

EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR

Autor: ANGIE ANDREA MONTENEGRO PARDO

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Bogotá, Mayo de 2014

EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR

**Proyecto curricular particular para optar por el título de
Licenciada en Educación Física**

Autor: Angie Andrea Montenegro Pardo

Tutor: Mg. Diana Marlén Feliciano

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Bogotá, Mayo de 2014

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN (RAE)

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca central
Título del documento	Expresión corporal como medio de integración familiar
Autor(es)	Montenegro Pardo, Angie Andrea
Director	Mg. Diana Feliciano.
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2014. 111 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	EDUCACIÓN FÍSICA; INTEGRACIÓN FAMILIAR; EXPRESIÓN CORPORAL; CAPACIDADES EXPRESIVAS.

2. Descripción
<p>Este trabajo busca desde la educación física, promover espacios de integración familiar a partir del mejoramiento de las capacidades expresivas, teniendo en cuenta los diferentes tipos de familia. Es ver cómo la educación física trasciende los muros de la escuela para convertirse en generadora de nuevas experiencias que contribuyan con la formación total del ser en contextos como la familia.</p> <p>Se apoya en la teoría constructivista, en la zona de desarrollo próximo planteada por Vygotsky, se relaciona con el currículo experiencial de Dewey, y la teoría de desarrollo humano ecologista de Bronfenbrenner; la tendencia expresionista tomada desde Mosquera y lo referente a las relaciones familiares.</p>

3. Fuentes
<ul style="list-style-type: none">• Mosquera, L. Mateus, Henry. Grupo "Filia (2004) Paradigmas y Ejes de la Educación Física. Universidad Pedagógica Nacional, Facultad de Educación Física• Blázquez, D. (2006). La Educación Física. INDE Publicaciones. España.• Blázquez, D. (1997). La Evaluación en Educación Física. INDE publicaciones.

España.

- Zubiría, J. (2006). Los modelos pedagógicos. Cooperativa editorial del magisterio. Bogotá.
- Contreras, O. (1988) Didáctica de la Educación Física. INDE Publicaciones. España.

4. Contenidos

1. Contextualización. Se presenta la problemática a intervenir, los proyectos locales en cuanto al problema y el soporte legal del presente proyecto.
2. Perspectiva educativa. En este capítulo, se pueden encontrar todas las teorías en las que se apoya el proyecto desde tres enfoques, el humanista, el pedagógico y el disciplinar, a también el tema envolvente del documento.
3. Implementación. Es el momento de plantear los objetivos de la propuesta, un programa, se presenta el cronograma de actividades y los formatos de planeación y evaluación tanto de la propuesta como de los aprendizajes de los estudiantes y del docente.
4. Ejecución y evaluación. En este capítulo, se presenta el desarrollo de cada una de las sesiones de clase, con sus observaciones y posteriormente la evaluación de la propuesta.
5. Análisis de la experiencia: Se presenta en este último capítulo, las incidencias en el contexto, en el diseño y los aprendizajes como docente.

5. Metodología

El proyecto que busca la integración familiar a partir de la educación física, se basa en cuatro elementos así:

Se inicia con la identificación de la población y la situación a intervenir, con una relación entre el problema y las aproximaciones que se han hecho al respecto. Continúa con una identificación del currículo y en qué teorías se apoya el autor para la ejecución de la propuesta y la forma de evaluar si los aprendizajes dieron resultado frente a la situación problémica planteada. En tercer lugar la ejecución y posterior evaluación de los planteamientos del proyecto donde se reconocerá la incidencia de la propuesta en la

población. Por último, un análisis de la experiencia, en donde se evidencian las apreciaciones del autor frente a su proyecto.

6. Conclusiones

La experiencia en cada una de la sesiones dejó ver que la educación física está presente no solamente en la escuela, como es conocida, sino que hace su aparición para mejorar las capacidades expresivas de los integrantes de la familia y de esta manera contribuir con su integración. Es por ello que, cada una de las personas que participaron en las clases para fortalecer tales capacidades, lograron por medio de ellas, expresar sus sentimientos, experiencias y conocimientos a través de las actividades planteadas; la propuesta fue una motivación más para trabajar por las comunidades, por el núcleo central de la sociedad: la familia, sobre todo por sus resultados.

Elaborado por:	Montenegro Pardo, Angie Andrea
Revisado por:	Mg. Diana Feliciano.

Fecha de elaboración del Resumen:	10	05	2014
------------------------------------------	----	----	------

DEDICATORIA

A mis padres y hermanos, quienes me apoyaron desde el inicio en mi formación como licenciada en educación física, a mi hija Hary Valentina y a mi esposo Carlos, quienes son mi fortaleza.

AGRADECIMIENTOS

A mi familia, a todas las personas que, de alguna manera, contribuyeron con la construcción y ejecución de este proyecto, a las familias que participaron en cada una de las clases, abriendo un espacio en su agenda y en su vida, a mi tutora Diana Feliciano, quien orientó la propuesta por un camino de esfuerzos y buenos resultados.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN ANALITICO EN EDUCACION (RAE)	III
DEDICATORIA	VI
AGRADECIMIENTOS	VII
INDICE GENERAL	VIII
LISTA DE CUADROS	XII
LISTA DE SIGLAS	XII
INTRODUCCION	1
1. CONTEXTUALIZACION	5
1.1. PROBLEMÁTICA.	
1.2. PROGRAMAS DE ATENCIÓN A FAMILIAS	9
1.2.1. Familias en acción.	
1.2.2. Ámbito familiar.	
1.2.3. Departamento de matrimonio y familia	

1.3. ANTECEDENTES PERSONALES.	11
1.4. SUSTENTO LEGAL.	12
1.4.1. En cuanto a la constitución política de Colombia de 1991.	
1.4.2. En cuanto a la ley general de educación, ley 115.	
2. PERSPECTIVA EDUCATIVA	17
2.1. HOMBRE, CULTURA Y SOCIEDAD	18
2.2. IDEAL DE HOMBRE	19
2.3. TEORÍA DE DESARROLLO HUMANO	20
2.4. ¿QUÉ ES EDUCACIÓN?	24
2.5. DESDE EL CONSTRUCTIVISMO	26
2.5.1. Principio epistemológico constructivista.	
2.5.2. Zona de desarrollo próximo.	
2.6. TEORIA CURRICULAR EXPERIENCIAL	30
2.7. MODELO DIDÁCTICO ALTERNATIVO	32
2.8. QUÉ ES EDUCACIÓN FÍSICA	33
2.9. DESDE LA EXPRESIÓN CORPORAL	35

2.9.1. Roles.	
2.9.2. Estilo para e enseñanza.	
2.9.3. Capacidades expresivas.	
2.10. EL ORIGEN DE LA FAMILIA	40
2.10.1. Tipos de familia.	
2.10. 2. Significado de familia.	
2.10.3. Familia para diferentes organizaciones mundiales.	
2.10.4. Concepto de familia para el PCP.	
2.11. EVALUACIÓN.	43
3. DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN.	46
3.1. PRESENTACIÓN.	46
3.2. JUSTIFICACIÓN.	47
3.3. OBJETIVOS.	48
3.3.1. Objetivos generales.	
3.3.2. Objetivos específicos.	
3.4. DIAGNÓSTICO.	49
3.4.1. Apreciaciones generales.	

3.5. PROGRAMA	54
3.6. CONTENIDOS	55
3.7. MACROCONTEXTO	55
3.7.1. Ubicación de la institución.	
3.7.2. Descripción de la institución.	
3.7.3. Descripción de la población.	
3.8. MICROCONTEXTO	58
3.8.1. Espacios físicos.	
3.9. CRONOGRAMA.	59
3.10. FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE.	60
3.11. FORMATO DE EVALUCIÓN DE APRENDIZAJE	62
3.12. FORMATO DE EVALUCIÓN DOCENTE	64
4. EJECUCIÓN Y EVALUCIÓN	66
4.1. SESIONES DE CLASE.	66
4.2. EVALUACIÓN.	66
5. ANALISIS DE LA EXPERIENCIA	92

5.1. Aprendizajes como docente.

5.2. Incidencia en el contexto.

5.3. Incidencia en el diseño.

5.4. Recomendaciones

REFERENCIAS

LISTA DE CUADROS

Cuadro 1. Familia para diferentes organizaciones mundiales

Cuadro 2. Programa.

Cuadro 3. Cronograma

Cuadro 4. Formato de planeación de clase.

Cuadro 5. Formato de evaluación de aprendizajes.

LISTA DE SIGLAS

PC LEF Proyecto Curricular Licenciatura en Educación Física.

UPN Universidad Pedagógica Nacional

PCP Proyecto Curricular Particular

INTRODUCCIÓN

El hombre es un ser social, que depende de la relación con los otros para su desarrollo, para su humanización y a medida que evoluciona el mundo, el hombre lo hace con la ayuda del proceso educativo; de esta manera contribuye con la transmisión de saberes y conocimientos que le ha aportado la cultura. Entonces, si el hombre se desarrolla en contacto con los demás, es necesario mirar que su primera experiencia social es con su familia, la cual es considerada por organizaciones internacionales, como el núcleo de la sociedad; luego, teniendo en cuenta su gran importancia en el desarrollo inicial de los seres humanos y durante toda su vida, es necesario, identificar si al fortalecer las relaciones familiares

Ahora bien, si se parte del hecho que la familia es pensada también como la primera escuela, se puede decir que ella educa desde su interior y desde las relaciones que se tengan en el hogar; entonces, es posible, fortalecerlas a partir de la educación física, en la aplicación de sus teorías para el desarrollo o mejora de las capacidades expresivas, se puede también hallar en su campo variadas herramientas para generar espacios en los que las personas expresen de sus experiencias, sentimientos y conocimientos. Educación física, se convierte en el saber fundamental, que direcciona todo el proceso educativo en el ámbito familiar.

Por su parte, la Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional, promueve este proyecto, llamado “Proyecto Curricular Particular” (PCP), en el que el futuro licenciado, plantea las posibilidades de acción que se tiene al momento de vincularse al mundo laboral; es de vital importancia reconocer que la propuesta posee un tinte social, del que muy posiblemente el educador pueda hacer referencia en el momento de poner en práctica su saber en una u otra institución. Este PCP, es la forma del educador físico para dar a conocer su trabajo mediante una idea frente a una necesidad o problema que se identifique en una población y las posibles soluciones, desde su área de conocimiento.

Basándose en la tendencia expresionista, esa idea como se nombró anteriormente es, a partir del mejoramiento y/o fortalecimiento de las capacidades expresivas, los participantes mejoren sus relaciones familiares y así, se constituya la expresión corporal como un medio de integración familiar. Es dar a cada persona la posibilidad de expresar, de comunicarse con su cuerpo y con su movimiento, es brindar generar nuevas experiencias. Por otra parte, es posible conocer a las personas, por medio de las tradiciones que desean transmitir, es darle la importancia a cada persona, a sus opiniones y reconocer que “todos tenemos algo que enseñar y mucho que aprender”, y que no importa la edad de las personas, siempre se puede aprender algo nuevo y usarlo para el bienestar individual y así mismo, para el bien común.

El proyecto se apoya en la teoría curricular experiencial planteada por Dewey, se relaciona con el enfoque pedagógico constructivista, en donde se presenta la zona de desarrollo próximo, planteada por Vygotsky, como un estilo de aprendizaje, en unión con esto, el modelo didáctico tomado desde los estilos de enseñanza de Muska Mosston, como la asignación de tareas, el descubrimiento guiado. En este caso, educación física en un esfuerzo interdisciplinar, articula las teorías para facilitar a cada individuo las herramientas que necesita, para mejorar sus relaciones familiares y porque no, mejorar su calidad de vida.

En el desarrollo de cada uno de los capítulos se irán develando aspectos relevantes en torno a las necesidades del mismo proyecto y de la población a intervenir. Expresión corporal es una de las teorías que contribuyen de mejor manera en la formación total del ser, en lo que refiere a su expresión, comunicación y movimiento.

Es el momento en el que la educación física trasciende los muros de la escuela y se convierte en una herramienta que posibilita el desarrollo del potencial del ser humano en torno a su formación holística. Las posibilidades de la educación física dejan un poco la escuela y pasan a contribuir con el mejoramiento de la sociedad desde su más importante componente: la familia.

1. CONTEXTUALIZACIÓN

1.1. PROBLEMÁTICA

Desde que llegamos al mundo hacemos parte de una sociedad, la cual se define por diversos elementos, entre ellos su cultura y economía, y una parte fundamental del desarrollo de la sociedad es su educación. Educación que depende de distintos agentes, en los que interviene principalmente la familia, considerada por entidades tanto públicas como privadas como el eje articulador de la sociedad. Sin embargo, con el paso del tiempo, se ha podido evidenciar la falta de atención al núcleo familiar como tal y a cada uno de sus miembros.

A través de las prácticas realizadas en diferentes establecimientos de educación, se pudo entrever que a pesar de ser la familia el eje integrador, la sociedad la separa dejando de lado a los creadores de la misma, olvidando que la parte más importante de la educación de los niños y los jóvenes la realizan los padres, así que sería oportuno integrar a las familias en diferentes contextos a los habituales e intentar mejorar sus relaciones a partir de actividades propuestas desde la expresión corporal como tendencia de educación física.

