

**UNA MIRADA INTROSPECTIVA PARA UNA PROYECCIÓN SOCIAL, EL
AUTOCONOCIMIENTO COMO POSIBILIDAD EN LA EDUCACIÓN FÍSICA**

AUTORES

ANA MARIA CARRANZA MARTINEZ

CARLA MARINA RINCÓN RUIZ

ROSA YINETH SAENZ MORENO

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR
BOGOTÀ D.C, JUNIO 2014**

**UNA MIRADA INTROSPECTIVA PARA UNA PROYECCIÓN SOCIAL, EL
AUTOCONOCIMIENTO COMO POSIBILIDAD EN LA EDUCACIÓN FÍSICA**

AUTORES

ANA MARIA CARRANZA MARTINEZ

CARLA MARINA RINCÓN RUIZ

ROSA YINETH SAENZ MORENO

ASESOR:

Mag. Educación VLADIMIR REYES ROMERO

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR

BOGOTÀ D.C, JUNIO 2014

DEDICATORIA

Luego de varios años de formación académica, surge este proyecto como resultado de un proceso de reflexión en torno a las prácticas pedagógicas de la educación física y al aporte que se puede generar desde ésta al desarrollo humano.

Por lo anterior dedicamos este proyecto en primera instancia a este grupo de trabajo, que gracias al esfuerzo, dedicación y compromiso de cada una se logro el cumplimiento de esta meta.

A nuestra familia, amigos y compañeros quienes apoyaron y motivaron siempre esta `propuesta educativa.

AGRADECIMIENTOS

Durante la realización de este proyecto se resalta el compromiso del grupo de personas que apoyaron de una u otra forma la consolidación de la propuesta con sus aportes significativos para la formación como profesionales de la educación física.

Agradecemos al grupo de profesores que acompañaron el proceso de formación académico – profesional durante todos los semestres; especialmente al profesor Vladimir Reyes quien creyó en este grupo de trabajo y fue el asesor en la consecución de este trabajo, por sus conocimientos y orientaciones académicas: gracias.

De igual manera a la Corporación Universitaria CENDA, en cabeza del Director de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, William Soto, la Licenciada Johana Rodríguez, y los estudiantes de primer semestre de dicha corporación, quienes muy amablemente abrieron sus puertas y confiaron plenamente en esta iniciativa.

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de Grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Una mirada introspectiva para una proyección social. El autoconocimiento como posibilidad en la Educación Física.
Autor(es)	Carranza Martinez, Ana Maria; Rincón Ruiz, Carla Marina; Saenz Moreno, Rosa Yineth
Director	Vladimir Reyes Romero
Publicación	Bogotá, Universidad Pedagógica Nacional, 2014.100p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	IMAGEN CORPORAL; AUTOCONOCIMIENTO; INSTITUCIONES; EDUCACIÓN FÍSICA.

2. Descripción
<p>El trabajo de grado tiene como propósito la realización de una propuesta educativa (Proyecto Curricular Particular) que permita evidenciar los aprendizajes que se obtuvieron en el transcurso del proceso de formación como Licenciados en Educación Física, aportando alternativas de construcción social a través de esta disciplina.</p> <p>Esta propuesta se trabajó desde la Educación Física y se centró en desarrollar el autoconocimiento desde la imagen corporal, con los estudiantes de la Corporación Universitaria CENDA, del Programa de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, de primer semestre, en donde se desarrolla un programa direccionado desde las tendencias Expresivo Comunicativa y Salud y Actividad Física.</p>

3. Fuentes
<p>BAEZA M.A. (2008). Mundo real, mundo imaginario social. Teoría y práctica de sociología profunda. RIL Editores. Santiago, Chile.</p> <p>BAUMAN, Zygmunt (2000). Modernidad líquida. El cuerpo del consumidor. Argentina. Fondo de cultura económica de Argentina S.A. (2002).</p> <p>CASTRO C. J. (2007) Educación corporal y salud: Gestación, infancia y adolescencia. Funámbulos Editores. Medellín</p> <p>DÍAZ, E. La ciencia y el imaginario social. Editorial Biblos. Primera edición. Buenos Aires, 1996. Página 15</p> <p>MOÑIVAS, A. (1994). Epistemología y representaciones sociales: concepto y teoría. Revista de Psicología General y Aplicada, 47(4), 409-419.</p> <p>NASIO, J. D. (2008) Mi cuerpo y sus imágenes. Capítulo 5: La mirada de los otros en la construcción de la imagen de sí mismo. Pág. 141. Paidós. Barcelona.</p> <p>SALABERRIA K. RODRÍGUEZ S. CRUZ, S. (2007). Percepción de la imagen corporal. Pág. 183</p> <p>ZAGALAZ, M. L. (2001): Corrientes y tendencias de la educación física. Barcelona: INDE Publicaciones.</p>

4. Contenidos

CONTEXTUALIZACIÓN

Basándose en la problemática o necesidad visibilizada dentro las prácticas pedagógicas realizadas durante el tiempo de formación que se recibe en los ciclos de fundamentación y profundización I del Proyecto Curricular de la Licenciatura en Educación Física (PCLEF), a partir de las cuales se evidencio que ocurre una afectación sobre la imagen corporal, debido a diferentes factores, entre los cuales se asumen tres instituciones: la familia, la escuela y el trabajo, que enmarcan la formación del ser humano y que se encuentran inmersas en las etapas de desarrollo de este. Estas, a su vez, generan unos estándares que van en búsqueda de la idealización de un tipo de hombre que responda y cumpla un rol determinante, productivo y activo en la sociedad, que adicional a lo anterior se rija por diferente normas y reglas, las cuales se aprenden, se asumen y se tratan de no trasgredir.

A medida que las instituciones orientan al ser humano en determinadas acciones o formas de ver el mundo, también tienen una fuerte influencia en la imagen corporal de este, pues es el medio por el cual los demás me aceptan y soy visto por la sociedad. Cuando se establece un estándar social ubicado en la familia, escuela y trabajo, se puede observar que existen factores externos que pueden afectar estos ideales, de allí la influencia de una cuarta institución: medios de comunicación, que transversaliza y atenúa esa tarea de formación de las anteriores instituciones, creando ideales y estándares que en ocasiones no responde al desarrollo social, sino intereses comerciales.

El trabajo de la práctica educativa consistió entonces en reforzar el autoconocimiento entendido este como esa mirada introspectiva que puede realizar cada ser humano a fin que éste reconozca aquello que lo conforma; es decir, sus más íntimos deseos, impulsos, sueños, pasiones, miedos, emociones, sentimientos, pensamientos, que logre identificar y conocer cuáles son sus fortalezas y sus debilidades, sus estados de ánimo entre otros, para que a partir de ello pueda asumir su vida acorde a sus posibilidades y se reconozca como un ser humano autentico, completamente único y diferente a los demás. Ese autoconocimiento no solo le permitirá reconocer su esencia, su realidad, el contexto en el que se encuentra para que lo enfrente y traspase, sino que podrá conocer y definir su identidad y por ende su imagen corporal, lo que le posibilitara desarrollar las capacidades que lo caracterizan y utilizarlas productivamente.

PERSPECTIVA EDUCATIVA.

Para el desarrollo y ejecución del Proyecto se realizó una construcción teórica sustentada desde diversos autores que respaldan la intencionalidad del proyecto y que orientaron el trabajo desde lo humanístico, lo pedagógico y lo disciplinar. Por tanto se escogió la Teoría Psicosocial de Erick Erikson, acompañada de la Teoría Curricular Experiencial. Desde lo pedagógico se adoptó el Modelo pedagógico Constructivista junto al Modelo Didáctico Espontaneísta-activista. Y complementando la propuesta desde lo disciplinar se tuvieron en cuenta las Tendencias de la Educación Física Expresivo comunicativa y Salud - Actividad Física.

