



**UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL**

*Educadora de educadores*

**LICENCIATURA EN ARTES ESCÉNICAS**

**PROYECTO DE GRADO PARA OPTAR POR EL TITULO DE  
LICENCIADO EN ARTES ESCENICAS.**

**AUTOCUIDARTE DESDE LA INFANCIA: UNA OPORTUNIDAD  
PARA APROXIMAR AL AUTOCUIDADO A TRAVES DE EXPERIENCIAS  
TEATRALES Y DANZARIAS**

**MUÑOZ VALCÁRCEL DIEGO ANDRES  
2018177028**

**GRANADOS CUELLAR NANCY YULIET  
2018177018**

**DIRECTOR DE PROYECTO  
MG. ROMANOFF CALDERON**

**BOGOTÁ  
JUNIO 2023**

## CONTENIDO

AGRADECIMIENTOS.....	6
UN INDICIO PARA TI QUE ESTAS AQUI.....	7
OPORTUNIDAD DE INVESTIGACIÓN .....	9
OBJETIVOS.....	13
Objetivo General:.....	13
JUSTIFICACIÓN.....	14
DIAGNOSTICO Y LECTURA DEL CONTEXTO .....	17
ANTECEDENTES .....	18
MARCO CONCEPTUAL .....	23
<i>Cuidado</i> .....	23
<i>Corporalidad</i> .....	25
Motricidad.....	26
Coordinación .....	27
Percepción .....	27
Ritmo.....	28
<i>Infancia</i> .....	29
Desarrollo cognoscitivo.....	29
Desarrollo físico .....	29
Inteligencia Emocional.....	30
<i>Experiencia</i> .....	32
<i>Autos</i> .....	32
Autocuidado .....	33
Autoconocimiento .....	34
Autorregulación.....	35
Autopercepción .....	37
METODOLOGÍA.....	38
Sistematización de Experiencias.....	42
Instrumentos.....	44
ENFOQUE .....	47
RECONSTRUCCION HISTORICA DE LA EXPERIENCIA.....	48
ANALISIS .....	49
El autoconocimiento desde la emoción. Periodo 2022-1.....	49

La autorregulación como un lugar de empatía. Periodo 2022-02.....	58
La autopercepción para la motivación. Periodo 2023-01 .....	68
Estrategias didácticas eficientes en la infancia para próximas investigaciones de Autocuidado.....	75
SER PROFESORES .....	78
CONCLUSIONES.....	79
REFERENCIAS .....	83

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Variación de muertes violentas en el 2022 .....	20
Figura 2: Porcentaje de muertes según manera. ....	20
Figura 3: Triangulación del proceso Metodológico. Fuente de elaboración propia. ....	41
Figura 4: Tasas de homicidios por agresión en los últimos 5 años en Colombia....	<b>¡Error!</b>
<b>Marcador no definido.</b>	
Figura 5: Estrategias pedagógicas mediadas por juegos cognitivos y códigos prácticos para la acción. ....	52
Figura 6: planeación en formato CET .....	52
Figura 7: Titirodromo dispuesto para lectura de cuentos .....	54
Figura 8: Samuel y su creación.....	55
Figura 9: Proceso de enseñanza aprendizaje desde lo cognitivo, desde lo creativo y “encuerpando” emociones. ....	56
Figura 10: Canción de las emociones <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YUNkY0U08KM">https://www.youtube.com/watch?v=YUNkY0U08KM</a> .....	57
Figura 11: Monstruos de las emociones. ....	59
Figura 12: Ruleta de las emociones .....	61
Figura 13: Dibujos de las cosas que motivan su vida.....	62
Figura 14: Ejercicio del Títere.....	63
Figura 15. Observación cuentos motivacionales. ....	64
Figura 16: Cartas de las emociones. ....	67
Figura 17. Rap del cuidado.....	69
Figura 18. Sesión 1 periodo 2023-1. Aprendiendo el rap del cuidado. ....	69
Figura 19. Parte favorita de mi cuerpo. ....	70
Figura 20. Parte favorita de mi cuerpo. ....	70
Figura 21. Rap del cuidado. Video: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5DWTz3U9YMg">https://www.youtube.com/watch?v=5DWTz3U9YMg</a> .....	71
Figura 22: <a href="https://youtu.be/ZTFPdHx9KsU">https://youtu.be/ZTFPdHx9KsU</a> .....	72
Figura 23: Títeres de las emociones. ....	73
Figura 24: La cumbia del buen trato. <a href="https://youtu.be/ZTFPdHx9KsU">https://youtu.be/ZTFPdHx9KsU</a> .....	74
Figura 25: Aporte de Autocuidarte a la línea investigativa CET.....	81

## LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Instrumentos de recolección de datos.....	44
Tabla 2. Fases de la experiencia. ....	48
Tabla 3. Estrategias didácticas eficientes en la infancia para próximas investigaciones de Autocuidado.....	75

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos inicialmente a Dios, por permitirnos compartir este proyecto y llegar al punto en el que está. al apoyo de nuestro tutor Romanoff Calderón, por brindarnos su orientación, compañía y motivación en este recorrido lleno de desafíos y oportunidades, que nos ha permitido crecer de manera íntegra, junto con los aportes y apoyo de nuestras madres Norma Cuellar y Claudia Valcárcel, por su comprensión, amor, escucha, empatía, compañía, paciencia y ante todo por ser la base fundamental para nuestro que hacer humano y profesional.

No podemos dejar pasar este momento sin agradecerles a nuestras tutoras de énfasis Claudia Torres y Diana Patricia Huertas por todos sus aportes e insumos que fortalecieron y potenciaron nuestro proyecto. Además, agradecemos a la comunidad LAE-UPN y a sus servidores, guardas, a don Carlos por su motivación, seguridad, cuidado y empatía, las señoras de servicios generales, Angelita e Isabelle, a los de almacén, Luz Molina y Carlos Benavides, a biblioteca y secretaria por gestionar espacios y escenarios educativos abiertos a potenciar nuestras ideas y desarrollarlas en autonomía. También a nuestros amigos que nos acompañaron durante la carrera, Camila, Ivonne, Karen, Jeffer y a quienes estuvieron cerca de nosotros en este tránsito y que nos llenaron de inspiración, motivación y afecto para cumplir este primer objetivo profesional. Por último, a los lectores de este trabajo quienes, ya terminado, lo mantienen vivo, deseamos que puedan aplicar, crear y compartir estrategias para darle continuidad a esta pertinente apuesta de educar desde el Autocuidado y las artes escénicas.

## UN INDICIO PARA TI QUE ESTAS AQUI.

El siguiente proyecto de grado titulado “Autocuidarte desde la infancia: una oportunidad para aproximar las prácticas de autocuidado” da cuenta de un proceso educativo adscrito bajo la modalidad de sistematización de la práctica pedagógica, llevada a cabo por dos profesores investigadores creadores (PIC<sup>1</sup> de aquí en adelante).

Lo que leerán es resultado, análisis y reflexión de las prácticas educativas llevadas a cabo por los PIC en la IED Florentino González, ubicada en la localidad de san Cristóbal, al sur oriente de la capital colombiana, durante 2022-1 al 2023-1 con los grados 1°y 2°, mediante lo que denominamos una fusión de contenidos educativos disciplinares y axiológicos transitados por experiencias traídas del estudio de las artes escénicas<sup>2</sup>.

Ahora bien, en el periodo 2021-2, las intenciones de los PIC estaban centradas en contenidos disciplinares del arte escénico, en torno al entrenamiento del actor. sin embargo, en el 2022-1 al reconocer y relacionarse con el contexto en la IED Florentino González, el proyecto fue dando un giro para centrar los intereses en torno a problemáticas (agresiones físicas), evidenciadas durante las primeras prácticas en trabajo de campo, dando paso al foco de la presente sistematización.

A partir de las afirmaciones anteriores, el autocuidado como una función reguladora del entendimiento del comportamiento y el trato que se le da a las relaciones interpersonales se estudia, analiza y reflexiona, desde una visión artística, pedagógica, psicológica, humana e integral, con el fin de aportar a la construcción del bienestar individual y social. este precisamente es el lugar de enunciación del actual proyecto ya que:

Hablar de autocuidado es referirse al valor, atención, interés, preocupación que se pone en sí mismo, y se debe ver reflejado en el cuidado a los demás y en lo que nos rodea,

---

<sup>1</sup> Profes investigadores Creadores.

<sup>2</sup> Las artes escénicas entendidas como todas las artes de la escena; teatro, danza, música y circo.

no sólo como una acción sino como un modo de ser y de vivir; lo que significa, una forma de coexistir y de convivir para construir el propio ser e identidad. (Trujillo. M, Melo. N 2017 pág. 35)

Así mismo, los PIC eligieron entre los énfasis<sup>32</sup> que posibilitaba la licenciatura (uno en procesos de creación desde las artes escénicas y otro en escenario educativos desde las artes escénicas), amplía el espectro en relación a las decisiones pedagógicas, investigativas, educativas y creativas, para fusionar este interés descubierto en torno al autocuidado en correspondencia a los énfasis elegidos, a partir de las experiencias transitadas a lo largo de la carrera, práctica pedagógica y de experiencias personales.

Para comprender analizar y reflexionar sobre las experiencias llevadas cabo durante toda la práctica, fueron necesarios unos ejes de organización que permitieron una ruta de análisis, por ende, aparecieron unos conceptos preliminares (*cuidado, corporalidad, infancia, experiencia*) que fueron la base para la gran categoría de análisis denominada Autos (*Autoconocimiento, autorregulación y autopercepción*). Categoría de análisis que fue construida y seleccionada, durante los acontecimientos ocurridos a lo largo de las sesiones de clase.

Por otro lado, la elaboración del presente escrito se realiza bajo el método Investigación Acción y el paradigma socio constructivista de orden cualitativo, es decir, forjado desde intenciones constructivas y afectivas. Las rutas de orientación usadas fueron: las Orientaciones Curriculares para la educación básica propuestas por el MEN, que posibilitó a los docentes, mayores alternativas de mediación, usando además como referencia, la metodología CET<sup>4</sup>, indagando en la función pedagógica que incita el aprendizaje situado en un contexto particular y con unos antecedentes socio culturales buscando alternativas que movilicen aprendizajes integrales en los niños, de manera que

---

<sup>3</sup> En la licenciatura en Artes Escénicas de la Universidad Pedagógica Nacional en el ciclo de profundización, se ofertan tres énfasis dependiendo del interés de cada estudiante; Escenarios educativos de las artes escénicas. Contextos de gestión teatral, artística y del campo cultural. Procesos de creación desde las artes escénicas.

<sup>4</sup> Línea de investigación en práctica pedagógica: Cuerpo Expresivo Triuno.

razonen los aprendizajes, los creen y además los accionen en el espacio académico que tenga también repercusión en su actitud frente a la vida.

Finalmente, las reflexiones plasmadas al final son el resultado de una serie de sucesos trascendentales que se originaron luego de diversas situaciones vividas por los docentes en su paso por las instituciones educativas y tras reconocer la necesidad de la población, junto a los deseos pedagógicos de los PIC. Se realizaron unas planeaciones de clase y diarios de campo que permitieron comprender y modificar semana a semana los contenidos propuestos por los docentes a cargo y replantearse día a día su labor como PIC en formación y a su vez aportar a la construcción de sujetos, más sensibles, más consientes, más sabios, más cuidadores, más humanos.

### **OPORTUNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

En primer lugar, esta investigación tiene como punto de partida la reflexión en cuanto a las consecuencias que dejó la pandemia en el año 2020. Desde allí surge un cuestionamiento en particular con relación a los hábitos o prácticas de autocuidado, ya que en los hogares empezaron a aparecer necesidades como: alimentación saludable, el desahogo tras una conversación, oír/cantar/bailar una canción, leer un libro, el aprovechamiento del tiempo; no en términos de productividad, sino en términos de cuidado emocional y salud mental, a través del arte.

Este hallazgo fue producto de la observación y de la relación del contexto, durante las primeras sesiones, en las que, analizando en clase, se indago en torno a las prácticas habituales en el hogar y en el colegio de los estudiantes; sus gustos y disgustos, las percepciones de sí mismos y sus motivaciones, para que los PIC comprendieran un poco más lo que rodeaba a los niños y niñas del IED y así plantear un proyecto que le apuntara a las necesidades de los participantes.

De hecho y entrando en diálogo con las profesoras de terreno, fue pertinente resaltar la relación con las plataformas virtuales y los procesos artístico-corporales que comenzaron a aparecer en la postpandemia y esto con el fin de mantener el cuerpo activo y la mente tranquila de los estudiantes, después de varios meses en confinamiento, lo que deja en evidencia también la carencia y, a su vez, necesidad de autocuidado integral que habitaba

en el colegio Florentino Gonzales I.ED. y en general en el contexto Colombiano, pues *"En el contexto de la postpandemia y reconciliación para la paz, es prioritario reconocer que la salud mental de la población plantea grandes desafíos. Mitigar los efectos que generó la pandemia y la afectación de la población víctima de la violencia sociopolítica es una necesidad latente, a la cual se le espera dar respuestas inmediatas y a largo plazo con acciones de alto impacto, factibles y financiables"* (Bautista N. Octubre 2022)

Fue así como al llegar a la IED Florentino González en las primeras prácticas situadas en el aula se encontró que la receptividad de los niños era de escucha reducida, poca atención, permeados por las violencias, la apatía y el desinterés. Insumo observado por los PIC en las reacciones de los estudiantes en el aula y en concordancia, dialogando con las profesoras de campo, causal reactiva de los cambios en las costumbres educativas que venían llevando las y los niños en casa. Pues el tránsito entre 2 años de virtualidad, al encuentro presencial, genero transformaciones actitudinales en los niños, lo que oriento las pesquisas de indagación de este proyecto en la IED.

Cabe anotar que el colegio no cuenta con un currículo específico en cuanto al arte, sin embargo, cuenta con un enfoque diferencial de talentos sobresalientes, que potencia las diversas capacidades de los niños, para que puedan indagar y desarrollar habilidades enfocadas a sus gustos desde su infancia a través de distintos ambientes de aprendizaje explorados en el E.I.T<sup>5</sup>, el cual en el ciclo de primero a tercero se desarrolla en un proyecto llamado “nos movemos y jugamos al ritmo del mundo”World, entre otros. Una vez el estudiante ha pasado por los EIT en los grados de primaria, ingresa en bachillerato al PIF<sup>6</sup> que propone realizar articulaciones con P.I.E.S<sup>7</sup> Compañías y posibilitadores de aprendizajes focalizados a las habilidades y pasiones de los adolescentes y acercarlos a situar y profesionalizar sus deseos, potenciar sus habilidades de acuerdo a sus capacidades.

Es así como los PIC, entrando en diálogo con las dinámicas institucionales y luego de los primeros encuentros en clase con los niños de los cursos 101 y 102 en el 2022-2, se

---

<sup>5</sup> Espacio Integral de Talentos. Énfasis del colegio Florentino Gonzales que le apuesta al desarrollo de habilidades básicas para el desarrollo de habilidades superiores.

<sup>6</sup> Plan Individual de formación, para el desarrollo de habilidades.

<sup>7</sup> Plan institucional de educación superior, busca instituciones universitarias que permitan seguir desarrollando las habilidades del niño.

percatan que, producto de la pandemia, nuevamente las personas dejan de lado estas alternativas de autocuidado artístico-corporales que en el punto más difícil de la pandemia les generaban calma y tranquilidad. Hay que mencionar, que una vez indagado y analizado el contexto, se logró identificar que, debido a esta falta de autocuidado desde la niñez, los comportamientos de los individuos en la mayoría de los casos repercuten en edades mayores, en descuido, violencia, depresión, ansiedad, estrés, intentos de suicidio, impulsos sin control y demás patologías que se sufren actualmente y se han acrecentado durante los últimos 5 años<sup>8</sup>.

Además, conviene señalar que el proyecto afianza sus raíces desde la necesidad y la reflexión que tienen los PIC con respecto a generar experiencias artísticas que concienticen el autocuidado y que se articulen con los intereses institucionales.

Adicional a ello, que en la infancia se trabajen propuestas educativas de sensibilización, reconocimiento y cuidado emocional, ya que muchas veces, durante la infancia, estas prácticas son omitidas por otras de carácter más académico, de memorización de contenidos y menos humano y de relacionamiento con todo lo que nos rodea. Lo anterior también se debe, a la poca importancia que se le da al autocuidado en ámbitos educativos, por tanto, no se brinda una oportunidad a los niños y niñas de realizar prácticas en las que reconozcan su inteligencia emocional y la puedan aplicar en las dimensiones corporal, sensible, humana y mental.

Algo semejante ocurre, con las estrategias que regulen sus comportamientos, que les brinden posibilidades de indagar en sus procesos internos y perceptivos. En cambio, comienzan a parecer un alto número de tareas y compromisos pendientes a medida que crecen.

Se decidió elaborar este proyecto con esta población, ya que, sumado a lo anterior, ofrece oportunidades para el “desarrollo próximo”, no sólo en las dimensiones físicas, sino también, en las competencias cognitivas, sociales, emocionales y autónomas.

Durante el proceso de intervención en la IED Florentino González, algunas de las docentes de los grados preescolar, primero y segundo, mencionaron en la reunión inicial de la práctica, la necesidad de movilizar contenidos artísticos que involucren el

---

<sup>8</sup> *Tasas de homicidios por agresión en los últimos 5 años en Colombia (Tomado de; Boletín Técnico Estadísticas Vitales (EEVV) II trimestre 2022pr, acumulado 2021pr y año corrido 2022pr).*

reconocimiento del cuerpo y de la sensibilización de los sentidos y las emociones, es así como pudimos sumar con nuestro proyecto, al espacio académico de mundo lúdico, que fue en el que se materializó Autocuidarte.

Siguiendo con lo anterior se llevó a cabo los intereses articulados del colegio y los intereses de los investigadores, pues se encontró en los lineamientos propuestos por el MEN respecto a la infancia capítulos que fortalecen el proyecto como: sensibilidad, apreciación estética y comunicación, solo por mencionar algunos. Es por ello, que fue propicio utilizar experiencias teatrales y danzarias para desarrollar diferentes habilidades corporales que permitieran indagar en los procesos motrices, expresivos, sensitivos y relacionales de los niños y niñas del colegio tomando como eje transversal el autocuidado.

Efectivamente tras un proceso de observación y reflexión se logró identificar que la capacidad de atención, escucha, cuidado por el otro y por sí mismos de los y las niñas era un poco inconsciente; sus reacciones e impulsos, siempre iban de la mano del instinto, captaban las instrucciones de distintas maneras, por ejemplo: en algún momento la instrucción fue “vamos a deslizarnos lentamente por el espacio” y algunas de sus reacciones fueron, lanzarse al suelo de manera agreste y sin cuidado, descontrolar sus cuerpos de manera abrupta y en algunos casos hasta golpearse entre ellos, lo que gestó un cambio en los contenidos planteados producto de esta nueva necesidad encontrada y articulada.

En ese orden de ideas, partiendo de esas primeras experiencias, se decidió dar un giro a aquellas expectativas y transformarlas de acuerdo a las necesidades que se estaban observando, es así, como se encontró propicio utilizar la danza y el teatro para desarrollar habilidades corporales y de pensamiento que permitieran indagar en los procesos de comprensión del autocuidado en los estudiantes y así, fortalecer transversalmente los procesos de autoconocimiento, autorregulación y autopercepción que potencien a su vez, las capacidades motrices, expresivas, sensitivas, emocionales y relacionales de los niños y niñas del grado primero.