El proyecto “Expresión Corporal, como medio integrador de la familia”, pretende, mediante diversas actividades, lograr la integración de los miembros activos de la familia; ya que, teniendo en cuenta el constante cambio de la sociedad, es casi que obligatorio para la educación fortalecer las relaciones entre unos y otros, esto se puede dar a partir de actividades diversas propuestas desde la educación física y así contribuir a mejorar la calidad de vida. El proyecto también intenta recuperar, motivar e incentivar en los padres de familia sus capacidades expresivas y de reconocerse como un individuo importante en la sociedad por el papel que realiza en el núcleo familiar y, al mismo tiempo a nivel social, ya que por tratarse de un miembro que propicia procesos de desarrollo humano tiene un importante papel en los procesos educativos en su familia y por ende en su comunidad.

Por ello, el proyecto surge debido a que se evidencia la necesidad de un espacio para los padres de familia; para que puedan compartir con sus hijos diferentes experiencias en la clase de educación física, que, apoyada de la expresión corporal intentará fortalecer las capacidades expresivas y así potenciar la interiorización y exteriorización de sus experiencias.

Actualmente existen programas que buscan mejorar la calidad de vida de los niños, de los jóvenes y de los adultos mayores, pero al momento de convertirse en padre o madre, deja de pertenecer al grupo de los jóvenes, de los solteros y se pasa a conformar el grupo de los que sólo laboran para cumplir con las necesidades que demanda el hogar, y que por esas mismas obligaciones no ocupan su tiempo libre con sus hijos sino en el breve descanso de las actividades laborales, descuidando así sus antiguas actividades e incluso dejando de lado su propia presentación personal. Entonces, la propuesta se extiende a familias de una población en específico, de edades entre 6 y 58 años; con el objetivo de mejorar sus capacidades expresivas, y lograr por medio de la expresión corporal familias más activas, unidas y capaces de expresarse libremente.

También es posible que, no toda la responsabilidad de la formación integral de la familia quede en las manos de las entidades públicas, sino que además de ello, las instituciones educativas tendrían un papel fundamental en el

seguimiento de las actividades que puedan reconocer las fortalezas del núcleo de la sociedad, en procesos de integración, de focalización y socialización de problemas, incluso de identificación de necesidades que le atañen y de alguna manera deterioran el buen funcionamiento del eje fundamental de la sociedad: la familia. Existen actualmente escuelas de padres, en un gran número de instituciones educativas, y en algunas de ellas son los docentes los multiplicadores de los talleres enfocados a los padres de los escolares.

Teniendo en cuenta lo anterior y pasando un poco el papel al hogar, vemos continuamente en los medios de comunicación que tanto padres como hijos, de diversas edades, se unen para ver un partido de fútbol, de baloncesto, o de otros deportes, y que al momento del gol o de la cesta, el grito es insuperable, la emoción invade el alma y se acercan unos a otros para celebrar llevando esto a una expresión afectiva. Ahora, si nos detenemos a pensar, dichas expresiones afectivas son el desdén de la emoción, lo que puede ayudar en ciertas situaciones a mejorar las relaciones familiares y lograr de la misma manera la unión familiar, sin nombrar otros logros a los que se pueda llegar. Entonces, si propiciamos espacios para que se den este tipo de manifestaciones afectivas, se estarán generando procesos de integración familiar.

Por otro lado, revisando los antecedentes normativos, la ley no se encarga precisamente del bienestar integral de la familia en general, es decir de todos sus miembros, mas busca la satisfacción de las necesidades de la mayoría.

Teniendo en cuenta que la familia, es conformada por diferentes personas, incluso teniendo en cuenta su grado de consanguinidad o de afinidad, la normatividad vigente le apunta a la integridad física, nutricional y psicológica entre otros aspectos, de niños, adolescentes, jóvenes y adultos mayores, pero no encuentra lugar para la atención de padres y la interacción de unos y otros en diversos espacios y momentos de la vida, teniendo como base la vida diaria, la cotidianidad.

1.2. PROGRAMAS DE ATENCIÓN A FAMILIAS.

Son programas que diferentes instituciones generan para intentar mejorar las condiciones de vida de las personas; y que direccionan generalmente a los miembros más vulnerables de la familia los beneficios de estos. Entre ellos están:

1.2.1. Familias en Acción: instaurado en 2011 y mejorado en el presente gobierno. Según el Departamento para la prosperidad social, es un programa que busca disminuir los índices de pobreza en el país con una transferencia monetaria, que intenta mejorar las condiciones de vida de las familias más pobres y vulnerables. Las familias deben cumplir con

algunos requisitos para recibir el auxilio, así como con los compromisos de salud y educación, es decir, si los niños que pertenecen a tal familia no asisten a controles de crecimiento y desarrollo y no están escolarizados, pierden el derecho a la ayuda monetaria.

1.2.2. **Ámbito Familiar:** hace parte del programa de atención integral a la primera infancia, “Ser feliz, creciendo feliz” de la Secretaría Distrital de Integración Social (SDIS), busca caracterizar las familias con niños y niñas desde que la madre está en embarazo hasta los 5 años. En este proceso se identifican las necesidades de la familia y de ser necesario se interviene en ello. Mensualmente, el niño o niña, participa de dos procesos: encuentros grupales con profesionales que pueden potenciar el desarrollo de los niños, en un lapso de tres horas; y encuentros domiciliarios, donde una maestra visita al niño con su padre, madre o acudiente con el fin de acompañar a la familia en el desarrollo del potencial del niño en su propio contexto. Adicionalmente, las familias con un niño o niña, reciben un apoyo nutricional de \$101.000 y con más de un niño o niña, reciben \$192.000, que entrega mensualmente la SDIS. (Publicación *Ámbito familiar*, Alcaldía Mayor, 2014).

1.2.3. En la Conferencia Episcopal de Colombia, el departamento de Matrimonio y Familia, promueve espacios de interacción familiar, por medio de la evangelización. Plantea por ejemplo el tiempo de familia, entre el día de la madre y el día del padre. Uno de sus objetivos es: “Intensificar las experiencias de vida de familia para fortalecer la unidad y la integración de nuestros hogares” (Restrepo, 2014). Estos espacios son

de igual manera multiplicados por algunos colegios católicos entre ellos el Colegio Centro María Auxiliadora.

Es posible evidenciar en algunos de los programas encontrados que la familia es un eje importante por el que es necesario trabajar; sin embargo, muy pocos incluyen a los padres o a los niños en un mismo espacio, es por eso que la propuesta toma una mayor responsabilidad.

1.3. ANTECEDENTES PERSONALES.

La base fundamental del proyecto son experiencias personales que se dan en el acercamiento a una población con diferentes tipos de familia, que dependen generalmente de uno de los padres, también, de algunos momentos en los que por diversas actividades, se vio la necesidad de un espacio para familias, en los que puedan expresar sus sentimientos, experiencias y conocimientos, y para aprender.

Cabe anotar y resaltar que cada una de las familias con los que se ha tenido contacto a través del Comedor Juvenil Santo Domingo Savio, ha dejado la sensación de que se puede hacer más, de que no sólo los niños tienen algo que decir o aprender; han dejado claro que las motivaciones personales pesan más que el tiempo y el dinero, que la familia es lo más importante y que “Todos

tenemos algo que enseñar y mucho que aprender” y que no es tarde nunca para empezar algo nuevo.

Por supuesto, se fundamenta en los diferentes talleres que propone el PC LEF, taller de experiencias corporales, taller de cuerpo, taller de lenguaje, sin dejar de lado formación teórico pedagógica, disciplinar y humanística que invita por todos los medios a poner en práctica los conocimientos y experiencias adquiridos a través de ya nueve semestres, por medio de los que se va encaminando cada uno a su misión, a su labor docente y en el fondo a su labor social.

Al presentarse como una necesidad, los espacios para la integración de las familias, también mediante la propuesta, la oportunidad de generar un contexto de acción docente fuera de la escuela, donde tiene la posibilidad de identificar una situación, intervenir y de ser posible mejorarla.

1.4. SUSTENTO LEGAL.

El proyecto curricular se apoya para su posterior ejecución en leyes y normas colombianas, como por ejemplo la Constitución Política de Colombia de 1991, la ley general de educación 115 de 1994.

1.4.1. Constitución Política de Colombia de 1991.

El artículo 42 en sus tres primeros párrafos expresa: “Desarrollado parcialmente por la Ley 25 de 1992. La familia es el núcleo fundamental de la sociedad. Se constituye por vínculos naturales o jurídicos, por la decisión libre de un hombre y una mujer de contraer matrimonio o por la voluntad responsable de conformarla. El Estado y la sociedad garantizan la protección integral de la familia. La ley podrá determinar el patrimonio familiar inalienable e inembargable. La honra, la dignidad y la intimidad de la familia son inviolables.

Las relaciones familiares se basan en la igualdad de derechos y deberes de la pareja y en el respeto recíproco entre todos sus integrantes. Cualquier forma de violencia en la familia se considera destructiva de su armonía y unidad, y será sancionada conforme a la ley.

En el caso de los niños el artículo 44 explica: “Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Serán protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, secuestro, venta, abuso sexual, explotación laboral o económica y trabajos riesgosos. Gozarán también de los demás derechos consagrados en la Constitución, en las leyes y en los tratados internacionales ratificados por Colombia.

La familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger al niño para garantizar su desarrollo armónico e integral y el ejercicio pleno de sus derechos. Cualquier persona puede exigir de la autoridad competente su cumplimiento y la sanción de los infractores. Los derechos de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás.”

Luego, teniendo en cuenta que se trata de un proceso educativo, el artículo 67 en cuanto a la educación refiere: “La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura.

La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.”

El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social.

Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.”

1.4.2. Ley General Educación 115 de 1994

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

La presente Ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público.”

Artículo 7. La familia. A la familia como núcleo fundamental de la sociedad y primer responsable de la educación de los hijos, hasta la mayoría de edad o hasta cuando ocurra cualquier otra clase o forma de emancipación, le corresponde: Educar a sus hijos y proporcionarles en el hogar el ambiente adecuado para su desarrollo integral.

Artículo 43. “Definición de educación informal. Se considera educación informal todo conocimiento libre y espontáneamente adquirido, proveniente de personas, entidades, medios masivos de comunicación, medios impresos, tradiciones, costumbres, comportamientos sociales y otros no estructurados.”

La pertinencia de la propuesta radica en la revisión de los programas a nivel nacional, el sustento legal y por supuesto de la problemática planteada al inicio de este documento.

2. PERSPECTIVA EDUCATIVA

Es una gran tarea reconocer y posicionar la gran labor de los padres al interior de una familia; la sociedad la reconoce como el todo de la misma, luego, elabora estrategias que proporcionan y aseguran la protección de derechos y el cumplimiento de deberes, por parte tanto del Estado como de la sociedad; sin embargo, y como se ha repetido mucho, contribuye con el error de separar a la familia en lo que se ocupa de diferentes miembros de ésta, pero deja de lado sus creadores. Buscar que, la familia se integre entre sí, es una posible corrección del error. La propuesta se apoya en diferentes teorías, modelos que conforman el currículo, un enfoque pedagógico, humanístico y disciplinar; lo que permitirá que los integrantes de la familia (sin importar la edad de unos y otros) descubran nuevas maneras de interactuar con sus semejantes, cómo transmitir experiencias, vivencias y poner en práctica diversas formas de relacionarse.

Apoyándose en tales teorías y para plantear el ideal de hombre que se propone el proyecto es necesario aterrizar algunos conceptos en los que se basará tal ideal de hombre, entre ellos, hombre, sociedad y cultura.

2.1. HOMBRE, CULTURA Y SOCIEDAD.

El hombre es el resultado de las transformaciones de la cultura, de la historia por lo cual no puede concebirse sin la compañía de otros; los pares con los que son comparados los seres humanos, son los mismos que contribuyen con su amplio desarrollo en la humanidad; sociedad que se define como el grupo de hombres que procuran un fin en determinado momento histórico del que estén participando. La sociedad interviene en el concepto de hombre en cuanto a que es un ser que define toda su vida en torno a su permanencia en una sociedad; se define un hombre que se desenvuelve de acuerdo a la cultura en la que está inmerso. El hombre es un ser que se desarrolla a partir de la relación con los demás, que define su comportamiento de acuerdo a las personas que lo rodean, la sociedad se define como la relación del hombre con los otros, en cuanto a las experiencias con los demás y considera que el núcleo de la sociedad es la familia.

En lo que respecta a la cultura, Brunner (2000.) expresa que “Aprender, recordar, hablar imaginar: todo ello se hace posible participando en una cultura” y “La cultura da forma a la mente” (la inteligencia social, párrafo 1.) Es ahí donde por cultura interpretamos a la transmisión de saberes populares y donde se apoya tal propuesta, a la manifestación de las experiencias, saberes y sentimientos de unos a otros.