IMPLEMENTACIÓN

La población con la que se implementó el proyecto, son adolescentes y adultos del primer semestre de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes, de la

Corporación Universitaria CENDA, los cuales se encuentran entre las edades 17 y 25 años.

La práctica pedagógica se desarrolló por medio de una unidad denominada Imagen Corporal, la cual se organizó en las siguientes fases:

Fase diagnóstico en donde se realizó un reconocimiento de la población e institución por medio de un Taller de necesidades. La segunda fase se denominó como Implementación en donde se desarrollan los contenidos propios de la propuesta, allí se encuentra: La exploración del Cuerpo: La imagen corporal (propia y del otro) desde las temáticas cuerpo expresivo, imagen - percepción y hábitos saludables. Así mismo Tiempo y Espacio: la Imagen Corporal desde la orientación Témpero-espacial y organización del espacio y tiempo en relación con los demás y con otros objetos (yo-otro-objetos) y hábitos saludables. Finalmente posibilidades del Cuerpo (mi "yo" frente a Situaciones) desde las temáticas posibilidades del movimiento y Mundo interno en la toma de decisión y hábitos saludables. Por lo que respecta a la tercera fase, la cual da lugar al cierre de actividades en donde se realiza una retroalimentación de las clases y la entrega del anecdotario.

Todo lo anterior responde al propósito general de la propuesta curricular el cual es orientar a través de la educación física experiencias desde la imagen corporal que busquen el autoconocimiento, en donde se den espacios de reflexión, que le permitan al Ser Humano reconocer y asumir otras posibilidades de vivir la vida, desde su pensar, su sentir y su actuar.

5. Metodología

La estrategia que se desarrolló en cada una de las clases estuvo sujeta a los lineamientos propios del modelo didáctico Espontaneísta-activista, el cual tiene como eje central la participación activa de los estudiantes frente a cada una de las actividades, centrada en proporcionar a los estudiantes vivencias dentro del aula de clase, en donde el maestro se convierte en aquel líder social que coordina la dinámica de la clase, logrando así que se construya una aprendizaje que permite ver ese pensar sentir y actuar en diferentes momentos de la clase y como a la vez lo relaciona con su mundo.

El proceso de enseñanza-aprendizaje se realizó mediante el desarrollo y resultado de la relación personal y colectiva, generada de los conocimientos y vivencias adquiridas en cada una de las actividades propuestas desde el PCP, en donde la comunicación, la observación y el análisis de cada una de las actividades planteadas, permitieron a los estudiantes reflexionar al final de cada una de las clases, situaciones, aprendizajes y momentos que le significaron en su formación.

6. Conclusiones

- Luego del proceso de implementación se evidencia que los estudiantes lograron una aprehensión de los contenidos y enseñanzas, posibilitando actitudes reflexivas frente a sus prácticas cotidianas y su futuro profesional.
- Este proyecto al ser una propuesta educativa no se puede dar por concluido debido a que el tiempo establecido para dicho proyecto es realmente corto, ya que es un proceso que cuyos resultados se darán quizás a largo plazo; no queriendo decir con lo anterior que no se haya logrado aprendizajes.
- La evaluación de aprendizajes a través del el anecdotario, permite observar en los estudiantes un Autoconocimiento y construcción de la imagen corporal a partir del

reconocimiento de sus posibilidades generándoles autoconfianza, una mirada crítica y reflexiva frente al contexto, desde su sentir, pensar y actuar.

- En el proyecto en general se plantearon unos aprendizajes esperados que responde al ideal de hombre propuesto, los cuales se evidencian en la evaluación de los mismos, pero a la vez es preciso decir que se logran aprendizajes no esperados de manera implícita, tales como, el trabajo cooperativo, trabajo de valores, compañerismo, entre otros.
- El proyecto siendo de carácter educativo es flexible y está abierto a posibles modificaciones y nuevas ideas encaminadas al mejoramiento del mismo, pues presento un balance positivo frente a su desarrollo, dejando una puerta abierta para que la educación física se involucre en propuestas de carácter humanístico.

Elaborado por:	Ana María Carranza Martínez, Carla Marina Rincón Ruiz y Rosa Yineth Saenz Moreno
Revisado por:	Vladimir Reyes Romero

Fecha de elaboración del Resumen:	20	05	2014
--	----	----	------

INDICE GENERAL

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTOS	iv
RESUMEN ANALITICO EN EDUCACION RAE	v
INDICE GENERAL	ix
INTRODUCCIÓN	11
JUSTIFICACIÓN	12
1. CAPITULO I: FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL	13
1.1. Sobre la Familia	16
1.2. Sobre la Escuela	17
1.3. Del Trabajo.....	18
1.4. Medios de Comunicación	20
1.5. De los Imaginarios Sociales.....	23
1.5. La Imagen Corporal	24
2. CAPITULO II: PERSPECTIVA EDUCATIVA	33
2.1. Teoría de Desarrollo Humano	33
2.2. Modelo Pedagógico	37
2.3. Modelo Didáctico.....	39
2.4. Tendencia de la Educación Física.....	41
2.5. Teoría Curricular.....	43
3. CAPITULO III: DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN	46
3.1. Justificación.....	46
3.2. Microcontexto	46
3.3. Objetivos	46
3.3.1. Objetivo General	46
3.3.2 .Objetivos Específicos	47
3.4. Contenidos	47
3.5. Metodología.....	48
3.6. Evaluación	48

3.7. Instrumentos de recolección de información.....	50
3.7.1. Formato de Evaluación Diagnostica	50
3.7.2 .Formato de Evaluación Docente.....	51
3.7.3. Formato Planeación de Clase	52
3.7.4 Cronograma de Actividades	53
4. CAPITULO IV: EJECUCIÓN	56
4.1. Clase 1	56
4.2. Clase 2	61
4.3. Clase 3.....	64
4.4. Clase 4.....	66
4.5. Clase 5	69
4.6. Clase 6.....	71
4.7. Clase 7.....	74
4.8. Clase 8	77
5. CAPITULO V: EVALUACIÓN.....	80
5.1. Análisis del Proyecto Curricular Particular (PCP)	80
5.2. Análisis Evaluación Diagnostica	81
5.3. Análisis de los Aprendizajes	82
5.3.1. Exploración del Cuerpo: La Imagen Corporal (Propia y del Otro)	82
5.3.2. Tiempo –Espacio: La Imagen Corporal	82
5.3.3. Posibilidades del mí Cuerpo: Mo Yo Frente a Situaciones	82
5.4. Análisis Evaluación docente	84
5.5. Análisis de la Experiencia.....	87
5.3. La Labor Docente.....	89
CONCLUSIONES	92
REFERENCIAS	93

INTRODUCCIÓN

En la Facultad de Educación Física y especialmente el Programa de la Licenciatura en Educación Física, se cree en la idea, que luego de la formación académica que recibe un futuro licenciado en esta disciplina, debe generar como resultado la construcción de un Proyecto Curricular Particular que le permita generar una propuesta educativa encaminada al desarrollo humano.

En el presente documento se hace un análisis contextual de los diversos factores que intervienen en el desarrollo y construcción de la imagen corporal, con la finalidad de elaborar una propuesta educativa desde la Educación Física, sustentada desde un marco teórico que respalda dicha propuesta y permite la elaboración de un programa de orden académico, direccionado a generar vivencias que permitan trabajar desde la imagen corporal el autoconocimiento; entendiendo este como aquel que posibilita el desarrollo armónico y pleno del Ser Humano.

Para esta propuesta es importante que el ser humano se caracterice porque establezca relaciones críticas frente a su mundo en cuanto a su sentir, pensar y actuar atendiendo a sus posibilidades, por lo cual se pretende evaluar los alcances de esta propuesta a partir de dichas características.

