, **ser-cuerpo se expresa ontológicamente en el hecho de que yo soy un ser encarnado**. No sólo un ser corporal en un sentido descriptivo, sino que ‘yo soy’ con la connotación metafísica de que mi yo ‘es’, en cuanto yo humano, gracias a su corporalidad. ‘Yo soy mi cuerpo’ quiere decir, mi yo es encarnado, mi ser-encarnado es mi propia existencia. (Gallo, 2006) es mi cuerpo quien instaura ese sentido de que “yo soy” ese humano que refleja mis acciones, al sentirlo como mío, al encarnar la existencia que me hace perteneciente y viviente a la realidad del mundo.

En la sociedad al realizar una lectura del cuerpo, se concibe como aquella unidad funcional, mecanicista y biologicista, limitando la verdadera intención del sujeto corporal como plantea Jordi Planella en su libro *Pedagogías sensibles*, trayendo consigo otras formas de pensar, de vivir el mundo que nos rodea sin limitantes o subordinaciones para ser cuerpo consigo mismo y reconociendo el cuerpo de otros.

Por ende, al contemplar los nuevos discursos pedagógicos, **la pedagogía de la corporeidad permite superar aquellas perspectivas históricas que categorizan el cuerpo tradicional**, donde será **la sensibilidad del cuerpo quien permita mantener los sentidos activos**, “Esos sentidos se relacionan directamente con el cuerpo, con determinadas formas de concebir el cuerpo humano y de ejercer a través de él la condición de sujeto encarnado” (Planella, pág. 25) brindará un sentido importante para que su concepción moderna como maquina cambie y entender que somos un cuerpo más allá de solo tener un cuerpo.

La pedagogía será importante para construir y entender el mundo que nos rodea y complementa no solo como un Körper o Leib, sino que además genera conocimientos, saberes, interrogantes y demás precisiones que permitirán enriquecer nuestra dimensión corporal, donde “la pedagogía sensible puede emerger en un contexto donde es requerida una determinada forma de producir saberes sobre la educación sin pensar únicamente en la intelectual o emocional” (Planella, pág. 25) **permitiendo ver el mundo desde diferentes maneras por medio de las experiencias que se generan**, necesita algo que lo atraviese para que ese ser apropie por medio de su cuerpo múltiples representaciones.

Lo comunitario

La educación como la conocemos se ha construido bajo la visión occidental, la cual es totalmente individualista, dirigida a la formación individual, donde se fomenta la competencia, siempre hay un ganador, siempre hay un perdedor, el mejor alumno, el peor alumno, el alumno regular. Estas clasificaciones llevan a estar en constante competencia con los demás, ocasionando que no se piense en el otro, dejando de lado aspectos comunitarios y grupales.

Esta educación se centra en la repetición de contenidos, en la lista de chequeo de temas y tareas, en la acumulación de contenidos, educación bancaria como la llama Paulo Freire mata la creatividad, la curiosidad, las experiencias, el quehacer práctico, deja al estudiante en un rol pasivo, que no se cuestiona ni cuestiona su realidad.

La educación es un acto político/social que no se inicia ni termina en las aulas, la educación es un acto permanente, por lo tanto, también lo son la enseñanza y el aprendizaje, la formación comunitaria va más allá de los espacios de formación formal, está fuera de las instituciones educativas, surge de organizaciones sociales, es una vía para la formación de ciudadanos autónomos, participativos y afectivos, que trabajen en equipo en pro de la transformación social de la realidad.

Además, como nos menciona Pérez & Sánchez (2005) “La vida se constituye en el escenario para aprender a resolver, en el cada día, la diversidad de dificultades que se presentan. La experiencia de lo colectivo es vínculo intersubjetivo que se transforma en fuerza para pensar la realidad” (p.4). Dan cuenta que los escenarios donde se presencia la comunidad permiten que aquellas experiencias sean asumidas desde la subjetividad del individuo para que así sea compartida, aprendida y vivida en colectivo, generando un aprendizaje de la realidad y como está puede llegar a transformarse a partir de su dimensión humana.

Sumado a ello, Pérez & Sánchez tomando en cuenta la propuesta pedagógica de Paulo Freire imperan en que “El ser comunitario aprende rompiendo con las imposiciones y, por su misma condición hace valer sus conocimientos y experiencias que el mundo de la vida le ha permitido acumular en diversos espacios y tiempos (p. 9) Parte importante de lo comunitario hace que se tome la realidad que atañe los sujetos donde allí emergen conocimientos, saberes y conciencia de lo que su contexto y vivencias posibilitan.

Jallalla es una palabra indígena que traduce “por la vida” de la mano con esta concepción **iremos en busca de la vida**, todo es por la vida, cada acción que ejecutamos debe ser por la vida, **es una propuesta que va en contra de la dictadura del dinero**, donde el nuevo patrón que es invisible es el mercado, dejamos a manos invisibles las decisiones de nuestro futuro y de nuestro ser. **Ser por la vida es formar un ser humano integral, que se piense sus acciones hacia la cultura de la vida, volver a Ser**, significa echar un vistazo al pasado, donde por siglos se han preservado tradiciones y principios que buscan prevalecer la vida, **resistiendo al modelo de desarrollo global**.

Buen vivir vivir bien es **una perspectiva de vida y de desarrollo** propia de los pueblos indígenas de Ecuador y Bolivia, el buen vivir bien **plantea armonía con la naturaleza**; somos un TODO con **la naturaleza, no busca destruirla sino protegerla**, busca la **complementariedad y no la competencia**, es un paradigma que busca **recuperar la comunidad** ante la individualización, **comprender la diversidad** ante la normalización de los cuerpos, busca **recuperar la sensibilidad del ser** frente a la cosificación del mismo, **recuperar el sentido de lo humano** frente a la objetivación de este, pensar en otra civilización dada la crisis de la misma. La vida buena de un indígena es simple, adapta la tecnología a la realidad, **busca recuperar la identidad** que fue arrebatada para proyectarnos hacia el futuro.

Común-unidad (comunidad) para los pueblos indígenas originarios es la base de su desarrollo y de su pensamiento, esta herencia de las primeras naciones “considera a la comunidad como estructura y unidad de vida, es decir, constituida por toda forma de existencia y no solo como una estructura social” (Huanacuni, 2010, p. 6). **Esto implica una complementariedad con otros seres dentro de la comunidad y el comprender que también son parte del todo y deben ser respetados como iguales.** Los pueblos ancestrales asumieron el reto de **generar nuevas dinámicas de dialogo y participación**, pasando de una representación democrático-pasiva a una participación dinámica-activa. **Se trata pues de recuperar el valor de la comunidad en tanto el ser humano es social, necesita del relacionamiento social para enriquecerse, para volver a soñar, pero soñar en colectivo.** El vivir bien busca un comunitarismo ecológico, donde necesariamente se debe evaluar nuestras formas de comer, de vestir, de organizar la vida y de ser.

Sobre la bici

Pensarse el cuerpo desde la posibilidad de “Ser cuerpo” y aún más contribuir a esa formación es tarea vital de la educación física como disciplina académico pedagógica investigativa, se es necesario hablar de cuerpo ya que desde el Proyecto Curricular de Educación Física (PCLEF) se impulsa la propuesta de trabajar en pro de proyectos enfocados en el desarrollo humano, en ese sentido este PCP tiene por objetivo precisamente contribuir en los procesos de desarrollo guiados por el buen vivir, el comunitarismo, el ser cuerpo, la pedagogía de la corporeidad y desde la experiencia corporal objeto de la educación física.