2.2. IDEAL DE HOMBRE.

La educación se caracteriza por ser un proceso de adquisición de diversas experiencias que aportan al ser humano para su crecimiento personal, y por su parte, la educación física busca la formación total del hombre por medio de sus tendencias teóricas; teniendo en cuenta que para el PCLEF la educación física es ese “elemento constitutivo de la educación que empleando el movimiento como medio, compromete al hombre en su totalidad, posibilitándole adaptación inteligente al medio sociocultural y a la vida” (PC LEF 2004, 29) el hombre que busca formar el proyecto Expresión Corporal como Medio Integrador de la Familia, es un ser humano que a partir de las experiencias que tenga en los diferentes espacios, reconozca sus posibilidades de acuerdo a sus capacidades, sea parte fundamental de la sociedad como de su núcleo familiar, se reconozca y contribuya esto a su formación total.

En ese orden, sabemos que el ser humano es un ser cambiante, en constante evolución, que busca permanentemente el mejoramiento de cada una de sus habilidades y capacidades, procura satisfacer todas o al menos la mayoría de sus necesidades; es por eso que el hombre que se desea formar, es un ser capaz de reflexionar en los diferentes momentos en los que se encuentre, es un ser que a partir del conocimiento de su cuerpo, se sienta seguro y sea capaz de comunicarse, un ser capaz de re conocerse, de expresarse y de reflexionar frente a sus capacidades, de integrarse a su familia en espacios diferentes al hogar.

2.3. TEORÍA DE DESARROLLO HUMANO.

La teoría en la que se fundamenta la actual propuesta es la teoría de sistemas ambientales planteada por Bronfenbrenner, psicólogo estadounidense, que influyen en el individuo y en su desarrollo como ser humano.

Para Bronfenbrenner (1987) el desarrollo no se produce en el vacío, sino que depende de diversos elementos inmersos en las conductas de un determinado contexto ambiental. Considera que es el resultado de la relación del ser humano en evolución con su ambiente.

En todos los momentos de la vida, el individuo está en contacto con diferentes agentes que de alguna manera contribuyen o no con el desarrollo del ser humano; todos los espacios en los que se pueda encontrar el sujeto, cambia de contexto y en tanto, procura procesos de desarrollo incluso involuntariamente, los contextos que presenta el autor se determinan así:

Individual, Cultural, Étnico, Familiar, Socioeconómico y Social e Histórico.

El autor plantea que el potencial del ser humano se desarrolla de acuerdo al contexto en donde se encuentre el individuo, plantea seis sistemas en el modelo ecológico, iniciando en el contexto en el que el individuo se desenvuelve sólo hasta el contexto en el que el momento histórico determina el progreso de su potencial, Bronfenbrenner los denomina así:

MICROSISTEMA: Define todo lo que rodea inmediatamente al sujeto, los roles que desempeña, las personas más cercanas con las que se relaciona, los momentos cotidianos en los que participa y tienen especial incidencia el contexto social en el que se desenvuelve, entre ellos el ambiente familiar inmediato: padre, madre, hermanos; parientes cercanos al individuo, incluso vecinos, compañeros y maestros. Es el contexto en el que el individuo está directamente enfrentado a todo, es la cotidianidad donde el sujeto está en su zona de confort.

MESOSISTEMA: Bronfenbrenner citado por Torrico, explica que el segundo sistema “comprende las interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona en desarrollo participa activamente (familia, trabajo y vida social). Es por tanto un sistema de microsistemas. Se forma o amplía cuando la persona entra en un nuevo entorno” (Bronfenbrenner, 1979, 44.)

Estos son los espacios en los que el sujeto se desenvuelve, entre dos o más microsistemas, son espacios en los que el individuo interviene activamente, por ejemplo hogar, escuela y academia deportiva, donde tanto los padres como los maestros hacen un esfuerzo por un buen desarrollo del niño en este caso.

EXOSISTEMA: “Se refiere a uno o más entornos que no incluyen a la persona en desarrollo como participante activo, pero en los cuales se producen hechos que afectan a lo que ocurre en el entorno que comprende a la persona en desarrollo, o que se ven afectados por lo que ocurre en ese entorno.”

En este caso se incluirían las leyes, las políticas educativas, los sistemas educativos, las diferentes reglas sociales, creencias religiosas, y en gran parte de los medios de comunicación.

MACROSISTEMA:

Está directamente relacionado a las relaciones culturales, las tradiciones, el momento histórico por el que esté pasando el país e incluso el mundo; sin embargo, el autor hace la aclaración que:

“en una sociedad o grupo social en particular, la estructura y la sustancia del micro-, el mesosistema y el exosistema tienden a ser similares, como si estuvieran contruidos por el mismo modelo maestro, y los sistemas funcionan de manera similar. Por el contrario, entre grupos sociales diferentes, los sistemas constitutivos pueden presentar notables diferencias. Por lo tanto, analizando y comparando los micro-, maso- y los exosistemas que caracterizan a distintas clases sociales, grupos étnicos y religiosos o sociedades enteras, es posible describir sistemáticamente y distinguir las propiedades ecológicas de estos contextos sociales”
(Bronfenbrenner 1979, 27 -28).

CRONOSISTEMA:

Puede denominarse por los efectos que pueda tener el paso del tiempo en los demás sistemas del individuo, los cambios, la inestabilidad, los cambios por cuestiones de economía, de política o de conflictos (guerras), en todo caso afecta o interviene en el desarrollo por los efectos del tiempo, en cuanto a los avances tecnológicos, modas y tradiciones.

GLOBOSISTEMA: Se reconoce por tratarse de los componentes del ambiente, entre los que se puede situar la ubicación geográfica, el clima, y en general la zona donde habiten el sujeto.

De acuerdo con Bronfenbrenner, el sujeto esta propenso a cambios en los que interviene todo tipo de contextos, los sistemas nombrados por el autor en los que normalmente se encuentra y que influyen directamente como los tres primeros o indirectamente como el cronosistema y el globosistema en él y se desarrolla a partir de todos los momentos en los que tiene contacto con uno o todos los sistemas.

2.4. ¿QUÉ ES EDUCACIÓN?

El hombre es un ser en continuo crecimiento. Crecer significa muchas cosas: evolucionar, desarrollarse, asimilar, recibir, integrarse, apropiarse crear, construir. Este crecimiento se realiza (como todo ser biológico) gracias a un permanente intercambio con el medio; y ese medio es (específicamente para el hombre) eminentemente social. Educación en sentido amplio, es el proceso por el cual la sociedad facilita, de una manera intencional o difusa, este crecimiento en sus miembros. Por tanto, la educación es ante todo una práctica social, que responde a, o lleva implícita, una determinada visión de hombre. (Lucio, R. revista de la Universidad de la Salle, 19

De acuerdo con Lucio, el hombre es un ser social, que se desarrolla y evoluciona a partir de las experiencias con el medio que lo rodea, es por eso que el acto educativo es tanto permanente como inherente al ser humano; depende de la misma sociedad en que se encuentra el encaminar al hombre por donde sea realmente más productivo tanto para su satisfacción propia como para encajar en tal sociedad. Educación es el proceso social por medio del cual el hombre se hace visible frente al otro, se reconoce como ser dependiente de conocimiento para su propia evolución y desarrollo y promueve de esa manera el mejoramiento de las actuales condiciones de vida.

En tanto, la educación es un proceso de adquisición de diferentes elementos de los que en cada momento el hombre debe hacer uso, parte de las transmisión de unos y otros de conocimientos y experiencias, pero se basa principalmente de la apropiación de cada uno de esos elementos en beneficio de los sujetos, en ese mismo sentido, la sociedad debería presentar o buscar los mejores métodos y modelos educativos para alcanzar un mayor desarrollo en el potencial humano; es por ello que la educación parte desde un eje fundamental el cual es la familia, a partir de ella conformamos algunos de esos conceptos que nos llevarán a vivir en sociedad y que nos permitirán seguir normas éticas y sociales.

Entonces, el hombre que conocemos evoluciona y se desarrolla física, biológica e intelectualmente gracias a la relación constante que tiene con el contexto, luego, la sociedad (familia, escuela y trabajo) influye en la educación de ser humano en cuanto a las necesidades propias y del contexto.

La transformación del hombre es la aceptación de sus capacidades para generar procesos de desarrollo en los que definitivamente la educación hace su intervención, en el mismo momento en que empieza por mejorar diversos elementos de los que depende el ser; siguiendo a Freire (1971) citado por Barreiro (2009) “la educación verdadera es praxis, reflexión y acción del hombre sobre el mundo para transformarlo”, de esta manera la educación es la primera encargada de reconocer en la sociedad sus habilidades y capacidades y generar procesos de cambio, de expresión y por supuesto de reflexión, en los que el individuo empieza por intervenir en su realidad.

2.5. DESDE EL CONSTRUCTIVISMO...

La característica principal de la teoría constructivista es el sentido activo del aprendizaje, es donde todos los actores de la educación participan en la consecución de nuevos significados que aporten en el desarrollo cognitivo y social del individuo; en cuanto a esto “Vygotsky enfatiza la influencia de los

contextos sociales y culturales en la apropiación del conocimiento y pone gran énfasis en el rol activo del maestro mientras que las actividades mentales de los estudiantes se desarrollan “naturalmente”, a través de varias rutas de descubrimientos: la construcción de significados, los instrumentos para el desarrollo cognitivo y la zona de desarrollo próximo (ZDP).” (Vygotsky, Párrafo 1.)

Es más que necesario tener en cuenta que la idea principal de tal teoría es el papel activo del sujeto que desea aprender, en cuanto a su construcción de conocimiento por medio procesos mentales, de la significación de los conceptos y experiencias por los que cada concepto adquiere significado y así mismo produce un nuevo conocimiento; de lo anterior, Ausubel propone el aprendizaje por descubrimiento.

Antiguamente, la educación era encaminada a transmitir información, esta tarea les fue asignada o confiada a padres y maestros, para quienes lo importante era aprender sin comprender, pues “una cosa es saber y otra es entender”. Provenimos de escuelas para las cuales lo más importante era memorizar, sin importar si el aprendizaje era o no comprendido por el estudiante. Luego de considerar al niño y al maestro como simples reproductores mecánicos y repetitivos, los nuevos enfoques conciben a niños y maestros en una construcción de conocimiento, pensando, actuando,

investigando de manera científica. Así, el joven, aumenta sus conocimientos de acuerdo con las experiencias que va adquiriendo; las habilidades expresivas se demostrarán mediante la observación, la puesta en escena y la resolución de problemas en el ámbito de la vida cotidiana tanto de padres como de hijos. Para ello, es necesario tener en cuenta que el modelo pedagógico posee unos principios que ayudarán tanto al docente como al estudiante a conseguir el fin propuesto. Toma uno de los principios del constructivismo:

2.5.1. PRINCIPIO EPISTEMOLÓGICO CONSTRUCTIVISTA

Zubiría, (2006, p. 157) presenta uno de los principios epistemológicos de constructivismo así: “El conocimiento no es una copia de la realidad, sino una construcción del ser humano.”

La realidad material y simbólica corresponde a los esquemas que hayamos hecho de ella. El conocimiento es una construcción del ser humano, se realiza con los esquemas que ya estaban, con los instrumentos que construyó en relación con el medio.

Esquema: “representaciones de situaciones concretas, actúan como instrumentos para poder así, enfrentarse a situaciones similares”.
(Zubiría 2006, p. 158)

Inteligencia sensorio-motriz: el niño construye esquemas de acuerdo a su experimentación con el mundo externo. Se acomoda a sus nuevas experiencias.

Los seres humanos construimos conocimiento a partir de la relación con el mundo real, son construcciones personales.

Teniendo en cuenta tal principio, es importante relacionar a los individuos en su naturaleza, desde su contexto para que la apropiación de los aprendizajes se dé en forma natural y no como una imposición de las ciencias; sin embargo, también es necesario partir de las experiencias que posee el individuo cuando inicia en un proceso educativo.

2.5.2. ZONA DE DESARROLLO PRÓXIMO

Según Vygotsky (1988) “lo que crea la zona de desarrollo próximo es un rasgo esencial de aprendizaje; es decir, el aprendizaje despierta una serie de procesos evolutivos internos capaces de operar cuando el niño está en interacción con las personas de su entorno y en cooperación con algún semejante” (Vygotsky, 1988, p.138). Lo que quiere decir que, en el momento de poner a un individuo en un problema real, de acuerdo a la ayuda que haya recibido, podrá solucionar las situaciones teniendo como base, sus

conocimientos previos, lo aprendido con el facilitador y su capacidad de relacionar todas las experiencias en pro de alcanzar el objetivo propuesto.

Además, de buscar la integración de la familia, intenta que a partir de las experiencias que puedan adquirir con la participación en la propuesta, este conocimiento nuevo, sea suficiente para reproducir sus resultados incluso después de la implementación del proyecto, en espacios diferentes a los de clase.

2.6. TEORIA CURRICULAR EXPERIENCIAL.

El Aprendizaje se da a partir de los conocimientos previos que trae el sujeto, dentro de un contexto personal, social y/o académico determinado. Intenta poner al estudiante frente a una situación a desarrollar y motivarle por una materia que contacta con sus experiencias.

Dewey junto con su seguidor William Kilpatrick, del movimiento de la nueva escuela, representó el paso del currículum del tipo clásico. Las teorías experienciales del currículum (transmisión), a un currículum que prioriza la experiencia activa del individuo. (Teorías racionales I, párrafo 2). Poniendo al estudiante en el punto principal del aprendizaje, por medio de las experiencias,

de los conocimientos previos de cada uno y de la participación activa en su proceso de aprendizaje.