El proyecto se materializó en la Corporación Universitaria CENDA, concretamente en el Programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, en la jornada diurna con los estudiantes de I semestre, los cuales se dividieron en dos grupos, denominados 01 y 02. Cabe resaltar que por ser una institución educativa se mueve en el marco de la educación formal, pero el espacio de las prácticas se desarrollaron en un contexto informal, en el cual los estudiantes asistían por voluntad propia.

JUSTIFICACIÓN

Considerando que la Educación Física juega un papel preponderante en la construcción del Ser Humano desde todas sus dimensiones, es importante que esta se encuentre inmersa en diversos momentos que vive el hombre en su entorno, para que así pueda aportarle; al igual que otras disciplinas, en su desarrollo personal y social.

Es por esto, que conviene decir que es significativo que surjan iniciativas encaminadas a la construcción de propuestas educativas, que se orienten al desarrollo armónico de la persona. De esta manera se propone que a partir del trabajo de la imagen corporal; la cual se encuentra permeada por diversos factores de orden social, educativo y económico, logre un autoconocimiento a fin de identificar sus posibilidades en el mundo, atendiendo a su sentir y su pensar.

Por lo anterior se hace importante revisar este tipo de propuestas que son pensadas en pro del desarrollo humano, ya que permiten la construcción académica, la generación de diversas propuestas con esta clase de objetivos y que una u otra forma permite entender el valor agregado que tiene esta disciplina en la transformación de la sociedad.

CAPITULO I

CONTEXTUALIZACIÓN

Con el transcurrir de la historia se observa que la sociedad se ha encargado de edificar la educación de los individuos, de allí que sea la productora de una serie de instituciones que cumplen la función principal de reunir las creencias, valores y reglas que construyen un prototipo de sociedad, a la vez, que plantean una serie de significados, una construcción de mundo propio, imaginado y creado que responde a un imaginario colectivo es decir a un ideal, el cual sigue las normas y reglas implantadas por y desde los intereses de la sociedad.

Esta dinámica social que ofrecen las instituciones le permite al hombre adquirir un sin número de experiencias a lo largo de su vida, las cuales le permiten desarrollarse, entenderse y por qué no construirse, a medida que interactúa con los elementos que encuentra en el mundo. De esta manera y por medio del diálogo con el otro, el sujeto interactúa pero a la vez encuentra sus deseos y de cierta forma se somete a ellos, pues es una forma de lograr el reconocimiento con el otro y a la vez conocer la realidad; lo que habría que observar de este acto de socialización, es sí aquella realidad es propia y natural del sujeto o de una institución, ya que si fuese de la institución respondería más a estándares o prototipos sociales, que no siempre reconoce las necesidades y oportunidades propias del sujeto.

Ahora, hay que reconocer que la sociedad ha establecido a la institución como aquella que juega un papel preponderante en la construcción de la misma, es así, que se hace importante ver algunos conceptos de la institución. Para Fischer G: N. ve a la institución como *“la idea que designa el hecho de establecer, dar forma y mantener un estado de las cosas”* (Fischer G. N. 1992, p. 168), esto permite evidenciar que la sociedad se vale de esta para lograr un cometido, pues precisamente se encarga de moldear un algo, en este caso un estilo de sujeto, el cual se regula por una serie de normas, proyecciones y necesidades que le ofrece ese imaginario social, que no siempre y reiterando lo anteriormente dicho,

responde a algo propio del sujeto, lo que daría paso a cuestionar si la información que se le presenta al sujeto es oportuna, o si realmente aporta al ser humano en su bienestar físico, mental y por qué no psicológico.

Avanzando en la conceptualización del término institución, se podría decir que la mayor influencia recae sobre el ser humano, quien se ve afectado de una determinada forma y que a la vez afecta en los procesos mentales del mismo.

Ahora, desde otro postulado, la institución en ocasiones ya sea de forma directa o indirecta crea señalamientos frente a los que no cumplen este hecho social de “seguir un ideal”, y de ahí que tome un significado que se encamine hacia la sanción. Para Castoriadis, C. la institución es *“todo lo establecido y todo lo sancionado socialmente ya sea de modo explícito o de modo implícito”* (Castoriadis, C. 1992, p), lo cual le da el derecho de hacer juicios frente al comportamiento pero especialmente a como “me veo” y como “me ven los demás”, todo radicado desde ese ideal o estándar ya establecido.

Desde la concepción marxista la institución se puede relacionar con ideología, en donde es considerada como una fracción que integra superestructuras de la sociedad, siendo estas las fuerzas y las relaciones de producción, es decir, que este concepto muestra claramente a la institución como un instrumento de la sociedad que busca edificar un tipo de sujeto, cuyas estructuras rodean la formación del ser humano.

Basándose en lo anterior, la problemática o necesidad observada fue visibilizada dentro las prácticas pedagógicas realizadas durante el tiempo de formación que se recibe en los ciclos de fundamentación y profundización I del Proyecto Curricular de la Licenciatura en Educación Física (PCLEF), a partir de las cuales se evidencia que ocurre una afectación sobre la imagen corporal, debido a diferentes factores, entre los cuales se asumen tres instituciones: la familia, la escuela y el trabajo, que enmarcan la formación del ser humano y que se encuentran inmersas en las etapas de desarrollo de este. Estas, a su vez, generan unos estándares que van en búsqueda de la idealización de un tipo de

hombre que responda y cumpla un rol determinante, productivo y activo en la sociedad, que adicional a lo anterior se rija por diferentes normas y reglas, las cuales se aprenden, se asumen y se tratan de no trasgredir.

A medida que las instituciones orientan al ser humano en determinadas acciones o formas de ver el mundo, también tienen una fuerte influencia en la imagen corporal de este, pues es la forma en que se materializa el cumplimiento de todo lo establecido por la sociedad, pero que adicional a esto, es el medio por el cual los demás me aceptan y soy visto por la sociedad.

Cuando se establece un estándar social ubicado en la familia, escuela y trabajo, se puede observar que existen factores externos que pueden afectar estos ideales, de allí, que se observa la influencia de una cuarta institución: medios de comunicación, que transversaliza y atenúa esa tarea de formación de las anteriores instituciones, creando ideales y estándares que en ocasiones no responde al desarrollo social, sino intereses comerciales.

Por lo anterior, podría pensarse que cuando al ser humano se le vende un ideal de cuerpo, forma de vestir, de actuar y de pensar, se está moldeando un ser que es fuertemente influenciado, en donde sus necesidades y oportunidades solo responden por un imaginario social, el cual está afectando fuertemente su imagen corporal. Es justo en este punto que la educación física debe jugar un papel importante, en lo que para este proyecto se denomina autoconocimiento, pues se cree que ocurre una afectación sobre la imagen corporal, debido a la influencia de las instituciones, principalmente de los medios de comunicación, generando en el ser humano que no reconozca su cuerpo, sus posibilidades, convirtiéndose en un ser maleable, que se deja influenciar de estereotipos y que solo se crea y le crean necesidades falsas para ser reconocido por otros, sin importar los límites y las afectaciones a nivel físico y psicológico; que en ocasiones llegan a estigmatizar la imagen corporal.

Para ilustrar mejor la problemática se hace necesario observar claramente qué papel juega cada una de las instituciones (familia, escuela, trabajo y medios

de comunicación) y cómo incide en el ser humano en cuanto a su imagen corporal.

Sobre la Familia

Para empezar se observa el concepto de familia, en donde se tiene como referente el Artículo 7 de la Ley 115 (Ley General de Educación), la cual expresa, que la familia es un “(...) *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*” (Ley General de Educación, Ley 115 de 1994, artículo 7). En consecuencia se podría decir, que el primer ente por el cual se forma el ser humano es precisamente la familia y que es la encargada de orientar la formación del sujeto.