Ilustración 3 Esquema relaciones teóricas. Fuente propia

Experiencia corporal

En el marco de cualquier cultura y sociedad, **la experiencia corporal puede ser asumida como el conjunto de impresiones que deja huella y da lugar a la asignación de significado particular y construye la historia de vida de cada persona, pero puede reconstruirse y modificarse a partir de los acontecimientos sociales y culturales que lo afecten en su totalidad.** (Murcia, Peter citando a PCLEF, 2004, p. 30)

La experiencia corporal es desarrollada por Jean. Morne y Jean Baurreau, donde **se aborda el cuerpo como una unidad significante**, esto hace que en el acto pedagógico se posibilite la construcción del sujeto a partir de las experiencias corporales, donde **la relación entre natura y cultura se tensa para conformar el cuerpo** “es allí donde observamos la permanente tensión, ruptura y reorganización entre el cuerpo y sus determinaciones biológicas, psicológicas y culturales, donde se construye la experiencia corporal” (Molano, 2012, p. 76).

Molano desde allí se **plantea de forma alegórica que se tienen tres cuerpos**. El **cuerpo social** en el cual la cultura introyecta unos “usos sociales del cuerpo” y unas “técnicas del cuerpo” que son interiorizados mediante códigos lingüísticos, sistemas de normas para la regulación y procedimientos técnicos en el **manejo de los objetos propios de una cultura**. El **cuerpo biológico** que responde a los imperativos de la supervivencia, desarrollo y maduración de las estructuras y sistemas anatómico-funcionales que configuran el biotipo. De esta tensión, empalme y conflicto entre el cuerpo biológico que se desarrolla y madura, con el cuerpo que es construido y modelado por la cultura, emerge el **cuerpo subjetivo**, aquel que es vivido, sentido, percibido y que a su vez siente y percibe su entorno. (p. 76)

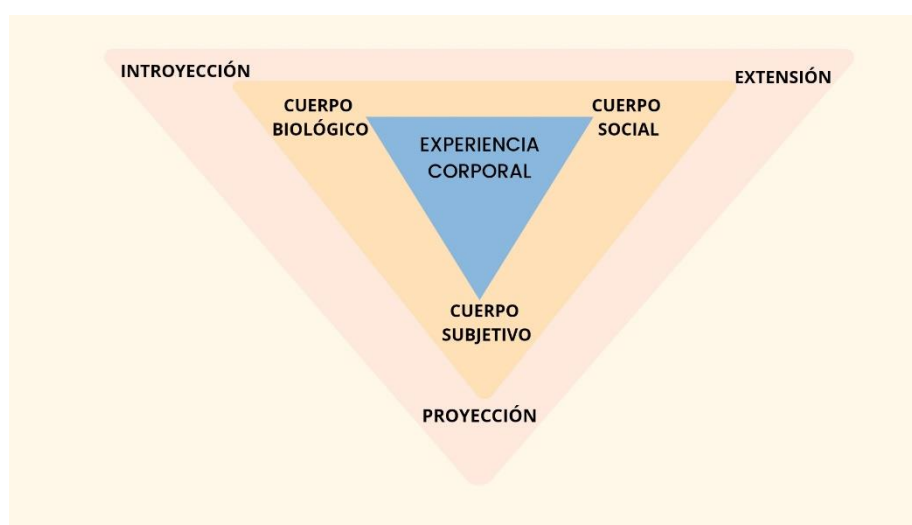


Ilustración 4 Fundamento experiencia corporal. Fuente propia.

Este cuerpo significa y es significado, cuerpo que es a la vez sujeto y objeto de su experiencia de ser. Es así como gracias a estas relaciones se va más allá de los límites que condicionan el cuerpo biológico y social y **donde se resignifica la experiencia hacia un entramado simbólico, de las relaciones que surgen entre estos tres cuerpos y se puede configurar la experiencia corporal** desde tres planos que se co-determinan y re-elaboran, el primero al que haremos mención es a la **introyección (dimensión intracorporal)** y siguiendo a Molano como lo mencionamos anteriormente en la tensión permanente entre natura y cultura, entre lo social y biológico, emerge la introyección como un ámbito experiencial, la introyección que se fundamenta en los significados que se generan en las diferentes experiencias corporales y en las posibilidades de la construcción de sí, desde la sensorialidad, la percepción, la emoción, los criterios valorativos, el reconocimiento de sí, de sus posibilidades y restricciones.

La sensibilidad en la introyección es vital ya que esta no es pasiva ante el objeto, sino que opera en la traducción, selección y análisis de lo percibido. Se puede decir que los sentidos se caracterizan por ser sinestésicos, cinestécicos, autoestimulantes y constructivos.

La extensión (dimensión extra-corporal) donde el hombre está en constante relación entre objetos y sujetos, permeado por ese conjunto de relaciones simbólicas que permiten al sujeto entrever al cuerpo en el espacio, el cuerpo en el tiempo y con los objetos, logrando que aquellas experiencias que se generan hagan parte de la vida del ser humano.

Cuando hablamos del cuerpo en el espacio los educadores físicos no hacemos referencia a la cancha de fútbol o de basquetbol, tampoco a las canchas de atletismo o delimitantes del espacio, ejes o direcciones en donde nos movemos, se trata del cuerpo como ser que se despliega entre sus límites, en un escenario donde se configuran las relaciones con los otros y los objetos, permitiendo esas sensaciones internas y externas de carácter subjetivo ligada a las emociones fundamentales de la experiencia corporal.

Además, el espacio como menciona Molano (2012) trae consigo un carácter físico-material el cual delimita esas relaciones con los objetos y permite esas interacciones con aquellos que también habitan ese espacio; como un espacio cultural, los objetos que allí se encuentran se delimitan por las reglas que adquieren significado ya que implica un orden y un sentido por el cual se ajustan los sujetos sus acciones, trayendo consigo aspectos sociales, jerárquicos y biológicos experienciales. Entendiendo que aquel espacio el cual queremos implicar el cuerpo con la bicicleta es unánime, estarán permeados de experiencias, sensaciones, desequilibrios y demás, que a través de los sentidos externos logramos concebir y apropiar en pro del desarrollo de un nuevo aprendizaje.

Al entrar en relación con los objetos, en este caso la bicicleta, este se cargará de significaciones y múltiples funcionalidades los cuales le son asignados por la cultura o sociedad en que se suscita; por eso es necesario que para un mayor enriquecimiento de experiencias se encuentre una diversidad de significaciones y allí sus usos sean numerosos y beneficiosos en aras de potenciar y apropiar la bici, ya que se podrá llevar a cabo como un estilo de vida, donde se habita el tiempo y el cuerpo entra en juego con sus acciones.

La proyección (dimensión intercorporal) es transversal en todo el proyecto, y esta, siguiendo a Molano (2012) se da en una constante tensión entre el código lingüístico preexistente, exterior a él, y la expresión que surge de la interioridad de sus pulsiones, deseos, sueños, emociones y saberes que sustentan la dimensión corporal del lenguaje (p. 81) de esta forma como primera medida el emocionar es vital como fundamento de la experiencia corporal, dado que las emociones “emergen en el desarrollo de ser humano como un primer sistema de interacción que le permite regular de manera flexible sus estados internos en sus interacciones con el entorno y sus relaciones sociales” (Molano citando a Adolphs, 2002, p. 137) las emociones entonces se presentan en un campo de tensiones entre el estado interno y el entorno, en la necesidad de tomar posición, actitudinal mente hablando, frente a las exigencias-presiones del entorno, además frente a la necesidad de comunicar (dar cuenta de) su clima interno, como principio de una interacción con los demás, así pues en esta tensión dialógica de la palabra del cuerpo con el lenguaje se da forma y sentido a la experiencia corporal como comunicación cinética.