Se fundamenta en la formación de individuos que construyan su democracia, y se concibe la sociedad como racional y humanista; centra sus funciones en las necesidades del individuo, basándose en que “la educación era el motor del cambio social” (Teorías racionales I, párrafo 2.) donde la escuela tendría que ser un centro de democracia que respetara los intereses particulares de los niños. Plantea que hay formas alternativas de plantear un currículo, desde los diferentes espacios en lo que se desenvuelve el individuo, son materiales de uso cotidiano y en los tiempos relacionados con ello, por ejemplo, si la noche genera un aprendizaje que potencie las particularidades del niño, era necesario incentivarlo a usar ese tiempo.

“Así el currículum experiencial entiende por tal a todas las experiencias de aprendizaje que proporciona la escuela, o el conjunto de experiencias planificadas por la escuela para ayudar a los alumnos a obtener en el mejor grado los objetivos prescritos.” (Teorías racionales I, párrafo 3). Se trata de justificar las experiencias de los sujetos independientemente del lugar en el que se encuentre, si desde la escuela se priorizan tales aprendizajes, es posible el currículo experiencial, basado en las particularidades de los estudiantes, en sus experiencias previas y lo que se puede conseguir a partir de ellas. Dewey

(1938) plantea el desarrollo general continuo del individuo, para lo que se debe tener en cuenta 2 elementos:

1. Empezar con las experiencias previas.
2. Seleccionar las experiencias que potencialicen la participación activa del sujeto. Planteamiento de nuevos problemas que estimulen en el alumno, nuevas formas de solucionar, nuevas experiencias.

2.7. MODELO DIDÁCTICO ALTERNATIVO.

El modelo didáctico alternativo, planteado por García (2014), plantea que se enseña para enriquecer el conocimiento de los estudiantes, hacia una acción reflexiva, que los lleve a tomar decisiones; presenta la enseñanza como el conocimiento escolar que se da a partir de las diferentes dimensiones en lo que se encuentra el estudiante, los sistemas ambientales, en cuanto a la progresión de la construcción del conocimiento. En relación con el currículo experiencial, los intereses de los estudiantes hacen parte de su proceso educativo, las ideas, los conocimientos previos, aportan en esa construcción de conocimiento que se plantea desde el enfoque pedagógico. La metodología que se plantea desde el modelo didáctico, es el planteamiento de problemas para su resolución y el seguimiento de las actividades necesarias para la solución de tales problemas.

El papel del estudiante en este caso, es de constructor de conocimiento, es activo y busca solucionar los problemas desde la relación de tales conocimientos, por su parte, el docente es un guía facilitador de experiencias, coordinador de procesos y quien presenta los problemas a solucionar.

2.8. ¿QUÉ ES EDUCACIÓN FÍSICA?

Educación física es un saber que procura el desarrollo de la totalidad del ser. Se basa en ciencias como la pedagogía, la fisiología, la medicina y la sociología. Luego, el acto educativo, se convierte en un medio para mejorar la calidad de vida, salud y bienestar de las personas, por medio del desarrollo de diferentes habilidades, evitando que se afecten dichas habilidades por el contexto y/o entorno.

El docente de educación física, se vale de muchas herramientas, por medio de las cuales, lleva en el proceso a los participantes a adoptar una conciencia crítica en cuanto a su situación y posición social; el mejorar su calidad de vida, mantener buena salud y estar cada día mejor, es parte de la influencia que ejercen tanto el maestro, como las herramientas que utiliza para su propósito.

En el proceso educativo, influyen diferentes factores, como discapacidad, sexo, contexto social, cultura, y edad; elementos que inciden en el desarrollo de capacidades de todo índole, físicas, comunicativas, sociales y en general las que integran al hombre como un todo. Sin embargo, apunta a desarrollar cualidades físicas, intelectuales y morales, independiente de los factores que rodean y de alguna manera estimulan al individuo.

Entonces, la función de la educación física se convierte en alcanzar el perfecto dominio motriz, y por medio de él, equilibrar las necesidades corporales y psíquicas entre otras, augurando el mejoramiento de la calidad de vida, salud y bienestar. Adquirir el conocimiento necesario para lograr reflexionar sobre la satisfacción de necesidades, la posibilidad de un cuerpo sano y con buena salud, integralmente desarrollado.

Según Blázquez (2006), el concepto de Educación Física ha sido constantemente influenciado por costumbres, ideas y hábitos, que transforman las diferentes modalidades de actividades físicas, las cuales construyen una propuesta de Educación Física cada vez innovadora para la sociedad. Educación Física data del siglo VIII. En sus inicios se trató de los beneficios del ejercicio físico para favorecer la calidad de vida; luego de la necesidad de defenderse de otros pueblos, pasaron a buscar el desarrollo de habilidades físico-motrices por medio de ella, ahora con el fin de mejorar la salud y utilizar el

tiempo libre, más el perfeccionamiento de habilidades. Más adelante, la Educación Física aparece como medio de formación completo del individuo en sus diferentes dimensiones afectiva, física y social. Surgen así subdivisiones de esta área de conocimiento que son llamadas tendencias que serán la base de las experiencias corporales para el desarrollo y perfeccionamiento de las diferentes capacidades del ser humano.

De acuerdo con Blázquez, Educación Física ha sido tomada desde diferentes enfoques como la necesidad de un hombre para la guerra, un cuerpo sano, que provee y mantiene una buena calidad de vida y también como el que por salud se ejercita mientras ocupa el tiempo libre, así, la Educación Física aporta cada día en el desarrollo de un ser humano total, entonces, es posible comprender los aportes de la educación física desde sus tendencias.

2.9. DESDE LA EXPRESIÓN CORPORAL

Se toma la expresión Corporal: como un espacio posible de intervención educativa, donde los aprendizajes se centran en torno a elementos del cuerpo y sus capacidades de expresión y comunicación, interiorización de sus habilidades, entrando en contacto con el mundo exterior, mejorando las capacidades expresivas, comunicativas, cognitivas y sociales por medio de la

escénica, la pedagogía, en el desarrollo de las percepciones corporales, el ritmo, la espontaneidad y la creatividad. Mosquera y colaboradores (2004).

Para Schinca, citada por Mosquera una de sus más importantes exponentes en la actualidad, la expresión corporal se basa en el desarrollo de los sentidos, de la percepción, de la motricidad y de la integración de las áreas físicas, síquicas y sociales de cada persona. La comunicación y la creatividad están dentro de los objetivos más importantes perseguidos en su práctica. El ser humano consciente de sí mismo, inserto en la naturaleza, dependiente de ella, de sus semejantes y de la organización social en la que vive, necesita integrar su propia expresividad corporal junto con las demás formas de expresión propias de él.

2.9.1. Roles: el rol del docente es de guía, facilitador de los procesos, organiza los contenidos que los estudiantes deben aprender y los plantea de modo que los estudiantes inicien realizando las tareas que él asigna y continúan con la búsqueda de respuestas o posibles soluciones que posibiliten el aprendizaje a partir de la resolución de problemas.

2.9.2. ESTILOS DE ENSEÑANZA.

Los estilos de enseñanza acordes al proceso y teniendo en cuenta la teoría de aprendizaje, la zona de desarrollo próximo, los más acordes son la asignación de tareas y resolución de problemas.

Asignación de tareas: es uno de los estilos tradicionales de la enseñanza, permita básicamente indicar al estudiante qué debe hacer, proporcionándole las herramientas necesarias para conseguir realizar la tarea. El docente elige las tareas que convengan a cada estudiante o grupo de acuerdo a sus alcances motrices y cognitivos favoreciendo esto el desarrollo de la tarea asignada.

Contreras (1988, p. 289), citando a Mosston, plantea la resolución de problemas como que la idea principal, es que el sujeto busque las alternativas necesarias para dar solución a la situación problema que le planteó el docente, estimulando diferentes aspectos del estudiante como la independencia, la creatividad en referencia al maestro. Por lo cual, es el estilo de enseñanza que deja ver los alcances de los conocimientos que ha adquirido el estudiantes para ponerlos a favor de la solución de un problema motriz e incluso de la vida cotidiana, es el momento en el que se quita el apoyo constante del maestro para pasar a ser un guía y facilitador, además de ser quien plantea el problema.

2.9.3. CAPACIDADES EXPRESIVAS.

Exteriorizar lo que sentimos, se ha convertido cada vez más en una limitación, es fácil comunicarse por medio de los avances de embargo, cada vez es más deficiente el sistema de comunicación en la juventud, por eso, por medio de la

expresión corporal, se exteriorizan los sentimientos con la ayuda de técnicas especiales para cada uno de los sujetos que siente, pero a veces se le dificulta incluso expresar sus necesidades.

Las capacidades expresivas son aquellas que permiten que el individuo recupere dentro de sí sus habilidades para hablar, proyectar, expresar y exponer lo que ve, sabe o siente. Es la seguridad de dar a conocer a otros su pensamiento sin temor de ser rechazado, excluido o simplemente ignorado. Entre ellas se encuentra: Conocimiento personal. (Desinhibición Adaptación Personal), Comunicación interpersonal (Verbal, No Verbal) y Comunicación introyectiva (Mundo interno propio y ficticio).

Entonces, es necesario tener en cuenta que, las capacidades expresivas son aquellas definidas como las percepciones reflexionadas del movimiento, desde las vivencias del cuerpo en su totalidad; entendiendo esto como la sensaciones del cuerpo a través de lo que puede expresar desde el movimiento, desde la experiencia para llegar a la totalidad del ser. Las capacidades expresivas se dividen en tres temas, **conocimiento personal**, en el que se trabaja la adaptación personal y la desinhibición como forma de incentivar al individuo a conocerse y expresarse sin temor. Por otro lado está la **comunicación interpersonal**, desde donde se aboga por la comunicación verbal y en espacial la no verbal, intentando que el sujeto sea capaz de hablar sólo con su

movimiento, desde lo que sabe, conoce y recuerda. Por último, la **comunicación introyectiva**, desde la que se trabaja con el individuo desde las percepciones que tiene del mundo, lo que piensa, lo que cree, lo que es y lo que desde su imaginación puede dar a conocer.

Por su parte, Mosquera (2004), presenta el conocimiento personal como el hecho de que el individuo se conozca a sí mismo, con todas sus posibilidades de expresión por medio de su cuerpo, facilitando el autoconocimiento y autorrealización. De la comunicación interpersonal afirma que “se trata de comprender el lenguaje corporal con sus matices” teniendo en cuenta la persuasión, las emociones, la diversión, por medio de la interacción y el comportamiento. En cuanto a la comunicación introyectiva, explica que es lo que se comunica desde el propio yo interno en los contextos en los que se desenvuelve. Con todo lo anterior, las formas de expresión se caracterizan en lo que es, lo que se da a conocer y lo que se siente de sí mismo.

Por lo anterior, es importante contar con espacios adecuados para realizar actividades que procuren el esparcimiento, la recreación, el buen uso del tiempo libre, por medio de la educación física y la aplicación de los contenidos planteados por las respectivas corrientes.

2.10. EL ORIGEN DE LA FAMILIA, TIPOS Y SIGNIFICADO.

La familia se origina con el inicio de los tiempos, para la iglesia, la familia nace de la unión de un hombre con una mujer, es la unión escandalizada de Adán con Eva y la posterior propagación de la especie de acuerdo con lo que promulga la Sagrada Escritura; por su parte la ciencia trata de significar el término familia dándole paso a la ubicación dentro de la sociedad y su importancia en la misma.

Por otro lado el consumismo actual ha presentado otro modelo de familia en el que no se precisa de un hombre y una mujer para la creación de un grupo familiar, basta con que dos personas incluso de un mismo sexo decidan vivir en la misma casa o compartir las obligaciones para ser llamada familia.

2.10.1. TIPOS DE FAMILIA.

Está considerada la familia como un grupo de personas que conviven y procuran objetivos entre sí, para ello existe una clasificación de familia así: familias nucleares, que se componen de madre, padre e hijos; son monoparentales las familias que se conforman por un sólo padre con sus hijos; las familias ensambladas son conformadas por uno de los padres y sus hijos y se une con una madre y sus hijos; y extensas, en las que viven los abuelos,

hermanos, tíos, sobrinos, de uno o de los dos padres; todos estos tipos de familia, están debidamente avaladas por el Estado y la sociedad.

2.10.2. SIGNIFICADO DEL VOCABLO FAMILIA.

Según el Diccionario de la Real Academia Española. DRAE, la familia es:

- Grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas.
- Conjunto de ascendientes, descendientes, colaterales y afines de un linaje.
- Hijos o descendencia.
- Conjunto de personas que tienen alguna condición, opinión o tendencia común.

2.10.3. FAMILIA PARA DIFERENTES ORGANIZACIONES MUNDIALES

Cuadro n° 1 familia.