Todo lo relacionado en el presente capítulo, permite realizar el siguiente cuestionamiento.

¿Cómo relacionar los contenidos escénicos y pedagógicos aprendidos en la licenciatura en artes escénicas para contribuir a la concientización del autocuidado desde la infancia?

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General:**

- Relacionar contenidos escénicos aprendidos en la licenciatura en artes escénicas para concientizar sobre el autocuidado en la infancia desde experiencias teatrales y danzarías, con los niños y las niñas de grado primero y segundo del Colegio Florentino González.

### **Objetivos Específicos:**

- Reconocer la percepción que tienen las y los niños del colegio Florentino González durante experiencias teatrales y danzarías, para realizar un diagnóstico que permita ahondar e indagar en el autocuidado y la conciencia.
- Sistematizar la experiencia obtenida con los niños y las niñas de grado primero y segundo del Colegio Florentino González sobre el autocuidado, a partir de experiencias danzarías y teatrales.
- Crear experiencias teatrales y danzarías desde las nociones comprendidas de autocuidado abordando contenidos de la intervención pedagógica.
- Reflexionar en torno a lo sucedido en el proceso de prácticas para aportar conceptualmente al modelo de práctica formativa desde la herramienta metodológica Cuerpo Expresivo Triuno como proyección para la enseñanza del arte escénico en la escuela.

## JUSTIFICACIÓN

En primer lugar, es necesario comprender que los PIC del presente proyecto de grado al ingresar a la UPN<sup>9</sup> tenían intenciones de profesionalizar o formalizar sus deseos pedagógicos y pasiones artísticas, es así, como fueron descubriendo y reflexionando acerca de la necesidad de una formación integral que se puede justificar en términos propios, comprendiendo todos los elementos y/o aspectos de la vida.

El cuerpo, los pensamientos las emociones y el ser. Además, que transite al igual que en la carrera, por un recorrido que partió desde el autoconocimiento y la autopercepción y que adicional a ello, amplió el reconocimiento a un nivel individual, relacional y social

¿Por qué Autocuidarte desde la infancia?

El lugar fundamental donde se puede prevenir, reconocer, estudiar, comprender y transformar la diversidad de sucesos, emociones y aprendizajes, en términos culturales y educativos que trascienden a espacios públicos para concientizarse de manera profunda, humana, artística, política, religiosa, científica, filosófica, ética y hasta moral es la educación y son las instituciones educativas, las que tienen esta posibilidad y deber social, ya que reúnen cientos de cuerpos y mentes que trabajan mancomunadamente en pro de la apropiada crianza ya que *“Toda persona debe lograr desarrollarse física y emocionalmente sana, fuerte y feliz; pueda explorar, jugar y aprender a aprender; y tenga las capacidades para establecer relaciones significativas, trabajar y prosperar”*. (UNICEF, 2023).

Si bien cada persona desde niño debería aprender a ser feliz y ser fuerte. Sin embargo, asocian estos términos a la capacidad que tiene cada individuo de salir al mundo a hacer parte de él. Desafortunadamente hay una “educación para el trabajo”, la productividad. Precisamente este proyecto le apunta a una enseñanza desde el autocuidado, ya que infiere

---

<sup>9</sup> Universidad Pedagógica Nacional.

en el conocimiento propio y en las capacidades propias a través de prácticas corporales que permiten explorar los deseos de cada niño y niña, porque en definitiva humano que se cuida y se conoce también cuida y respeta su entorno junto las personas que lo rodean<sup>10</sup>.

Sin duda alguna, actualmente la falta de cuidado propio ha generado en la sociedad colombiana grandes tasas de violencias verbales y físicas que terminan en suicidios y asesinatos, de hecho el Ministerio de salud hace énfasis en uno de sus tomos<sup>11</sup>: “ *Hay una secuencia de eventos denominado proceso suicida que se da de manera progresiva, en muchos casos e inicia con pensamientos e ideas que se siguen de planes suicidas y culminan en uno o múltiples intentos con aumento progresivo de la letalidad sin llegar a la muerte, hasta el suicidio consumado*” (Cañón B. 2015 SC. ENSM).

Lo anterior habla precisamente de como las violencias por parte de otros individuos se ven afectadas en la integridad de un ser humano que inconscientemente no tiene las capacidades para identificar su valor en términos de integridad, lo que genera depresión y enfermedades. En ese orden de ideas el porqué del actual proyecto, se fundamenta en mitigar no solo las violencias mencionadas sino las ausencias de una educación integral que se promueva desde lo corporal, lo psicológico y lo artístico, a través del cuidado propio, pues en sí mismo proporciona pensamientos positivos que no intentan dañar al otro y no hay mejor etapa que desde las infancias, pues no es un proceso fácil, son hábitos que hay que ir trabajando día a día en la vida y comprenderlos desde niños es la oportunidad para desarrollar prácticas de autocuidado conscientes.

¿Para qué con arte?

En cuanto a la perspectiva de los PIC el arte es la oportunidad para concientizar usando como medio experiencias teatrales y danzarias sobre el autocuidado, pues a través de propuestas pedagógicas autorregular las emociones es el punto de partida propicio para

---

<sup>10</sup> “Hablar de autocuidado es referirse al valor, atención, interés, preocupación que se pone en sí mismo, y se debe ver reflejado en el cuidado a los demás y en lo que nos rodea, no sólo como una acción sino como un modo de ser y de vivir; lo que significa, una forma de coexistir y de convivir para construir el propio ser e identidad.” Trujillo. M, Melo. N (2017 pág. 35) ESTRATEGIAS DE AUTOCUIDADO, COMO UNA ALTERNATIVA DE FORMACIÓN DE CIUDADANOS.

<sup>11</sup> Es una obra escrita de pensamiento o estudio; puede formar parte de un mismo volumen junto a las otras partes, o estar encuadrada de manera independiente y con paginación propia.

el proceso que propone el psicólogo Daniel Goleman en su texto “inteligencia emocional” texto que se fundamenta en el proceder pedagógico-artístico y creativo, concibiéndolo desde una visión más global en ámbitos educativos, psicológicos y de salud mental para reconocer, reparar, sanar, anticipar, prevenir y construir comunidad desde dicha fusión de arte y salud mental.

Lo que permite afirmar que las experiencias danzarias y teatrales son apropiadas para que los niños y niñas las comprendan como prácticas de cuidado a través del juego, de la diversión y del cuidado del otro, esto se debe a que se mejora la motricidad, se aprende a respetar el cuerpo del otro y cuidar el cuerpo propio ya que, se genera un proceso de reconocimiento corporal en el cual se empieza a desarrollar la autopercepción permitiendo al ejecutante saber en qué lugar está espacialmente y por ende dónde está cada parte de su cuerpo, lo que involucra una conciencia corporal fundamental para el proceso de apropiación personal.

Por otro lado, los conceptos que apoyan el presente proyecto de grado se relacionan con los estudios y la experiencia de los docentes a cargo, ya que con el paso del tiempo y durante la vida académica, comienza a aparecer la necesidad de tener experiencias de autocuidado que generen una estabilidad, emocional, física y mental; debido a la carga académica, a las adversidades de la vida cotidiana, los cambios anímicos y reacciones o posturas incorrectas o inapropiadas naturalizadas, lo que después de reflexionar afirma la inconciencia de las herramientas que brinda el arte escénico para la estabilidad emocional en momentos difíciles, lo que sin duda alguna posibilita apostarle a construir desde la infancia estos elementos vitales de la vida en sociedad, de manera divertida y consciente.

En efecto con lo anterior, en el lugar de seres humanos y seres sociales, este proyecto le apuesta a generar relaciones de manera consciente, escuchar y comunicar de manera asertiva, respetar las opiniones ajenas, reconocer particularidades y diferencias de manera responsable y poco a poco construir la mejor versión de cada uno de los participantes, porque si bien se sabe Colombia es un país donde las cifras de depresión, conductas suicidas, matoneo, acoso callejero, violencia, intolerancia, van en constante crecimiento, por lo que los investigadores los conciben como deber profesional, indagar en la

resolución de estas graves problemáticas a través de los aprendizajes y teniendo en cuenta las misiones institucionales que debe tener un egresado de la UPN.

Paralelamente en el lugar de artistas para dejar material creativo que pueda ser utilizado por futuros docentes o personas afines, que a través del arte y la salud mental puedan o quieran construir proyectos con poderosas reflexiones que puedan ser puestos en escena con títeres, canciones, coreografías o expresiones artísticas que fomenten al arte y la cultura con principios de cuidado y conciencia.

### **DIAGNOSTICO Y LECTURA DEL CONTEXTO**

La elaboración de este proyecto de grado se efectuó en la I.E.D Florentino González, ubicado en la ciudad de Bogotá D.C, en la localidad cuarta de San Cristóbal, al suroriente de la capital colombiana. Una localidad estratificada en 1,2 y 3 comprendida, en términos coloquiales, como un sector popular.

Por consiguiente, el colegio Florentino González es una oportunidad propicia para llevar a cabo un proyecto de aula que permita relacionar a los estudiantes con la importancia de nociones de autocuidado, para mitigar esas acciones mencionadas anteriormente, además entendiendo que el colegio Florentino hace parte de los 22 colegios públicos de Colombia que tiene un énfasis que brinda a los estudiantes espacios de formación les ayudan a sus proyectos de vida, llamado TAS<sup>8</sup>, el cual tiene como propósito fundamental encaminar y habilitar a los y las estudiantes del colegio a seguir su proceso académico desde sus propias habilidades y capacidades, que además se han ido trabajando durante su paso por la institución.

No obstante, y entrando en diálogo con la visión y la misión del colegio, el actual proyecto retroalimenta estas dinámicas pedagógicas que le apuestan a la construcción de seres humanos, inclusivos, con una mejor calidad de vida desde los escenarios educativos que evidentemente se propician en las aulas:

**Visión:** el colegio Florentino González IED en la localidad 4° de San Cristóbal pretende para el año 2025 ser promotora del reconocimiento y la atención a estudiantes con capacidades y/o talentos excepcionales, basado en una educación inclusiva y diferencial; mediante una formación autónoma, crítica y responsable que permita integrarse y transformar positivamente su entorno y consolidar su proyecto de vida.

**Misión:** El colegio Florentino González (IED) con énfasis en atención a estudiantes con talento académico sobresaliente busca explorar, identificar, enriquecer y potenciar las habilidades y talentos de los educandos a través del desarrollo de actividades y ambientes de aprendizaje propicios para el crecimiento académico y personal permitiendo transformar su entorno inmediato, logrando mejorar su calidad de vida mediante la construcción del proyecto de vida

En ese sentido este proyecto de autocuidarte, aporta y se relaciona con las intenciones institucionales del colegio, pues promover el reconocimiento de capacidades, implica el autoconocimiento de cada sujeto, lo que intrínsecamente hará consolidar sus decisiones para cambiar positivamente su percepción del entorno, esto a través de experiencias con la danza y el teatro.

## ANTECEDENTES

A propósito de los intereses hallados en el recorrido para la profesionalización de los PIC, y ya situados en el contexto y en el tema del autocuidado, antecedemos esta investigación, indagando en las dimensiones que comprenden: el cuerpo, la sensibilidad, la razón y la emoción.

Encontramos el cuerpo como un lugar de enunciación, que habla a través de imágenes y movimientos, que siente a través de sensaciones térmicas, canales, flujos fisiológicos y cognitivos. Concebimos un cuerpo que se conoce, cuida y potencia, a partir del movimiento, pues este es el medio de expresión más completo en términos de comunicación. Cuando las palabras no pueden decir, los cuerpos pueden expresar.

En esta propuesta le apostamos además “*al despertar del cuerpo concibiéndolo como el primer territorio, ya que en él se configuran opresiones, memorias, resistencias y discursos que niegan su carácter político y transformador. Es por ello que la apuesta radica en ese despertar de nuevo, en el sentir y el escuchar de cada cuerpo, y así lograr un lugar de enunciación que transgreda los discursos hegemónicos, los moldeamientos sociales, la invisibilización, las lógicas de poder y exclusión que todos tenemos implantados en él*” (Beltrán. D, Ochoa. N, Olaya. J, 2016. Pg. 18.)

Reconocer los sistemas del cuerpo que se concibe también como “*territorio social, político y escenario de transformación*” (Beltrán. D, Ochoa. N, Olaya. J, 2016. Pg. 18.) Estudiarlo anatómicamente, los sistemas que lo componen, óseo, nervioso, muscular, circulatorio, digestivo, linfático, hormonal, y así entrar en diálogo con sus saberes adquiridos en torno a sí mismos en cada cuerpo, es decir autoconocimiento y a su vez reconocimiento de capacidades y habilidades, desde lo corporal, las cuales tienen resonancia en las otras dimensiones mencionadas, pues los estímulos del movimiento y el pensamiento es así como comenzamos a realizar una indagación de autores que pudieran aportar, con los que entraremos en diálogo para generar las estrategias didácticas que devendrán y evolucionarán durante el proceso y de acuerdo a las necesidades situadas en la IED.

Es así como se empieza la indagación de autores, pedagogos, datos, noticias y tesis similares, que nos aproximan al autocuidado, desde una visión artística, pedagógica y humana. Ahora bien, por mencionar algunos de quienes tomamos insumos teóricos y/o prácticos para enriquecer nuestro proceso: Augusto Boal, Moshé Fendelkrise, Rudolph Von Laban, Dorothea Orem, Julián de Zubiria, Medicina legal, la policía nacional y elementos que sustentaran la relación y aclararan estas decisiones. Durante esta investigación se trajo a colación ó, en consecuencia, noticias de suicidios de personas cercanas. Por ejemplo:

### Variación porcentual de muertes violentas con respecto al año 2022\*, según manera.

Colombia, año 2023\* (enero)

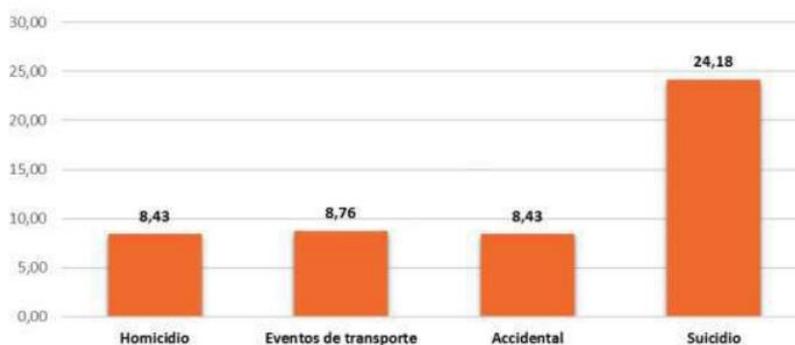


Figura 1: Variación de muertes violentas en el 2022

Es el panorama actual en cuanto a suicidios, sumado a ello teniendo en cuenta el aumento el 49% en tasas de homicidio en Colombia, así lo expresa medicina legal:

### Porcentaje muertes violentas según manera.

Colombia, año 2023\* (enero)

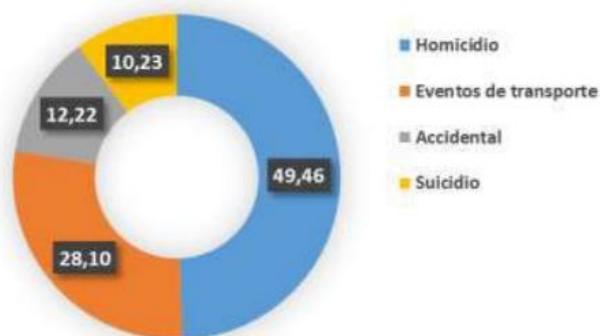


Figura 2: Porcentaje de muertes según manera.

De modo similar, el aumento sustancial en las violencias de género, intrafamiliar, feminicidios, entre otros, que antecedieron las decisiones pedagógicas, las cuales dejaron de ser con un enfoque disciplinar hacia el entrenamiento del actor, que fue la propuesta inicial y se fusionó con los intereses axiológicos de los investigadores y las necesidades que se pudieron evidenciar en la IED Florentino González.

Aparecieron además debido a las tutorías, diálogos y encuentros nuevos lugares de indagación y de creación como: la musicoterapia que “responde a la crisis existente, en

nuestra sociedad, en el área de la vida emocional del ser humano y por ende en la educación emocional de nuestros niños y adolescentes” (Blasco. P, Serafina. G. Diciembre, 2001).

Cabe mencionar además como antecedente importante, el encuentro en danza somática “SOMA” del semillero de la Universidad Javeriana, en el que estuvo uno de los PIC. El cual despertó intereses que aportaron al proyecto desde la autopercepción y la danza, somática y contemporánea, haciendo extracciones y adaptaciones desde allí para movilizar el autoconocimiento, usando las cualidades de movimiento de Rudolph Laban<sup>12</sup>, también, entre otros, se indago a Moshé Feldenkrais de quien se apropió el termino de “encuerpar” desde su teoría de “embodiment”<sup>13</sup> para que cada sujeto aprenda desde su propia experiencia.

No cabe duda de que todos los autores nombrados anteriormente brindaron insumos para el relacionamiento con la danza sanadora, terapéutica, ya que dieron insumos para expandir las nociones de autoconocimiento, autorregulación y autopercepción llevándolo a una dimensión más integral: cuerpo, mente, emoción y sociedad.

En este punto se comienza a pensar qué factor podría permitir al niño saber quién es, forjar unos principios de identidad, reconociendo que es único, pero con los mismos derechos y deberes expuestos en la constitución política que nos hace iguales al resto del mundo que lo rodean y que por tanto esta otredad también debe ser respetada; es así como *“El autocuidado aparece como forma de ser esencialmente ética. Es algo más que un acto y una actitud entre otras; se plantea que el cuidado es existencialmente a priori a toda posición y conducta fáctica del ser ubicado, es decir, que se halla siempre en ella”*(Escobar M, Pelaez Z, Duque J. 2011. Pag.136)

Significa esto que el cuidado se encuentra en la raíz primera del ser humano, antes de que este actúe, y todo cuanto haga irá siempre acompañado de cuidado e impregnado de

---

<sup>12</sup> De las diferentes combinaciones de los elementos del movimiento y las acciones de base surgen las cualidades o acciones de movimiento; <https://lamusicoterapia.com/movimiento-sistema-laban/>

<sup>13</sup> El concepto de “incorporación” o “embodiment”, se refiere a una **sabiduría corporal**, capaz de decidir por sí sola y en constante relación con el entorno, interactuando con procesos mentales y emocionales. Estos diferentes campos, se influyen mutuamente, cada uno con su propia particularidad de funcionamiento. (Ramon, S, 2018, febrero 28)

cuidado. Significa reconocer que el cuidado es un modo de ser esencial, es una dimensión frontal, originaria, ontológica, imposible de desvirtuar. En este orden de ideas, el autocuidado ubica el cuidado referenciado a sí mismo, teniendo en cuenta que la responsabilidad de proporcionarse una vida saludable se centra en cada persona a partir de su formación durante toda la vida.

Así mismo para los investigadores de este proyecto de grado el autocuidado es parte fundamental, *“El autocuidado: un compromiso de la formación integral en educación superior”* Este escrito indaga el autocuidado desde diferentes perspectivas teóricas con el fin de reflexionar sobre la importancia de profesores integrales desde la noción de autocuidado, comprendida como la conciencia sobre lo que es la vida, el cuerpo, la salud y el bienestar, incluyendo las esferas que constituyen al ser humano.