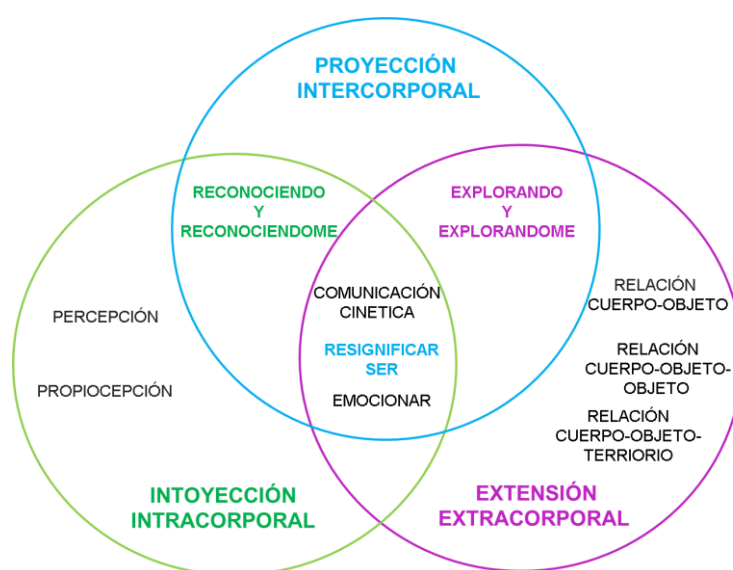


Ilustración 5 Dimensiones experiencia corporal. Fuente propia.

Construyendo currículo

Darle estructura y coherencia a la propuesta no fue nada sencillo, decidimos inclinarnos por el currículo experiencial, de esta manera se podría estar en constante regulación el currículo y el proceso enseñanza- aprendizaje, generando propósitos activos y prácticos que involucraran de forma inmediata a los partícipes del proyecto. Por otra parte, la organización se da pensando en las posibilidades de participación de la comunidad, por tal razón tuvimos que pensar en una serie de momentos experienciales (unidades) no lineales, **más bien cíclicas o interconectadas** que dieran respuesta a los objetivos propuestos.

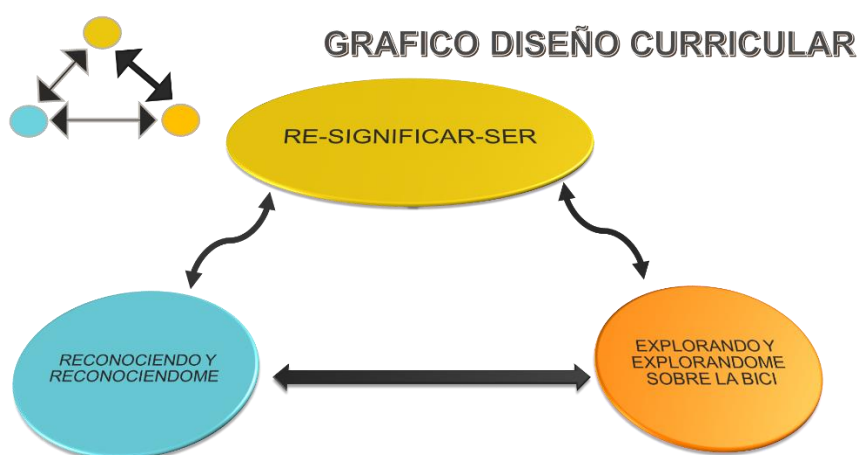


Ilustración 6 . Grafica forma del diseño curricular. Fuente propia.

Rol docente

Líder y guía en la creación de ambientes que facilitan la elaboración y reelaboración de conocimientos, técnicas de espacios para la construcción de significación de la actividad física, cuestionando su quehacer e implicaciones pedagógicas, políticas y sociales.

Rol estudiante

Sujeto participativo, activo, cognoscente que posee un cuerpo mediador entre su ser y el mundo, que lo posibilita para autoconstruirse considerándolo, así como ser individual y colectivo, que otorga significado a sus acciones.

Aprendizaje por retos

El aprendizaje basado en retos deviene del aprendizaje vivencial teniendo como principio fundamental que los estudiantes logren aprender mejor cuando son participes activamente en aquellas experiencias de aprendizaje, por lo cual, genera en el estudiante la oportunidad de aplicar lo aprendido en las situaciones reales que se puedan generar en su contexto ya sea de la escuela como en su contexto local y así descubran soluciones, estando con otros estudiantes en el contexto que se encuentren sujetos. (Observatorio de Innovación Educativa, 2015)

Este enfoque pedagógico permite aprovechar de mejor manera el interés de los estudiantes o sujetos ya que se logra:

- En el aprendizaje: los estudiantes o sujetos participes trabajen de la mano con el docente en el contexto que estos se encuentren, en problemáticas reales y así se logre desarrollar unos conocimientos más profundos acerca de los temas vistos y será el reto que permita obtener esos nuevos conocimientos.
- En el enfoque: hará que los estudiantes enfrenten situaciones problemáticas que demandara una solución real.
- En el producto: va a requerir que los estudiantes concreten una solución en acción.
- En el proceso: allí los estudiantes desarrollan y ejecutan la solución donde se abordará el reto donde tanto ellos como los demás agentes participes vislumbren la solución.

Evaluación

Para llevar a cabo el proceso evaluativo nos basamos en el libro “Evaluación Formativa Participativa en Educación Física; Auténtica evaluación de proceso” de Ángel Mamani Ramos donde se piensa la evaluación formativa participativa “(..) como un proceso reflexivo, cuyo fin es regular y autorregular oportunamente la enseñanza y el aprendizaje, con participación directa y vivencial de los estudiantes” (Mamani, 2020, p. 20).

Este modelo se basa en destacar lo positivo del feedback (descriptivo, explicativo, afectivo, aprobativo, simple y específico) atender la diversidad, en evaluar lo que se trabaja/enseña, haciendo hincapié en lo mejor que realizan los estudiantes según sus posibilidades, con participación directa y vivencial de los mismos.

La regulación y autorregulación

En este modelo Mamani (2020) destaca la importancia de la regulación y autorregulación, ya que son unos dispositivos que permiten tanto al docente como al estudiante dar cuenta de que todas y cada una de las acciones sean oportunas para cada momento que se vaya presentado, esto con el fin de lograr de manera exitosa llegar al final del proceso de enseñanza y aprendizaje.

La regulación se presenta por medio del docente, tendrá un papel importante para que los procedimientos sean adecuados en tanto a las necesidades y problemáticas que lleguen a presentar los estudiantes durante todo el proceso de aprendizaje. Es sumamente importante que nosotros como docentes en formación estemos al tanto de los procesos y ambientes de aprendizaje, ya que allí se gesta la mayor apropiación e incorporación de lo que se pretende generar de manera extrínseca al estudiante.