BIBLIA	ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS)	DECLARACIÓN UNIVERSAL DE LOS DERECHOS HUMANOS	CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA DE 1991
Define la familia como la “célula básica de la sociedad humana” (artículo 16 de la Carta Social Europea, 1961), ya	Los miembros del hogar emparentados entre sí, hasta un grado determinado por sangre, adopción y matrimonio. El grado de	Elemento natural, fundamental y universal de la sociedad artículo 16.3; que tiene derechos a la protección de la	El artículo 42 de la Constitución, asegura que la familia es el núcleo de la sociedad. La Corte Constitucional

<p>que en el antiguo testamento dice que no concibe al hombre solo. Declara en otros espacios del libro que tienen diferentes propósitos para la convivencia, la expresión y satisfacción de sus necesidades Sin embargo, no existe un concepto estructurado de Familia, mas reconoce la importancia de proveer lo necesario para la expresión y satisfacción de sus miembros.</p>	<p>parentesco utilizado para determinar los límites de la familia dependerá de los usos, a los que se destinen los datos y, por lo tanto, no puede definirse con precisión en escala mundial".</p> <p>Reconoce y promueve la igualdad de derechos de hombres y mujeres y resalta la igualdad, y el respeto de los derechos de todos los miembros de la familia, son fundamentales para el bienestar familiar y para la sociedad en general.</p>	<p>sociedad y del Estado.</p> <p>Existen dos lazos de principales que definen una familia.</p> <p>Consanguinidad</p> <p>Afinidad.</p>	<p>señala que el artículo 5° de la Carta Política impone al Estado la protección del a Familia, como institución básica de la sociedad y dispone que tanto unos como otros deben garantizar la protección integral de la Familia.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2.10.4. CONCEPTO DE FAMILIA PARA EL PCP

Basados en lo anterior, la Familia es el núcleo de la sociedad; el primer instrumento de ella para alcanzar una infinidad de objetivos tanto de la sociedad

como de la familia en sí, y del Estado, es el medio protector de la niñez, la adolescencia y la juventud e incluso de la tercera edad. La familia es el conjunto de personas que procuran un mismo fin, son un apoyo, una base y el centro educativo más grande de la sociedad.

Se debe considerar que en la actualidad surge la necesidad de suscitar acciones de tipo recreativo, deportivo y cultural; entre los niños, jóvenes y sus familias, que respondan al sistema de valores y normas que nuestra sociedad precisa. Es necesario potenciar la práctica y/o ejecución de juegos, deportes o experiencias que contribuyan al propósito del desarrollo total, favoreciendo así a la formación holística y la adquisición herramientas que posibiliten mejores opciones de vida...

2.11. EVALUACIÓN

Según Blázquez (1997), “evaluar es una actividad bastante común que realizamos en multitud de ocasiones en nuestra vida cotidiana, y que suele comportar acciones como recoger información, emitir un juicio a partir de una comparación y tomar una decisión al respecto”, teniendo en cuenta esto, la evaluación para esta propuesta, estará mediada por la recolección de información en cuanto a las experiencias de las personas, y la toma de

decisiones que dinamicen proporcionalmente tales experiencias, basándose en cada una de las clases y de lo que de ellas se pueda llevar a la vida cotidiana.

Con base en lo anterior, Blázquez (1997) plantea algunos principios de la evaluación, entre ellos, que la evaluación ha de estar integrada en el proceso educativo, y debido a que el proceso de integración familiar es uno de ellos, es imperante incluir la evaluación, además, como una herramienta de sistematización de la información y mejoramiento del proceso. Por otro lado, que la evaluación debe tener en cuenta las diferencias individuales, lo que significa tener en cuenta a cada persona y sus posibilidades de acción, de aprendizaje y de relación, de esa manera, también se debe evaluar, para así, alcanzar los objetivos propuestos con todos los estudiantes. Y por último que existen diversos medios para evaluar, como el diagnóstico, la observación y la reflexión, entre otros.

Debido a estos aspectos, la evaluación girará en torno a las experiencias de los estudiantes, de lo que se pueda conocer de ellos, de su proceso individual como en grupo y de un espacio para la reflexión en el que se identificarán los aprendizajes de cada uno de los participantes.

Entonces, la evaluación de los aprendizajes, será individual en cuanto a los agentes evaluadores, de tipo formativa por procesos, revisando cada dos clases cómo avanzan las personas en el mejoramiento de las capacidades expresivas; de esta manera, se podrán realizar cambios que optimicen los resultados esperados al final de la ejecución piloto. En el formato de evaluación estará dado un espacio para las observaciones de los participantes, del docente y unas consideraciones generales que son las que se tendrán en cuenta para las siguientes clases a realizar.

Teniendo en cuenta lo que se plantea el proyecto y en qué teorías se apoya para su posterior ejecución, se da paso al siguiente capítulo.

3. DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN

3.1. PRESENTACIÓN.

El proyecto curricular particular “Expresión Corporal como Medio de Integración Familiar” se convierte en una herramienta para el mejoramiento de las capacidades expresivas y así la calidad de vida de los participantes de la propuesta, quienes tienen la oportunidad de tener experiencias motrices diferentes y enriquecedoras; de expresar sus sentimientos a través de sus movimientos, de la danza y en general de la interiorización de cada una de las actividades que se desarrollan en las sesiones.

La puesta en escena del proyecto permitirá reconocer espacios de intervención pedagógica, donde la Educación Física juega el papel más importante en la práctica de una de sus teorías, la expresión corporal. Es donde se pueden

mejorar los lazos familiares, la inculcación de valores, la promoción de la actividad física y sus beneficios para el individuo como para los miembros de la familia.

3.2. JUSTIFICACIÓN

Brindar un espacio así como las herramientas necesarias para que las familias se integren entre sí, es un acercamiento al mejoramiento de su calidad de vida; ya que por medio de la actividad física es posible desarrollar todo tipo de capacidades especialmente las expresivas, permitiendo que tanto unos como los otros sientan, colaboren y participen. Tales experiencias aportan también en el proceso docente, en la apropiación de nuevas formas de enseñar y por supuesto de aprender, es ahí donde la premisa "*todos tienen algo que enseñar y mucho que aprender*" toma sentido, tiene un significado especial, es donde se redimensiona el arte de educar...

Para Freire (2004), la implementación de actividades que tengan que ver con el deporte escolar depende de los responsables de ellas, una adecuada formación permite superar algunas posibles deficiencias; en el reino unido, la educación física está dirigida por personal no especializado e incluso en clubes deportivos, son voluntarios generalmente sin una formación adecuada que les permita

entender las necesidades de los educandos de acuerdo a sus habilidades y capacidades. “si a estas personas se les facilita el apoyo de profesorado especialista, entonces estaremos aportando a los escolares una actividad física de mayor calidad” Freire P. (2004, pág. ¿?)

De acuerdo con Freire, existe la posibilidad de mejorar los resultados en las personas que realicen actividad física bajo la dirección de un educador físico, quien posee los conocimientos necesarios para desarrollar cada uno de esos aspectos corporales, apuntando a un hombre capaz de moverse con seguridad con tranquilidad, capaz de comunicarse y así superarse, con el fin de un cuerpo total... y por qué no un hombre feliz.

3.3. OBJETIVOS.

3.3.1. OBJETIVO GENERAL

- ✓ Propiciar espacios que promuevan la integración familiar en una comunidad de estrato 1 y 2, a través del fortalecimiento de capacidades expresivas en los participantes del proyecto.

3.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Generar espacios de confianza y seguridad que permitan promover la expresión corporal.
- ✓ Por medio de la danza, mejorar las capacidades expresivas de los participantes de cada familia.
- ✓ Estimular a los padres de familia a realizar actividad física que mejore sus capacidades expresivas.

3.4. DIAGNÓSTICO

OBSERVACIONES EN LAS INSTITUCIONES.

I. Primera observación:

Se presenta al inicio de la sesión un informe administrativo, Al término de los informes, cada padre de familia asistente a la reunión se acerca para pedir informes particulares de sus hijos, las preguntas son si los niños comen bien, si se comen todo y si están a paz y salvo con el pago y con los documentos que cada niño debe llevar.

Resultado de la observación.

De acuerdo a lo observado, se evidencia que no existe un espacio para la integración de los padres con sus hijos, en donde puedan tener experiencias diferentes a las cotidianas. Es posible facilitar un espacio de interacción familiar

para que tanto niños como padres expresen de diversas formas sus sentimientos y experiencias.

II. Segunda observación:

Se realiza un taller de “Manipulación de alimentos” con el objetivo de concientizar a los padres de familia sobre una adecuada manipulación de alimentos.

Utilizando elementos propios de la cocina y los alimentos necesarios para realizar posteriormente lo explicado en la primera parte del taller; se pide a los asistentes a la reunión que se laven las manos y más adelante que preparen un almuerzo con los alimentos e implementos entregados a cada grupo de papás, con el fin de evidenciar las buenas o malas prácticas de la manipulación y preparación de alimentos. Como resultado se pudo precisar los errores que se cometen al momento de preparar desde un jugo hasta un almuerzo completo y la necesidad de conocer buenas prácticas de manipulación para evitar enfermedades.

Evaluación y sugerencias

El taller fue aceptado por la comunidad, hubo excelente participación por parte de todos los participantes. Se cumplió con el objetivo de la actividad.

Se realizaron diferentes sugerencias de acuerdo a las falencias observadas en el taller. Entre ellas:

- Almacenar adecuadamente los alimentos.

- Lavar correctamente manos, uñas y antebrazos antes de cocinar, de comer e incluso antes de almacenar los alimentos.
- Lavar correctamente frutas, verduras especialmente y leguminosas deshidratadas.
- Prestar atención a las temperaturas adecuadas para cada alimento tanto en cocción como en refrigeración.

De acuerdo a la experiencia, a diversas observaciones realizadas, a la población y las necesidades de la misma se ve la oportunidad para formular una propuesta de intervención donde por medio de la educación física se brinde el espacio para la actividad física, para el esparcimiento o para el deporte, para la expresión tanto corporal como motriz del eje principal de la sociedad: la familia.

De acuerdo a lo anterior se propone a los padres dos encuentros donde ellos puedan evidenciar los beneficios de realizar actividad física de manera constante.

1. Se realizarán dos encuentros semanales con los padres de los niños asistentes al comedor, con hermanos, hijos e incluso se invita personas que no pertenecen al comedor o que viven en barrios alejados del mismo.
2. Para cada encuentro los participantes de la propuesta traerán diferentes elementos necesarios para la ejecución de las actividades diseñadas.

III. Tercera observación:

Como se había propuesto en la última reunión de mes realizar una rumba aeróbica, algunas personas llegaron dispuestas para la rumba, la cual se realizó durante 70 minutos con todos los asistentes a la reunión, para muchos fue una sorpresa, pero la participación fue general. Se motivó a todos a continuar asistiendo los días jueves a una práctica física con diferentes elementos y la gran mayoría aceptó la iniciativa.

Resultados:

- La participación en la actividad permitió reconocer la falta de un espacio para la lúdica, el deporte, la actividad física, el juego y muchas otras actividades que procuran potenciar el desarrollo humano y sus relaciones interpersonales.
- A pesar de ser una sorpresa para muchos, tanto el espacio como la actividad, permitieron que se cumpliera el objetivo de realizar actividad física con los participantes de las reuniones del comedor.

IV. Cuarta observación.

Cada uno de los participantes de la sesión, llevó sus implementos de trabajo, botellas llenas de arena, lazos e hidratación.

La sesión inició con un calentamiento y movilidad articular; se dio inicio a las actividades con el lazo, realizando series de 20 repeticiones variando la

posición y la velocidad. Con las botellas se realizaron series de 15 abdominales variando la posición corporal.

Para finalizar el encuentro se realiza el estiramiento con el fondo de una canción, promoviendo así la danza como medio facilitador de la expresión, en ese momento algunos de los padres aplauden y se abrazan con los compañeros por el éxito que tuvieron en la actividad.

3.4.1. APRECIACIONES GENERALES DE LAS OBSERVACIONES:

Fue posible identificar tanto la necesidad de un espacio para los padres de familia como la oportunidad de integrar a los adultos con los niños en actividades que comparte en su cotidianidad, pero que hasta el momento no se ha hecho.

Las familias que participaron de los encuentros en el comedor, expusieron sus ganas de participar en espacios de interacción no sólo familiar sino también social, ya que “vienen muchas personas que uno nunca había visto y que viven en el barrio”. Muchas de las mamás expresan que nunca habían contado con ellas para nada, así que la propuesta tiene gran aceptación por parte de algunas de las mamás de los niños asistentes al comedor escolar.

De esta manera es posible identificar el micro contexto a partir del macro contexto que determina la viabilidad del proyecto.

3.5. PROGRAMA

Ante la necesidad de un cuerpo como un todo surge la expresión corporal, como una mediación entre lo corporal y lo físico más lo intelectual y lo emocional; la comunicación verbal y no verbal hace parte de ese cuerpo que se desea formar, es por ello que el programa que se presenta a continuación se basa en la expresión corporal para el fomento de las capacidades expresivas de los integrantes de la familia.

Cuadro n° 2. Programa

Eje Temático	Tema	Subtemas	Estilo de enseñanza	Evaluación	Recursos
C A P A C I D A D E S E X P R	Conocimiento personal.	Desinhibición Adaptación Personal	Asignación de tareas	Auto evaluación	Televisor, música, cobijas.
	Comunicación interpersonal.	Verbal No Verbal	Resolución de problemas.	Auto evaluación	Lazos, botellas plástica llenas de arena.