Desde la psicología social la familia,

“Es el sostén de la organización social, unidad primaria de interacción que se establece sobre la base de un interjuego de roles diferenciados. Su carácter de estructura surge de la necesaria interdependencia de los roles correspondientes a la situación triangular básica, padre, madre e hijo, emergentes de las relaciones y diferencias funcionales y biológicas. Esta situación triangular básica y universal, con sus posibles variantes culturales, determina el modelo que seguirán las interrelaciones familiares” (Diccionario de Psicología Social, letra g, párrafo 2).

Por lo que se comprende que la familia es un instrumento creado por la sociedad para socializar e institucionalizar al sujeto; es decir, que a partir de esta el hombre crea una identidad, la cual le permite desarrollarse socialmente en la misma, pero cabe aclarar que esa identidad en primera medida se construye a partir de las necesidades y oportunidades que ofrece la sociedad; en pocas palabras, encamina al sujeto a cumplir sus doctrinas (reglas, normas y deberes). De acuerdo con lo anterior, se podría decir que la sociedad más que brindarle al ser humano la posibilidad de formarse desde la familia, ha creado un sistema de control que empieza desde el momento en que se nace.

Por su parte Smereczynska, plantea que:

“La familia es una de las instituciones más importantes en toda la sociedad: en ella se educan a los hijos, se infunden los valores a las siguientes generaciones, se aprende a responder a los desafíos, se enseña la vida social, se atiende a los anuncios. La familia es el único núcleo organizativo del ser humano que garantiza la continuidad de la humanidad y da a todo ser humano la posibilidad de realizarse plenamente” (Smereczynska, citado por Botero 2006, p. 42),

A partir de dicho concepto, se muestra una institución que ofrece las normas de la sociedad pero que le da al hombre la posibilidad de decidir a medida que se adquiere una experiencia en las dinámicas sociales y que le permite al mismo desarrollarse libremente y sin estar sujeto a políticas esclavizadoras, que solo busca maquinas en lugar de seres humanos.

Bien, pareciera por todo lo anterior que la familia, al ser el elemento fundamental desde los inicios de la vida de cada persona, juega un papel determinante en la construcción de la imagen corporal de cada individuo, ya que de su formación se consolidará las ideologías y actuaciones futuras del sujeto.

De la Escuela

Siguiendo con la idea de conceptualizar cada una de las instituciones, es conveniente desarrollar el término de escuela, desde Pérez, G.: *“la escuela como cualquier otra institución social, desarrolla y reproduce su propia cultura específica”* (Pérez, G. 1998, p. 127). A lo que se refiere el autor es que a través de la escuela, el ser humano construye un sin número de significados y comportamientos, es decir que se le podría atribuir a la escuela que tiene como misión fundamental contribuirle a la sociedad en la mejora de la misma, a través de la formación de ciudadanos críticos, responsables y honrados, que respeten y cumplan las normas y deberes que se le exijan.

Así mismo Goodman nos dice que:

“Conocer las interacciones significativas que se producen consciente o inconscientemente entre los individuos de una determinada institución social como la escuela, y que determinan sus modos de pensar, sentir y actuar, requiere un esfuerzo por decodificar la realidad social que constituye dicha institución” (Goodman, citado por Pérez, G. 1998, p. 127),

Este autor ve la escuela como ese ente que tiene que analizar si la realidad social responde a las políticas educativas y si las prácticas escolares responden a exigencias políticas y económicas de la sociedad; lo anterior permitiría reflexionar y ver a la escuela de una forma más crítica, pues parece ser que simplemente el ser humano es un reproductor, y mientras otros se toman la tarea de ver que las prácticas escolares respondan a la sociedad, el sujeto no ve ni quiere analizar si lo que le enseñan realmente responde a su realidad social y si le sirve para afrontar los obstáculos que se le presentan en la misma.

Según Feito *“(...) la escuela debe ser una institución en las que las diferencias de clase, de género o de etnia no deben traducirse en desigualdades educativas. En lugar debe considerar tales diferencias como una fuente de riqueza para todos”* (Feito, R. 2006, p. 29), de acuerdo con lo anterior, desde la escuela se tiende a homogenizar a los sujetos, desconociendo las diferencias que los hacen particulares y únicos, imposibilitando el buen desarrollo de la imagen corporal.

Del Trabajo

Hasta ahora, hemos revisado dos instituciones que nos han ampliado el panorama de entender la influencia que tienen en el ser humano, no rompiendo con esta dinámica ahora veremos el concepto de trabajo, el cual se considera institución en la medida en que es vital para la vida humana y en que transforma la misma. Para la sociedad, el trabajo es un ente que permite su desarrollo, diferenciar la población (estratificar) y controlar a la sociedad, pues además de suplirle las necesidades vitales (comida, techo, etc.) le crea otras que le hace ver como trascendentales, esto influencia de tal forma al ser humano que establece

ideales, problemáticas y facilismos solo y únicamente por verse aceptado económicamente.

De alguna manera, esta institución estandariza la imagen corporal y coarta en cierta medida la libertad de las personas estableciendo un prototipo que responda a los lineamientos del lugar de trabajo, debido a que en ocasiones no responde a la satisfacción personal sino a las exigencias planteadas por un medio laboral. Por mencionar un ejemplo, esto se evidencia cuando se realiza la selección de personal para un cargo determinado, pues existen parámetros frente a la imagen corporal que de cierta manera tiene un grado de influencia sobre la toma de decisión de si se otorga el cargo o no.

Antes de continuar, el gráfico 1 deja ver la dinámica social que se observó, y que motivo esta propuesta, se hace un alto para que se diferencie claramente en que momento los medios de comunicación entran en esta dinámica y se entienda la fuerte influencia que causa, no sólo en las otras instituciones sino en el ser humano.

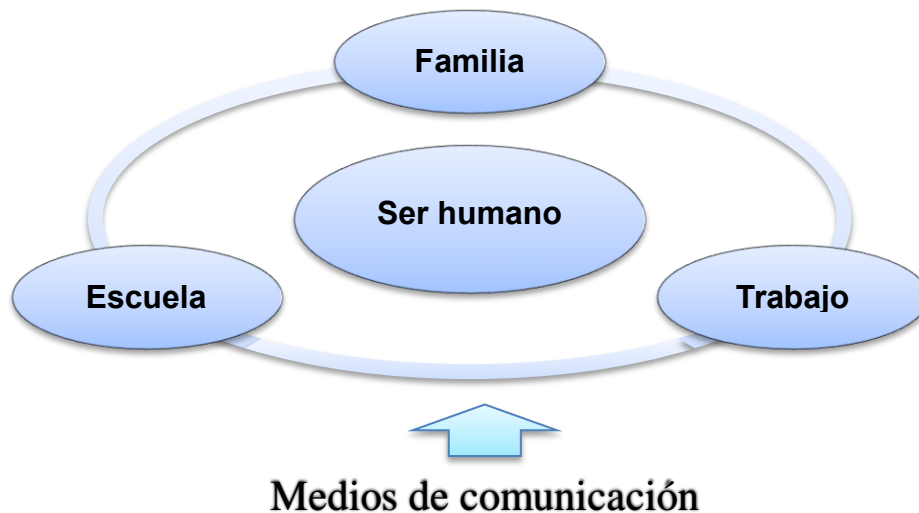


Grafico 1: *Dinámica social.* Elaborado por Ana María Carranza Martínez, Carla Marina Rincón Ruiz y Rosa Yineth Saenz Moreno (12 de Marzo 2013)

Medios de Comunicación

La sociedad actual está saturada de información, que los medios de comunicación transmiten en el afán de vender, esto se ve reflejado en el incremento potencial del consumo y adquisición de todo tipo de servicios, bienes y productos, los cuales han alterado la forma de vivir y las necesidades del ser humano. Se puede analizar que gracias a esta afanosa vida consumista, los sujetos ven con mayor importancia el ser aceptado en la sociedad, estar a la vanguardia y tener una imagen personal y corporal intachable y envidiable sin importar cuanto le cueste. Así mismo, los medios de comunicación se han convertido en un integrante social de la vida del ser humano, pues en todos los contextos que éste habita se encuentran inmersos, utilizando formas directas de hacerse notar, pues estimula los sentidos, deseos y sueños de los sujetos, logrando captar su atención que muchas veces se ve influenciada más por el impacto que por la racionalidad.