La autorregulación la utiliza el estudiante, le posibilitara construir su aprendizaje como un sistema que va a ir gestando en la medida en que este aprende y donde a su vez va a mejorar paso a paso, todo en pro de que su proceso de aprendizaje sea efectivo y se permita llegar al final del proceso con éxito.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL
Educación de educadores

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR
DIARIO DE CAMPO D02

Esteban Diaz

Natalia Salgado

Objetivo general

Incitar a la comprensión de la bicicleta como un elemento posibilitador de comunicación y acción configurando un sentido en comunidad

Objetivo específico

Generar ambientes de enseñanza sobre el elemento bici (usos y técnicas) para el autocuidado y el bienestar

Población:

Tiempo:

Recursos:

Momento de autorregulación

***Momento 1.**

****Momento 2.**

*****Momento 3.** Preguntas orientadoras

¿Qué logra sentir/ percibir al utilizar la bicicleta de otro compañero/a?

¿Cuáles fueron los sentimientos que más presencié durante la actividad? ¿Por qué?

¿Cuál/ cuáles sentidos creen que se agudizan o siempre están en permanencia sobre la bici?

¿Le sirvió la ayuda que brindaron los compañero/as para desenvolverse de mejor manera?

Análisis del discurso

Palabras clave:

mejoría- confianza- seguridad - aprender – adaptación -

momento de regulación

Conclusiones:

Dificultades:

Fortalezas:

Oportunidades:

Ilustración 7 Diario de campo. Fuente propia.

El territorio

El parque cantarrana situado en la localidad de Usme, entre los barrios Brazuelos y Monteblanco, es el espacio elegido por nosotros para llevar a cabo gran parte de los momentos experienciales, primero por la importancia que tiene este para la localidad ya que nació como un proyecto ambiental y ecológico a raíz del peligro de que el río Tunjuelo se desbordara por ende en el parque se construyó una represa que contiene el agua del río cuando se presentan fuertes lluvias y crecidas. Segundo porque al costado del río se ubican espacios para la comunidad como una ciclo ruta de 3,5 km, parques infantiles, miradores, zonas verdes y biblioteca ambiental, es un espacio de integración, un espacio lleno de vida, donde se llevan a cabo proyectos, procesos, programas encaminados hacia el fortalecimiento del tejido social y en la concientización por el cuidado del medio ambiente y allí se reúnen de domingo a domingo las familias, amigos, visitantes, a recrearse, a practicar algún deporte, a tener contacto con la naturaleza, a salir de la rutina que exige la ciudad.

Habitar implica algo más que el ocupar el espacio físico, sino que va a más en tanto ser consciente de las implicaciones políticas, sociales y culturales del ocupar ese espacio, el parque cantarrana está rodeado de edificios residenciales de estrato 1 y 2, vecina con casas de interés social, además de fondo está ubicado el relleno sanitario Doña Juana el cual queda sobre la principal vía que conecta con Usme pueblo. Vale la pena incidir en este espacio dada la importancia del habitar, que implica, comprometerse, cuidar, preservar y ser parte



Ilustración 8 Fotos parque Ambiental Cantarrana. Fuente propia.

La historia de vida como metodo de recolección de información

Los integrantes de EFC sobre la bici

José Bello de cuarenta y ocho años, es uno de los primeros interesados en aportar al PCP y de involucrarse en el mismo, tiene un taller de bicicletas en el Barrio Serranías, el cual amablemente posa con las primeras invitaciones de nuestro pcp. José, a los doce años llevo al barrio Monteblando, estudio hasta noveno de bachillerato y de allí desde los 15 años comenzó a trabajar en las ladrilleras que quedan por la localidad donde sus compañeros un día lo invitaron a montar bicicleta, pero él no tenía, así que le prestaron una siendo su primer recorrido al alto de Boquerón (un puerto de montaña de Usme) y desde allí le gusto cada día más la bicicleta, a tal punto que decidió montar un taller de bicicletas para vivir de lo que le apasiona, lleva montando en la bicicleta más de veinticinco años.

Kevin Bello, hijo de José bello, tiene trece años, vive con sus padres y dos hermanas, es el menor de ellos, estudia en el colegio Diego Montaña Cuellar. Desde pequeño apoya a su padre en la bicicletería donde ha adquirido el gusto por la bici y allí inicio sus acercamientos a la misma gracias a su padre que desde pequeño lo incito y enseñó, donde hoy en día le gusta el deporte, salir con su padre y esto le ha permitido conocer nuevos lugares y amistades.

Omar Díaz, nació en Bogotá y llevo a la localidad de Usme hace 22 años, reside en el barrio serranías donde tiene su pequeño local de internet. Es una persona que procura tener un cuerpo saludable, además inicio a montar bici desde pequeño, pero la abandono por bastante tiempo.

Durante la pandemia decidió comprar una bicicleta debido a un estado de depresión y dice que ha sido la mejor decisión que ha tomado en su vida, lleva 4 Años Sobre La Bici, la cual toma como terapia, como forma de conocer lugares y personas.

Sebastián Díaz, nació en Bogotá, tiene 23 años, estudia Lic. en Música en la Universidad Pedagógica Nacional, es una persona sencilla, dedicada a sus proyectos musicales y formación musical. Es una persona sedentaria dada su profesión y falta de tiempo, conoció la bicicleta a los 12 años como regalo de navidad, pero nunca practico y le daba miedo la misma.

Lorena Muñoz, nació en Bogotá, tiene 22 años, vive en la localidad de Usme desde los 5 años, estudia gestión en servicios recreativos y es una persona a la cual le agradan las actividades al aire libre, más aún en la naturaleza. Su relación con la bicicleta la menciona como “bien y mal” ya que le genera miedo los espacios en donde esta se ve involucrada; conoció la bicicleta hace 14 años, pero ahora es mínima la relación con ella, por lo cual espera conseguir mucha más confianza al montar, además de que no cuenta con una bicicleta propia lo que le genera mayor temor e inseguridad.

Los momentos experienciales (macro)

Con los devenires del camino se iba consolidando una propuesta abierta de forma procesual que sirviera como insumo para la EFC sobre la bici, lo primero que debemos aclarar, es que los “temas”, a los que denominamos, “**composición experiencial**”, no se presentan de forma lineal, **sino que se dan en una constante tensión y aplicación en los talleres que se van desarrollando**, es así como existe una dialogicidad permanente entre lo **introyectivo** y lo **extensivo** para la construcción de lo **proyectivo**. De allí surgen los momentos experienciales que tienen conexión directa con la experiencia corporal, así **Re-significar ser**, esta enlazado con la proyección, a lo que hace parte la comunicación cinética (comunicando en movimiento-bici) y el emocionar, con sentires, emociones, ideales que carga el ser y que resignifica y reconstruye constantemente.

Reconociendo y reconociéndome es pensada de acuerdo a la introyección, donde la percepción, la propiocepción darán cuenta de los procesos biológicos del ser, reajustando y generando experiencias desde su intra.

Explorando y explorándome se desprende de la dimensión extra corporal, desde el cuerpo social, las relaciones con los otros, con la bicicleta y con el territorio ayudaran a construir subjetividad apoyados como lo mencionamos anteriormente de lo intra para dar cuenta de lo proyectivo donde se resignifica el ser.

MACRO ESTRUCTURA CURRICULAR



Ilustración 9 Grafica macroestructura curricular. Fuente propia.

Componiendo experiencias

Re-significar ser

Es el momento experiencial en el que se propende generar aquellas experiencias corporales sobre la bici, donde es necesario identificar la interioridad de aquellas emociones que me permiten, desde esos estados internos, una mayor interacción en el contexto en el que nos desenvolvemos, que entrama e incluso da cuenta de todo lo que logra sentir mi cuerpo, viaja por todo el sistema interno provocando deseos, miedos, nociones, imaginarios e incluso interrogantes al descubrir estados de inquietud o duda; además, todo confluye para intentar generar a su vez aquellas relaciones sociales y múltiples experiencias por lo que permitirá interpretar sobre la bici una configuración en la toma de decisiones, actitudes, el saber actuar frente a la presión que me genera el entorno y que mediante el lenguaje dar cuenta, forma y sentido de las experiencias corporales que allí se presentan para lograr resignificar el cuerpo.