E S I V A S	Comunicación introyectiva.	Mundo interno propio y ficticio	Estilo representativ o	Auto evaluación	Cartón paja, plastilina, esferos, tijeras.
----------------------------	-------------------------------	---------------------------------------	------------------------------	--------------------	--------------------------------------------------------

3.6. CONTENIDOS

1. Capacidades expresivas.

3.7. MACROCONTEXTO

3.7.1. UBICACIÓN:

Institución: Comedor Juvenil Santo Domingo Savio

Ubicación: Carrera 1 A # 185 A 39

Barrio: Mirador norte – Bogotá.

Representante legal: Padre Enrique Camacho.

Administradora: Nubia de Montenegro

Teléfonos de contacto: 318 4533404

3.7.2. DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN:

El comedor juvenil, es una entidad sin ánimo de lucro patrocinada en todo sentido por la Parroquia San Juan Bosco, con ayuda del Banco Arquidiocesano de Alimentos, quienes aportan el mercado necesario para el comedor a un costo muy mínimo, (sólo el 10% del valor real) y de las Damas Salesianas, quienes subsidian el valor parcial o total de los almuerzos a algunos niños del comedor.

Misión del comedor:

“El Comedor Juvenil Santo Domingo Savio es una obra social de la Parroquia San Juan Bosco, realizada con el fin de mejorar la calidad de vida de los participantes del programa de almuerzo escolar, a través de una alimentación sana, nutritiva y balanceada; enriqueciendo cada vez más su sentido de autocuidado y a su vez fortaleciendo valores sociales y culturales en los niños, niñas y jóvenes, al igual que en sus padres y la comunidad en general.”

Visión del comedor:

“Para el 2014 el Comedor Juvenil Santo Domingo Savio estará posicionado como una de las mejores instituciones prestadoras de servicios sociales, en nuestro caso, de alimentación escolar; contando con el apoyo de diferentes estamentos y con la certeza de cumplir los objetivos del programa, brindando lo mejor a la población asistente, propendiendo por la satisfacción de los niños, niñas y jóvenes de nuestra comunidad”

Justificación del programa:

“La labor social es uno de los motores principales en la consecución de objetivos que propendan por el mejoramiento de la calidad de vida de los ciudadanos bogotanos, sobre todo la población infantil; es por ello que el Comedor Juvenil Santo Domingo Savio busca atender a una población entre niños, niñas y jóvenes del sector deprimido de la Parroquia San Juan Bosco de barrio Mirador y sus alrededores con un horario de lunes a viernes en el restaurante escolar. A su vez se realizan programas alternos de manera informal, los niños pertenecen a un grupo de baile, asisten a refuerzo escolar y reciben capacitación de diferentes entidades.

Teniendo en cuenta que la familia es el principal eje generador de procesos sociales, con los padres de familia mensualmente se realizan reuniones informando las actividades del comedor, quienes también participan de talleres, conferencias y capacitaciones para la vida diaria, guiados por diferentes profesionales

Todos los procesos son apoyados y dirigidos por la Parroquia San Juan Bosco.

Los asistentes pagan diariamente \$800 pesos por el almuerzo (quienes no están subsidiados, ni los adultos mayores).

3.7.3. DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN.

El comedor juvenil diariamente atiende aproximadamente a 130 personas entre niños, niñas, jóvenes, algunos adultos mayores o en condición de discapacidad.

Los participantes del programa de comedor son estudiantes de primaria y bachillerato, es por eso que también recibe el nombre de comedor escolar.

Las edades de los niños oscila entre los 4 y los 18 años de edad; asisten también dos adultos mayores y algunos niños con discapacidad que no pertenecen a ninguna institución educativa, pero hacen parte del programa de almuerzo escolar.

El comedor realiza actividades mensuales y anuales, en las que participan los padres de familia, quienes están entre los 18 y 65 años.

Población:

- ✓ **Hombres: Niños 75 y adultos 1**
- ✓ **Mujeres: Niñas 83 y 2 señoras.**

3.8. MICROCONTEXTO

Las personas que participan en las actividades que plantea el proyecto “Expresión Corporal como medio de integración familia” son nueve mujeres, tres niños, dos adolescentes y un padre.

3.8.1. Espacios físicos y recursos de trabajo que brinda la institución.

La institución cuenta con un salón comedor en el que se realizan las actividades para aproximadamente 200 personas, también facilita el televisor, DVD, mesas y sillas para el desarrollo del proyecto.

Al lado del salón hay una cancha de fútbol destinada para el servicio de la comunidad.

3.9. CRONOGRAMA

Cuadro n° 3.

N° DE SESIÓN	FECHA	TEMA - SUBTEMA
1	Febrero 18	Reconocimiento del grupo.
2	Febrero 20	Perdiendo la timidez – desinhibición a través de ritmos conocidos (música moderna).
3	Febrero 25	Sensación y expresión – desinhibición. Lo que se expresa con el cuerpo al bailar.
4	Febrero 27	Adaptación personal: Interiorización y exteriorización (sentimientos, experiencias).
5	Marzo 4	Adaptación personal:

		Interiorización y exteriorización (sentimientos, experiencias, juego).
6	Marzo 6	Comunicación verbal: Cuenta cuentos.
7	Marzo 11	Comunicación no verbal: exteriorización de los pensamientos a través de figuras en plastilina.
8	Marzo 13	Comunicación no verbal: donde quisiera estar, paisaje en plastilina.
9	Marzo 18	Mundo interno propio: ¿quién eres? En tus zapatos.
10	Marzo 25	Mundo interno ficticio: exploremos la imaginación.
11	Abril 3	Mundo interno ficticio: como soy, como me veo y como me ven.
12	Abril 8	Evaluación y cierre.

3.10. FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE

Cuadro n° 4: Formato de planeaciones de clase.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL



LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA



“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”

CLASE N°:

Fecha:

TEMA:

Subtema:

OBJETIVO GENERAL:

OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN

FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES

EVALUACIÓN:

OBSERVACIONES:

3.11. FORMATO DE EVALUACIÓN DE APRENDIZAJES.

Cuadro n° 5:

 <p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA</p> 		
<p>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</p> <p>FORMATO DE EVALUACIÓN DE APRENDIZAJES</p>		
Tipo de evaluación:	Formativa, Progresiva.	Docente: Andrea Montenegro.
Por agentes evaluadores:	Autoevaluación Coevaluación.	
CONTENIDOS:	Capacidades expresivas.	
OBJETIVO GENERAL:		
Propiciar espacios que promuevan la integración familiar en una comunidad de estrato 1 y 2; a través del fortalecimiento de capacidades expresivas.		
OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN:		
Generar espacios de confianza y seguridad que permitan promover la expresión corporal.		
Mejorar las capacidades expresivas, por medio de la danza, ejercicios pliométricos.		

Promover momentos de comunicación en familia, contando experiencias.		
ITEM	OBSERVACIÓN	VALORACIÓN
El estudiante:		
¿Se desplaza con seguridad y confianza?	De acuerdo a las tareas que asigna el docente, el estudiante se desenvuelve con seguridad, demuestra interés y confianza, tanto en sí mismo como en su contexto.	
¿Es capaz de expresar sus sentimientos, creencias o consideraciones?	De acuerdo al problema planteado en cada sesión, el estudiante expresa su conformidad o inconformidad frente a las propuestas de los compañeros. Participa aportando sus experiencias, conocimientos o ideas.	
¿Propone nuevas formas de comunicación?	Deja de lado sus miedos y se desinhibe presentando nuevos códigos de comunicación, con gestos, mímica o danza, de manera espontánea.	

¿Interioriza cada una de las experiencias y aprendizajes de las clases?	Utiliza lo aprendido en la resolución de problemas, invención de una historia, un movimiento o coreografía. Se apoya de la imaginación y la memoria para crear y recrear experiencias	
¿Construye elementos que le facilitan el aprendizaje?	Botellas con arena. Extensión de los lazos. Cuadro base de plastilina.	
OBSERVACIONES: _____		
CONSIDERACIONES GENERALES: _____ _____		

3.12. FORMATO DE EVALUACIÓN DOCENTE.

Para la evaluación del docente se presentan a los participantes del proyecto, las siguientes preguntas:

1. ¿Cuál es el nombre del docente?
2. ¿Qué opina del estilo de enseñanza del docente?

3. ¿El docente expresa con claridad las actividades y objetivos?
4. ¿Conoce el proyecto del que participa? Indique su nombre
5. ¿El docente tuvo en cuenta sus necesidades, inquietudes y posibilidades?
6. ¿El docente influyó en su participación y disposición para la clase?
7. ¿El docente ha motivado las sesiones de acuerdo al tema trabajado?
8. ¿Los elementos (cartón, plastilina, lazos, pelotas, música y otros) presentados por el docente, facilitaron el aprendizaje?
9. ¿El docente facilitó las relaciones docente – estudiantes, estudiantes – estudiantes?
10. ¿El docente demuestra su saber disciplinar?

Los elementos aquí planteados hacen parte de la evaluación del proyecto.

IV. EJECUCIÓN Y EVALUACIÓN

Es este uno de los mejores capítulos del proyecto, puesto que es la puesta en escena de todo lo dicho anteriormente, por lo consiguiente aquí se presenta la planeación de clases. En cada una de estas clases se realizó una observación y evaluación de aprendizajes, para de ahí en adelante tomar las decisiones necesarias para conseguir los objetivos que se plantea el proyecto.

Es importante anotar que los espacios de clase fueron cambiando de acuerdo a las necesidades de la población, de la sesión de clase programada y en general de diversos elementos que mediaron en la realización de cada una de ellas. Por su parte, los participantes estuvieron siempre de acuerdo con lo planteado por el docente, sin embargo, se prestó atención a las posibilidades de acción de cada persona que asistió a la ejecución del proyecto.

Teniendo en cuenta lo anterior, se presenta a continuación la planeación y sus respectivas observaciones de cada una de las 14 sesiones.

4.1. SESIONES DE CLASE.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA



“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”

CLASE N°:	1	Fecha: Febrero 18 de 2014
-----------	---	---------------------------

TEMA:	Reconocimiento del grupo.
-------	---------------------------

OBJETIVO GENERAL:

Presentar el proyecto a la comunidad.



Conocer a los participantes de la ejecución piloto del proyecto.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA SESIÓN

Presentar al docente y al proyecto.



Realizar un primer acercamiento con los padres de familia interesados en participar de la ejecución del PCP.

FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Reconocimiento	20 minutos	Presentación de la propuesta y cronograma de actividades. Presentación del docente.	Proyecto en físico.
Acercamiento	45 minutos	Se realiza una ronda en la que los participantes pasan una pelota al ritmo de una canción, cuando pare la canción la persona que quede con la pelota en la mano dirá su nombre y	Reproductor de música. Pelotas.

		<p>con quien vive.</p> <p>Quien diga su nombre saldrá de la ronda mientras los demás continúan con su presentación.</p>	
Compromiso	15 minutos	Cada persona se compromete a asistir a las sesiones de clase con muchas ganas de aprender cómo mejorar sus capacidades	
<p>EVALUACIÓN: Los integrantes de la familia (participantes):</p> <p>Demuestran su interés en la propuesta.</p> <p>Participan activamente de la actividad de acercamiento.</p> <p>Se comprometen a asistir de acuerdo al cronograma presentado.</p>			
<p>OBSERVACIONES: Las personas participaron activamente de la sesión y se comprometieron a seguir asistiendo.</p>			
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;">  <div style="text-align: center;"> <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p> <p>LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA</p> </div>  </div>			

"EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR"			
CLASE N°:	2	Fecha: Febrero 20 de 2014	
TEMA:	Conocimiento personal.		
Subtema:	Desinhibición.		
	Perdiendo la timidez.		
OBJETIVO GENERAL:			
Disminuir en los participantes su timidez mediante danza			
OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN:			
Proponer un espacio de participación, donde las personas puedan aportar en la creación de una coreografía.			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Calentamiento	10 minutos	Se inicia caminando por todo el espacio, luego se aumenta la velocidad, al mismo tiempo se van moviendo los brazos. Luego, se camina levantando las piernas y los brazos.	
Central	40 minutos	Se inicia con movimientos suaves al ritmo de la música, continúa con la creación de una coreografía en la que cada uno mostrará un movimiento para que haga parte de la coreografía.	Televisor Reproductor de DVD Música moderna.

		Con los pasos que dio cada persona se realiza una coreografía con una canción completa y luego se adaptan los pasos a un ritmo diferente.	
Estiramiento	15 minutos	Con un ritmo musical más lento, se realiza el estiramiento segmentado.	
Reflexión	5 minutos	Al terminar la sesión, cada individuo contará la experiencia que tuvo en el momento de plantear un paso para la coreografía.	
<p>EVALUACIÓN: La evaluación es de tipo individual y cualitativo, cada persona tiene un resultado deferente debido a su relación con los otros, su conocimiento personal y su forma de expresar lo que siente.</p>			
<p>OBSERVACIONES Y/O ACLARACIONES: A pesar de ser la segunda sesión de clase, muchas personas realizaron la actividad, se pudo evidenciar algo de timidez, pero al momento de realizar toda la coreografía, ese aspecto pasó a un segundo plano.</p>			

	<p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p> <p>LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA</p>	
-------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------

<i>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</i>			
CLASE N°:	3	Fecha: Febrero 25 de 2014	
TEMA:	Sensación y expresión – desinhibición.		
Subtema:	Lo que se expresa con el cuerpo al bailar.		
OBJETIVO GENERAL:			
Disminuir en los participantes su timidez, mediante la expresión de los sentimientos.			
OBJETIVO(S) ESPECÍFICO(S) DE LA SESIÓN			
Proponer un espacio para la sensación y expresión de los sentimientos a través del baile.			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Calentamiento	10 minutos	Se inicia con movilidad articular, y luego al ritmo de música colombiana se da paso a la fase central.	Televisor Reproductor de DVD Música.
Central	40 minutos	Rumba aeróbica. Expresión de los sentimientos.	
Estiramiento	15 minutos	Con un ritmo musical más lento, se realiza el estiramiento segmentado.	
Reflexión	5 minutos	Al terminar la sesión, cada individuo contará lo que sintió mientras bailaba.	