Es precisamente en cuanto a la dimensión humana, que se requiere al igual que la capacidad cognitiva o física, que debe integrarse el cuidado como condición especial de la vida para trabajar todas las funciones de reconocimiento, es que es la capacidad de autogobernarse y permite manejar la propia vida para situarse desde cada individualidad teniendo todas las posibilidades que ya conoce el sujeto, debito a la formación que ha recibido desde una educación de autocuidado.

Por otro lado, pero teniendo en cuenta que el autocuidado es el lugar de enunciación este proyecto de grado y revisando desde los contextos propios académicos, se indago en el proyecto denominado *“Pedagogía del cuidado y del autocuidado. Una apuesta formativa desde las historias de vida de niños y niñas en ciudad Bolívar”*. De una estudiante que hizo su maestría en educación en la Universidad Pedagógica Nacional, su tesis habla de una educación desde el cuidado y el autocuidado planteándolos como lugares de respeto y empatía ante las adversidades de la sociedad que los rodea. Ella lo desarrollo con niños de quinto grado que oscilan entre los 10 y 14 años los cuales están expuestos ante violencias a nivel social, familiar y hasta escolar, por eso mismo la investigadora de este proyecto hace un trabajo desde las historias y experiencias de vida de los niños y niñas del colegio Buenos aires con el fin de explorar y reconocer el cuidado y autocuidado desde el reconocimiento propio y como a través de este, se respeta y se cuida la vida del otro.

De esta manera se entiende el autocuidado como una forma de ser y de vivir en el mundo, ya que es una problemática que abarca a todos, la falta de solidaridad con el otro es un reflejo de la falta de conocimiento de cada uno de falta de prácticas de autocuidado que tiene cada individuo, lo que permite mirar y observar al otro desde el juicio de valor y sin comprenderlo como un ser que tiene una vida y pasa por diferentes situaciones que lo confrontan.

## MARCO CONCEPTUAL

A continuación, la fundamentación del siguiente trabajo de grado está organizada de manera estratégica para que permita al lector ir ahondado en los conceptos e ir comprendiéndolos paso a paso, es por ello, que esta conceptualización está dividida en cinco categorías preliminares de indagación, las cuales son; cuidado, corporalidad, infancia, experiencia. Estas categorías estarán acompañadas de otras subcategorías que fueron halladas en el proceso de investigación y que apoyan la conceptualización del mismo y que sirven para lo que deviene al final de este marco en lo que se denominó como los *AUTOS*, que incluye: *el autoconocimiento, la autorregulación y la autopercepción*, descritos más adelante y entendidos como las categorías de análisis en el desarrollo del documento.

Así mismo, permitirá al lector contextualizarse sobre las bases en las que los investigadores se plantearon este proceso investigativo, sin embargo, podrán sacar sus propias concepciones desde el diálogo teórico que se propone en el siguiente marco.

### ***Cuidado***

Siempre al referirse al cuidado de cuidado, regularmente se habla de hábitos de aseo que proporcionan a los individuos una mejor calidad de vida, e indiscutiblemente es así sin embargo, el cuidado va más allá de los hábitos de aseo que cada quien realiza, pues la palabra cuidado significa un compromiso propio que esta arraigado con el sistema de supervivencia desde la pre historia, pues si bien durante aquella época accionaban desde las necesidades humanas que siempre va a ser la respuesta a algún habito de cuidado que

se tenga es por ello que es imprescindible tener hábitos que pasen por el cuerpo, la mente y el alma; pues estamos en una sociedad que va muy rápido y nadie se detiene a pensar o a preguntarse ¿Qué me dice mi cuerpo? ¿Qué necesita mi cuerpo?

Siguiente con lo anterior, al hablar de cuidado personal se entiende como el conjunto de hábitos que hace una persona sobre su corporalidad, ya sea para convivir en sociedad o por una serie de enseñanzas que se han aprendido desde pequeños, además hablar de cuidado personal conlleva a hablar de las necesidades personales que cada individuo tiene desde sus costumbres y estilo de vida *“El cuidado personal comprender las habilidades relacionadas con el aseo, la comida, el vestido, la higiene y el aspecto personal”* (Fundación Iberoamericana Down 21. )

Evidentemente la sociedad actualmente está pensándose siempre desde la imagen proyectada<sup>14</sup> es por ello que es tan importante para las relaciones personales, entonces, una apariencia externa descuidada puede ser suficiente para producir un rechazo social que impida la inclusión en la comunidad. En la vivienda es donde se ha de desarrollar el cuidado personal y en donde se han de potenciar todas las habilidades y destrezas de la autonomía personal.

En ese orden de ideas, se entiende que el cuidado personal son todos aquellos cuidados externos del cuerpo, es decir, lo corporal, los cuales están estrechamente ligados con el desenvolvimiento del individuo en la sociedad, ya sean en sus procesos laborales, académicos, personales, etc; aunque este se encuentra como un factor clave para este proyecto, también es importante saber cómo se encuentra el cuerpo íntimamente, es decir que pasa en sus procesos propios, pues todo proceso externo necesita de uno interno, es por ello que esta investigación se acentúa desde el autocuidado ya que permite que el niño se cuide de adentro hacia afuera y no solo se comprenda como un ente que debe tener una apariencia superficial y fue precisamente así como los niños del colegio describían las prácticas de cuidado, en las primeras intervenciones, pues decían que cuidado era lucir bien, estar fuertes, oler rico, estar limpios, bañarse las manos y demás prácticas que hacen parte, sin embargo se vuelven banales si no son consciente del porque hacerlo.

---

<sup>14</sup> Imagen transmitida de forma deliberada por los diversos agentes, a través de los medios de comunicación

### ***Corporalidad***

La corporalidad se concibe como esa parte del ser humano con la cual puede exteriorizar todas las emociones y sentimientos desde sus propias experiencias, lo que quiere decir que cada individuo expresa sus emociones desde su propia apropiación del mundo que lo rodea, lo que es fundamental en la relación con el autocuidado, ya que el cuerpo es por donde se transita en el mundo, lo que evidentemente tiene una implicaciones sociales y personales, lo que permite *“Mediante una práctica corporal, el cuerpo practica formas de la experiencia, porque con el movimiento corporal se expresan modos de ser de la persona, y la percepción que esta persona tiene de ello que puede generar una determinada experiencia.”* (Gallo E, 2012, pag.2)

A propósito, lo anterior, permite pensarse la corporalidad como el primer lugar de enunciación del proceso de aprendizaje, ya que todas las experiencias tienen que pasar por el cuerpo, para que sean significativas y para que generen resonancia en cada individuo. Es así como cada sujeto es libre de tomar una decisión desde la experiencia vivida, pues si bien todo lo que esta alrededor construye a cada individuo, sin embargo, cada uno es dueño que su cuerpo y de las decisiones que se permite tomar del mundo exterior y lo que en efecto lo van a caracterizar como ser humano dentro una sociedad.

Dicho lo anterior, durante la infancia los niños están aprendiendo sobre lo que está a su alrededor por eso es importante plantear en las escuelas una educación que permita educar desde las necesidades propias, desde el reconocimiento individual, es importante que desde estas edades se empiece a generar lugares de enunciación personales, para que cada niño y niña, sea consciente sus emociones y sentimientos frente a diferentes vivencias.

La corporalidad, en tanto, hace referencia más bien a la realidad subjetiva, vivenciada o experiencia da; por ello está en la intencionalidad de la vida psíquica. La corporalidad es historia vital interna, madura hacia la diferenciación; en tanto cada cual tiene su propia historia individual y no se limita al volumen del cuerpo, es capaz de extenderse e incluso tomar posesión de los objetos del espacio (Zegers, G. 2018 pag.117).

En este punto es vital comprender que cuando se habla de corporalidad, no solo se habla del cuerpo exterior también, se habla de todos los procesos internos por los que se atraviesan durante una vivencia o una situación y como a partir de alguna experiencia

pueden interiorizarse aprendizajes, reflexiones y conocimientos que harán parte siempre de la personalidad de cada sujeto, es por ello que el actual proyecto se piensa desde la corporalidad, ya que le apuesta precisamente al bienestar personal de cada niño y como a través del autocuidado tiene la capacidad de habitar su contexto, social familiar y escolar desde la consciencia de sí mismo (mundo interno, mundo externo) y de las necesidades del mismo.

### ***Motricidad***

La motricidad es esa capacidad de realizar movimientos conscientemente, son aquellos movimientos que realiza el ser humano para realizar una actividad o para desplazarse hacia algún lugar determinado, además es la capacidad que tiene el cerebro de comunicarse con el resto del cuerpo para realizar alguna actividad de manera sensata, así mismo, toda la motricidad es una forma de mediar con el mundo pues si bien; *"La motricidad, según diferentes corrientes psicomotoras, se define como la capacidad de producir movimientos, los cuales son producto de la contracción muscular que se produce por los desplazamientos y segmentos del cuerpo, a la vez, que por la actitud y el mantenimiento del equilibrio"* (Muñoz. C, 2017, pág. 2)

Para esta investigación es importante resaltar que una educación que no tome en cuenta la motricidad del niño es una educación que no contempla la condición real de este, pues, si bien como se decía anteriormente el niño comprende su mundo desde su corporalidad y parte de esta corporalidad es la motricidad, ya que es indiscutiblemente la función en la cual el cuerpo empieza a proponer su subjetividad, y no se tiene en cuenta este proceso y solo se pretende transformar al niño rápidamente en un ser productivo, cuando verdaderamente este debería ejercitar su motricidad a medida que va descubriendo el medio que le rodea, además desarrollar la motricidad también significa tener la capacidad de realizar movimientos desde la razón, así como las coreografías que los niños propusieron para las canciones que se les llevaron al aula, en las cuales a través de cada movimiento iban desarrollando conscientemente cuál es su derecha, donde está ubicado su pie y como lo desplaza por el espacio sin lastimar al otro.

## **Coordinación**

Durante el proceso de intervención fue necesario desarrollar algunos ejercicios de coordinación que permitieran a los participantes estar concentrados y que de alguna manera interiorizaran la concepción de autocuidado que les proponía el actual proyecto.

*“La coordinación es el factor primario de la localización espacial y de las respuestas direccionales precisas. Las percepciones de los sentidos juegan un papel importante en el desarrollo, las percepciones de todos nuestros sentidos van a ser la base de la coordinación.” (Mori. R; 2008; pág. 1).* En otras palabras, la coordinación habla de un proceso de interiorización y exteriorización, pues si bien el cuerpo es el lugar por donde pasan todas la experiencia y por donde se aprende sobre el mundo, después de ello cada uno intenta utilizar lo aprendido desde la palabra y el cuerpo, es así como se llega a la coordinación pues necesariamente el cerebro envía información a diferentes partes del cuerpo y este debe ejecutarlas al tiempo sin entorpecerse, este es un proceso de suma conciencia y percepción del mundo exterior, por lo cual es uno de los lugares de enunciación desde los cuales se abordó el cuidado del cuerpo.

## **Percepción**

Es esa conciencia corporal y espacial que posibilita la previa interacción mental, antes del verdadero contacto o encuentro con ciertos símbolos, señales, elementos o cuerpos. En cuanto a esta capacidad cabe resaltar su definición genérica de RAE: Sensación interior que resulta de una impresión material producida en los sentidos corporales. Lo que para los investigadores significa que, se realiza una exploración por los sentidos, el tacto, la vista, el olfato, el oído y el gusto, la percepción sería eso que llega a la imaginación antes de tocar, ver, oler, sentir y probar.

*“La percepción como el proceso fundamental de la actividad mental, y suponen que las demás actividades psicológicas como el aprendizaje, la memoria, el pensamiento, entre otros, dependen del adecuado funcionamiento del proceso de organización perceptual”.* (Oviedo L. 2004; pág. 2), lo que indica que es un lugar indispensable en el desarrollo del niño, pues le brinda un lugar desde su interiorización y desde sus intuiciones, lo que es

fundamental para la construcción de la personalidad de cada sujeto dentro de la sociedad, además la percepción también ayuda con el proceso de empatía pues si bien siempre está en contacto con el mundo y esto relevante ya que las personas de alrededor son constructores de la realidad del niño o niña constantemente y evidentemente las sesiones de autocuidarte intentaron que los estudiantes se percibieran en el aula con respeto, denotando constantemente que esos cuerpos que los rodeaban (que además eran sus compañeros) hacían parte de la construcción de su identidad, por eso la canción de la cumbia del buen trato, en la cual se abordaron elementos esenciales para las relaciones sociales de los niños (en el apartado de análisis 2023-1 se comprenderá detalladamente esta noción).

### ***Ritmo***

Evidentemente para un proceso de coordinación y percepción es importante instaurar una musicalidad que permita captar la atención de los niños y niñas ya que durante las prácticas que validan este proyecto, se descubrió la importancia de las sonoridades como factor fundamental para una mayor relación entre los contenidos y los niños, es así como el ritmo empieza a jugar un papel importante dentro del proceso de aprendizaje pues si bien:

*“El ritmo es un movimiento ordenado de estructuras temporales de varias secuenciaciones de movimiento, tiene una importancia evidente en la enseñanza musical del niño, pero también en sus actividades diarias. Induce al movimiento, proporciona orden, equilibrio y seguridad. Además, ayuda a que los niños tomen conciencia de su propio cuerpo” (González G. 2016; pág. 6).* Por consiguiente, el ritmo es funcional para este proyecto, ya que proporciona una atención mayor de parte del niño, esto se debe a la estimulación que les genera escuchar y por ende cantar sobre algún tema determinado, es relevante aceptar que cuando el niño canta, baila y además actúa un contenido, lo interioriza un poco más consciente ya que está pasando por todo su cuerpo o fue así como los PIC los experimentaron durante la implementación de este proyecto, ya que además que lo está diciendo e inconscientemente está trabajando en sus procesos motrices y coordinativos desde de las sonoridades musicales planteadas y los también empezaron a

replicar estos aprendizajes de autocuidado en diferentes situaciones, siendo cada vez más consciente de lo que está cantando, bailando y actuando.

## ***Infancia***

### ***Desarrollo cognoscitivo.***

Durante el proceso de práctica llevado a cabo en la IED Florentino González, se vio la oportunidad de concientizar en cuanto al cuidado personal de los niños y a las niñas, ya que se considera que es una población que permite abordar concepciones básicas del mundo en el que se habita, pues entrando en diálogo con la teoría del desarrollo cognitivo de Vygotsky, es una etapa en la cual el niño se está construyendo desde su contexto y desde todos los elementos sociales que lo rodean, ya que; *“No es posible entender el desarrollo del niño, si no se conoce la cultura donde se cría. Pues los patrones de conocimiento del individuo no se deben a factores innatos, sino que son producto de las instituciones culturales y de las actividades sociales.”* (Tomas J, Almenar J; 2008 pág. 20)

Es por este motivo la pertinencia de empezar a incentivar el autocuidado desde la infancia, pues si bien los niños están en un proceso de aprendizaje del mundo y que mejor, lugar de enunciación que, desde sus propios sentimientos y emociones, pues es el lugar en que, todos los seres humanos deberían empezar a comprender su mundo desde el respeto, la empatía y la motivación; y esto no significa que no se tenga en cuenta el contexto en el que habita el niño, pues entre más se comprenda las situaciones por las que el niño pasa en su diario vivir, se tendrán más posibilidades de plantear actividades en las cuales se involucren patrones sociales que lo rodean y con los cuales se va a sentir identificado, lo va a generar una mayor receptividad de parte del niño y así mismo la replicará en su entorno comprendiendo y siendo consciente de sus propias dinámicas contextuales.

### ***Desarrollo físico***

En la infancia los niños tienen la capacidad de captar las cosas que ven con mayor facilidad, ya que se están reconociendo dentro de un sistema social, además, de ello su

cuerpo también está en un proceso de crecimiento lo que permite ir construyendo prácticas de autocuidado corporal desde sus inicios, pues si bien;

Las diferentes partes del cuerpo, así como los órganos del mismo, varían también en el ritmo de maduración. La asincronía del desarrollo de los diferentes sistemas corporales está incorporada a la herencia de nuestra especie. Por ejemplo, el crecimiento de la cabeza y del cerebro es más rápido que el resto del cuerpo y pronto alcanza proporciones de adulto, mientras que los órganos sexuales reproductores crecen de forma lenta y se aceleran en la adolescencia. (Mateo M.;Cruz. S; 2010; pag. 6)

Es así como se considera que el niño está desarrollándose físicamente, sin embargo, su desarrollo cerebral es aún más acelerado y esto le permite tener un poco más de receptividad, por tanto, para llevar a cabo este proceso de apropiación se utilizó las experiencias danzarias y teatrales como puente conductor para la concientización del autocuidado ya que estas experiencias atraviesan la corporalidad de los niños y a través de esta manera su proceso intelectual, se apropia de los conceptos comprendiéndolos y relacionándolos con las partes de su cuerpo y así a medida que su cuerpo se va desarrollando, ya tendrán apropiación del mismo.

### ***Inteligencia Emocional***

Cuando se habla de autocuidado es necesario hablar del reconocimiento propio y parte de este reconocimiento se basa en el entendimiento y la regulación de las emociones y sentimientos, lo que permite una mejor calidad de vida, pues una vez se toma conciencia de estos procesos internos, se puede tener control de ellos y manifestarlos desde la empatía, pero por otro lado, cuando no se tiene un conocimiento de como las emociones pueden tener afectación en el comportamiento del individuo, se tendrán reacciones netamente impulsivas, por ello es oportuno una educación que permita entender el desarrollo emocional del niño.

Señalemos también que el nuevo movimiento escolar de alfabetización emocional no considera que la vida emocional o social constituya una intrusión irrelevante en la vida del niño que, en el caso de dificultar la vida escolar, haya que relegar a la visita disciplinaria al despacho del director o a la consulta de un consejero escolar, sino que

centra precisamente su atención en esas facetas, las más apremiantes, en realidad, de la vida cotidiana del niño. (Goleman D. ;pag.286)

Asimismo, supone entender que gran parte del comportamiento y decisiones se basan en las emociones. El ser humano es una criatura emocional que un día aprendió a pensar y a razonar y asumirlo permite tener un mayor control sobre el comportamiento y esto es vital para la convivencia con el otro, pues si bien un sujeto que sepa controlar esas emociones que lo atraviesan, sabrá tomar decisiones razonables, que le permitirán reconocerse como un sujeto que habita un lugar con más seres humanos y por lo tanto comprenderá que al otro también lo atraviesan emociones comprendiendo así las nociones de empatía, respeto y solidaridad. Es por ello que iniciar una educación de autocuidado desde las emociones en la infancia permitirá a los niños a ir comprendiendo su cuerpo, sus impulsos, sus sentimientos y sus emociones, tendrán la oportunidad de gestionar y tener control sobre las situaciones de su vida, disminuyendo así los índices de violencia de la sociedad que lo rodea.

Lo anterior permite utilizar la experiencia teatral como excusa artística y mediática debido a su capacidad propia de permitir a los individuos desenvolverse en un espacio, expresando sus sentimientos y emociones reconociéndolos como propios, a continuación:

La importancia que tiene el teatro para los niños y las niñas es que a través del podrán expresar sus sentimientos, favorecer la utilización del Lenguaje oral, de las facultades corporales y de relación, entre otros, Si se potencia su utilización en la escuela estaremos respaldando aspectos recogidos en la normativa actual y como tal cumpliendo con las exigencias de la sociedad. (Vacas. 2009 p.4)

El teatro da herramientas que ayudan al niño expresar sus sentimientos desde la representación y de alguna manera esto le permite sentirse un poco más liviano y más tranquilo al tiempo, es así como a través de esta práctica puede comenzar a expresarse en su vida cotidiana con mayor facilidad.