Seguido a ello, se plantean dos preguntas: la primera **¿la bicicleta como un estilo de vida?** Tiene como intención, dar cuenta que no solo es un elemento para acercarse al mundo del ciclismo, el mundo deportivo, sino que se configura y apropia a medida en que esta se involucra y carga de sentido, apropiación y generación de experiencias, que a su vez van a permitir expresar mis estados internos con el entorno y con la comunidad para configurarlo en mi estilo de vida donde se posibilita un “enriquecimiento experiencial” en palabras de Molano.

Además, se plantea una segunda pregunta: **EFC Sobre la Bici: ¿un espacio de construcción permanente?** Tiene como intención una construcción de sentido que permitirá enriquecer ese ser cuerpo como unidad significativa en cuanto a que se configura por acciones con sentido y que darán cuenta del dinamismo entre la persona que quiere aprender, brindando unas condiciones que posibilitan y acerca a la experiencia de ser cuerpo.

Reconociendo y reconociéndome

De allí, se pretende propiciar experiencias corporales que busquen reconocer la importancia del cuerpo como posibilitador en la construcción de sí y del otro, significando y significándose. A partir de nuestro cuerpo nos desenvolvemos en un espacio, tiempo, los objetos, la subjetividad e intersubjetividad que van a permitir una experiencia corpórea propia y también con el otro.

Por consiguiente, se encuentra unas composiciones experienciales que dan cuenta del momento experiencial mencionado anteriormente, comenzando por:

- Re elaborando mi esquema corporal: Generar experiencias donde el individuo tome conciencia y conocimiento continuo sobre su cuerpo y en función de relacionarse en el medio dentro de sus capacidades.
- Reconociendo a través de los sentidos: propiciar ambientes donde se experimente a través de los sentidos para comprender y construir nuevos conocimientos de sí.
- Reconociendo emociones: Producir en el individuo un empujón donde reconozca y apropie a través de su cuerpo los retos que permea el medio en su accionar individual y colectivo.
- Generando conciencia de mi cuerpo: Generar interrogantes acerca de las comprensiones que se tienen del cuerpo.

Explorando y explorándome

Este momento experiencial con el cual pretendemos incitar a la comprensión de la bicicleta como un elemento posibilitador de comunicación y acción configurando un sentido en comunidad.

Se comprende unas composiciones experienciales los cuales componen este momento experiencial:

- Bien estar sobre la bici: Generar ambientes de enseñanza sobre el elemento bici (usos y técnicas) para el autocuidado y el bienestar.
- Conductas motrices sobre la bici con el territorio: Generar interrogantes acerca de la significación y relación cuerpo-bici-territorio.
- Comunicando a través del movimiento en comunidad: Generar interrogantes acerca de las implicaciones socio/políticas que tiene moverse sobre la bici en el territorio

El sentido del taller

Elegimos el taller como concepto y como forma metodológica de llevar a cabo las sesiones de “clase”, el taller tiene como primicia la participación activa de todos los participantes, se encuentran entonces las relaciones de poder en un punto democrático en donde el docente no es aquel que impone conocimiento, sino que es líder en el proceso de enseñanza- aprendizaje, en nuestro caso, nos encontramos entonces en la misma línea que nuestros estudiantes construyendo colectivamente los talleres, siendo los orientadores de los procesos, mediante, la planificación, pero tomando decisiones de forma consensuada y colectiva.

Los ambientes de aprendizaje (micro)

Para la construcción de los ambientes de aprendizaje decidimos segmentar el taller en tres momentos (apertura, ejecución y cierre) que darían pie al desarrollo correcto del mismo. En el primer momento se hace un recordatorio del taller anterior donde se toman en cuenta los aspectos vivenciales de todas las personas, esto se presenta de forma verbal.

Seguido a ello nos adentramos en la práctica, es necesario activarnos, movernos, percibir, y percibirnos, lo cual, utilizamos ejercicios o juegos propuestos por todos y guiados para una buena disposición.

En el segundo momento expresamos y ejemplificamos las siguientes actividades del taller, es decir hemos construido el ambiente de aprendizaje y ahora se comienza a trabajar sobre este, dando constata retroalimentación, leyendo los cuerpos, y escuchando sus relatos donde podemos ir generando mayores desafíos.

Para el tercer momento proponemos realizar unos ejercicios que nos van a ayudar a relajarnos después de toda la actividad anterior, es un momento reflexivo en el cual preguntamos acerca de percepciones, sentimientos, y nociones que pudieron haber quedado en sus cuerpos, lo que sintieron respecto al taller, y respecto al grupo; luego nuestra percepción acerca de lo vivenciado y de esta forma hay una evaluación constante entre todos.

Dentro de lo metodológico cabe resaltar la importancia que tiene la creatividad de nosotros como docentes, pues proponemos ambientes fuera de lo cotidiano para el desarrollo de las diferentes sesiones, donde se involucra la bicicleta y el cuerpo mediante el juego, la recreación, como forma de romper el aprendizaje sobre la misma de forma tradicional y sistemática, favoreciendo a la consolidación de experiencias corporales, aprendiendo de los participantes y retroalimentándonos constantemente para el favorecimiento y crecimiento de todos.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR EXPERIENCIANDO LA FORMACIÓN COMUNITARIA SOBRE LA BICI: UNA APUESTA HACIA EL SER CUERPO					
Ficha técnica ambientes pilotaje					
DIA.MES.AÑO	17 de septiembre de 2022	HORA INICIAL:	7:30am	HORA FINAL:	9:00am
MOMENTO 1					
ACTIVIDAD	TIEMPO/PERTINENCIA	DESCRIPCIÓN			
Retroalimentación taller anterior	5 minutos	Breve recuento del taller anterior			
Introducción taller	RECONOCIENDO Y RECONOCIENDOME	Actividades de calentamiento, donde se quita la visión generando ambientes de desequilibrio emocional y físico, preparación para la actividad y reconocimiento del objeto			
MOMENTO 2					
ACTIVIDAD	TIEMPO/PERTINENCIA	DESCRIPCIÓN			
Habilidades sobre la bici 1	EXPLORNDY Y EXPLORANDOME	Se practica el primer escenario de habilidades sobre la bici, como forma de afrontar los miedos, además de reconocer el objeto y el territorio			
MOMENTO 3					
ACTIVIDAD	TIEMPO/PERTINENCIA	DESCRIPCIÓN			
Vuelta a la calma	10 minutos	Se hacen estiramientos, y se presenta el escenario de retroalimentación			
Feedback	10 minutos	Momento de retroalimentación y coevaluación			
		DOCENTES A CARGO	ESTEBAN DIAZ-NATALIA SALGADO		

Ilustración 10 Ejemplo esquema planeaciones ambientes de aprendizaje. Fuente propia.

Sobre lo realizado

Al ahondar sobre lo realizado, sobre el constructo llevado a cabo durante los ambientes de aprendizaje, sobre el reflexionar y observar lo efectuado, surgen estas líneas, cargadas en un primer momento de la sensación de realización, de finiquitad.