Por otro lado, es primordial tener en cuenta que la influencia de los medios de comunicación depende de las estrategias que se establecen para la manipulación de creencias, pensamientos y opiniones de los sujetos; pues es a partir de dichas estrategias que se vende o no una idea. El adquirir un bien, en ocasiones no depende de la necesidad, sino de lo conforme o del identificarse con un producto, así este no sea útil para la vida. De acuerdo con lo anterior, se podría afirmar que los medios de comunicación tienen una estructura que está pensada en hacerle creer a los hombres y mujeres que necesitan de un estilo de vida basado en la adquisición; pero ojala fuese solo esto, pues los medios de comunicación han creado estereotipos, los cuales venden un ideal de cuerpo, entendiéndose estos como el absoluto de belleza, bienestar y salud.

Estos estereotipos, por lo general, responden a un estándar, que radica del gusto determinado de un grupo de personas. Para explicar lo anterior Umberto Eco (2004) en su libro "Historia de la Belleza", nos da un ejemplo claro de cómo esta dinámica ha estado presente en el ir y venir del hombre desde dos aspectos, la fealdad o la belleza, los cuales nacen dependiendo del gusto de las personas,

de lo que popularmente se dice “entra por los ojos”, y que hace que una persona se sienta bien o mal, y es justo, a través de esto, que se crea un estándar de satisfacción o insatisfacción para un sujeto frente a su imagen corporal. En el desarrollo del tema Eco, hace un análisis de los factores que influyen para que una persona determine la belleza, estos están relacionados con la forma, estructura, color, entre otros, que hacen que una imagen sea agradable para los sujetos. La reflexión de lo anterior solo muestra que los medios de comunicación pueden basarse en lo que indica Eco en su libro, y solo se encargan de utilizar los recursos comunicativos de una determinada forma para venderle al sujeto algo específico.

Ahora bien, actualmente es evidente la influencia que ejercen los medios de comunicación sobre la imagen corporal de las personas, que en ocasiones produce una insatisfacción por la apariencia física, debido a que estos promueven el tener un cuerpo esbelto, que se ajuste a los modelos de belleza establecidos encontrando en la actividad física, por tan solo mencionar alguna, unas buenas posibilidades de desarrollo de un cuerpo deseado y que responda al “boom” del momento. El “estar en forma” aunque este sea un concepto vago ya que depende de la subjetividad de cada individuo o de un consenso social, para nadie es un secreto que este se relaciona con el estar en condiciones óptimas de carácter físico, de allí que vaya acompañada de un discurso referido a la salud, lo cual de cierta forma, permite ver este concepto como una capacidad que tiene el cuerpo y la mente para satisfacer las exigencias de forma positiva y dinámica que se presentan en el entorno o la vida cotidiana. Cabe aclarar que los medios de comunicación no son los únicos que establecen imaginarios de belleza entorno al cuerpo y que influyen sobre la imagen corporal, sino que conjuntamente con la industria cosmética y la moda establecen estereotipos de belleza.

Lo anterior nos permite comprender, según Buman que:

“Si la sociedad de productores establece que la salud es el estándar que todos sus miembros deben cumplir, la sociedad de consumidores blande ante sus miembros el ideal de estar en forma, los dos términos “salud” y “estar en

forma” – suelen ser usados como sinónimos; después de todo ambos aluden al cuidado del cuerpo al estado al que uno desea lograr para su cuerpo y al régimen que el propietario de ese cuerpo debe seguir para cumplir ese anhelo” (Buman, 2000, p. 83),

Desde la perspectiva del autor, los medios de comunicación masivos son un dispensador de la información errónea ya que están vendiendo estos dos conceptos como un ideal o imagen aceptado, como un patrón o modelo a seguir que no se encuentra reflexionando en la realidad biológica de cada sujeto, llevando al cuerpo a esforzarse, admitir cambios innecesarios, forzados y nocivos que perjudican el bienestar y hasta la vida propia.

De esta manera y viendo la gran influencia de los medios de comunicación estarían generando en la sociedad unos imaginarios sociales erróneos, basados en un ideal de cuerpo pensado en el consumo. Ahora las instituciones en compañía de los medios de comunicación tienen como finalidad que el sujeto construya su cuerpo a partir de diferentes elementos, que encierran al ser y se convierte en una imagen que nace de la interacción del hombre con su contexto social, esto se construye a partir del imaginario de las personas frente a la figura, las formas, imágenes a lo cual se le denomina realidad, una realidad racional que para algunos es subjetiva porque nace simplemente del gusto o del ideal de unos cuantos. Cornelius Castoriadis (1992), en la entrevista que le realiza Dominique Bolliger, *Entre et creation. Parte 1*, cuando se dice *“que se es racional en el momento que sigue la dimensión imaginaria que le ha creado la sociedad para que el sujeto necesite de la vida social”*; es decir, que si no se cumple con este estándar o con esta imagen, se genera una ruptura social entre los sujetos, que analizando la actualidad humana genera un sin número de afectaciones, tanto en el rechazado como en el que rechaza, esta puede ser tener deficiencias en el reconocimiento del ser y de la diferencia del otro.

De los Imaginarios Sociales

De acuerdo con lo anterior, se podría decir que los sujetos que conforman una sociedad cumplen realmente a un imaginario social que es construido por un grupo de personas que tienen un ideal. Según Torres, L. los imaginarios sociales son *“un complejo entramado de valores, discursos y prácticas sociales sostenidos y vividos por una sociedad determinada en un momento histórico específico”* (Torres, L. 2004 p. 264). Son los imaginarios sociales, vistos como representaciones colectivas, los que identifican y determinan a una sociedad. Dichas representaciones tienen que ver con el lenguaje, las creencias, las leyes, las normas, los valores, los modos de vivir, las maneras de actuar que de alguna manera orientan la vida de las personas. Así pues, como lo afirma Díaz, E.: *“el imaginario social se manifiesta en lo simbólico (lenguaje y valores) y en el accionar concreto entre las personas (prácticas sociales)”* (Díaz, E. 1996, p. 15).

Es preciso decir entonces, que los imaginarios sociales adquieren un significado importante dentro de cada sociedad, ya que no solo representan la esencia de lo que es la sociedad, sino que posibilitan darle un sentido y un significado a las prácticas de la misma, a la vez que las orienta y las justifica, ejerciendo cierta influencia en los modos de pensar, actuar y juzgar de un colectivo, constituyendo así un mundo que le es propio y que la identifica del resto.

Según Torres, L.: *“los imaginarios sociales al no ser tan solo un conjunto de ideas incluyen las formas en que una sociedad se visualiza a si misma lo que significa que en cierta medida los seres humanos somos el efecto de la formación social y cultural”* (Torres, L. 2004, p. 264). Analizando este postulado la autora nos permite ver que el ser humano más que ser individual, está pensado sobre un colectivo que visualiza un tipo de hombre, que nace a partir de las dinámicas sociales que la sociedad crea para manejar, engranar y por qué no determinar. Actualmente el ser humano y sus relaciones sociales se encuentran a la vanguardia de las situaciones actuales, de allí que los contextos de formación del mismo tengan y estén situados sobre las políticas y acción actual de la dinámica social; es decir, que responde a lo que quiere la sociedad y no a lo que éste

quiere, pero es tan maquiavélica la sociedad que pone en el camino del sujeto unas necesidades inventadas, todo para que no genere una reflexión que muestre el inconformismo y vea su realidad individual.