### ***Experiencia***

Durante las prácticas llevadas a cabo en el colegio Florentino González se pudieron tener contacto con diversas experiencias narradas por los profesores a través de cuentos canciones que para llevar a cabo un proceso en donde los temas propuestos contribuyeran a las necesidades de los participantes y no simplemente imponer contenido, es por ello que aparece la experiencia como factor detonante para generar una relación desde el respeto y la empatía, ya que;

La experiencia es un movimiento de ida y vuelta. Un movimiento de ida porque la experiencia supone un movimiento de exteriorización, de salida de mi mismo, de salida hacia fuera, un movimiento que va al encuentro con eso que pasa, al encuentro con el acontecimiento. Y un movimiento de vuelta porque la experiencia supone que el acontecimiento me afecta a mí, que tiene efectos en mí, en 10 que yo soy, en 10 que yo pienso, en 10 que yo siento, en 10 que yo sé, en 10 que yo quiero, etcétera. Podríamos decir que el sujeto de la experiencia se exterioriza en relación al acontecimiento, que se altera, que se enajena. (Larrosa J. 2006 pág. 4.)

Lo que supone que los niños y niñas ya tienen unos conocimientos previos los cuales también hay que considerar cuando se pasa por un proceso de aprendizaje, es decir, no se puede enseñar desde cero, ya que cada sujeto día a día tiene experiencias, debido a la constante relación con el exterior, por lo que a través de lo que pasa afuera cada ser humano se construye desde su subjetividad y esa precisamente es la intención que tiene en parte, este proyecto, pues desde la experiencias de los participantes y los PIC se indago sobre unas nociones de autocuidado que ayudaran a los estudiantes del colegio Florentino González a construirse desde el la autopercepción, la autorregulación y sobre todo autoconocimiento.

### ***Autos.***

Durante las prácticas llevadas a cabo en la IED Florentino González durante el periodo 2022-1 al 2023-1 se identificó que para la concientización del autocuidado, se necesitan de 3 autos como base fundamental para que los niños y las niñas reconozcan que hábitos de cuidado son lo que quieren empezar a sembrar desde sus propias necesidades; entonces

se abordó el autocuidado como eje principal, así mismo, el autoconocimiento, la autorregulación y la autopercepción son el apoyo para un proceso de autocuidado.

No obstante, cabe resaltar que los autos que orientaron este proceso investigativo tienen visiones desde diferentes ramas de estudio lo que significó un desafío en la construcción de los mismos, por tal motivo los PIC hicieron una búsqueda de conceptualización desde distintas miradas y acogieron las que más resonaban y tenían mayor impacto dentro de su proceso pedagógico, intentando transponerlo a los procesos y estrategias didácticas que se fueron vislumbrando en el camino.

### ***Autocuidado***

Este Proyecto de grado concibe el autocuidado como el lugar de reconocimiento de cada ser humano, donde se reflexiona y se toman decisiones para la vida, para el cuerpo y para la mente, es por ello que se mirará el autocuidado desde las nociones de concebirse en la sociedad como un ser que necesita expresar sus emociones y sentimientos a través de diferentes experiencias artísticas que solo buscan el bienestar y mejorar la calidad de vida desde la infancia; pues un niño, que comprenda y conozca su corporalidad es un niño que toma mejores decisiones y que se siente mejor consigo mismo.

El autocuidado puede entenderse como el conjunto de actividades voluntarias, propositivas y aprendidas a lo largo de la vida que realizan los individuos de manera libre y deliberada en busca de su propio bienestar y salud. Estas capacidades son determinadas, por el conocimiento y habilidades desarrolladas por el sujeto, así como las redes de apoyo social con las que cuenta. (Orem, D 2014. Pág. 41)

De este modo las actividades conscientes que se realizaron con los niños de colegio florentino González, devinieron de una experiencia anteriormente vivida por cada uno de ellos, lo que permite afirmar que sin una intervención social que le permita a los niños pasar por ese instante, por esa vivencia, pues evidentemente no tendrían los conocimientos para entrar a conocerse desde la aceptación y el cuidado, por ello es indispensable que en la escuela haya una educación que enseñe desde el cuerpo, la mente y corazón, lo que es una oportunidad para que en un futuro los estudiantes tengan la capacidad de reconocerse en el mundo como seres de emociones y sentimientos.

Siguiendo con lo anterior el autocuidado es parte fundamental en la vida de cualquier ser humano, porque es la puerta hacia una mejor calidad de vida, pues actualmente todo consta de decisiones; y en ocasiones estas decisiones van ligadas al impulso, al sentimiento, lo que ha generado, altos índices de violencia, de suicidios, de drogadicción entre otros factores que atraviesan la sociedad en la cual se está actualmente, esto debe también a la sobre productividad que se vende día a día, lo que solo hace que cada individuo quiera ser el mejor acosta de su salud mental y de la salud mental de las personas que lo rodean

### ***Autoconocimiento***

Actualmente los contextos sociales que rodean a las infancias están cargados de estereotipos sociales que están ligados estrechamente con el concepto de imagen y de belleza desde una perspectiva de la perfección, se venden cuerpos “estilizados” y con altos contenidos monetarios, lo que significa una imagen superficial que lo único que hace es generar grandes estándares físicos, que no tienen en cuenta, las capacidades únicas de cada ser humano. *“El conocimiento propio, supone la madurez de conocer cualidades y defectos, comportamientos, emociones y motivaciones”.* (Revista de educación social número 34. 2022. pág.123)

Lo cierto es que durante las intervenciones de la practica pedagógica, cuando se le preguntaba a un niño que era lo que le gusta de su cuerpo, o que habilidades era las que lo caracterizaban , los niños no sabían que decir, no tenían ese conocimiento propio que les permitiera determinar, en que son buenos, como lo pueden fortalecer y como se siente al respecto lo que genera, que solo se vean como seres defectuoso en donde las debilidades y defectos son el mayor causante de emociones negativas constantemente, por ello los investigadores siempre preguntaban qué actividades eran las que les gustaban a los niños, que les hacía feliz y que los entristecía, y que aunque al principio no sabían que responder con el paso del tiempo ellos mismo iban identificando que actividades o hábitos eran la que los caracterizaba a cada uno y como veían su cuerpo a través de algunos dibujos elaborado em clase (véase en el análisis).

### ***Emoción:***

Si un niño conoce sus emociones tendrá la capacidad se saber qué hacer con ellas y como gestionarlas dependiendo de la situación, pero si por el contrario no es consciente de lo

que siente es muy difícil que llegue a controlarse frente a diferentes situaciones, un niño que sepa que está sintiendo podrá saber que emoción es la que lo atraviesa y razonar sobre sus acciones posteriormente.

Reconocer un sentimiento mientras éste se presenta, es la clave de la inteligencia emocional, es decir, conocer y adecuar las emociones es imprescindible para poder llevar una vida satisfactoria. Para conocer y adecuar las emociones, se tienen que reconocer, es decir, tomar conciencia de lo que se está sintiendo. Toda la inteligencia emocional se basa en la capacidad de reconocer sentimientos. (Goleman, D 1996. Pág. 6).

Así mismo, está referido a la aptitud personal, y esta aptitud determina el dominio del ser humano, pudiéndose subdividir en la conciencia emocional, la autoevaluación precisa y la confianza en uno mismo pues, para que el niño aprenda el cuidado de su cuerpo primero debe conocer todos estos procesos internos que de alguna manera lo construyen como sujeto único y una de la forma de hacerlo es reconociendo todos los sentimientos y emociones que lo atraviesan desde que inicia su día hasta que termina.

### ***Autorregulación***

Es necesario comprender que para que el niño conozca sus necesidades primero debe controlar sus impulsos, porque si no fuera así cualquier situación del día a día se convertiría en un gran problema y solo generaría estrés y pensamientos de frustración, es que en definitiva la autorregulación es indispensable en la vida de cada persona, pues permite comprender las emociones que se atraviesan durante diferentes situaciones, ya que; *“ la autorregulación emocional resulta una función vital para una mejor adaptación del individuo al medio y que esta función está afectada por factores como el ambiente que rodea a la persona y su temperamento.”* (Cuervo, M. Izzedon, R. 2007 pag. 7).

Es evidente que el contexto hace parte del proceso de regulación de las emociones lo que hace pensarse una educación desde el reconocimiento propio, es así como a través de esta educación, empieza a aparecer la empatía como factor fundamental para la convivencia en el ámbito educativo y evidentemente en el ámbito social, pues si un niño conoce desde sus inicios sus emociones y entiende como regularla en diferentes situaciones, pues

empezara a comprender como el otro también es humano y por ende también tiene problemas.

Además de todo controlar los impulsos y emociones antes de realizar algo o de actuar y determinar porque en cierta situación se fracasó y como se podría solucionar, esto dará confianza a los que lo rodean, pues si el niño tiene esta habilidad y capaz de reflexionar pues el pensamiento siempre estará en primer lugar y no tendrá miedo al cambio o así se experimentó en clase, ya que a través de la ruleta de los emociones los niños nos decían que actividades hacían para sentirse, felices, tranquilos o en paz, con lo que se construyó una ruleta que alude precisamente a la regulación de las emociones en momentos de tensión, para así tomar decisiones desde la razón y no desde la reacción.

### ***Empatía:***

En efecto la empatía juega un papel fundamental en la vida de todos los seres humanos que hacen parte de una sociedad, ya que da la oportunidad de ponerse en los zapatos del otro y reflexionar sobre comportamientos o acciones que en ocasiones son egoístas e individualistas.

La empatía como la capacidad de ponernos en la situación del otro, un acto de reconocimiento de los demás como sujetos parecidos a mí y con los que comparto varios elementos comunes; además es de precisar que dicho reconocimiento del otro y sus experiencias se puede enfocar tanto hacia las emociones negativas (tristeza, ira...) como a las positivas (alegría, placer...). Olivera también plantea la empatía como un interés o atención que apuntan a la comprensión de los estados emocionales o racionales del otro ante una situación concreta. (*Olivera, C 2010; pag.5*).

Lo que permite afirmar indiscutiblemente que la empatía también significa concientizar desde la colectividad; es decir, como a través de lo que siente el otro se llega a un acuerdo mediático que entra en diálogo con las necesidades de cada uno; es por ello que la empatía está inmersa en estos procesos de autocuidado, ya que plantea un escaneo total de lo que pasa por cada uno, para así no juzgar al otro y más bien entrar en acuerdos con el otro

desde las diferencias, la solidaridad y el respeto, entendiendo que cada individuo tiene dinámicas en su vida personal fundamentales para el desarrollo del mismo.

### ***Autopercepción***

Es importante reconocer que para un proceso de autocuidado es importante tener en cuenta que tanto se conoce el individuo así mismo, es por ello que la autopercepción es fundamental para este proceso, ya que permite al niño saber que actitudes tiene frente a algunas situaciones y saber de alguna manera sus comportamientos ante el mundo ya que; *“En la autopercepción estudiamos nuestro propio comportamiento, y así descubrimos lo que nos lleva a actuar de un modo determinado. Esa autopercepción en un futuro nos será de utilidad, ya que nos permitirá seleccionar entre actitudes que fueron funcionales en situaciones similares”*. (Luzzolino, L. 2022 *Teoría de la autopercepción de Bem, Psicoactiva de <https://www.psicoactiva.com/blog/teoria-de-la-autopercepcion-de-bem/>*)

En todo caso esta teoría se establece que, las actitudes, son el factor que explica el comportamiento pasado y sugiere que las personas desarrollan actitudes en función de sus conductas. Bem intenta explicar que las actitudes se desarrollan a partir de la observación de su propio comportamiento, basándose en la autopercepción de sus conductas. Argumenta así que, aquello que hacemos, se basa en nuestras auto observaciones tomando como referencia lo que hicimos ya en situaciones pasadas similares. Esto permite afirmar que cuando el individuo se conoce también se permite comprender sus necesidades y hallarles de alguna manera solución desde sus mismas actitudes, en este caso la autopercepción está relacionada si o si al proceso individual de autoconocimiento de los niños, fue por eso que el orden para llevar a cabo este proyecto, fue autoconocimiento, autorregulación y autopercepción, ya que una vez que los niños identificaran sus cualidades, habilidades y emociones podían entrar a percibirse con sus otros compañeros desde la empatía y comprensión.

### ***Motivación:***

En cuanto a la motivación es necesario resaltar que es la base fundamental para que los seres humanos hagan y acciones desde sus necesidades, es así como; Maslow (1943)

señala que las personas se encuentran motivadas por cinco tipos de necesidades: fisiológicas (alimento, agua y abrigo), de seguridad (protección, orden y estabilidad), sociales (afecto, amistad y sentido de pertenencia), autoestima (prestigio, status y autoestima) y autorrealización (autosatisfacción). Estas necesidades humanas están ordenadas según una jerarquía, donde unas son prioritarias y solo cuando estas están cubiertas, se puede ascender a necesidades de orden superior.

Lo que sugiere una motivación más bien entendida desde el autoconocimiento y la autorregulación, ya que la persona entra en un diálogo constante con su cuerpo y empieza a comprender un poco más de las necesidades del mismo desencadenando motivaciones más conscientes y no tan impulsivas, lo que es propicio para entrar a dialogar indirectamente con los niños y niñas del colegio Florentino González y así comprender los procesos contextuales que mueven a cada niño y niña de la institución.

## **METODOLOGÍA**

Para iniciar esta práctica pedagógica se llevó a cabo con dos cursos del Colegio Florentino González I.E.D que fueron 101 con 26 estudiantes y 102 con 27 estudiantes hasta el periodo 2022-2. En el siguiente periodo pasaron a ser 201 con 28 estudiantes y 202 con 28 estudiantes, los cuales estuvieron durante un año y medio que se trabajó Autocuidarte; no obstante durante las primeras intervenciones de los PIC se encontraron con 3 niño con habilidades diferenciales (dos con autismos diagnosticados y uno sordo mudo), quienes estuvieron en todo el proceso, lo que evidentemente fue una oportunidad para el proyecto, ya que con ayuda de las docentes directoras de curso Olga Uregui (Directora curso 101-201) y Gloria Murillo (Directora del curso 102-202) logramos ir tejiendo estrategias didácticas que tuvieran en cuenta las experiencias de los y las niñas del IED y así construir una relación horizontal que nos llevó a la investigación-acción como como metodología de investigación del actual proyecto debido a que propone vincular una relación horizontal, sujeto-sujeto, reconocer que el grupo social posee unos

conocimientos y a partir de la experiencia se entabla un diálogo con el investigador, por tanto, las dos partes aportan a la transformación de la problemática social, pues si bien;

La investigación – acción se presenta como una metodología de investigación orientada hacia el cambio educativo y se caracteriza entre otras cuestiones por ser un proceso que como señalan Kemmis y MacTaggart (1988); (i) Se construye desde y para la práctica, (ii) pretende mejorar la práctica a través de su transformación, al mismo tiempo que procura comprenderla, (iii) demanda la participación de los sujetos en la mejora de sus propias prácticas, (iv) exige una actuación grupal por la que los sujetos implicados colaboran coordinadamente en todas las fases del proceso de investigación, (v) implica la realización de análisis crítico de las situaciones y (vi) se configura como una espiral de ciclos de planificación, acción, observación y reflexión. (Bausela, E. 2004 pág. 14)

Siguiendo con lo anterior la investigación-acción dio la oportunidad a los PIC de estar en escucha activa con los estudiantes, pues si bien fue adecuada para un proceso de autocuidado, ya que tiene en cuenta el conocimiento y la experiencia de los niños y niñas, no la evade o la deja a un lado, por el contrario a partir de estas experiencias se busca una estructura metodológica que aporte a la vida del niño y del docente en formación, teniendo siempre en cuenta lo que el niño necesita y le parece interesante para que siempre haya una construcción de conocimiento colectiva y participativa que aporte a la construcción de ambas partes.

En función de esta relación horizontal que propone la investigación-Acción en donde la experiencia del estudiante es tan válida como la del profesor y tras vivencias de los PIC, se decidió utilizar la herramienta metodológica CET como metodología didáctica ya que permite transponer el saber de la experiencia danzaría y la experiencia teatral desde el cuerpo acción, razón y creador.

La herramienta metodológica Cuerpo Expresivo Triuno, en adelante CET, está diseñada para evitar que el docente en formación repita de manera automática modelos de enseñanza del arte escénico asimilados en su formación. Por el contrario, se propone como punto de partida, para la construcción de metodologías organizadas por cada uno

de los docentes en formación, pensadas desde sus saberes escénicos, reflexionadas desde sus prácticas efectivas y creadas en la convergencia de lo escénico y lo pedagógico de las artes escénicas.” (Calderón, R 2021. Pág. )

Fue fundamental la aplicación de la herramienta pedagógica de CET, desde las planeaciones de clase, hasta la elaboración de este escrito, pues fue estructurada para atender a las necesidades artísticas de los docentes en formación y del camino didáctico durante del proceso, debido a que permite aprender y enseñar de 3 maneras distintas, dejando a un lado los modelos clásicos y validando los aprendizajes de la experiencia del estudiante, su interlocución con el docente y generando a así una mayor seguridad, ya que deja al niño aprender y crear desde sus necesidades, lo que evidentemente genera un reconocimiento propio el cual es fundamental para la investigación de este proyecto de grado.

Si bien la herramienta pedagógica CET propone diferentes rutas metodológicas en donde el docente pueda analizar y reflexionar durante cada clase los temas y actividades propuestas para así mirar que funciona y que no funciona en cuanto a las necesidades, aprendizajes y las experiencias de los niños y niñas del colegio Florentino González y los conocimientos del docente en artes escénicas, No obstante, en este caso los niños expresaron una necesidad de respeto por sí mismos y por el otro, es decir cuidado, por eso se tuvo en cuenta como primera instancia un proceso de observación, seguido de una reflexión en donde hubo implicadas diversas estrategias metodológicas durante su proceder en la práctica educativa en el colegio Florentino González, inicialmente durante diez sesiones planteadas y desarrolladas se hizo un acercamiento al grupo de niños desde la presentación de cada estudiante ,con preguntas como el nombre ,la edad ,los hobbies ,acercándonos a los intereses de tiempo libre, entendiendo parte de su motivación para la organización de las planeaciones de aula.



Figura 3: Triangulación del proceso Metodológico. Fuente de elaboración propia.

Básicamente la anterior estructura fue la que se llevó a cabo durante el proceso de prácticas en el colegio Florentino González, pues si bien primero fue necesario tener una población, seguidamente de esto se hizo una observación que permitió una reflexión para así comprender cual era la necesidad de la población, una vez identificado el problema se empezó a desarrollar un plan de aula desde la metodología didáctica de CET que fuera acorde a las necesidades de la institución y por ende de los estudiantes, durante cada sesión se realizaron actividades en la cuales los docentes estaban en constante escucha, para así tener material sólido que les permitiera elaborar sus diarios de campo para ir reflexionando sobre los avances y errores de cada sesión a través de un proceso de evaluación, que fue tomado desde la apropiación de los contenidos que tenían los niños y niñas.