Con el pasar del tiempo y por ende el transcurrir y realizar de los ambientes de aprendizaje nos dimos cuenta de **la importancia de los proyectos comunitarios en una sociedad tan fragmentada**, más allá de los avances en términos técnicos y físicos, **la evaluación buscaba vislumbrar la importancia que tenía la EFC sobre la bici para los participantes**, y de ello debemos decir que es gratificante como maestros el hecho de que en procesos comunitarios **sea la misma comunidad la que proponga escenarios, actividades, objetivos** para ellos mismos y el crecimiento del proyecto. Es así como por ejemplo se crearon flyers los cuales cada participante colocaba en la ventana de su hogar, entregaba a sus vecinos, o pegaba en los postes de su vecindad, además de invitar a su familia e incitar a más personas para que se acercaran e hicieran parte de la EFC sobre la bici.

Dadas las condiciones espaciales de la escuela, cuyo escenario era el espacio público, como lo es el parque cantarrana o las vías de Bogotá y sus alrededores, en ocasiones impedía que asistieran todas las personas a todos los ambientes de aprendizaje, también las condiciones climáticas jugaban en contra y hacían imposible salir a las calles. Con esto los ambientes debían ser pausados por el día o por días, pero ello no conlleva ninguna problemática trascendental para el desarrollo efectivo de los ambientes dado el tipo de currículo que empleamos, pues **al ser el currículo experiencial, la experticia y creatividad de nosotros fue importante para solucionar estas situaciones de manera efectiva.**

Tras la revisión de diarios de campo, pudimos **evidenciar reflexiones de algunos participantes** que valen la pena traer y que **dan cuenta de la esencia del proyecto**, al revisar acerca del papel que ha tenido la bicicleta en la vida cotidiana de los participantes encontramos: “La bicicleta se ha vuelto una parte fundamental en mi vida, ya que cuando ando bajo de nota o estoy estresado salgo a darme una vuelta en ella y todo cambia, llego a casa más despejado, y mi carácter ha cambiado gracias a eso” (Omar Díaz, 2022, diario de campo efc14) allí es importante resaltar que lo que buscamos en primera instancia con la EFC sobre la bici es que **la bicicleta forme parte del estilo de vida de las personas.**

Otro de los participantes nos menciona que “(..) La bicicleta no forma parte de mi vida cotidiana debido a la carencia de tiempo que tengo para poder practicar de manera constante, asistir a la escuela me hizo mejorar anímicamente y mejorar en las relaciones sociales” (Sebastián Díaz, 2022, diario de campo efc14). Con respecto a las reflexiones que tienen que ver con SU cuerpo, con su perspectiva y construcción del mismo nos encontramos; “(..) aprendí en la escuela de a pocos y supere parte de mi miedo, además mejore en aspectos posturales y de confianza respecto a la actividad física (..)” (Sebastián Díaz, 2022, diario de campo efc11) **sus sentimientos, sus sensaciones, sobre la bici y bajo ella, son vitales para nosotros** ya que esto en la cotidianidad tiende a ser guardado o reprimido bajo el imaginario de debilidad, pero precisamente, colocar a la luz la sensibilidad, la expresividad, permitir pensarse y ver el otro de forma diferente, genera cercanía, empatía, reivindica el cuerpo y sus posibilidades.

De acuerdo las manifestaciones emocionales encontramos que “sentí miedo, desconfianza cuando no tenía la mano derecha en el manubrio, pero después mejoré, y ya me sentí confiando (..)” (Kevin Bello, 2022, diario de campo efc5) **los ambientes propendían generar una vivencia fuera de lo cotidiano, fuera de la competencia, buscaban impactar en el ser, propender hacia prácticas que dejaran huella en el sujeto.**

Lograr un reconocimiento personal genera en el sujeto aprendizajes ya que “aprendí a conocer otra versión de mi cuerpo, a conocer personas valiosas, a conocer lugares, superándome así mismo, llegando cada vez más lejos en mi bicicleta y montándola mientras tenga la fuerza para pedalear” (José Bello. 2022, diario de campo efc14) donde **la bicicleta se convierte en bastión de las personas**, en ejemplo para muchos, otros de superación, disciplina, compañerismo, sacrificio, etc. Es la EFC sobre la bici un espacio de esparcimiento, de alegría, de terapia, de amigos, de crecimiento, es una labor pedagógica donde se logra impactar positivamente en las personas y en el contexto.

Ser conscientes de lo que nuestro cuerpo emana internamente como “miedo, nervios, porque me balanceo (..) después sentí más confianza en mí y eso me ayudo a mejorar en la bici, pude tener más autocontrol y seguridad” (Lorena Muñoz, 2022, diario de campo efc5).

Con el pasar de los ambientes de aprendizaje veíamos que los participantes lograban manifestar cambios y dar cuenta de si a nivel personal, lograban cumplir con el objetivo de las actividades e incluso sus propios retos, por ende, uno de ellos manifestó que: “sentí que mejoré, mayor agilidad y me pareció muy chévere” (Kevin Bello, 2022, diario de campo efc5) esto dentro de ciertas actividades que lograba comprender y apropiar aquello en lo que se le facilitaba.

Además, uno de los participantes daba cuenta de que los procesos que paso a paso iba desarrollando le permitía: “en lo de percepción al ser el segundo trabajo que hago se siente uno más ubicado, más confiado, más seguro de lo que uno está haciendo y como es que uno se ubica” (Omar, 2022, diario de campo efc11) entendiendo que en este proceso de aprendizaje que él va adquiriendo, **a su vez construye su propio sistema de aprender** como menciona Mamani (2020), esto con el fin de que logré reconocer y reconocer-se al mismo tiempo en que se desarrolla en el contexto.

La persistencia de los participantes dan cuenta de que: “La agilidad uno mejora, le hace falta practicarlo para ser más confiado en esos trabajos de agilidad” , “El trabajo en piñón fijo es otra cuestión, nunca había montado en una de piñón fijo pensé que era igual que frenar en una de coster pero para nada, pero es bueno aprender” (Omar, 2022, diario de campo efc11) esto nos permite vislumbrar que **la formación continua en la EFC sobre la bici genera nuevas experiencias, sensaciones, nuevos conocimientos y sobre todo un crecimiento a nivel personal**, ya que les permitirá llevar a cabo estos procesos de aprendizaje en su vida diaria y sobre todo en su estilo de vida sobre la bici.

Sobre la labor docente

Las EFC sobre la bici sigue su marcha y espera continuar así durante muchos años, lo que inicio por un gusto por la bicicleta se fue transformando en salidas de amigos, en conversaciones sobre ella, hasta proponerse y **sentarse sobre la base de referentes teóricos y bajo la fundamentación de la experiencia corporal como objeto de estudio de la educación física**, somos conscientes de que apostar por la re significación del cuerpo hacia un ser cuerpo, implica un proceso largo, insistente, decolonizador, riguroso, pero **que parte por la apertura de los sujetos, por su interés**, nuestra labor como docentes es justamente invitar, propender por el aprendizaje, **incitar a los sujetos a ver-se para resignificar-se**.