Sobre la Imagen Corporal

De la misma manera en que se abordó los imaginarios sociales, se hace necesario precisar qué es la imagen corporal, pues es justo en ella que se refleja ese efecto que causa la sociedad y sus instituciones en el ser humano, además que la misma, es el resultado de ese conjunto de transformaciones que el sujeto busca para ser aceptado en la sociedad y que a la vez responde con ese ideal. Rosen afirma que: *“la imagen corporal es el modo en el que uno se percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo”*; (Rosen, J. C. 1995, p. 143-166.) es decir, la imagen corporal es la representación mental que se hace cada persona de su propio cuerpo. Esa representación mental tiene que ver con la forma o la manera como uno se ve a sí mismo y cómo se siente en cuanto a lo que proyecta su apariencia física.

En cuanto a la formación de la imagen corporal intervienen aspectos, que plantean Cash, Pruzinsky y Thompson, tales como:

“Aspectos perceptivos: precisión con que se percibe el tamaño, el peso y la forma del cuerpo, en su totalidad o sus partes.

Aspectos cognitivos-afectivos: actitudes, sentimientos, pensamientos, valoraciones que despierta el cuerpo, su tamaño, su peso, su forma o algunas partes de él. Desde el punto de vista emocional, la imagen corporal incorpora experiencias de placer, displacer, satisfacción, disgusto, rabia, impotencia, etc.

Aspectos conductuales: conductas que se derivan de la percepción y de los sentimientos asociados con el cuerpo”. (Cash, Pruzinsky y Thompson, 1990, p. 487-521)

Igualmente, es importante reconocer que dentro de la formación de la imagen corporal y como elemento constitutivo de la misma, la mirada de los demás

se hace relevante, en la medida en que es esa mirada exterior la que acepta o rechaza, halaga o critica, elogia o condena; lo que influye en la auto mirada; que en ultimas es la recopilación de las miradas de los otros.

Cabe señalar que la imagen corporal se construye evolutivamente; es decir, que se forma a lo largo de la vida y que sigue unas etapas, y está mediada por el entorno, por el contexto en el que se desenvuelven las personas y por las circunstancias. Según Salaberria, Rodríguez y Cruz en su libro "Percepción de la imagen corporal" (2007), los seres humanos desarrollan su imagen corporal en el transcurso de las diferentes etapas de su vida y estas son interiorizadas a través de experiencias que enfrenta cada uno. Así pues, la adolescencia es la etapa en la cual se ve más marcada la construcción de imagen corporal, ya que se vive el cuerpo como fuente de identidad, de auto-concepto y autoestima. Es la etapa de la introspección y el auto-escrutinio, de la comparación social y de la autoconciencia de la propia imagen física y del desenvolvimiento social, que podrá dar lugar a la mayor o menor insatisfacción con el cuerpo.

Ahora bien, se hace importante ver qué sucede cuando se tiene una imagen corporal negativa, ya que la persona presenta una serie de alteraciones que afectan física, psicológica y socialmente, por mencionar algunas: necesidad de perfección, busca agradar para ser aceptado por los otros, no acepta su apariencia física, se siente diferente e inferior a los demás, presenta baja autoestima, depresión, sentimientos de tristeza, insatisfacción, asco, teme al rechazo, al ridículo y a la vergüenza.

Ocurre lo contrario, cuando una persona tiene una imagen positiva de sí mismo, se acepta tal y como es, se siente feliz y satisfecho de ser quien es y como es, no lo desestabiliza la opinión de los demás ya que tiene una imagen sólida de sí mismo.

Sintetizando más la información, Cash y Brown presentan un orden para estas afectaciones o alteraciones:

- ✓ *“Alteración cognitiva y afectiva: insatisfacción con el cuerpo, sentimientos negativos que nuestro cuerpo suscita.*
- ✓ *Alteraciones perceptivas: conducen a la distorsión de la imagen corporal. Inexactitud con que el que se estima el cuerpo, su tamaño y su forma”.* (Cash y Brown, 1987, p. 487-521)

Existen unos factores que influyen en la formación de una imagen corporal:

1. Sociales y culturales (*medios de comunicación, la cultura, grupos urbanos*)
2. Modelos familiares y amistades (*personas con quien se está la mayor parte del tiempo*)
3. Características personales (*rasgos propios*)
4. Desarrollo físico (*cambios que se presentan en el desarrollo de la vida (pubertad)*)
5. Otros factores (*accidentes, enfermedades*)

Todos estos factores están involucrados en la formación de la imagen corporal, son evidenciados en actitudes, esquemas, ideales, percepciones, y emociones sobre el propio cuerpo, y están presentes en la cotidianidad de las personas.

Es conveniente hablar de otro factor que desde la problemática es importante abordar y conocer ya que este concepto hace referencia a cómo se siente y se crea una imagen del cuerpo, de cómo este se afecta de manera positiva o negativa a partir de lo que es o no estético, entendiendo que estética desde la filosofía está relacionada con la esencia y percepción de la belleza y la fealdad. La estética se ocupa también de la cuestión de si estas cualidades están de manera objetiva presentes en las cosas, a las que pueden calificar, o si existen sólo en la mente del individuo; por lo tanto, su finalidad es mostrar si los objetos son percibidos de un modo particular (el modo estético) o si los objetos tienen, en sí mismos, cualidades específicas o estéticas.

Aquí es conviene detenerse un momento a fin de aclarar los términos de belleza y estética, los cuales se encuentran inmersos dentro de la imagen

corporal. De acuerdo al Diccionario filosófico Rosental-Iudin la palabra estética proviene del “griego αἴσθησις (*aísthêsis*) en latín (*aesthetica*), significa dotado de percepción o sensibilidad.” (Diccionario filosófico Rosental-Iudin pág. 155)

Los antiguos filósofos griegos como Platón y Aristóteles vinculaban esta palabra con la percepción de la belleza y el influjo que ejerce sobre nuestra mente. En esta relación se puede observar como el individuo a partir de la percepción del mundo y de lo que lo rodea, crea un imagen, desde los sentidos, desde lo que lo conmueve y le produce un sentimiento bien sea de aceptación o de rechazo frente a lo que es bello y a lo que es feo.

Es importante mencionar que a lo largo de la historia, han sido muchos los cambios referidos a la estética corporal; es decir, que de acuerdo a un momento histórico se establecen los modelos de belleza, por lo tanto podría pensarse que estos son variables y pasajeros. Haciendo un barrido histórico y empezando por la Grecia clásica, se consideraba “bello” aquel que poseía virtudes morales e intelectuales. Por su parte, en la época romana hay una menor preocupación por lo físico aunque se llevaba a cabo la práctica de ejercicios a fin de embellecer el cuerpo y como medio de entrenamiento. Ya en la Edad Media, se presenta una mayor preocupación por cultivar el espíritu más que por lo corporal. El ser humano desde la edad media tiene una relación con lo hermoso y bello desde el espíritu y el alma; visto desde Tatarkiewicz, (2004), hace una contextualización histórica de lo que se pensaba en épocas como el Medioevo donde la relación de lo bello era con la naturaleza, todo lo creado por dios es bello, por tal razón la belleza es una cualidad propia de todo ser. A partir del renacimiento la estética se relaciona más con el arte y se enfoca la belleza, hacia la estructura y la proporción de las cosas y del cuerpo humano.

Ahora bien, se puede afirmar que la belleza es subjetiva al pensamiento del hombre, pero a causa de los estándares de belleza, lo estético pasa a ser un comercio de lo que es bello y lo que no, para cumplir patrones de consumo y de ideales de hombre y de mujer. El cuerpo debe tener unas medidas específicas,

tener una simetría determinada y asemejarse a un prototipo ya establecido, para que sea estético y para que cumpla unos modelos de belleza, dejando a un lado que los sujetos son únicos, que la forma del cuerpo, la estructura y la apariencia corresponde a factores genéticos, biológicos, sociales, actitudinales, culturales y del medio en que se desarrolla y no se debe pretender que todos sean iguales, generando en el individuo preconceptos de ideales de cuerpo que lo único que puede generar es la estigmatización frente a su imagen corporal.