En cuanto a la reflexión que se iba haciendo a partir de los diarios de campo clase tras clase, es indispensable traer a colación la sistematización de experiencia como una metodología pedagógica que permitió a los investigadores ir construyendo su rol docente,

su rol artista y su rol humano porque indiscutiblemente brinda herramientas pedagógicas desde las relaciones con el saber del estudiante, de la IED de formación académica.

### **Sistematización de Experiencias**

En este punto es pertinente recordar que este proyecto de grado está bajo la modalidad de sistematización de prácticas, en la cual se busca reflexionar sobre las practicas llevadas a cabo en el Colegio Florentino González durante el periodo 2021-1 a 2023-1.

Aplicamos *“La sistematización como aquella interpretación crítica de una o varias experiencias que, a partir de su ordenamiento y reconstrucción, descubre o explicita la lógica del proceso vivido en ellas: los diversos factores que intervinieron, cómo se relacionaron entre sí y por qué lo hicieron de ese modo.”* (Holliday. J, 2020, p. 4)

Para entender desde varios frentes la experiencia y sus diferentes puntos de reflexión, se tomaron y analizaron algunas de las características que propone Jara Holliday (2020) respecto a la sistematización de experiencias, las cuales fueron:

1. Produce conocimientos desde la experiencia, pero que apuntan a trascenderla.

Entendiendo que las nociones de autocuidado transitan en distintos medios informativos y en el hogar, la intención de movilizarlos en espacios educativos apunta directamente a trascender los modelos ya planteados por las instituciones, articulando los saberes netamente disciplinares de cada asignatura e indagando, además, en saberes axiológicos, pertinentes en el contexto ya analizado y que evidencia esta necesidad.

2. Valoriza los saberes de las personas que son sujetos de las experiencias.

Ya que fue el análisis del contexto de la IED Florentino González y las experiencias evidenciadas en el comportamiento de los sujetos a los que se les aplico el proyecto, el que enruto las decisiones de los docentes, en relación a las decisiones pedagógicas focalizadas al autocuidado.

3. Identifica los principales cambios que se dieron a lo largo del proceso y por qué se dieron.

Lo cual podrán evidenciar los lectores en la reconstrucción histórica y en el análisis, reflexiones y conclusiones más adelante.

4. Produce conocimientos y aprendizajes significativos desde la particularidad de las experiencias, apropiándose de su sentido.

Concibiendo este aprendizaje significativo como la transposición educativa desde las dimensiones; físicas, emocionales, motivacionales y cognitivas. Lo cual construye sujetos íntegros en ámbitos individuales y sociales.

5. Construye una mirada crítica sobre lo vivido, permitiendo orientar las experiencias en el futuro con una perspectiva transformadora.

Teniendo en cuenta que la intención principal de este escrito es instaurar un germen que permita la futura continuación del proyecto, con nuevos hallazgos, nuevas estrategias, nuevas apuestas educativas que transformen los modelos clásicos de enseñanza y sumen valor al desarrollo y bienestar humano.

6. Se complementa con la investigación, la cual está abierta al conocimiento de muy diversas realidades y aspectos, aportando conocimiento vinculados a las propias experiencias particulares.

Ya que se comprenden las variadas realidades contextuales de los y las niñas de la IED Florentino Gonzales y se desarrollan contenidos que brinden saberes articulados entre lo disciplinar y lo axiológico, que además construya sujetos íntegros que apropien los conocimientos adquiridos fuera de la institución, en contextos individuales, familiares y sociales particulares de cada niño y niña-

7. Los principales protagonistas de la sistematización deben ser quienes son protagonistas de las experiencias, aunque para realizarla puedan requerir apoyo o asesoría de otras personas.

En ese orden de ideas, como lo planteamos en la metodología, realizamos una serie de aprendizajes cooperativos en los que aportamos y cooperamos, los docentes en

formación, el tutor, las profesoras de campo, las y los niños, la psicóloga y las directivas de la IED Florentino Gonzales.

Entrando en diálogo con las características de la sistematización de la experiencia y las prácticas llevadas a cabo en colegio Florentino González se recolectó información de las sesiones mediante unos instrumentos que permitieron analizar y reflexionar sobre la experiencia llevada a cabo:

### **Instrumentos.**

En este apartado quedaran expuestos todos los instrumentos de recolección de datos e insumos que nos posibilitaron: el desarrollo, la organización y análisis de esta investigación.

Para comenzar utilizamos el PPA (proyecto pedagógico de aula) que recoge nuestras intenciones educativas adquiridas en la licenciatura en artes escénicas y reformuladas y propuestas en la IED, y se compone, además, de planeaciones, diarios de campo, diálogos o retroalimentaciones con las docentes de campo, encuestas realizadas al finalizar el proceso, tanto a profesoras como a estudiantes y por último fotos y videos como anexo y memoria del proceso clase a clase, al final encontraran un link que los dirigirá a todos los archivos mencionados.

*Tabla 1. Instrumentos de recolección de datos.*

<b>Instrumentos.</b>	<b>Recolección.</b>
<b>Planeación de Clases.</b>	Planeaciones 2022-1 Planeaciones 2022-2 Planeaciones 2023-1
<b>Diarios de Campo</b>	Diarios de Campo 2022-1. Diarios de Campo 2022-2. Diarios de Campo 2023-1.
<b>Encuesta semiestructurada</b>	2 encuestas abiertas a las profesoras de terreno en el 2023-1.
<b>Fotos y Videos</b>	Fotografías de algunas sesiones de clase.

Fotografías de ejercicios de dibujos propuestos en clase.

Videos de fragmentos de ejercicios en clase.

Fuente: elaboración propia

las planeaciones, extraídas del formato CET, seccionadas en su mayoría por los siguientes apartados:

- **exploración:** que da cuenta de una aproximación al tema dispuestos por los docentes, a través de algún juego o actividad que pueda relacionarse con el tema principal.
- **contextualización:** hace referencia a la ubicación teórica, histórica, espacial, temporal del tema o los contenidos transitados durante las clases.
- **conceptualización:** se ahonda en la definición del contenido o concepto, desde su etimología y a través de recursos, como lecturas, videos, entre otros.
- **síntesis (en algunos casos evaluación) o puesta en escena:** en la mayoría de nuestras clases se repasaban los cuentos y coreografías realizados al finalizar cada clase para promover la apropiación de los contenidos que se movilizan en la clase.

En casos particulares, con algunos ajustes necesarios por el contexto de IED y la gestión del tiempo. Comprenden un total de 22 sesiones de clase distribuidas en los 3 periodos de la siguiente manera:

- **2022-1** se desarrollaron 8 clases, 7 presenciales y 1 mediada por la tecnología
- **2022-2** se desarrollaron 7 clases, 6 presenciales y 1 mediada por la tecnología
- **2023-1** se desarrollaron 5 clases.

Por ende, se realizaron y analizaron en total 22 diarios de campo, los cuales dan cuenta de la sistematización de manera continua y acumulativa, la descripción, las reflexiones sobre la experiencia de preparar y dar clase partiendo del registro de la información. En cada clase, se tenía en cuenta, el área de apoyo, el tema, el texto mediador o material didáctico, una pregunta orientadora, la respectiva descripción, unas reflexiones y conclusiones, y particularmente en nuestros diarios de campo, varias preguntas que surgían de cada encuentro. El formato utilizado, al igual que las planeaciones, extraído de la metodología CET. Lo podrán encontrar completo en el link, finalizado este capítulo y un análisis más profundo de estos en el capítulo de análisis.

Además de ello, cabe mencionar que se realizaron 2 encuestas a las profesoras de terreno y 2 encuestas a las y los niños, una por cada curso, con 5 preguntas orientadoras que dieran cuenta de los aprendizajes y/o percepciones de los mismos de parte del equipo cooperativo con el que se llevó a cabo el proceso de investigación. Parte esto estará mencionado en el análisis y para mayor profundidad, a su curiosidad, las adjuntamos en la carpeta del final.

También como parte final se hizo una documentación, fotográfica y audiovisual, consensuada con las profesoras de terreno y los padres de familia de las y los niños, quienes firmaron un consentimiento informado, el cual se encuentra en la carpeta expuesta a continuación, en la que nos autorizaron de hacer uso de la imagen de las y los niños para la elaboración del presente proyecto.

Documentos completos:

En este link podrán encontrarse a detalle todos los elementos expuestos anteriormente (diarios de campo, planeaciones de clase, entrevistas habladas y consentimientos de imagen informados)

[Sistematización practicas 2021-1- 2023-1](#)

NOTA: Para acceder a este vínculo deberá dar ctrl y dar clic izquierdo.

## ENFOQUE

Para llevar a cabo el análisis del actual proyecto de grado, fue vital ir estructurando y organizando todas las fases por las cuales debían pasar los contenidos artísticos y humanos. Los investigadores querían que fuera un proceso que permitiera reflexionar y replantearse constantemente sobre lo que pasaba clase a clase, es por ello, que el enfoque cualitativo fue propicio para empezar a movilizar los contenidos con los niños y niñas de la institución, ya que daban la oportunidad de estar en diálogo constante con un orden, pero también, con una reflexión que sesión tras sesión indaga en las necesidades de los participante sin dejar a un lado el contenido principal de autocuidado, pues si bien;

Los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes; y después, para perfeccionarlas y responderlas. La acción indagatoria se mueve de manera dinámica en ambos sentidos: entre los hechos y su interpretación. (Baptista, P. Fernandez, C. Hernandez R. 2014. Pag.12)

Esta investigación está planteada desde una visión humana y socio constructivista, pues es una búsqueda constante de conocerse personalmente para una mejor calidad de vida, es por ello que no se podía buscar un lugar de enunciación desde lo numérico y encasillado, pues la sesiones siempre estuvieron acompañadas del lado humano, como emociones, sentimientos, experiencias y perspectivas. En ese orden de ideas, el enfoque cualitativo fue el que brindo herramientas, ya que planteo investigaciones centradas en los sujetos, que adoptaban la perspectiva del interior del fenómeno a estudiar de manera integral, pues si bien los investigadores interactuaban con los participantes y con los datos, buscando siempre respuestas a preguntas que se centraban en la experiencia social y personal.

Entendiendo que el enfoque cualitativo se trabaja desde una perspectiva humana en este proyecto y que así mismo fue orgánico la forma en la que las posibilidades analíticas y reflexivas iban apareciendo en el camino de los investigadores se consensuo elaborar una sistematización de la experiencia a través de algunos instrumentos que ayudaron con las

recolección de datos, es por ello que se utilizó; las planeaciones de clases, el diario de campo, la entrevista y algunas fotos y videos para dar cuenta proceso de autocuidado.

## RECONSTRUCCION HISTORICA DE LA EXPERIENCIA

A continuación, a través de un formato escritural y adjunta una tabla de organización de datos de la experiencia, cronológicamente se mostrarán las fases de las prácticas durante clases en el colegio IED Florentino González en los periodos de tiempo en los cuales se llevaron a cabo y algunos de los hallazgos más relevantes, más adelante. Cabe aclarar que las fases respondieron a un análisis posterior que se identificó durante la implementación del actual proyecto de grado, véase en la Tabla 2.

Tabla 2. Fases de la experiencia.

Periodo	Fase	Descripción	Actividades
2022-1	<b>Autoconocimiento</b>	Reconocimiento del cuerpo propio a través de juegos teatrales.  Indagación de las cualidades de movimientos desde el cuidado.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Canción del Frailejón.</li> <li>❖ Memoria del cuento Florín y Floriana.</li> <li>❖ Encuerpando emociones.</li> <li>❖ Cuento de los Mozquizampos con los titeres.</li> </ul>
2022-2	<b>Autorregulación</b>	Exploración sobre las emociones y como regularlas desde algunos ejercicios de respiración.  Identificar las habilidades de cada uno para así saber que medidas tomar cuando se presenta una situación difícil.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La ruleta de las emociones.</li> <li>❖ explorando lenguaje de señas.</li> <li>❖ Cuento del castillo del silencio.</li> <li>❖ Canción de las emociones con coreografía.</li> </ul>

<b>2023-1</b>	<b>Autopercepción</b>	<p>Empatizar con el otro aceptando que es humano y que también pasa por procesos de reconocimiento.</p> <p>Comprender el autocuidado como una forma conocerse cada uno y cada una en donde se deben realizar procesos de regulación con el fin de cuidar el cuerpo propio y el de los demás para evitar violencias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Rap del cuidado con coreografía.</li> <li>❖ Dibujos de percepción del cuerpo.</li> <li>❖ Cumbia del buen trato.</li> <li>❖ Ruleta de las emociones</li> </ul>
---------------	-----------------------	---	--

Fuente de elaboración propia.

La tabla anterior da cuenta de un proceso de año y medio en el cual se desarrollaron diferentes actividades que tenía como propósito reflexionar sobre las prácticas de autocuidado que se tiene desde la infancia en el colegio Florentino González es por ello que durante la primera etapa se propusieron ejercicios teatrales como títeres, cuentos, cualidades del movimiento y sumado a ello algunas estrategias que ya utilizaban las docentes de terreno que permitieron explorar sobre ejercicios de cantos responsoriales como lugar de comprensión de los temas que se querían indagar.

Dicho lo anterior, el siguiente análisis expuesto a continuación tendrá el hilo conductor de la Tabla 2 con el propósito de ir ahondando, periodo a periodo, tema a tema, cuales fueron los ejercicios que funcionaron y cuales no tanto para los PIC lograr descifrar el enigma de que experiencias fueron de aprendizajes significativos, tanto para la infancia, como para los docentes en formación.

## ANALISIS

### **El autoconocimiento desde la emoción. Periodo 2022-1**

Durante los primeros encuentros, en la observación a las profesoras de campo de la IED Florentino González, se pudieron aprender y aplicar algunos códigos vocales de regulación de las conductas de las y los niños en el aula, los cuales se enunciarán más adelante en el texto. Adjunto a ello, los hallazgos de los PIC se fueron centrando en la creación y aplicación de estrategias didácticas y pedagógicas, promotoras del cuidado, la calma, la atención y la escucha.

Cabe rescatar que, a su vez, en cada clase eran más inclusivas las estrategias usadas por los PIC en dimensiones: humana, racional y creativa, que comprendían las diversas formas de aprender y enseñar provenientes de la metodología CET para así transponer un mismo contenido, desde distintas rutas de aprendizaje. Aunque con estos indicios claros, en el trasegar del proceso no dejaron de aparecer más incógnitas, que aciertos. Esto por la complejidad del contexto de la IED y nuestras carencias educativas en torno a las habilidades diferenciadas, que resultaron mediadas producto de nuestra autonomía investigativa y apoyo psicosocial del colegio.

Teníamos 22 niños y niñas en el salón 101 y 21 en el 102. Todos y todas con habilidades diferenciadas. Recibimos particularmente el diagnóstico de 3 niños del 101 con condiciones particulares, dos con diagnóstico autista y uno con dificultades auditivas.

Este fue el primer impulso y motor de los PIC para indagar en el autoconocimiento desde lugares de enunciación que pudieran acoger a todas y todos los participantes de nuestras clases.

Los primeros hallazgos más contundentes fueron en relación a las lecturas dramáticas como apuesta visual y de raciocinio de los niños. las cuales en primeras instancias no tuvieron resultados favorables para los PIC. Pues al realizar las preguntas orientadoras posteriores a la lectura, las respuestas fueron casi nulas o desorientadas de parte de las y los niños. Lo que nos invitó a llevar alternativas que logran captar su atención.

Por consiguiente y en constante reformulación y dialogo entre los PIC, las profesoras de campo y el tutor, surgió usar los títeres como medio, los cuales mejoraron sustancialmente

la comprensión de los contenidos de los cuentos, porque como decían los niños, “el muñeco y la voz lo hace meter a uno más en la historia” .

Ahora bien, comienza simultáneamente una indagación para aplicar en las clases las distintas rutas de enseñar-aprender, que nos plantea la metodología CET entonces deducimos que en el lugar de lo cognitivo o del razonamiento, los cuentos con los títeres resultaron inicialmente eficientes. Avanzando con el tema, es así como buscamos alternativas para transponer los contenidos, ahora desde la creación y la acción. Conforme a ello, indagamos en proponer canciones y que fueran los mismos niños quienes inventaran los pasos, colocando así no solo sus mentes en atención, sino sus cuerpos en acción.

Para nuestra sorpresa, las canciones siguieron siendo practicadas con las profesoras de terreno fuera de nuestra presencia y además, lo que consideramos, de los lo más importante, los niños las pedían, se las sabían, las disfrutaban y su energía al interpretarlas era, vigorosa y alegre, lo que fue siendo respuesta positiva para nuestro proyecto.

Ahora bien, nos estaba faltando indagar la manera de aprender fundamentada en la creación, es así como, buscando dar continuidad a nuestras estrategias, invitamos a los niños a crear sus propios títeres y adjunto a ello a crear sus propias historias de acuerdo a los temas que pretendimos movilizar, inconscientemente, se fueron relacionando e incorporando unos temas con otros. De un ejercicio llamado “anécdotas de motivación” surgieron necesidades de autoconocimiento y fue tomando forma todo nuestro interés conceptual y práctico a manera de fusión de los diversos hallazgos, los cuales, además, empatan con unos puntos de análisis que devienen de los diarios de campo y nuestras reflexiones allí anotadas:

- El reconocimiento y aplicabilidad de códigos de regulación en el aula resultan muy prácticos para establecerlos en el juego didáctico con los estudiantes. Por ejemplo:  
-dedito en la bo... nos ayuda a regular el ruido del salón

- Orejitas de elefan...nos ayuda a focalizar la atención hacia lo que deseamos comunicar como docentes.
- Circulo, cuadrado y línea, facilitan la organización, disposición y energía del grupo.



Figura 4: Estrategias pedagógicas mediadas por juegos cognitivos y códigos prácticos para la acción.

Clase a clase a medida que lo iban entendiendo, iba siendo más efectivo el proceder de los PIC para poder desarrollar las actividades propuestas en torno al autoconocimiento a cabalidad, tomando como referencia en cada clase la estructura metodológica planteada por la línea de investigación CET: exploración, a través del juego, contextualización, a través de la lectura de cuentos o las canciones cantadas y bailadas, conceptualización, a través de preguntas orientadoras y finalizamos con síntesis o puesta en escena, con retroalimentación de los sucesos.