EVALUACIÓN: La evaluación es de tipo individual y cualitativo, cada persona tiene un resultado deferente debido a su relación con los otros, su conocimiento personal y su forma de expresar lo que siente.

OBSERVACIONES: los participantes lograron expresar lo que sentían mientras transcurría la rumba aeróbica, que además fue de gran aceptación para ellos.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA 			
<i>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</i>			
CLASE N°:	4	Fecha: Febrero 27 de 2014	
TEMA:	Adaptación personal:		
Subtema:	Interiorización y exteriorización (sentimientos, experiencias)		
OBJETIVO GENERAL:			
Buscar que el individuo se relacione con sus compañeros de clase contando algún aspecto de su vida.			
OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN			
Generar en las personas la confianza para contar alguna experiencia de su vida. Expresar con el movimiento un sentimiento que le generó tal experiencia.			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES

Inicio	10 minutos	La sesión inicia con respiraciones cortas y cerrando los ojos para interiorizar una emoción que dice la docente, luego al abrir los ojos se dice que le recordó ese sentimiento.	Cobijas, colchonetas.
Central	40 minutos	<p>En una colchoneta o cobija, cada persona se ubica para realizar una serie de movimientos que indica el docente.</p> <p>Se centra la sesión en la respiración para pasar a la exteriorización de emociones que les trae recuerdos a las personas.</p> <p>Se recita un poema con música instrumental de fondo, mientras tanto, las personas realizan los mismos movimientos que la docente.</p> <p>Se realiza un momento de relajación para que los participantes piensen en lo que pueden expresar con su cuerpo y su movimiento</p>	Televisor Reproductor de DVD Música.
Reflexión	5 minutos	Cada persona cuenta lo que más le gustó de recordar un sentimiento.	

EVALUACIÓN: es posible evaluar al grupo, ya que la participación fue activa, a algunas personas les es muy difícil compartir sus sentimientos, pero hacen el esfuerzo. La actividad fue muy enriquecedora.

OBSERVACIONES: los momentos de relajación y respiración que se plantearon mientras las personas recordaban sus experiencias y sentimientos que ellas le traían, dejaron ver que en la familia se pueden contar historias, cuentos y enseñar de diversas formas.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA 			
<i>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</i>			
CLASE N°:	5	Fecha: Marzo 4 2014	
TEMA:	Adaptación personal:		
Subtema:	Interiorización y exteriorización (sentimientos, experiencias)		
OBJETIVO GENERAL:			
Incentivar en el individuo sentimientos de aceptación y conocimiento propio.			
OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN			
Mejorar el desarrollo de la sensibilidad, a través de la interiorización del cuerpo como medio de bienestar individual.			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES

Inicio	10 minutos	Juego futbol con una pelota de caucho, al primer gol de alguno de los equipos, ingresa un apoyo. Luego de algunos minutos, se cambia la pelota de caucho por una de tenis.	Pelota de caucho. Pelota de tenis.
Central	35 minutos	Poner al participante en una situación de peligro, por medio de su imaginación, conocimientos previos, debe recoger la pelota de tenis ubicada en un punto determinado sin tocar los elementos que la rodean. Pasar por encima de una cuerda imaginaria sin tocarla, evitando caer a un río también imaginario. Estiramiento dirigido por los participantes.	Pelota de tenis.
Reflexión	5 minutos	Los participantes explican cuál era la manera más fácil y segura de cumplir con los objetivos.	
<p>EVALUACIÓN: al inicio de la actividad se presentaban un poco dispersos debido al planteamiento del problema, pero con el paso de uno de ellos por cada una de las partes de la clase, los demás fueron tomando confianza para solucionar el problema.</p>			

OBSERVACIONES: Es importante tener en cuenta las posibilidades de cada persona. Edad, lesiones, estado de ánimo entre otros.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA 			
<i>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</i>			
CLASE N°:	6	Fecha: Marzo 6 de 2014	
TEMA:	Comunicación interpersonal.		
Subtema:	Comunicación verbal.		
OBJETIVO GENERAL:			
Incentivar al estudiante a comunicar sus experiencias a través de la danza.			
OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN			
Expresar los sentimientos a partir de las experiencias de baile.			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Inicio	10 minutos	Calentamiento y estiramiento, segmentado, tratando que el participante, se vincule a la actividad sin importar que sepa o no bailar.	
Central	40 minutos	Se da inicio a una rumba aeróbica, donde se presentan distintos géneros	Música, televisor, DVD.

		musicales, las personas repiten lo que ven y posteriormente expresan lo que cada canción les transmite o les recuerda.	
Reflexión	5 minutos	Luego de un estiramiento, cada persona cuenta qué canción le representó más sentimientos o experiencias.	
EVALUACIÓN: la sesión fue un poco pasiva debido a que sólo llegaron tres personas y estaban un poco agripadas.			
OBSERVACIONES: es importante tener en cuenta las posibilidades y capacidades de las personas en cada clase.			

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA 		
<i>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</i>		
CLASE N°:	7	Fecha: Marzo 11 2014
TEMA:	Comunicación no verbal:	
Subtema:	Exteriorización de los pensamientos a través de figuras en plastilina.	

OBJETIVO GENERAL:			
Manipulación de diferentes objetos que permiten expresarse.			
OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN			
Realizar figuras en plastilina, fondos para cuadros.			
Expresar por medio de las figuras diferentes sentimientos.			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Inicio	5 minutos	Explicación del cuadro base y formas de plastilina.	Cartón paja, plastilina, bisturí, lápices, reglas.
Central	minutos	Se realiza primero un cuadro base de fondos para paisaje en plastilina, cada persona identifica cuál de ellos usará para un cuadro que represente algo en su casa. Luego se realiza un objeto partiendo de las formas básicas, y teniendo en cuenta el fondo que más le guste a las personas. Se realiza una figura de elección de cada persona.	
Reflexión	5 minutos	El cuadro base, es una buena herramienta para cuando se quiera hacer un paisaje, pero las figuras son	

		un poco más difíciles de hacer.	
<p>EVALUACIÓN: en su mayoría, las personas lograron culminar su cuadro base, con la ayuda del compañero del lado; al momento de pasar a la figura, no alcanzó el tiempo, así que sólo un niño realizó la figura.</p>			
<p>OBSERVACIONES: el tiempo destinado para cada parte de la clase fue muy poco y debe darse otra sesión para culminar con la actividad y así alcanzar el objetivo de la sesión.</p>			

<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;">  <div style="text-align: center;"> <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p> <p>LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA</p> </div>  </div>			
<p><i>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</i></p>			
CLASE N°:	8	Fecha: marzo 13 de 2014	
TEMA:	Comunicación no verbal		
Subtema:	Donde quisiera estar, paisaje en plastilina.		
<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Comunicar el lugar donde quisiera estar.</p>			
<p>OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN:</p> <p>Realizar un paisaje en plastilina que demuestre el lugar donde quisiera estar, que le trae recuerdos o que le motiva a visitar.</p>			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES

Inicio	5 minutos	Movilidad articular, luego los estudiantes cierran los ojos para pensar en el lugar donde quisieran estar, ir de paseo, o visitar por algún motivo; se realiza posteriormente un reconocimiento de los fondos a utilizar de acuerdo a los paisajes cada uno desee realizar.	Televisor, música, DVD, plastilina, cartón paja, bisturí.
Central	50 minutos	Luego de la identificación de los fondos, colores y formas necesarias para realizar el paisaje, el individuo procederá a hacer el fondo de su paisaje para luego poner los últimos detalles. Con ayuda del docente, se realizarán las formas que no hayan hecho parte del cuadro base.	
Reflexión	5 minutos	Cada persona explicará porque quiere ir a ese lugar, si le trae recuerdos, si es un sueño viajar o si sólo lo trajo de la mente y no tiene ningún significado.	
<p>EVALUACIÓN: Los participantes de la sesión mantuvieron el interés por desarrollar la sesión, sin embargo, no todos tienen el mismo ritmo de trabajo, entonces se pierde un poco el tiempo mientras el docente explica diferentes puntos, formas o</p>			

fondos. En este caso se tuvo en cuenta el interés que mantuvo el grupo en general.

OBSERVACIONES: el tiempo para los talleres de plastilina es muy corto, es necesario dedicar más tiempo a algunas personas y ahí se detiene un poco el proceso. Por otro lado, las personas intermitentes (quienes asisten de vez en cuando), deben empezar de cero y eso retrasa un poco a los demás.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA



“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”

CLASE N°:	9	Fecha: marzo 18 2014
TEMA:	Comunicación no verbal	
Subtema:	Interiorización de un problema, me muevo de acuerdo a lo que escucho.	
OBJETIVO GENERAL:		
Expresar con el movimiento lo que se interpreta de un ritmo musical.		
OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN		
Saltar con el ritmo de la música.		
Exteriorizar lo que se puede interpretar de un género musical.		
Expresar de muchas formas lo que sentimos en diferentes momentos.		

FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Inicio	5 minutos	Se inicia con movilidad articular, se realiza un estiramiento y se explica la actividad.	Televisor, música, DVD, lazos.
Central	50 minutos	Cada persona hace dos series de 20 saltos como le guste más, luego baila un par de canciones como recuerda que se ha hecho anteriormente, posterior a eso, hace dos series más de 25 salto alternando los pies. Después de ello, se realiza un estiramiento segmentado, focalizado en el tren inferior. El docente plantea el problema, cada persona debe saltar al ritmo de la música, teniendo en cuenta sus habilidades para el salto, las personas que por alguna circunstancia no puedan saltar, realizarán el baile teniendo en cuenta las clases anteriores.	
Reflexión	5 minutos	Cada persona presentará su forma de saltar una canción y lo que esta le significa, porque fue más fácil algunos	

		ritmos que otros.	
<p>EVALUACIÓN: este fue una de las clases más motivadas, movidas y que alcanzó por completo los objetivos, se pudo evidenciar como las personas intentan de acuerdo a sus gustos mostrar sus sentimientos, sus conocimientos y su experticia frente a un ejercicio o tarea.</p>			
<p>OBSERVACIONES: los géneros musicales que se presenten a los estudiantes deben ser de su agrado o conocimiento, esto le motiva a participar y a realizar la actividad.</p>			

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p> <p>LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA</p> 		
<p><i>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</i></p>		
CLASE N°:	10	Fecha: Marzo 25 2014
TEMA:	Comunicación introyectiva.	
Subtema:	Mundo interno del sujeto: en tus zapatos.	
<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Poner al estudiante en la situación de sus acompañantes, de sus familiares.</p>		
<p>OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN</p> <p>Exteriorizar un sentimiento frente a una particularidad de un objeto propio. Intentar ser escuchado.</p>		

Interiorizar la importancia de que tienen los objetos escuchando a sus familiares y sentimientos de los demás.

FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Inicio	10 minutos	Estiramiento, calentamiento, trotar alrededor del salón, intentando tocar al compañero que está al frente. Desplazarse por el espacio, en diferentes posiciones, representando un animal, una figura o un ejercicio pliométrico, desplazarse de norte a sur del salón saltando como sapitos y regresar caminando.	
Central	50 minutos	Cada persona debe realizar una serie de 25 saltos para llegar a un extremo del salón; luego de eso, regresa caminando lateralmente. La siguiente serie es de 20 saltos con los pies juntos, intentando hacer la serie antes de llegar al extremo del salón. Cada persona va mirando como lo hacen sus compañeros y puede aportarle en su recorrido. A continuación, se realiza un círculo	

		<p>en el que todos los participantes se estén mirando, cada uno contará aspectos importantes de sus zapatos, los demás pondrán atención a las características que enuncie cada persona. Al terminar, el docente pedirá a cada persona que diga algo de los zapatos de otro estudiante, y así todos contarán algo de los zapatos de todos.</p>	
Reflexión	5 minutos	<p>Cada persona expondrá por qué es importante exteriorizar los sentimientos así sea de un objeto, y la importancia de escuchar a los demás.</p>	
<p>EVALUACIÓN: la sesión fue muy fructífera puesto que no había escuchado reír tanto a los participantes debido a lo que decían de sus zapatos y lo que los demás entendían de ellos. Lo más importante fue dejar presente en cada uno de ellos, la necesidad de escuchar y ser escuchados por quienes los rodean.</p>			
<p>OBSERVACIONES: para esta actividad, hay que escoger un objeto que tenga significado para las personas, pero que al momento de escuchar, no se preste para burlas o que ponga a la persona incomoda por el estado de su objeto.</p>			



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA



“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”

CLASE N°:	11	Fecha: Abril 3 de 2014	
TEMA:	Mundo interno ficticio		
Subtema:	Como soy, como me veo y como me ven.		
OBJETIVO GENERAL:			
Dibujar como soy, como me veo y como me ven.			
OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN			
Identificar como se siente el individuo con su cuerpo.			
Dibujar el cuerpo y las personas que rodean al individuo para identificar la importancia de las personas que lo rodean.			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Inicio	5 minutos	Calentamiento: desplazarse por el espacio intentando tocar el piso y el techo. Pasar de un lado al otro del salón caminando en diferentes direcciones y cambiando de velocidad.	