La imagen corporal muchas veces no es acorde a la forma de ser, debido a que la imagen o la apariencia se convierten en lo esencial. Muchas veces por seguir esa imagen, esa apariencia, no se expresa abiertamente la forma de ser, fingiendo o mostrando lo que no se es, quizás por no ser rechazados. Es esa imagen, la que se proyecta, la que deja una impresión en el otro y le crea una idea representativa que estará acorde o no con los estándares, prototipos, modelos o lineamientos ya preestablecidos en la sociedad y los cuales condicionan la manera de ser, de pensar y de mostrarse al mundo exterior. Además elaboran en la mente prejuicios a partir de los cuales se establecen parámetros sobre los cuales juzgar o ser juzgados y establecer juicios personales, sociales y culturales de clasificación, aceptación o rechazo por el otro, en cuanto a lo que se considera deseable, bello, atractivo.

El trabajo de la práctica educativa consistirá entonces en reforzar el autoconocimiento, entendido este como esa mirada introspectiva que puede realizar cada ser humano a fin de que éste reconozca aquello que lo conforma; es decir, sus más íntimos deseos, impulsos, sueños, pasiones, miedos, emociones, sentimientos, pensamientos, que logre identificar y conocer cuáles son sus fortalezas y sus debilidades, sus estados de ánimo entre otros, para que a partir de ello pueda asumir su vida acorde a sus posibilidades y se reconozca como un ser humano auténtico, completamente único y diferente a los demás. Ese autoconocimiento no solo le permitirá reconocer su esencia, su realidad, el contexto en el que se encuentra para que lo enfrente y traspase, sino que podrá

conocer y definir su identidad y por ende su imagen corporal, lo que le posibilitara desarrollar las capacidades que lo caracterizan y utilizarlas productivamente.

Por lo anterior, y entendiendo la Educación Física como el conjunto de vivencias y experiencias que propician y potencializan el desarrollo armónico del ser humano, se hace importante reconocer y diseñar estrategias de enseñanza desde el campo de acción propio a la Educación Física que permitan desarrollar programas o planes de trabajo que sirvan como agentes de cambio a dicha problemática y a su vez sirva como iniciativa que genere un interés sobre la problemática y se trabaje en ella a partir de otro tipo de propuestas.

Específicamente, lo que permite crear estos programas desde el área de la Educación Física, es que el ser humano a partir de una serie de actividades pensadas desde y para el cuerpo, que le generen experiencias corporales, trabaje en pro del autoconocimiento mediado por la interacción con el otro, buscando que se asuma como un ser particular, libre de estereotipos, que actúa bajo sus intereses, motivaciones, y posibilidades que potencialicen su «yo». En donde la imagen corporal no se vea enfocada o idealizada por las instituciones, más por lo que tiene o por como se ve sino por sus posibilidades y por lo importante que es en la sociedad.

Para aclarar este punto, en el que se quiere incluir a la Educación Física es importante reconocer que el trabajo se puede desarrollar en cualquier contexto educativo contemplado en la Ley General de Educación (formal Artículo 10, no formal Artículo 36 e informal Artículo 43). También es importante conocer las políticas a nivel mundial, las cuales indican las posibilidades que tiene el ser humano para desarrollarse y desenvolverse libremente en un contexto, esto establecido en el Artículo 18 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos 1946, en el Artículo 22 encontramos que las personas que hacen parte de una sociedad tienen derecho al libre desarrollo de la personalidad y aspectos que sean indispensables para su dignidad. Así mismo en el Artículo 26 numeral 2 encontramos a la educación como un derecho que tiene que velar por el pleno desarrollo de la personalidad humana.

A nivel nacional la Constitución Política de Colombia, se encuentra los Artículos 16, 18, 19 y 20, los cuales involucran la libertad de expresión y de conciencia y que tienen presente la libertad de enseñanza y cátedra, los cuales deben contribuir sanamente al desarrollo humano sin que se vea afectado los objetivos y planes de estudio, lo cual nos permite trabajar desde la educación física algunos contenidos que nos posibiliten asociar y brindar oportunidades para mitigar la problemática vista.

La Ley 115 de 1994 contempla en el Artículo 44

“Misión de los medios de comunicación social. El Gobierno Nacional fomentará la participación de los medios de comunicación e información en los procesos de educación permanente y de difusión de la cultura, de acuerdo con los principios y fines de la educación definidos en la presente Ley, sin perjuicio de la libertad de prensa y de la libertad de expresión e información. Así mismo, adoptará mecanismos y estímulos que permitan la adecuada y eficaz utilización de los medios de comunicación masivos como contribución al mejoramiento de la educación de los colombianos”.

Es decir, que su función principal radica en que es un medio para educar pero sanamente, es decir de acuerdo con unos principios, pero desde esta propuesta existe una crítica frente a que no se cumple con esta tarea de forma responsable.

Ciertamente las políticas educativas y constitucionales, se relacionan frente a que los sujetos deben responder a la sociedad en la medida en que se vele por las normas y deberes de la misma, pero también cabe analizar que dentro de las misma existe la libertad de pensamiento y de libre elección, lo cual permite que dentro de la propuesta se trabaje desde una área en particular que aporte al desarrollo humano y a reflexionar un tipo de hombre que este en constante construcción que no sea maleable y que en su proceso de autoconocimiento establezca una relación crítica y objetiva frente a su realidad y su contexto sociocultural, siendo el lenguaje una herramienta significativa que le permite

manifestase y a la vez elaborar propuestas para remediar afectaciones que le obstruyen su desarrollo armónico en cuanto a su imagen corporal, su sentir y su actuar en el mundo.

En este orden de ideas, y antecediendo lo ya expuesto se hace importante mencionar la población con la que se implementara el proyecto, son adolescentes y adultos del primer semestre de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes, que se encuentran entre las edades 17 y 25 años, y de estrato socioeconómico 2, 3 y 4.

La Corporación Universitaria CENDA, cuenta con dos sedes, la principal ubicada en la Av. Caracas No. 35-18/20 y la sede de Educación Física, la cual se encuentra ubicada en la localidad de Teusaquillo más específicamente en el barrio El Campin en la dirección calle 62 N° 22-60. Es una institución educativa privada de educación Superior, de utilidad común, sin ánimo de lucro, con carácter académico de Corporación Universitaria, reconocida mediante la resolución 1597 de febrero 28 de 2011 expedida por el Ministerio de Educación Nacional. CENDA, tiene sus inicios en agosto de 1976, en donde se encontró orientada a la formación, posteriormente, al llevarse a cabo la reforma de la Educación Superior mediante el Decreto Ley 80/80, implementa las actividades para adecuarse a la nueva legislación inscribiéndose de esta manera como Corporación de Educación Superior en la modalidad Técnica Profesional. En donde su objetivo principal es formar un educador profesional en el área de la Educación Física, la Recreación y el Deporte, con capacidad de orientar los procesos pedagógicos e investigativos, las prácticas educativas en el nivel de Educación Básica, con incidencia en la formación de educandos capaces de incorporarse en forma crítica y activa, a los procesos de desarrollo social del país y a nivel profesional busca que el perfil de este sea el de un educador comprometido como agente transformador de una nueva concepción epistemológica, filosófica, pedagógica e investigativa de la educación física, en establecimientos educativos, en el nivel de Educación Básica, Rural, Urbana y en Instituciones de Educación Formal y no Formal en los siguientes campos:

- Administrador en el área deportiva y recreativa en Instituciones Deportivas, Estatales y Privadas.
- Asesor en programas de Educación Física, Recreación y Deporte y tiempo libre en establecimientos educativos, entidades deportivas, de rehabilitación física, social, de bienestar social y comunitario.
- Instructor en Cajas de Compensación Familiar.
- Asesor en programas del área Investigativa y de bienestar social.
- Participación en grupos Interdisciplinarios de Investigación en el campo de la educación física, recreación y deporte.