Sesión 5: crear y precisar					
<p><b>Objetivo general:</b> potenciar las habilidades corpo-vocales de las y los niños, su motricidad y sus prácticas de cuidado y conciencia corporal a través del entrenamiento teatral y el teatro aplicado en la educación.</p> <p><b>Objetivo específico:</b> estimular procesos creativos teatrales en los niños y movilizar prácticas de conciencia y cuidado a través del teatro la danza y la música.</p> <p>⌚ Tiempo: 45min</p>					
Contenidos	Actividades	Tempo	Recursos	Evaluación	
Exploración	-expresión -conciencia	Comenzaremos la clase jugando con nuestros cuerpos ya instaurados para proceder a calentar nuestro cuerpo con la canción del cuerpo' esta es la canción del cuerpo (el grito suave el suabo para levantarme y fluyo como el viento para desaparecerme foto al baño como pompa de jabón: alas, cuerdas me halan del cielo y me pago un estroño, cepillo mis dientes desdentando el cepillo, tanteando el cado diente con precaución, límpo el cepillo para su desinfección, empujo la Puerta y listo ya estoy.	10min	-cancion del cuerpo.	
Atención y Cuidado	Para finalizar y editar, vamos a realizar posturas de a parejas que relacionen los conceptos de empuje, uso de espaldas el otro lo empuja desde la cintura, cambio. Colocar uno de espaldas el otro golpea con paladas suaves la espalda cambio. Halar fuerte a frente, pies juntos, brazos estirados. Deslizar de espaldas, desde la columna vertebral hacia afuera, cambio. Talar fuerte con las yemas de los dedos se tamban las cabezas por último: flecto sobre la cabeza del compañero, las manos van a pasar flotando.	20 min			
Actividad principal Contexto	101 Precisión. A continuación retomaremos la canción del halajo y reconstruiremos algunos roles de nuestra coreografía.	10min	-cancion del halajo Ernesto Pérez.	Muestra final.	
	102 Precisión. Haremos la lectura del cuento de Florín y Florina ya adaptado para teatro.	10min	-cuento Florín y Florina	Muestra final.	
			-música zen.	El estudiante se relaciona con otros cuerpos de manera consciente y lo refleja en su reacción y comportamiento.	
Concepto	Preguntas orientadoras: ¿Cuáles son las cualidades de movimiento que habla en el cuento?				
Síntesis puesta en escena	Observaciones, expresiones, preguntas sobre la clase. Agradecimiento	5 min			

Figura 5: planeación en formato CET

Ahora bien, el arte escénico visto como disciplina de entretenimiento en si ya tiene un impacto político, psicológico, social y pedagógico, dependiendo el contexto, sin embargo, cuando se usa como medio pedagógico en la infancia, resulta esencialmente captador de atención y escucha; unos de los principales problemas que tienen las docentes de terreno y que además, enuncia también las “orientaciones pedagógicas para la educación artística básica y media”, puesto que implica la aplicabilidad de todos los lugares de apropiación de un tema o contenido, partiendo de lo memorizado, más lo que se pone en acción y lo repetido genera que los niños capten con mayor autopercepción y así mismo lo apliquen en su vida. Lo evidenciamos en el trasegar del tiempo y en las entrevistas<sup>15</sup> con las docentes, pues al preguntarles ¿consideras propicio movilizar estos contenidos de autocuidado desde la infancia y por qué? A lo que respondió: “Si, ha mejorado el curso, yo lo he visto más dispuesto, ya no se golpean ni se pegan” lo que consideramos, producto de la indagación del autoconocimiento, autorregulación y la reflexión a través de las experiencias escénicas.

Analizando la receptividad de los niños encontramos que es mucho más efectiva con estrategias pedagógica artística, por ejemplo, transponer cuentos y narrarlos con títeres o crear canciones que movilicen los contenidos propuestos, esto lo comprobamos en la retroalimentación del cuento “a gritos con los mosquitos” el cual se leyó como lectura dramática<sup>16</sup> sin ningún elemento y al momento de realizar las preguntas orientadoras fueron muy pocas las respuesta acertadas lo que indico que fue muy poca la escucha y atención, en cambio la siguiente sesión de clase llevamos el cuento de “el castillo del silencio” con títeres para movilizar igualmente el autoconocimiento y fue realmente sorprendente ver como aumento el nivel de atención y participación en cuanto a la receptividad, gracias a los materiales didácticos utilizados en este punto de la implementación. sí en el primer cuento 2/22 levantaron la mano, en este segundo, 15/22

---

<sup>16</sup> La lectura dramática es aquella en la que se reproduce con la voz –y con el lenguaje corporal que suele acompañarla– toda la expresividad de un texto: las emociones, la textura de las palabras, la cadencia con que se cuenta una historia o las variaciones de intensidad con que se expone una reflexión, entre otros. Es una estrategia para acercar el mundo teatral y literario al aula de clase.

lo hicieron, lo que evidencia una captación más amplia de parte de los estudiantes. (Figura 7).

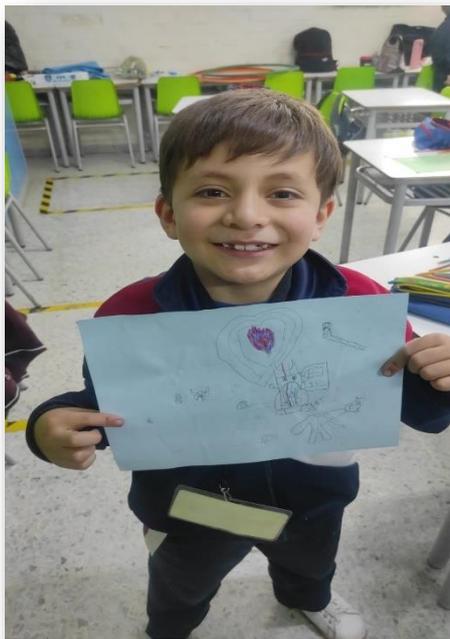


*Figura 6: Titirodromo dispuesto para lectura de cuentos*

Los niños proponen juegos acordes a los contenidos de la clase y la apertura del docente es vital para forjar lazos de educación horizontal, confianza y gusto por la clase, por ende es necesario aprender a readaptarse en cuanto a las planeaciones para establecer un juego y un contrato didáctico mediado por lo que el profesor en formación quiere enseñar y la manera más óptima en la que los niños lo puedan aprender.

Por otro lado, encontramos necesario buscar estrategias para llevar a cabo el proceso con niños que tienen capacidades particulares, ¿Cómo abordo un niño con condición especial sin afectar el proceso de los otros 22 y sin segregarlo? ¿Es problema del rol docente, del sistema educativo o de la institución?

Este cuestionamiento surgió en referencia a uno de los niños que tenía una dificultad auditiva, en principio no sabíamos cómo integrarnos, sin embargo, con el apoyo de la psicóloga y de la profesora encargada, comenzamos a comunicarnos desde lo corporal y a través de ejemplos corporales y mimesis, siempre estuvo muy conectado a las clases. Incluso, en principio era muy serio y apático con el PIC, luego de algunas clases, esta es su mejor respuesta:



*Figura 7: Samuel y su creación.*

¿Cómo lograr que los niños se desenvuelvan con cuidado de otros cuerpos, con la atención requerida y sin tantos ruidos externos que aparecen?

Pues, aunque hicimos algunos intentos a través del yoga como parte del proceso de autoconocimiento, no logramos transformar algunas prácticas de autocuidado por cuestiones de tiempo de la clase, pues solo eran 45 minutos, sin embargo, cada vez disminuían las tasas de violencia en el salón, es decir que con mayor constancia en pocas clases se logra adaptar el grupo a la responsabilidad social y empatía.

Los niños proponen juegos que van acorde a los contenidos de la clase y la apertura es vital para forjar lazos educativos, adaptar entonces el juego o las canciones, generar una mayor autoconocimiento y dominio emocional de parte de los estudiantes, para ello también es indispensable una actitud abierta y a la escucha de parte de los profesores.

Hasta este momento de las practicas, comprendemos la necesidad educativa ausente de parte de la Universidad de enseñar en la práctica, nunca recibimos ninguna clase de abordaje de personas con condiciones especiales y es parte fundamental de nuestra labor poder mediar con estas circunstancias, siento que se debería fortalecer esa necesidad en

la formación profesional, no solo en las electivas como “inteligencia emocional” o “hidroterapia” sino como parte fundamental de todos los currículos educativos, ya que los docentes van a tener que enfrentarse en la realidad a una variada diversidad de condiciones particulares, trastornos, traumas, falencias Psicomotrices entre otras, que requieren una preparación mínima.

Es muy interesante ver cómo en los dos distintos grupos son igualmente diferentes los procesos de apropiación o más bien recordados del trabajo, un grupo tenía muy claras las cualidades del movimiento vistas y el otro las formas trabajadas, a pesar de que hasta hoy con ambos llevaba el mismo desarrollo de las clases, cada grupo tiene distintos focos de atención y maneras de entender, es por ello fundamental atravesar la metodología CET para aplicar la enseñanza desde todas las rutas posibles de aprendizaje, el cuerpo, el movimiento, la razón, el dibujo, la escucha, la imagen y la acción o creación autónoma de los estudiantes para fortalecer la comprensión de los contenidos planteados.



Figura 8: Proceso de enseñanza aprendizaje desde lo cognitivo, desde lo creativo y “encuerpando” emociones.

Dentro de las planeaciones se ha venido construyendo unos contenidos referentes al autoconocimiento del cuerpo y sus cualidades de movimiento, pero estas clases nos han llevado a cuestionar: ¿Es esto lo que realmente necesitan aprender las y los niños? Ahora bien, con el desarrollo de las clases nos hemos percatado que hay también necesidades más axiológicas, más humanas, que de igual forma se pueden enseñar a partir de las artes escénicas y del autoconocimiento: la conciencia, el cuidado del otro y surge con ello la necesidad de investigar en torno al trato respetuoso que debe forjarse dentro del salón para evitar que las y los niños se violenten entre ellos de cualquier forma posible, por ello se exploran experiencias teatrales y danzarías que fusionan los contenidos:



Figura 9: Canción de las emociones <https://www.youtube.com/watch?v=YUNkYOU08KM>

Las necesidades de cada grupo varían en cuanto los contenidos que pretendemos movilizar, por ende, surge la inquietud ¿cómo llevar procesos igualitarios en grupos con necesidades distintas? nos pudimos percatar que en un grupo los niños solían recordar mejor lo que veían y en el otro lo que escuchaban, entonces comenzar a mediar nuestras practicas con el ver y con el hacer, lograba poco a poco un aprendizaje más significativo.

¿Como poder transponer un mismo conocimiento desde diferentes rutas pedagógicas, en unos más practica y en los otros de manera más cognitiva o mental y en otros más practica y visual? Con artes escénicas es posible.

Es vital aprender cómo profesor a saber cuándo parar la clase en casos de violencia, maltrato, matoneo y regular también dichos compartimientos, pues no se puede llevar a cabo una clase donde no prima el respeto y la armonía entre todos, y poderlo regular desde un llamado de atención pertinente y reflexivo para de ninguna manera herir susceptibilidad alguna.

Los niños, aunque les propongas un mismo contenido, captando es de diferentes rutas, hay que reconocer cuál es la óptima para cada grupo, en cuanto a la dimensión corporal, mental y emocional.

Como podemos ver, aunque desarrollada la primera fase del proyecto, aún siguen apareciendo incógnitas, y si cambiamos de población seguirán apareciendo, lo que consideramos vital es mantener claridad en los contenidos que enunciamos y transitarlos de manera procesual y evaluando constantemente el proceso desde las preguntas orientadoras.

Dejamos aquí:

¿Cómo transponer esto del cuidado y la conciencia, en contenidos o experiencias teatrales y danzarias que ayuden a forjar niños con bienestar y relaciones sanas y empáticas?

Para finalizar algunas percepciones resultantes del tránsito por este primer periodo:

Somos cuerpo y en la educación podemos aprender y enseñar desde varios lugares, cuerpo expresivo me ha llevado a la búsqueda de transponer aprendizajes desde los lugares que plantea en lo cognitivo, lo racional, la función cerebral, en cuanto a lo físico, a la acción, al movimiento y en cuanto a lo creativo, la imaginación y transformación de ideas. Además, la metodología propuesta en los formatos del profesor ahondando en un trabajo de exploración, actividad principal o contexto, concepto y síntesis, implica organizar las clases de tal manera que los deseos docentes y las necesidades estudiantiles nos lleven a reflexionar como docentes ¿Qué hacer? ¿Cómo iniciar? ¿Por qué hacerlo? y ¿Para qué hacerlo? Para ubicar a cada estudiante en distintas formas de aprender, desde el cuerpo, la razón y la sensación.

Con el fin de realizar sesiones de clase programáticas que contengan y recopilen los sucesos en clase y nos hagan cada vez unos mejores docentes, que forjen estudiantes de acuerdo a sus necesidades de aprendizaje que también puedan enfrentarse al uso de las TIC para enriquecer sus procesos, pues esa búsqueda y herramientas, no solo facilitan nuestra labor si no que la hace más precisa, objetiva y direccionada a saberes artísticos, corporales, desde cualquier lugar, presencial o mediado por la tecnología.

### **La autorregulación como un lugar de empatía. Periodo 2022-02**

Dando continuidad a nuestro proyecto de investigación para sistematizar y analizar, llegamos al segundo periodo del 2022 y dejamos parte de los aspectos mas relevantes

analizados a continuación, sin embargo, cabe aclarar que todos los aprendizajes fueron mediados por elementos artísticos, pedagógicos, sensibles. Que nos han venido construyendo como sujetos más meticolosos en torno a nuestras practicas educativas y de esa manera comenzamos a analizar aspectos más allá de los directamente relacionados con los contenidos teóricos e indagando en los actitudinales, de disposición, energía, la gestión del tiempo, la ubicación espacial, y todos los elementos que comprenden un antes, durante y después de una clase, por ejemplo:

La distribución espacial en la que se encuentran los niños de los dos salones es diferente, unos están en filas y los otros frente a frente, esto tuvo unas implicaciones de las que hasta ahora no nos habíamos percatado ya que siempre se había adaptado el espacio para las clases. esta vez no se hizo y los resultados fueron más positivos en los niños que estaban en fila, pues la atención estuvo focalizada en lo que se quería transmitir, aunque lo percibimos algo conductista, en estas circunstancias de educación masificada resulta teniendo un sentido favorable para el desarrollo de la clase, en cambio los niños que estaban frente a frente no estuvieron tan atentos como los del primer grupo y la pregunta queda, en si ¿la mejor receptividad habrá tenido que ver con la ubicación espacial?

En palabras textuales de una profesora de terreno, el haber llevado títeres para ilustrar un poco la lectura dramática, “fue todo un éxito” y lo constatamos además al finalizar la lectura del cuento, puesto que la precisión de las respuestas de las y los niños a las preguntas orientadoras fue muy certera, entonces decidimos seguir indagando en este recurso para crear material que movilice nuestros intereses en este punto orientadas a la auto regulación como lugar de empatía.



*Figura 10: Monstruos de las emociones.*

Por lo general en el salón 102 las actividades nos tomaron menos tiempo que en el 101 pues las condiciones son distintas, en el 101 está Samuel que tiene una particularidad auditiva y esta Juan que tiene una cognitiva (autismo), a Juan debemos repetirle y constatar sus aprendizajes varias veces, con samuel debemos relacionarnos desde las imágenes y los gestos, es verdaderamente enriquecedor aprender a ser docente entendiendo la diversidad de complejidades que pueden abarcar un salón de clases y el constante aprendizaje de las herramientas para mediar aprendizajes equívocos pese a las condiciones particulares e institucionales.

Luego de más de 10 encuentros con los niños y las niñas del florentino, aun no dejan de aparecer hallazgos en torno al rol docente y la necesidad de innovación pedagógica, tanto que exigen los niños, como la que implica el contexto social actual. Pues los títeres en principio cumplieron su objetivo, pero con el tiempo la atención se iba dispersando así que, resaltamos esa constante necesidad de innovación de nuevos elementos pedagógicos que nos llevó a “encuerpar” cuentos, crear canciones y coreografías que complementaran el entendimiento en todos los niños.

No deja de ser una dificultad captar la atención de los niños, sin embargo, la capacidad de mantener la conexión de los niños desde las primeras prácticas hasta hoy ha aumentado sustancialmente, pues los códigos instaurados y la forma de comunicarnos ha generado una comunicación efectiva y pensamos que ha radicado en el hecho de que, actualmente el fenómeno de los comerciales, la televisión y las redes sociales han generado que la atención y los intereses se limiten a 15 o 30 segundos, pero somos intolerables a contenidos un poco largos o repetitivos. Por ello como docentes requerimos una constante innovación en las dinámicas con las que se moviliza algún contenido, lo intentamos desde la creación de una ruleta de las emociones, realizada de manera cooperativa con los niños, para interpretar las acciones allí plasmadas, en medio de la rabia, la ira, el estrés, la tristeza o la ansiedad, es así como intentamos fortalecerlo teniendo en cuenta CET<sup>17</sup> desde la razón con el cuento “a gritos con los mosquitos” desde la acción con la canción de las emociones apelando como eje transversal la “autorregulación”

---

<sup>17</sup> Cuerpo expresivo Triuno: Línea de práctica pedagógica de la licenciatura en artes escénicas de la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia.



*Figura 11: Ruleta de las emociones*

Nos percatamos que efectivamente todos los niños tienen diferentes formas de aprender y que algunos requieren mucha más atención y repeticiones que otros, por ello es necesario limitar los contenidos, de tal forma que puedan ser transpuestos para todos, desde sus particularidades.

La creación o escritura de un cuento también nos posibilita como docentes expandir la visión de determinados contenidos, los títeres llevados en este espacio ampliaron desde nuestra perspectiva la comprensión de los contenidos transversales que estuvimos transitando a lo largo del cuento, pues desde la propia creación se puede enfatizar en las necesidades que se desean transitar y así mismo la respuesta digamos idealizada previamente que darían los niños y poder evidenciarlo en el momento de las preguntas orientadoras es verdaderamente gratificante, por ejemplo en el cuento transitamos momentos de autopercepción y autorregulación.

Juan José de 102 fue demasiado contundente con su comprensión en torno al cuento, “profe, pues el cuento lo que nos dice es que debemos aprender a controlarnos y a mediar nuestras emociones a través del autoconocimiento y eso se construye de acuerdo con la percepción que tengamos de nosotros, de nuestras emociones y del mundo que nos rodea”

Realmente fue mucho más de lo que esperábamos, esta respuesta realmente motivó a continuar usando los títeres como medio para la comprensión de los contenidos que deseamos transitar como PIC, además de relacionarlos a ellos también con los títeres que puedan interpretar lo que están escuchando en el texto, amplia su escucha in situ o justo en el momento de la narración, pues las palabras no solo son expuestas por el profesor si no interpretadas por algunos compañeros y observadas por otros, lo que genera que todos estén al tanto de lo que sucede en el aula.

Los niños realizaron unos dibujos que dejaban ver la percepción de sí mismos la clase pasada, esta debía añadirle a ese dibujo las cosas que los motivan en sus vidas, algunos dibujaron juguetes, otros a sus familias, otros a sus mascotas, esto nos abrió la puerta a conocer un poco más de esas cosas que generan pensamientos bonitos en ellos y poder trabajar o realizar la creación de nuestro material partiendo de estos aprendizajes.



Figura 12: Dibujos de las cosas que motivan su vida.

Luego, inspirados en ese dibujo, cada uno de los estudiantes debía realizar un títere con los materiales que les brindamos en el salón y usando como referente un video de creación de títeres. Fue muy gratificante ver como todos tienen percepciones tan distintas de sí

mismos inicialmente en sus dibujos y luego como se les complejiza trasladar de un lugar creativo de dibujar a hacer pues sus habilidades cortando, pegando y dando forma son distintas y algunas reducidas, ver esto también pone en evidencia el autoestima que tiene cada uno, el valor que se evidencia en sus tareas y algo en común que casi todos manifiestan es el deseo de mostrar sus creaciones, con excepciones de un par de niños que sienten vergüenza de sus propias maniobras, me surge la pregunta ¿Cómo hacer que la relación del niño con su creación sea de gusto, empoderamiento y deseo de comunicar y no de frustración y disgusto?



Figura 13: Ejercicio del Títere.