Central	40 minutos	En un extremo del salón, estarán ubicadas unas sillas con hojas en blanco y marcadores al otro lado, unos lazos para cada persona, se le indica a los participantes que deben realizar una tarea antes de ir hacia la silla, la tarea es saltar 10 veces hacia la silla y dibujarse. Al regreso, debe saltar 15 veces con un sólo pie e ir a la silla a escribir su nombre; cada vez que regrese, debe realizar 5 saltos más que antes y poner un elemento más en la hoja. Debe dibujar a las personas con quienes vive, escribir sus nombres; dibujar el animal que más le gusta, la ropa que menos le gusta y por último debe escribir la cantidad total de saltos que dio. Si no se realizan los saltos, no se podrán realizar todos los dibujos.	Hojas, marcadores y lazos
Reflexión	5 minutos	Cada persona explica por qué es importante relacionar la actividad física con la familia. Y por qué es	

		importante tener siempre en cuenta a las personas con quienes viven.	
<p>EVALUACIÓN: se alcanzó el objetivo, se pudo evidenciar la importancia de la familia en los procesos de aprendizaje de las personas, debido a que una motivación para el dibujo, fue realizar las series de saltos y las personas se enfocaron más en saltar para ir a dibujar y no al contrario.</p>			
<p>OBSERVACIONES: el dibujo es una forma de expresar, sin embargo, hay personas que no les gusta o que no saben, entonces es necesario brindarles ayuda, apoyo y motivación, explicando que nadie va a calificar los dibujos.</p>			

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p> <p>LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA</p> 		
<p><i>“EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN FAMILIAR”</i></p>		
CLASE N°:	12	Fecha: Abril 8 de 2014
TEMA:	Evaluación y cierre.	
Subtema:		
<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Evaluar el proceso.</p>		
<p>OBJETIVO ESPECÍFICO DE LA SESIÓN</p>		

<p>Realizar la evaluación de la propuesta por medio de una encuesta.</p> <p>Realizar la autoevaluación y la evaluación docente.</p> <p>Hacer un cierre apropiado a la etapa de ejecución del proyecto.</p>			
FASE	TIEMPO	ACTIVIDAD	MATERIALES
Inicio	5 minutos	Agradecimientos, explicaciones generales, explicación de las evaluaciones a realizar.	
Central	50 minutos	Se realiza una rumba aeróbica y un estiramiento segmentado, ejercicios pliométricos y un espacio de relajación y respiración. Se procede a responder a las preguntas de cada uno de los formatos.	Televisor, música, DVD, encuesta y formatos de evaluación.
Reflexión	5 minutos	Se realiza un compartir con las personas, dejando como aprendizaje principal que los espacios físicos son un poco menos importantes cuando existe la motivación por integrarse con la familia en diferentes actividades que mejoran su calidad de vida.	

EVALUACIÓN: la clase fue una de las más motivadas debido a que era la despedida y relacionaba casi todos los temas que se trabajaron a lo largo de la implementación. Se alcanzó el objetivo de evaluar y ser evaluada.

OBSERVACIONES:

Frente a los aprendizajes de cada persona, no se realizó un registro de cada una de ellas, pero se pudo ver a través de sus respuestas que los aprendizajes técnicos, quedan en la memoria, pero la experiencia corporal es lo que trasciende y pasa a ocupar un lugar importante en la vida de cada uno de los participantes de la propuesta.

4.2. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

A continuación se presenta la tabulación de la información frente a la evaluación de la propuesta; se realizaron las siguientes preguntas a los participantes:

1. ¿Qué aprendió?

A compartir con las personas, mejorar mi actividad física, a saltar y pasos de baile, mejorar la respiración y la flexibilidad, a relacionarme mejor con otras personas.

2. ¿Qué fue lo que más le gustó?

Las clases de lazo, bailar, yoga

3. ¿Qué lo motivó a participar en cada clase?

La motivación de la docente, que nos tuvo en cuenta, hacer ejercicio, bajar de peso, vivir algo nuevo, mejorar mi aspecto, cambiar la rutina, me motivó mi ahijada, las ganas de mejorar mi salud.

4. ¿Qué mejoraría?

Que fueran más días a la semana, que continúe, más tiempo para hacer más cosas.

5. ¿Cambió algo en su vida, qué?

Si, la relación con mi familia, ya no me canso tanto, el desarrollo físico, mejoró mi salud y mi apariencia física, mejor relación con mi familia, en especial con mi hijo que también participó.

6. ¿Qué opina su familia de la participación en este proyecto?

Les parece bien, ya que posibilita el desempeño físico, familiar y social; están contentos, pues que es algo para ayudar a la comunidad, que es muy bueno para las personas que no podemos pagar un gimnasio. Me apoyan mi esposo y mis hijos.

7. ¿Notó cambios en sus relaciones familiares, cuáles?

Si, mejoró la convivencia y el malgenio que me invadía, mi unión, que compartimos tiempo con mis hermanas, me relaciono más con Olga, más comunicación. No, ninguno.

En las personas que participaron en todas las clases, se pudo evidenciar los resultados.

5. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

5.1. INCIDENCIAS EN EL CONTEXTO.

Uno de los mayores logros fue integrar a personas de la comunidad que generalmente ocupan un espacio diferente en ella, construyendo bases sólidas para la integración social, familiar y cultural. Se cambió, de alguna manera, el imaginario de educación física que tienen los participantes y muchas personas de la comunidad, por una educación física que promueve procesos sociales, genera espacios de intervención comunitaria y procura el mejoramiento de la calidad de vida por medio de diversas actividades.

Por otra parte, se logró expresar los sentimientos, experiencias, conocimientos, tradiciones de forma más segura, confiando en que los demás van a escuchar y muy posiblemente a aprender de todo eso que se puede transmitir. Teniendo como base los conocimientos previos en cuanto a la danza, se adquirieron experiencias nuevas que potenciaron las capacidades expresivas, lo que permitió conocerse a sí mismo, reconocer diferentes capacidades, sentimientos y aprender de otras culturas. Y uno de los elementos más importantes, incluso

motivantes fue integrar adultos en una coreografía de música moderna... y a jóvenes en música colombiana, música popular. Por supuesto, no se puede dejar de lado, la construcción de conocimiento a partir de la elaboración de herramientas que favorecieran el aprendizaje.

5.2. INCIDENCIAS EN EL DISEÑO

Fue necesario revisar si lo que estaba propuesto, era posible realizar debido a la multiplicidad de edades de los participantes del proyecto; al tener en una misma clase a niños desde los 5 años, jóvenes, adolescentes, madres y adultos mayores, se debe tener en cuenta que si todos están ahí, es porque tienen el interés de aprender, de que los tomen en cuenta y que lo que se realice, debe incluirlos a todos sin dejar de lado que los alcances iban a ser diferentes.

Para cada clase fue necesario, acondicionar el espacio físico puesto que, no siempre se contaba con el salón o la clase estaba dispuesta para un espacio cerrado, entonces, es importante contar con la aprobación de la comunidad, ya que en casos como este, procuran el desarrollo de las actividades incluso ofreciendo sus espacios de reunión; por lo anterior en dos ocasiones se tuvo que cambiar la clase.

5.3. APRENDIZAJE COMO DOCENTE

Lo que aprendí con la realización de este proyecto fue en esencia a escuchar a las personas, sin importar su edad, sus limitaciones, enfermedades o posibilidades.

A reflexionar frente a la acción docente, que termina siendo una acción social, ya que por el alcance que puede tener una propuesta como esta, es posible cambiar el imaginario de la educación, contribuir con el mejoramiento de la calidad de vida y sobretodo aprendí a buscar siempre mejorar.

Concluyo este proyecto diciendo:

“QUE EDUCACIÓN FÍSICA ES UN ARTE, QUE NO SÓLO ESTÁ EN LA ESCUELA, SINO EN TODA LA VIDA DE LAS PERSONAS”

5.4 RECOMENDACIONES

Es importante tener en cuenta las necesidades, particularidades, opiniones y posibilidades de cada uno de los participantes, debido a que es una población heterogénea, por lo cual, generalmente no se pueden plantear las mismas actividades para niños, adultos y personas mayores; así que, hay que partir de la población para planear y ejecutar una clase, tener en cuenta a cada uno de ellos, escucharlos y darles la importancia que tienen en las sesiones de clase. Cuando se trata de personas mayores, es necesario indagar sobre su salud, debido a que su participación activa puede ser riesgosa, si no se conocen

detalles como lesiones, cirugías, cardiopatías y todo tipo de antecedentes médicos que posea el participante.

REFERENCIAS

Alzate M. (2000), "Cultura y pedagogía: una aproximación a Jerome Brunner"

Blázquez, D. (2006). La Educación Física. INDE Publicaciones. España.

Blázquez, D. (1987). La Evaluación en Educación Física. INDE Publicaciones. España

Contreras, O. (1988) Didáctica de la Educación Física. INDE Publicaciones. España

Facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional. (2004). Proyecto curricular Licenciatura Educación Física. Documento inicial. Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional.

Freire, P. (1971. 1.) "La Educación como Práctica de la Libertad". (Prólogo de Julio Barreiro). 3ª edición. Tierra Nueva. Uruguay.

García, F. Los modelos didácticos como instrumento de análisis y de intervención en la realidad educativa. Material difundido con fines educativos, (2014, p. 13) UPN, 2014-1.

Mosquera, L. Mateus, Henry. Grupo "Filia (2004) Paradigmas y Ejes de la Educación Física. Universidad Pedagógica Nacional, Facultad de Educación Física.

Zubiría, J. Los modelos pedagógicos. 2006 Cooperativa editorial del magisterio. Bogotá.

WEBGRAFÍA

Alcaldía Mayor de Bogotá, “Ámbito familiar, el corazón de Bogotá Humana en los territorios” Bogotá.gov.co, fecha de publicación: miércoles 19 de febrero de 2014 [http://www.bogota.gov.co/article/oportunidades/oportunidades-para-poblaciones-](http://www.bogota.gov.co/article/oportunidades/oportunidades-para-poblaciones-vulnerables/ambito%20familiar%2C%20el%20corazon%20de%20bogota%20humana%20en%20los%20territorios)

[vulnerables/ambito%20familiar%2C%20el%20corazon%20de%20bogota%20humana%20en%20los%20territorios](http://www.bogota.gov.co/article/oportunidades/oportunidades-para-poblaciones-vulnerables/ambito%20familiar%2C%20el%20corazon%20de%20bogota%20humana%20en%20los%20territorios)

Bronfenbrenner (1979) en línea, recuperado octubre de 2014, http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/reserva_profesores/janette_orengo_educ_173/urie_bronfenbrenner.pdf

Bruner, J. La Inteligencia Social, consultado febrero 2014. <http://www.energiacreadora.es/ec-3/la-inteligencia-social/>

Constructivismo social, párrafo 1 en línea, consultado octubre de 2013. <http://constructivismo.webnode.es/autores-importantes/lev-vigotsky/>

Revista de Ciencias Humanas, n° 24. <http://www.utp.edu.co/~chumanas/revistas/revistas/rev24/alzate.htm>

Departamento para la prosperidad social. Párrafo 1 http://www.dps.gov.co/Ingreso_Social/FamiliasenAccion.aspx fecha de consulta, abril 14 de 2014.

Lucio, R. Educación y pedagogía, enseñanza y didáctica, relaciones y diferencias, tomado de la Revista de la Universidad de la Salle, Julio 1989, año XI N° 17. PDF

[file:///C:/Users/SARA%20ANGELA/Downloads/Lucio_1989_Pedagogia,Didactica%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/SARA%20ANGELA/Downloads/Lucio_1989_Pedagogia,Didactica%20(1).pdf)

P. Jaime Restrepo, (2014) Tiempo de familia.

Teorías racionales I. consultado 14 de abril 2014.
<http://educacion.idoneos.com/index.php/363702>

Orengo, J. Teoría ecológica, Bronfenbrenner Urie. Consultado Enero 2014,
http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/reserva_profesores/janette_orengo_educ_173/urie_bronfenbrenner.pdf.

Vygotsky, L. ZPD, constructivismo social,
<http://constructivismo.webnode.es/autores-importantes/lev-vigotsky/>

Vygotsky, L. y KRASHEN, Zona de desarrollo próximo y el Aprendizaje de una lengua extranjera. <http://www.fchst.unlpam.edu.ar/iciels/164.pdf>.

Ensayos y Experiencias, lectura, escritura, imagen. En línea, consultado

Bibliografía: <http://www.eccpn.aibarra.org/temario/seccion10/capitulo164.htm>