Después de 6 meses de creada la EFC sobre la bici, no cabe duda que los aprendizajes y las experiencias fueron bastantes y enriquecedoras. Desde el punto de vista curricular, proponer unos contenidos fuera de lo cotidiano, con una estructuración a su vez diferente de los espacios formales tradicionales hacía que la practica en un momento se tornara difusa, pues parecía que los ambientes se estaban quedando en lo instrumental y en la lista de chequeo de sesiones, por ello, decidimos que **el currículo debía ser más flexible e íntegro, permitiendo una relación dialéctica y complementaria entre los momentos experienciales para lograr salir del aislamiento temático.**

Así, logramos acercarnos e inclusive cambiar a la luz de las reflexiones de los ambientes anteriores, de esta manera regular el currículo hacia un proceso positivo, **respetar el tiempo, los retos de los sujetos** que eran sumamente importantes, **no presionar con pretensiones hacia lo que se quería observar**, sino que los sujetos expresaran de forma verbal o no verbal, a través de **su cuerpo esas manifestaciones claves para nosotros**. Tuvimos además que cambiar horas, cambiar días, en busca de la mayor asistencia de las personas, además que en su momento tuvimos 15 personas, sin embargo, fue momentáneo y no se logró una estabilidad en este grupo, pero lo importante para nosotros era **generar un proceso con las personas que quisieron quedarse para así ir creciendo poco a poco.**

Con el apoyo de la comunidad fue posible entregar flyers, pegar en postes publicidad y tiendas la información sobre nuestro proyecto, las redes sociales también jugaron un papel importante para llegar a más personas. Luego, se logró consolidar un grupo de 5 personas que asistían semana a semana, sin mayores faltas a la EFC sobre la bici, sin embargo, semana a semana asisten personas de todas las edades a preguntar sobre está, y a practicar así sea un día, otros solo nos acompañan los días que las salidas son fuera de Bogotá o algunas rutas más extensas, ya que no son participes en los ambientes en el parque cantarrana.

Esto por supuesto que es objeto de reflexión y nos hace pensar en tres razones fundamentales, la primera no hay interés por parte de las personas para asistir, en este caso nuestra labor es motivar e incentivar a la comunidad a participar, pues creemos que lo que tenemos por aportar es importante, la segunda, no cuentan con la información suficiente para estar en la EFC sobre la bici, por lo cual nos es necesario generar estrategias para llegar a los sujetos, expresar de manera más clara las pretensiones de la EFC sobre la bici y la tercera, no se ha generado el impacto suficiente en la comunidad como para llegar a un grupo mayor de personas al ser un proyecto “nuevo” en la comunidad donde no hay mucho conocimiento sobre esta.

Sujetos a diferentes razones, **es un proceso que hasta ahora comienza**, que viene tomando fuerza y que **no parara hasta lograr impactar con mayor fortaleza a la comunidad**. Sera este proyecto quien posibilite en su construcción una mayor acogida por parte de quienes habitan en este contexto y sobre todo el permitir más adelante impartir nuestros saberes y generación de experiencias en más lugares de Bogotá, **generando cambios significativos en el sujeto ya sea consigo mismo, con el otro y en comunidad en el contexto que habita**.

Conclusiones

Lo anterior nos lleva a pensar que cada uno de los procesos que se manifestaron anteriormente en pro de generar vivencias en los sujetos participantes, les permita construir a partir de su accionar individual la apropiación de múltiples experiencias que les serán de gran importancia al momento de llevar a cabo un estilo de vida sobre la bici.

De este modo, se ha podido establecer que este proyecto permite una cercanía a la comunidad que comparte un estilo de vida sobre la bici y también aquellos que quieren sumarse, al dar cuenta que sus vivencias en las sesiones y el trabajo en conjunto con los otros logra en cierta medida cambios significativos en cuanto a su accionar individual sobre el elemento y también sobre su cuerpo, al identificar un cambio significativo en sus habilidades y debilidades.

Dentro del análisis, la EFC sobre la bici sin duda compromete un proyecto de vida para nosotros, subsanar la deuda histórica de nuestra gente es labor de las nuevas generaciones. Desde la docencia estamos y estaremos comprometidos con esta labor, porque la educación y el papel de la escuela no puede quedarse en la repetición de contenidos, es este proyecto una propuesta política/social.

Concordamos que dentro de los principios que nos sujetan desde lo político, lo social, lo cultural está presente en la escuela y los maestros debemos propender hacia la formación de sujetos críticos, reflexivos, capaces de cuestionar su realidad y de cuestionarse, por ello, este proyecto que comenzó con el gusto por la bicicleta donde invita a pensar-se, ha resignificar-se sobre ella desde la educación física, desde el cuerpo en movimiento, con prácticas que buscan dejar huella en el sujeto, con la creatividad/recursividad que caracteriza a los docentes de la Universidad Pedagógica Nacional.

Dado todos los análisis que se gestan en el paso a paso y dentro de las vivencias que emanan en la EFC sobre la bici, logramos identificar la importancia del cuerpo en todo proceso, accionar e incluso su representación como sujeto perteneciente al mundo, partiendo de la subjetividad y como esto a su vez gesta un crecimiento positivo y representativo mediante su corporalidad, en cuanto al medio y comunidad en que se desenvuelve y convive como ser social, cultural y político.

Finalmente, constatamos que los ambientes de aprendizaje y los momentos experienciales no son suficientes en su temporalidad, ya que el objetivo general como el título de este proyecto indica, es una **apuesta** a largo plazo que requiere de profundos procesos decoloniales, introspectivos, críticos que están sujetos a la individualidad de las personas, a su subjetividad y como estos a su vez están involucrados en los diferentes contextos vivenciales.

REFERENCIAS

- AMÉZQUITA, A., ARDILA, J. S., & ZAMUDIO, M. P. (2019). LA CULTURA DEL CICLISMO: PROCESO DE IDENTIFICACIÓN JUVENIL EN EL MUNICIPIO DE RAMIRIQUÍ, BOYACÁ. *COMUNICACIÓN SOCIAL PARA LA PAZ*, 55.
- Arboleda Gómez, R. (1997). *Cuerpo y pedagogía*.
- Ballén, J. C. (2020). La ciudad de la furia: Acercamientos y experiencias a la dimensión social del ciclismo urbano en Bogotá. *Geografías críticas y educación. Universidad Pedagógica Nacional, Facultad de Humanidades. Departamento de Ciencias Sociales.*, 200.
- Bauman, Z. (s.f.). Tiempos líquidos. En Z. Bauman, *Tiempos líquidos, vivir en una época de incertidumbre* (pág. 13). Ensayo TusQuets editores.
- Breton, D. L. (2002). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Ediciones nueva visión Buenos Aires.
- Breton, D. L. (2018). *La sociología del cuerpo*. Humensis: Ediciones Siruela, S. A. Almilkar, B. (31 de 08 de 2017). Pedagogía para el buen vivir. Bogotá, Colombia.
- Buen Vivir TV. (11 de 03 de 2016). Diálogos del Buen Vivir con José Mujica. [Video].
- Chinchilla, V. J., Reyes, V., Murcia Plazas, P. P., Riaño Casallas, W., Mosquera Mateus, L., Jaramillo de Palacios, J., . . . Sarmiento, E. (2022). *QUÉ ES ESO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Consideraciones sobre la propuesta epistemológica de la Universidad Pedagógica Nacional*. Armenia: Kinesis.
- Crisorio, R. (2014). Educación corporal. *Cadernos de Formação RBCE*, 4(2).
- Consulado de Bolivia. (29 de 01 de 2016). EL VIVIR BIEN COMO FILOSOFIA DE VIDA "MADRID 2016". Madrid, España. [Video].
- Daza, H. (2010). *La sociedad moderna*. Caracas, Venezuela: Universidad Central de Venezuela.
- Díaz & Salgado. (2022). Diario de campo. *Notas de diario de campo*. Bogotá: Fuente propia.
- Flórez, C. M. (2017). Cuerpos, Sociedades e Instituciones a partir de la Última Década del Siglo XX en Colombia. *Doctorado Interinstitucional, Universidad Pedagógica Nacional*, 535.
- Gallo Cadavid, L. E. (2007). Apuntes hacia una educación corporal, más allá de la educación física.
- Gallo, L. E., & Martínez, L. J. (s.f.). LÍNEAS PEDAGÓGICAS PARA UNA EDUCACIÓN CORPORAL. Artigos, 18.
- García, E. A. (2015). El cuerpo y el espacio más allá del esquema motriz en la filosofía de Merleau-Ponty. In *IV Encuentro Platense de Investigadores sobre Cuerpo en las Artes Escénicas y Performáticas-ECART (La Plata, 2015)*.