Como respuesta a la última pregunta planteada, decidimos dejar que cada niño realizara su títere en su casa y adjuntaran la construcción de su propio minicuento de motivación a través de la mediación tecnológica que brindaba la IED Florentino Gonzalez, en la

plataforma donde los niños interactuaban con la virtualidad, subieron sus videos con sus títeres y sus minicuentos de motivación y vimos algunos en clase:



*Figura 14. Observación cuentos motivacionales.*

El lugar de análisis de ello nos llevó a comprender las diversas formas de expresarse de los niños, en el hogar y en la IED, pues analizando los videos nos pudimos constatar que muchos hacían su tarea desde la autonomía y con libertad y otros estaban sujetos a lo que les indicaban sus padres o tutores, esto se puede evidenciar en el comportamiento del niño en el aula y en el video y además amplía la visión docente, la hace más crítica, profunda y focalizada.

En la observación de los videos hechos por las y los niños, que por asuntos de privacidad institucional de la plataforma en la que se subieron no se pueden divulgar. sin embargo, podemos deducir algunas cosas, por ejemplo se evidencian los distintos ambientes de aprendizaje, desde el hacer, en casa y con ayuda de los padres, lo que nos permite conocer un poco más a fondo los contextos en lo que habitan los niños y además ver que implícitamente los niños tras ver el ejemplo del profesor, realizan también una tarea en cuanto a su modulación vocal, sin nunca decírselo, algunos de ellos le pusieron voces a sus títeres, también podemos apreciar las habilidades comunicativas frente a un público y un trabajo que abarca desde mi punto de vista las maneras de aprender de los niños, desde la razón, pensando como seria ese títere, desde la creación, haciendo los títeres y desde la acción, ejecutando con sus títeres la anécdota que fue requerida, además el ejercicio también nos posibilitó saber que cosas los motivan, entre otras también que cosas les dan miedo. Descubrimientos que no estaban planteados dentro del ejercicio,

pero aparecen como nuevos hallazgos y enriquecen así el proceso de reconocimiento contextual de las y los niños y el proceso creativo docente para seguir forjando materiales que lleguen de maneras más concretas con los intereses docentes y las necesidades educativas.

Las y los niños se relacionan más con elementos ficcionales en cuanto a su memoria pues, no dejan de recordar el primer cuento del “castillo del silencio” y ese lugar ficcional que plantea el cuento, pero que está dentro de nosotros mismos. Me hace pensar que inconscientemente aprenden basados en analogías o apologías a la vida partiendo de la ficción, ejemplo, también recuerdan mucho en el que había unos mosquitos que se comían los gritos y a partir de esas analogías sacan deducciones en cuanto a su comportamiento, lo importante de regularse y escuchar. En cambio, el cuento más cercano a la realidad fue el que los PIC creamos, el cual apelaba tanto a momentos comunes que es poco lo que recuerdan del mismo, lo que me hace concluir la importancia creativa de como profe poder relacionar elementos ficcionales, extraordinarios, que puedan ser adaptados, apropiados en la realidad, dejando así mensajes contundentes en las mentes de los niños, desde la metáfora, la ficción y la analogía.

Cabe rescatar también el hecho de que las profesoras manifestaron que ellos nunca habían tenido la tarea de crear algo como un títere y esto amplía su mete creativa su desarrollo motriz en cuanto a usar las tijeras, el pegamento, darles forma a las cosas y materializar sus ideas.

En los últimos encuentros nos permea la sensación de que un profesor no basta para 22 estudiantes, pues teniendo en cuenta la diversidad de contextos y sus variables educativas resulta cada vez más complejo y retador encontrar contenidos que circulen desde todas las maneras de enseñar que lleguen a todos los estudiantes.

Constatamos entonces la importancia de las relaciones dialógicas que establecen contextos ¿Cómo relacionar la vida cotidiana de los niños con contenidos educativos que quiero implementar sin caer en la transgresión o vulneración de las emociones de las y los niños ni de las propias?

Por momentos sentía que las interpretaciones diversas de un cuento en ellos pueden alterar los intereses educativos docentes, por ende es sumamente necesario, diría imprescindible transitar los conocimientos desde todos los lugares descubiertos para el proceso de enseñanza-aprendizaje, la razón, la acción y la creación, instaurando también en este punto del análisis, la emoción, procurar que crezcan en un ambiente inspirado en un reconocimiento de sí mismo, de nuestras formas de relacionarnos con nuestros cuerpos, nuestras mentes, nuestras emociones.

La puesta en escena con títeres de un cuento que transita la empatía, para estudiar la percepción de los niños a través de la indagación y así poder saber lo que intentamos transponer desde la puesta en escena o la muestra de elementos de manera artística que introduzcan o aproximen a la comprensión de la empatía, ¿verdaderamente les está llegando? ¿Qué le está llegando? y buscando rutas para recibir una devolución de su parte, implementando así las 3 formas de enseñar y 3 maneras de aprender, haciendo referencia al uso de la metodología diseñada en cuerpo expresivo triuno.

La acción desde la muestra con títeres y la exploración previa que tuvieron con ellos, en segundo lugar, apele a la razón, proponiendo a los niños pensar y dibujar sus propios personajes y lugares que conllevaran a inspirarlos para la creación de su propio cuento con títeres, el cual se inició de manera grupal, pero por asuntos con el tiempo tuvo que ser postpuesto, además previo a esta creación se enseñó la estructura de un cuento grupal, por ello, solo pudimos observar un resultado.

Hoy finalizaron nuestros encuentros y consideramos pertinente realizar un cierre que de alguna manera me diera cuenta de parte de los niños, de los aprendizajes que vimos a través de los contenidos temáticos que abordamos durante este periodo de indagación del autocuidado.

Nos llevamos una muy importante reflexión y es a su vez melancolía del adiós y el deseo de querer continuar indagando en temáticas que aporten a nuestra construcción como individuos sujetos a un sistema educativo masivo, que resulta complejo por tanta diversidad de contextos en los que se desenvuelven cada uno de los y las niñas y que reunidos construyen nuevas perspectivas de enfrentarse al mundo.

Entonces me pregunto ¿cómo hacer de la educación artística una acción que promueva el autoconocimiento y el autocuidado que devenga en la construcción de comunidades mentalmente sabias y sanas?

Finalizando nuestro segundo periodo de encuentros, Durante las canciones, nos percatamos que las cantaban con mucha emoción, con goce y la educación para los PIC siempre ha sido de carácter formativo y no divertido, y cambiar un poco la perspectiva de los niños me propone pensar transformaciones internas en el roll del profesor para hacer del espacio formativo un espacio feliz, de disfrute y conocimiento.

Canción hoy será un gran día:

<https://youtube.com/shorts/y-oiIWcPKg8?feature=share>

Luego, a través de una carta los niños pueden expresar sus sentires de distintas maneras, algunos decidieron escribir palabras a pesar de no tener muy bien afianzada la escritura, los estímulos de la creación hacen que los niños realicen operaciones concretas de pensamiento y desarrollen nuevas capacidades para transmitir/comunicar su sentir y además sus aprendizajes, de manera que accionen su creatividad, razonen sus pensamientos y lo plasmen desde el cuerpo y la mente en el espacio creativo:



Figura 15: Cartas de las emociones.

Lo que dio el carácter evaluativo del espacio, en sus cartas se puede evidenciar como comprenden y ponen en su cuerpo y en sus creaciones su autorregulación en resonancia con sus emociones, que fue el tema central de este espacio y como lo comunican a través

de sus imágenes, sus dibujos y sus cuerpos, cada abrazo, cada frase de respeto, empatía y compañerismo, me deja claro que mal o bien, los aprendizajes fueron bien recibidos, de aquí en adelante ya lo que nos quedaría es poder observar si son practicados, pero como todo tiene su tiempo y el mío acá ya termino, espero haber dejado en los niños los cimientos de una inteligencia emocional aplicada en la educación artística desde los primeros pasos de vida

Agradecerle a cada niño y niña, a cada padre y profesor(a) que posibilita nuestras practicas educativas y nos hace docentes críticos y fácilmente adaptables a contextos particulares.

### **La autopercepción para la motivación. Periodo 2023-01**

Para continuar con esta fase era necesario para los investigadores saber cómo estaban los niños en términos de apropiación de conceptos en cuanto al autocuidado, es por ello, que se planteó un proyecto de aula 2.0 o así lo nombramos, en el cual, partiendo de las actividades desarrolladas el semestre anterior, se plantearon nuevas actividades, con el fin de observar como las llevaban a cabo con su cuerpo y como las relacionaban con su vida académica y su vida personal.

Es así como durante la primera clase del periodo 2023-01 se llevo a cabo la actividad de la telaraña, en donde cada participante debía decir que le gustaba hacer, pues fue uno de los pilares que se trabajo durante el 2022-02, sin embargo, al ser una actividad planteada desde la quietud y tranquilidad, no funciono. Por lo que los niños no se escuchaban y empezaron a empujarse y a burlarse uno del otro, entonces, se dio paso a la segunda actividad de la clase, la cual era desde “El rap del cuidado” (**Figura 17**) lo que permitió instantáneamente que los niños entraran en actitud de escucha. Durante esta sesión logramos constatar una vez mas la influencia de los cantos responsoriales como un lugar de escucha y de aprendizaje, pues apenas los niños empezaban a escuchar la música sus cuerpos se ponían atentos y empezaban a explorar improvisaciones. De hecho, Samuel apenas se instauró la música empezó a mover su cuerpo desde lo que observaba en sus compañeros.

“Mi cuerpo yo cuido con  
mucho interés, pues cuando  
estoy triste lo se reconocer.  
Yo canto yo bailo, yo actúo  
también y esto me ayuda a  
cuidarme desde el ser”.

*Figura 16. Rap del cuidado*

Así mismo al instaurar el rap del cuidado, los niños y niñas tuvieron una acogida particular pues mientras escuchaban el beat sus cuerpos empezaron a moverse y no desmesuradamente sino más bien, con movimientos pequeños en donde se notaban que estaban disfrutando el momento, durante esta actividad estuvieron muy atentos a aprenderse la estrofa y de alguna manera a escuchar la música para entrar en el tiempo musical, lo que fue armonioso y tranquilizante después de una primera actividad de tanto caos (figura 14).



*Figura 17. Sesión 1 periodo 2023-1. Aprendiendo el rap del cuidado.*

Por otro lado, como reflexión particular nos preguntamos constantemente ¿Qué hacer cuando hay un niño con alguna discapacidad? Pues si bien se sabía que Samuel hacia parte de las practicas, sin embargo, fue difícil no saber cómo involucrarlo, pues es un niño muy juicioso que se dispone siempre desde su corporalidad.

Para la segunda clase de esta fase, teniendo una continuidad con la periodo 2022-1 en donde cada niño hizo un dibujo de cómo se percibía; se dio la indicación de un dibujo de su cuerpo señalando la parte de su cuerpo favorito, lo que generó en nosotros como profes investigadores una sensación de felicidad pues aunque la instrucción era señalar “1 parte de su cuerpo” Muchos niños pusieron TODO (Figura 19) su cuerpo como parte favorita y lo que nos sorprendió aún más fue que el resto del grupo puso el corazón como su parte favorita (Figura 20), permitiendo observar el impacto positivo que ha tenido este proyecto de grado en sus vidas, pues si bien ha sido un proceso acogido y apoyado por las profesoras de terreno, lo que genera un acompañamiento presente y con más apropiación para los niños y niñas del colegio Florentino.



Figura 18. Parte favorita de mi cuerpo.



Figura 19. Parte favorita de mi cuerpo.

Es así como después de este ejercicio se procede a seguir con “El rap del cuidado”, pues si bien la sesión pasada se había enseñado una de las estrofas durante esa sesión se

terminó, el cual tuvo una buena respuesta por parte de los niños al ser un ritmo que en algún momento habían escuchado en su contexto social, lo que generó más cercanía en los niños al cantarla y escuchar lo que decían en la misma canción Figura 21.



Figura 20. Rap del cuidado. Video: <https://www.youtube.com/watch?v=5DWTz3U9YMg>

Es importante mencionar que la letra de este rap fue pensando desde las necesidades de los y las niñas del colegio, pues si bien ellos nos decían que era lo que les gustaba durante los ciclos pasados y como fue bien recibidos los cantos responsoriales, era necesario seguir con ese pilar sin dejar a un lado las percepciones de cuidado, además de todo en este punto de la experiencia los niños cuando cantaban y se movían tenían en cuenta la percepción como pilar fundamental pues, si bien fue la regla que se acordó con ellos mismos.

La idea de esta fase era observar y reforzar de alguna manera los contenidos vistos en fases pasadas, para mirar si se habían apropiado de los temas y como se concebían en sus vidas, por eso en las sesiones tres y cuatro se llevaron los títeres de las emociones y un cuento de las emociones, junto a un conversatorio con la pregunta detonante de ¿Qué es el autocuidado para cada uno?



Figura 21: <https://youtu.be/ZTFPdHx9KsU>

Si bien los niños comprenden que el autocuidado no habla solo de las prácticas de aseo, sino que también son todas esas actividades que nos generan felicidad y que hacen que nuestro cuerpo este un poco más activo, aunque evidentemente la practicas de aseo también hacen parte del cuidado, asocian autocuidado son actividades que les gusta y que hacen que se tranquilicen.

Además, los estudiantes percibían los contenidos con mayor facilidad de manera corporal, es decir, todo lo que atravesaba sus cuerpos se les quedada con mayor facilidad, por ello cuando se proponían canciones con esquemas corporales, los niños tenían mayor concentración, fue por ello que con ayuda de los títeres de las emociones se trabajó la autorregulación como lugar de cuidado y se hizo también con el rap del cuidado ya que en cada clase querían cantarlos

Así mismo los niños tenían claro las cinco emociones (Felicidad, tristeza, ira, miedo y tranquilidad) y los más importante fue que cuando se les preguntaba que hacían para cuando algo les molestaba y en su mayoría respondían que respirar o cantar como se los había enseñado “La canción de las emociones”, por ello se percibió la tranquilidad como una de las emociones principales, por lo que la tranquilidad era siempre la solución que los niños daban cuando aparecen momentos de tensión o cuando se presentan emociones como la ira y el miedo Figura 8 .



Figura 22: Títeres de las emociones.

Fue grato ver como los niños y las niñas del curso 201 y 202 comprenden las nociones de la regulación de las emociones, pues son conscientes que deben parar, pensar y actuar de manera racional, nociones que al principio de la práctica no eran muy claras, pues si bien siempre han manejado el tema de las emociones en la institución, sin embargo, los niños no identificaban en que situaciones debían respirar, o parar y pensar, o simplemente cantar para estar un poco mejor.

Por otro lado, una de las preguntas que quedan de estas sesiones es ¿cómo hacer que los niños no empujarse entre ellos cuando dejan de estar en su pupitre y pasan a aprender y explorar con su cuerpo sin que sea un lugar de caos y desorden? Porque, aunque se trabajaba desde el cuidado mismo y de los compañeros, la mayoría de las veces levantar a los niños de sus pupitres y que jugaran en el espacio era un momento caótico.

Debido a la buena respuesta que se tuvieron en los cantos responsoriales y con la idea que los niños y las niñas reflexionaran a partir de la letra de los cantos se decidió hacer un repertorio musical en el cual iban a estar la canción de las emociones, el rap del cuidado y finalmente la “Cumbia del buen trato”<sup>18</sup> la cual fue una exploración desde la pregunta de la sesión pasada, ya que la letra de la canción permite a quienes la escuchan empatizar con las personas que nos rodean.

Siguiendo con lo anterior y teniendo en cuenta que los profesores investigadores, querían trabajar desde la empatía y percepción del otro, para esta canción, los niños no se

<sup>18</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=IkiA1n2aqUY>

aprendieron la canción si no que la bailaron, se elaboró una estructura coreográfica en la cual había desplazamientos y movimientos grandes. Fue por ello que al inicio de la actividad, los niños empezaron a empujarse y a jugar entre ellos, por lo que fue necesario detener la actividad y preguntar de qué trataba la canción.

Después de que los mismos niños reflexionarían sobre la importancia de cuidar al que está al lado, se retomó la actividad con una mejor respuesta, de hecho, una de las participantes viene de la costa del país por lo que ayudo con la explicación de los pasos al resto de sus compañeros lo que genero mayor acogida. La intención de la cumbia del buen trato también fue que los niños conocieran un poco más de su país y de su cultura, pues si bien el autocuidado también se concibe como un lugar de conocimiento, ya sea propio cultural y social.



Figura 23: La cumbia del buen trato. <https://youtu.be/ZTFPdHx9KsU>

Esta cumbia del buen trato fue la actividad de cierre para esta fase del 2023-1 , Durante este periodo la idea como se mencionó al inicio fue indagar en las nociones de autocuidado que los niños habían apropiado en su vida cotidiana o por lo menos en su vida escolar, en el proceder nos dimos cuenta la importancia de la empatía en ejercicios grupales como los cantos y en definitiva ellos también lo experimentaron, pues cuando se les decía que cantaran alguna de las canciones que habían aprendido en el proceso, ellos mismo se encargaban de hacer el conteo y esperar si alguna se estaba acomodando algo en la ropa o estaba comiendo.

Es así como el concepto de empatía empieza a aparecer en este proyecto de grado y de hecho lo utilizamos como un lugar fundamental para las reflexiones y ejercicios que realizamos, no obstante, y en este periodo en particular, los niños de 201 y 202 nos hablaban de las cosas o las personas que los motivaban para ir a estudiar o para practicar las canciones y ejercicios que les llevábamos al aula, entre las motivaciones se encontraban las profesoras de terreno pues siempre estaban apoyando el proceso, se aprendieron el repertorio para apoyarlo y motivaban a los niños para que comprendieran la importancia del autocuidado en la vida de cada uno y cada una.

Es así como en algunas clases se llevaban incentivos, los cuales permitieron mayor participación por parte del grupo, lo que funciono, porque fue un lugar de juego y de recompensa, sin embargo no en todas las sesiones se llevaron incentivos, pero los niños ya parecían más participativos, es ahí cuando nos dimos cuenta la importancia de motivarlos a través de lo material y también de la palabra, pues cada uno de ellos tiene unos sueños y deseos que nacen desde sus propias necesidades y hacer parte de este proceso les motivaba para llegar a su meta, o así lo expreso una de las niñas cuando le preguntamos, ¿Por qué le gustaban las clases de autocuidado?

### **Estrategias didácticas eficientes en la infancia para próximas investigaciones de Autocuidado.**

A continuación, la siguiente tabla da cuenta de las estrategias didácticas más eficientes durante el proceso de intervención de Autocuidarte a propósito de los diálogos pedagógicos en pro de construir escenarios educativos que se piensen el autocuidado como lugar de enunciación para la enseñanza y el aprendizaje. Cabe resaltar que son estrategias modificables que se pueden transponer dependiendo de la población a la que se quiera intervenir.

*Tabla 3. Estrategias didácticas eficientes en la infancia para próximas investigaciones de Autocuidado.*

Perio do	Contenido.	Estrategias didácticas.	Análisis.
2022- 1	Autoconocimie nto	Cuento con títeres.	Llevar al aula elementos diferentes a los que acostumbramos a ver (tablero, pupitres,

2022- 2	Autorregulación		computadores etc.) genera en el estudiante una mayor atención y recepción desde nuestra experiencia, pues con el títere logramos contar cuentos como los Mozquizampas , el castillo del silencio y demás que fueron clave para que los niños empezaran a reconocer las emociones que los atraviesan, a través de diferentes historias y reflexionar sobre las reacciones e impulsos que tienen y el espacio en el habitan mucho más conscientes.
		Cuento con cualidades del movimiento.	Después de un par de intervenciones y de darnos cuenta de las tres habilidades diferenciales que hacían parte de este proceso, decidimos incorporar el cuerpo, para que la relación de la enseñanza llegara a todos, es así como a través de las corporalidades de los y las niñas se creaban cuentos desde las cualidades de movimiento (empujar, deslizar, crepitar, flotar, etc.) en los cuales la noción fundamental era el cuidado de nuestro cuerpo y el de los compañeros.
		La canción de las emociones.	Una vez el estudiante tiene esos primeros acercamiento de autoconocerse es necesario que sepa que lo atraviesan una serie de emociones que en ocasiones pueden generar impulsos poco razonables, por ello implementamos la canción de las emociones, pues si bien, en su letra habla de algunas emociones que habitan en cada ser humano y las alternativas a las reacciones que estas pueden generar o su aceptación, además de ello se incorporó una coreografía que ellos mismos propusieron, desde la letra y el video de la canción, de hecho Samuel el

			<p>niño con habilidad diferencial(Sordo mudo) proponía movimientos desde los movimientos de sus compañeros y desde el video que veía, lo que nos permitía observar que también estaba siendo consciente del proceso.</p>
		La ruleta de las emociones.	<p>Una vez identificadas las emociones de cada una y uno, se preguntó a los niños que actividad los tranquilizaba o simplemente les gustaba mucho, con eso construimos la ruleta de las emociones, la cual se usó en todas las clases posteriores, teniendo en cuenta siempre, que cuando alguno sentía tristeza, ira, miedo o asco podía ir girar la ruleta, realizar la actividad que le salía y volver a su clase un poco más tranquilo y en paz.</p>
2023-1	Autopercepción	La cumbia del buen trato.	<p>Ya que los niños y niñas del Florentino eran mas conscientes de si mismos, de sus emociones y de sus reacciones, queríamos exteriorizar con el otro el proceso que se iba construyendo internamente, por lo que utilizamos la cumbia del buen trato, ya que en su letra habla precisamente de las relaciones sociales desde la empatía, el respeto y la solidaridad. Lo hicimos a través de una coreografía en la cual debían trabajar en equipo para un fin en común que era un caramelo para cada uno felicitándolos por su empeño y esfuerzo, esa motivación hacia que trabajaran en conjunto escuchándose y respetando el espacio y el cuerpo del otro.</p>
	Autocuidado	El rap del cuidado.	<p>Finalizando esta experiencia y desde todo el proceso vivido decimos crear una canción que hablara de lo que significa el autocuidado y entrando en dialogo con los</p>

			<p>gustos musicales de los niños y del contextos de la capital Colombiana, fue el rap el protagonista de esta creación, además de ser un ritmo musical que hace parte del contexto de los niños y evidentemente de lo investigadores, también genera una reflexión a quienes los replican, pues habla precisamente de seres humanos únicos que se reconocen en un contexto. No obstante como profesores nos invita reflexionar por una educación que enseñe desde el cuerpo, la mente y el corazón.</p>
--	--	--	---

## SER PROFESORES

Al llegar a la institución teníamos altas expectativas como profesores, pues si bien en la carrera nos habían brindado teoría que creíamos que era suficiente para llegar al aula y cumplir el papel como docentes, sin embargo, la práctica es un lugar de confrontación, pues en varias sesiones salíamos desmotivados y preguntándonos ¿Si de verdad queríamos ser profesores?, Aun así seguimos en el proceso pensándonos y reflexionando sobre nuestro papel en la vida de cada niño y niña que era participante de este proyecto.

Es así como en el transcurso de este año y medio elaborando, pensando, reflexionando y creando nos dimos cuenta de que ser docentes es la oportunidad de volver a vivir la escuela con ojos de adultos rodeados de niños y niñas. Es escuchar a los participantes, es emocionarnos con sus nuevos aprendizajes, es creer en sus procesos y capacidades, saber que son diferentes, únicos y especiales. Es saber que el error es parte del aprendizaje, que juntos aprendemos mejor y que hay mil maneras de aprender. Es recibir y dar abrazos, sonrisas, hablar, reflexionar y vivir las emociones a diario.

Ser profesores nos ha enseñado sobre todo a ser humanos, a escuchar y tener la capacidad aceptar que no tenemos siempre la razón, ser profesor también es aprender de quienes enseñamos, nunca sabemos en qué situación se encuentra en otro, pero siempre estamos

en busca de bienestar y conocimiento propio y en colectivo, por eso el autocuidado es el lugar desde donde nos paramos para ser profesores, un ser humano que no tenga prácticas de cuidado propio difícilmente cuidara del otro.

¿Y de que vale el conocimiento si no cuidamos nuestra integridad? Aprender es un proceso por el que todos pasamos y para algunos es tedioso y traumático, de hecho, muchos queremos ser profes, para que aprender sea un proceso de descubrimiento y de reflexión en donde cada ser humano se reconozca como único desde sus diferencias, pero igual a otro desde su humanidad.

### **CONCLUSIONES.**

Luego de todo un trabajo de investigación, creación, tanto de materiales didácticos aplicables en el aula, como de estrategias pedagógicas para el proceso de enseñanza-aprendizaje de las artes escénicas en campos educativos, encontramos aciertos, desaciertos, inquietudes, pesquisas y ante todo un inconmensurable deseo de continuar haciendo de este proyecto, nuestra estrategia pedagógica en el aula y brindar herramientas o insumos a futuros docentes para seguir concibiendo estas fusiones de contenidos y hacerlos cada vez más certeros, eficaces y situados. A continuación, enumeramos lo que consideramos fueron los momentos más trascendentales de nuestra investigación para concluirla y algunos indicios para seguir en la indagación:

1. La fusión de contenidos disciplinares y axiológicos indagados desde las 3 formas de enseñar y 3 maneras de aprender, dan como resultado no solo una recepción de contenidos de parte de los estudiantes, sino una asimilación integral, que se logró en los niños retroalimentando las propuestas de los profesores a partir de preguntas orientadoras que los niños en una instancia respondían con palabras o la expresión oral, además en otra del pensamiento desde la escritura, el dibujo y el color. Sumado a ello la práctica motriz, el lugar que para nosotros recoge todos estos elementos; el corporal, mediado por música, pues cuando el niño enuncia cantando y expresa con movimiento, logra lo que consideramos un aprendizaje significativo e integral, está comprendiendo, por ejemplo con la canción del frailejón, prácticas de autocuidado, cuidado ambiental, partituras de

movimiento, trabajo de voz, respiración, memoria corporal, entre otros tantos contenidos que se pueden relacionar a partir de allí.

2. La acción del docente está muy atravesada por variadas estrategias lúdicas, didácticas y creativas que tienen componentes artísticos que enriquecieron el proceso enseñanza-aprendizaje, llevando al niño así a escuchar, ver, imaginar e interpretar los contenidos desde el movimiento corporal y de la psique a su vez elementos de la estructura del cuento y además, poder, transformarlo (aunque ficcional), dibujar escucharlo, cantarle y básicamente abordarlo desde casi todos sus sentidos, ver, oír, palpar elementos involucrados en la lectura del mismo, hace que sea un aprendizaje significativo en ámbitos integrales, corporales, cognitivos y sensitivos.

3. Encontramos las artes escénicas como la estrategia metodológica más útil y práctica en nuestro modelo de enseñanza-aprendizaje, pues como lo enuncia una de las profesoras de terreno en la encuesta semiestructurada realizada “indiscutiblemente los niños en sus clases están más atentos, más a la escucha, se divierten y aprenden, ojala así fuera en todas las áreas” entonces concluimos que el alcance de este proyecto puede llegar a generar estrategias educativas no solo en ámbitos escénicos y de autocuidado como lo proponemos, sino mediar otras clases, inglés, biología, fusionando contenidos y estrategias pedagógicas para un aprendizaje situado y eficaz en cursos más elevados.

4.) La disposición con la que llegas cómo profesor al aula converge con la energía del grupo con el que trabajas. Lo que hace una labor más amena o indiferente de acuerdo con el abordaje o al contrato inicial que se establezca con los niños, además de las temáticas tratas que sean óptimas, pertinentes y entendibles para el desarrollo del proceso.

5.) Comprendimos el autocuidado como un estilo de vida que nos permite a cada uno y una indagar en nuestras propias necesidades, para así comprender al otro en un ejercicio constante de solidaridad, respeto y amor. Este proyecto de grado se convirtió en el proyecto personal de cada uno de nosotros, aunque este proceso paso, dejó en nuestras vidas grandes repercusiones, las cuales, entrando en reflexión, son desde las que nos vamos a parar como profesores. En definitiva, nos deja con una gran pregunta que esperamos ir resolviendo con el paso de nuestras vidas profesionales y personales porque

¿Cómo un profesor que no tiene prácticas o nociones de autocuidado puede enseñar a sus estudiantes, sobre su sociedad si no se conoce? Entendiendo que conocernos también es conocer nuestro entorno porque como construcción de ello.

6) Finalmente y reflexionando en torno a lo sucedido en el proceso de prácticas creemos que como investigadores aportamos conceptualmente al modelo de práctica formativa desde la herramienta metodológica Cuerpo Expresivo Triuno, ya que entre la enseñanza y el aprendizaje descubrimos que las tres etapas de Autocuidarte complementan a CET como proyección para la enseñanza del arte escénico en la escuela, véase en la siguiente figura.

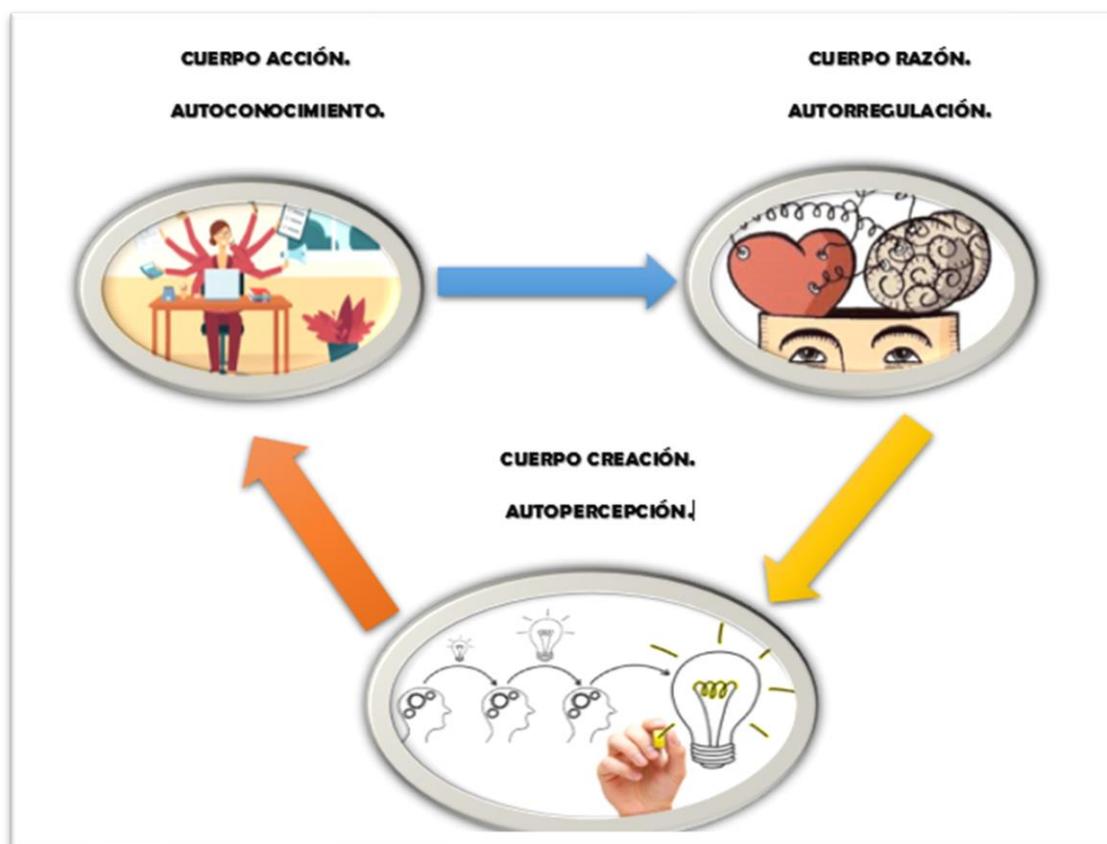


Figura 24. Aporte de Autocuidarte a la línea investigativa CET.

La anterior estructura la proponemos como aporte a línea investigativa CET ya que, para hablar de una educación desde el autocuidado es importante esta relación triangular de

cuerpo acción; la cual se propone como un cuerpo que hace y se está autoconociendo desde el accionar ya sea bailar, actuar, correr, etc, es por medio del hacer que el estudiante identifica sus habilidades, debilidades y fortalezas; Consiguientemente el cuerpo razón que hace énfasis a la toma de decisiones desde los deseos internos que movilizan al individuo, lo relacionamos estrechamente con la autorregulación porque esta toma de decisiones ,tiene que estar en constante dialogo con las emociones y tiene que haber todo un proceso regulación para observar, analizar y decidir, lo que significa una consciencia personal y finalmente el cuerpo creador en donde se unen diferente posturas personales para la elaboración de un resultado, es por ello que la autopercepción complementa este lugar desde la empatía y el respeto, pues percibe al otro y las posturas del mismo creando así un relación en función de la construcción de saberes.

## REFERENCIAS

- Bautista N. (octubre 2022) Salud Mental asunto de todos. Ministerio de Salud y Protección Social. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-asunto-de-todos.aspx>
- Bausela, E (2004) *LA DOCENCIA A TRAVÉS DE LA INVESTIGACIÓN- ACCIÓN*. Becaria de investigación de la Universidad de León, España .Recuperado de :file:///C:/Users/nancy/Downloads/2871-Texto%20del%20art%C3%ADculo-797-1-10-20180114.PDF.
- Baptista, P. Fernandez, C. Hernandez R. (2014) *DEFINICIONES DE LOS ENFOQUES CUANTITATIVO Y CUALITATIVO, SUS SIMILITUDES Y DIFERENCIAS*. Editorial INE. Tomado de: <https://acortar.link/VhK6HZ>
- Blasco. P, Serafina. G. Diciembre, 2001 IMPORTANCIA DE LA MUSICOTERAPIA EN EL ÁREA EMOCIONAL DEL SER HUMANO .Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/274/27404208.pdf>
- Calderon, R (2021) *Cuerpo Expresivo Triuno. Una Herramienta Metodológica para las Prácticas Pedagógicas de la Universidad Pedagógica Nacional*. Recuperado de: file:///C:/Users/nancy/Downloads/2021\_Calderon-pr%C3%A1tica\_pedagog%C3%ADa\_cuerpo\_expresivo\_triuno%20(1).pdf
- Cuervo, M. Izzedon, R. (02 octubre 2007) *Tristeza, depresión y estrategias de autorregulación en niños* (pag. 7) .Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/1390/139012670004.pdf>
- Gallo E, 2012, pag.2) <https://www.scielo.br/j/rbce/a/wLQBtrDJcBYK7Lp5RkVvWsj/?format=pdf&lang=es>
- Hollida. J, 2020, p. 4. La Educación popular latinoamericana: Historia y claves éticas, políticas y pedagógicas. Recuperado de [https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr.12848/pr.12848.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.12848/pr.12848.pdf)

- Goleman D. ;pag.286. Recuperado de: <https://iuymca.edu.ar/wp-content/uploads/2022/01/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Ganimedes. C, 2021 *¿Por qué es tan importante el autocuidado?* recuperado de <https://www.irflasalle.es/por-que-es-importante-el-autocuidado/>
- Jara Holliday (2020). Sistematización de la experiencia. Recuperado de: <https://acortar.link/ma8GrB>
- Larrosa. J. 2006, pag 4. Recuperado de <https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/96984/1/566508.pdf>
- Luzzolino, L. (2022) Teoría de la autopercepción de Bem, Psicoactiva de <https://www.psicoactiva.com/blog/teoria-de-la-autopercepcion-de-bem/>
- Mateo M.;Cruz. S; 2010; pag. 6:Recuperado de: <https://isfd112-bue.infed.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/07/APUNTE-DESARROLLO-MOTOR-LIBRO-1.pdf>
- Mori.R;2008;pag.1. Recuperado de <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2008/coordinacionmotricidad.pdf>
- Ospina. C, Jaramillo. N CONCEPCIONES DE LA EMPATÍA A NIVEL GENERAL, PSICOLÓGICO Y A PARTIR DE SUS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN. Recuperado de; [file:///C:/Users/nancy/Downloads/aarroyavehernandez,+330991Texto+del+articulo-139805-1-10-20180205\\_compressed.pdf](file:///C:/Users/nancy/Downloads/aarroyavehernandez,+330991Texto+del+articulo-139805-1-10-20180205_compressed.pdf)
- Oviedo L. 2004; pag. 2. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n18/n18a10.pdf>
- Orem, D (1991), citado por Prado, González, Paz y Romero (2014) (pag.. 41) . Recuperado de: [http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/13245/DOCUMENTO\\_SARA\\_GOMEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/13245/DOCUMENTO_SARA_GOMEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Pascual, 2006. citado por González. G; 2016; pag. 6. Recuperado de: [https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/162112/TFG\\_2015\\_gonzalezE.pdf?sequence=1](https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/162112/TFG_2015_gonzalezE.pdf?sequence=1)
- *¿Por qué es tan importante el autocuidado?* (2021). recuperado de <https://www.irflasalle.es/por-que-es-importante-el-autocuidado/>
- Revista Digital de educación física, 2017, pag. 2. Recuperado de: <file:///C:/Users/nancy/Downloads/Dialnet-ImportanciaDeLaMotricidadParaElDesarrolloIntegralD-6038088.pdf>
- *Revista de educación social número 34* (pág.123) La educación social acompañando a las infancias (Enero –Junio 2022). Recuperado de : <https://eduso.net/res/wp-content/uploads/2022/06/Res-34.pdf#page=117>
- Sagredo V, Jara P. 2010. Recuperado de <http://innovare.udec.cl/wp-content/uploads/2018/08/Art.-5-tomo-4.pdf>
- Tasas de homicidios por agresión en los últimos 5 años en Colombia (Tomado de; Boletín Técnico Estadísticas Vitales (EEVV) II trimestre 2022pr, acumulado 2021pr y año corrido 2022pr). Recuperado de: [https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/poblacion/bt\\_estadisticasvitales\\_difunciones\\_IItrim\\_2022pr.pdf](https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/poblacion/bt_estadisticasvitales_difunciones_IItrim_2022pr.pdf)
- Tomas. J, Almenara. J . pág. 20 . Recuperado de : [http://www.paidopsiquiatria.cat/files/teorias\\_desarrollo\\_cognitivo\\_0.pdf](http://www.paidopsiquiatria.cat/files/teorias_desarrollo_cognitivo_0.pdf)
- Vacas. H (2009) (p.4) . Recuperado de: [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_16/CRISTINA\\_VACAS\\_2.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_16/CRISTINA_VACAS_2.pdf)
- *Vivienda y calidad de vida Fundación Iberoamericana Down 21.* Recuperado de: <https://www.down21.org/desarrollo-personal/122-vida-independiente/1001-vivienda-y-calidad-de-vida.html>
- Zegers, G. La corporalidad en las psicosis. Recuperado de <http://www.chasque.net/frontpage/relacion/0111/corporalidad.htm>.