- Lipovetsky, G. (s.f.). La era del vacío: Ensayos sobre el individualismo posmoderno. 23.
- Lugo, C. A. (2010). EL CICLISMO COLOMBIANO EN LOS ÚLTIMOS 20 AÑOS: CRISIS DEPORTIVA Y MEDIÁTICA. *PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA*, 114.
- Mamani, F. H. (2010). Buen vivir/ Vivir bien Filosofía, políticas, estrategias y experiencias regionales andina. *Coordinadora andina de organizaciones indígenas- CAOI*, 80.
- Mindeporte. (26 de noviembre de 2021). *Ministerio del Deporte*. Obtenido de <https://www.mindeporte.gov.co/?idcategoria=62345>
- Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*. Bogotá-Medellín: Revolución Educativa Colombia Aprende.
- Molano, M. Ä. (2015). DIDÁCTICA INTERESTRUCTURAL EN EDUCACIÓN FÍSICA. Armenia: Kinesis.
- Molano, M. Á. (2012). Fundamentos estructurales de la experiencia corporal. *Lúdica pedagógica*, 2(17).
- Ocampo Ramos, C. F. (2021). Biciviajar, moviendo y movilizandó conciencias: la experiencia corporal del ser interseccional al tejido social interseccional.
- Palacios Lacher, A. C., & Urquina Gulúma, R. F. (2020). DEPORTE PRAXIS: UN MEDIO PARA LA HUMANIZACIÓN. *FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA, LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR*, 61.
- Pallares Piquer, M., Planella, J., & Traver, J. (2016). Pedagogía del cuerpo y acompañamiento. Una combinación al servicio de los retos de la educación. *Universidad Jaume I de Castellón. Facultad de Ciencias de la Educación.*, 24.
- Pedroza Flores, R., & Villalobos, G. (2006). Entre la modernidad y la postmodernidad: juventud y educación superior. *Universidad Autónoma del estado México Toluca*.
- Pellón, E. G. (s.f.). INTRODUCCIÓN A LA ANTROPOLOGÍA SOCIAL Y CULTURAL. *Universidad de Cantabria*, 16.
- Pérez & Sánchez. La educación comunitaria: Una concepción desde la Pedagogía de la Esperanza de Paulo Freire. *Revista Venezolana de Ciencias Sociales, UNERMB*, Vol. 9 No. 2, 2005.
- Planella, J. (2020). *Cuerpo, Cultura y Educación*. Armenia Quindío: editorial Kinesis.
- Ramos, Á. A. (2020). Evaluación Formativa Participativa en Educación Física. Armenia: Kinesis.
- Ribera, J. P. (2005). Pedagogía y Hermenéutica del cuerpo simbólico. *Revista de Educación*, núm. 336, 14.
- Riveros, E. G. (2019). EL CICLISMO COMO PRÁCTICA DEPORTIVA QUE CONFIGURA SUJETOS. *UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL, GRUPO DE*

INVESTIGACIÓN EN EDUCACIÓN SUPERIOR, CONOCIMIENTO Y GLOBALIZACIÓN, 154.

Tecnológico de Monterrey. Observatorio de Innovación Educativa. (2015). Introducción: Aprendizaje Basado en Retos. Edu Trends | Aprendizaje Basado en Retos, 6 - 13. Recuperado de: observatorio.tec.mx/edutrendsabr

UNESCO. (2015). *Educación Física de calidad*. Paris: Organización de las Naciones Unidas, para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

ANEXOS

Anexo 1. Ejemplo invitaciones ambiente de aprendizaje

SER SOBRE LA BICI

ESCUELA DE FORMACION COMUNITARIA SOBRE LA BICI

INVITA: DOMINGO 9 DE OCTUBRE 7:40AM

PUNTO DE ENCUENTRO: PISTA PARQUE CANTARRANA

ESCUELA SOBRE LA BICI 7:40AM-9:30AM TOTALMENTE GRATIS

BICICLETERIA

EFC Sobre la Bici
Grupo de WhatsApp

QRCODE

@EFCsobrelabici

Anexo 2. Ejemplo Flyers convocatoria

Escuela de Formación Comunitaria Sobre la Bici

LA EFC SOBRE LA BICI
Es un proyecto comunitario surgido en la Localidad de Usme, desarrollado por estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional en la Licenciatura en Educación Física, como parte de su proyecto de grado, este busca propender la formación de un ser humano que sea capaz a través del uso de la bicicleta como un estilo de vida, de esta forma surge la idea de conformar una escuela con carácter comunitario que posibilite a todas las personas a tomar la bicicleta como una herramienta que se convierta en un estilo de vida sin importar el objetivo que se persiga. Por ello proponemos diferentes enfoques en los cuales las personas pueden participar y explorar el mundo de la bici.

ENFOQUES

APRENDE A MONTAR BICI
Ideal para las personas que quieren aprender a montar en bici, sin importar la edad, niños, jóvenes, adultos y adultos mayores serán capaces de afrontar sus miedos para movilizarse en bici.

RECREACIÓN EN BICI
Ideal para aquellas personas que quieren montar bici para explorar nuevos lugares de forma espontánea, ideal para las personas que recién se están adelantando en el mundo de la bici y quieren sentirse rodeados por un grupo y acompañamiento.

LA CIUDAD EN BICI
Ideal para aquellas personas que quieren iniciar a movilizarse por la ciudad en su bicicleta, modificando su estilo de movilidad y pasando de a la bici como medio de transporte, allí aprenderás a como sobreponte a la ciudad.

DEPORTE EN BICI
Ideal para aquellas personas que entrenan de forma frecuente, con la mejor grupal, con el candeley, característico y con las mejores rutas para explorar y explorar. Además de la posibilidad de llevar su entrenamiento al siguiente nivel, con mediciones periódicas, chequeos internos y entrenamiento ajustado.

Escuela de Sumapaz

EFC Sobre la Bici
CONTACTO: 301-741-8580 @efcsobrelabici

EFC
ESCUELA DE FORMACION COMUNITARIA

MATRÍCULATE GRATIS
ESCUELA DE FORMACION COMUNITARIA SOBRE LA BICI
NUESTROS ENFOQUES

APRENDE A MONTAR BICI **APRENDE A DESEMPEÑARTE EN LA CIUDAD**

EXPLORA NUEVOS LUGARES **ENTRENA COMO UN PRO**

TODAS LAS EDADES

VISITANOS EN:
PISTA PARQUE CANTARRANA
SABADOS 8AM A 10AM

DESDE USME PARA EL MUNDO

CONTACTO +INFORMACIÓN: 3017418580 @EFCsobrelabici

Anexo 3. Memorias ambientes





Anexo 4. Redes sociales EFC sobre la bici

Instagram: <https://www.instagram.com/efcsobrelabici/>

Correo electrónico: efcsobrelabici@gmail.com

Whatsaap: +57 3017418580