Finalmente, es conveniente resaltar que la propuesta de este proyecto se involucra en la medida en que esta corporación universitaria, hace parte de la sociedad como una institución educativa de futuros licenciados, en donde caracteriza su formación en la instrucción desde la educación física, la recreación y el deporte siendo este, un eje que transversaliza la formación del sujeto y su imagen corporal. Además de involucrar en la sociedad un sujeto que se encargue de la formación de las futuras generaciones, otra característica importante es que tiene una fuerte influencia en el egresado, ya que un alto porcentaje de los graduados continúan fortaleciendo su conocimiento en el área.

Se hace importante conocer y trabajar con este tipo de población ya que además de generar procesos en los que interioricen a la educación física como un área que debe estar dispuesta a proponer en la mediación de problemas de carácter social, deben generar procesos de autoconocimiento que le permitan tener un conocimiento de si mismos y de sus posibilidades para así analizar sobre la acción social, la afectación que causan con su saber, ponerse en los zapatos del otro y saber priorizar e identificar necesidades que le permitan fortalecer su formación y cumplir con ser un eje transformador en la educación Colombiana.

CAPITULO II

Perspectiva Educativa

Teoría de Desarrollo Humano

El contexto es un elemento esencial en la construcción de conceptos y en la medida en que existe una relación entre naturaleza-sujeto-objeto. El hombre adquiere experiencias que le permiten hacer una cimentación de la imagen corporal; es por esta razón que desde las propuestas que existen dentro del desarrollo humano, coexiste una, la cual presenta que a medida que el sujeto interactúa socialmente atraviesa a lo largo de su vida por una serie de etapas. Estas se caracterizan por ser sucesivas, debido a que van dando a la persona a medida que crece y madura una ayuda para que se desarrolle; esta propuesta es conocida como Teoría Psicosocial de Erick Erikson, la cual se dio a conocer en 1933 en donde indica, que existen unas motivaciones o necesidades psicosociales que impulsan el desarrollo y la conducta humana.

Cabe señalar, que para Erikson, es importante observar que estas etapas por las cuales pasa el sujeto a lo largo de la vida están influenciadas por la sociedad, y que esta a su vez ejerce una influencia sobre el yo, lo cual se evidencia en la relación que se establece entre el desarrollo personal (Psico) y el entorno social (social), permitiendo así una construcción de su identidad, personalidad, relaciones que establece con el otro y con el medio. Es importante ver que a partir de esta idea se sustenta esta propuesta curricular, ya que permite observar que existe una afectación del contexto en el desarrollo de la persona y que estas afectaciones inciden de una forma directa en la construcción de la imagen corporal, lo cual motiva al sujeto a que muchas veces no conozca cuáles son sus verdaderas necesidades y posibilidades, y se encamine únicamente a tomar decisiones que lo ciñen a idear su vida para ser aceptado dentro de la sociedad.

Estas etapas se plantean en la visión de organizar el desarrollo del ciclo completo de la vida de la persona humana, planteándolo desde la etapa inicial de

vida hasta la vejez, en donde cada estadio muestra un nivel somático, psíquico y ético-social y un principio epigenético, el cual comprende un conjunto integrado de estructuras operacionales que componen los procesos psicosexuales y psicosociales del sujeto en un instante determinado de su vida. Dentro de la propuesta de teoría de desarrollo se reconoce, un tipo de hombre que se caracteriza por tener un desarrollo saludable, el cual tenga confianza ante la desconfianza, que sea autónomo frente a la vergüenza y la duda, iniciativa frente a la culpa y desarrollo de competencias que le posibiliten la capacidad de resolver conflictos, esto en relación al desarrollo psicosocial en que éste se encuentre. Desde estas etapas se afirma que el individuo debe cumplir una tarea psicosocial en la cual se pueden generar conflictos los cuales generan dos resultados, Philip explica que para Erickson:

“si en cada etapa se denomina una tarea correspondiente, la personalidad adquiere una cualidad positiva y tiene lugar a un mayor desarrollo. Si la tarea no es dominada y el conflicto se resuelve de manera insatisfactoria, el yo resulta dañado porque se le incorpora una cualidad negativa” (Philip, 1997, p. 33).

Lo anterior permite ver que para generar en la persona una imagen corporal pensada desde sus necesidades y oportunidades, es necesario que la persona se conozca y se encamine a generar tareas globales que le sugieran adquirir una identidad positiva hacia el autoconocimiento, permitiéndole tener un control de sus decisiones, una responsabilidad de sus acciones, un sentir y pensar desde sus intereses.

Ahora, la teoría psicosocial hace un seguimiento de la personalidad del sujeto a través de la vida, enfatizándose en la influencia que causa la sociedad y la cultura sobre el yo, en donde la sociedad juega un papel importante en el sujeto, ya que lo prepara psicológicamente para pertenecer a ella y adaptarse a la dinámica social que se da dentro de la misma, siendo esta la que suplente las necesidades básicas del ser humano. La relación que se establece entre la sociedad y hombre es posibilitada por la cultura, la cual permite al ser humano ver

el mundo y verse inmerso en el mismo. Erikson ve a la cultura desde tres aspectos; en primera medida, como la encargada de posibilitar experiencias de los sujetos en la sociedad; luego, como aquella que se convierte en un punto crítico psicosocial y; finalmente, la ve como un apoyo para fortalecer el yo cuando estas se convierten en amenazas de la vida.

Desde ahí, se evidencia que la sociedad debe estar en un constante cambio frente a normas, códigos, reglas, valores entre otras herramientas, que utiliza articular las dinámicas sociales pensadas para estructurar al sujeto y que estas a su vez enmarcan y diseñen formas en pro de la formación de un sujeto, se podría hablar de las instituciones como esas formas, ya que a partir de estas se moldea un tipo de sujeto que responda a los imaginarios sociales que establece la sociedad; sin embargo, la sociedad necesita de la cultura como ese dinamizador frente a posibilitar esa relación entre hombre y sociedad, ya que es justamente a través de esta relación que se trasmite y se comunica esas estructuras instauradas en el sujeto.

Es conveniente observar que en esta teoría de desarrollo se tiene algunos aspectos que permiten entender esos factores que se toman para desarrollar los estadios y adicionalmente le permite hacer esa caracterización a nivel psicosocial, lo cual permite sintetizar los aspectos importantes de la teoría Cloninger nos permite ver esas características o elementos:

“Diferencias individuales: los individuos difieren en las fortalezas de su yo. Los hombres y las mujeres difieren en la personalidad debido a sus diferencias biológicas.

Adaptación y ajuste: un yo fuerte es la clave de la salud mental. Proviene de una buena resolución de las ocho etapas del desarrollo del yo, en las cuales las fortalezas positivas del yo predominan sobre el polo negativo.

Procesos cognoscitivos: el inconsciente es una fuerza importante en la personalidad. La experiencia es influida por los modos biológicos, los cuales son expresados en símbolos y en el juego.

Sociedad: la sociedad moldea la manera en la cual la gente se desarrolla (de allí el termino psicosocial)

Influencias biológicas: los factores biológicos son determinantes importantes de la personalidad. Las diferencias de sexo en la personalidad son fuertemente influidas por las diferencias.

Desarrollo del niño: los niños se desarrollan a través de cuatro etapas psicosociales, cada una de las cuales presenta una crisis en la que una fortaleza del yo en particular se desarrolla.

Desarrollo del adulto: los adolescentes y adultos se desarrollan a través de cuatro etapas psicosociales adicionales. Nuevamente, cada etapa involucra una crisis y desarrolla una fortaleza del yo en particular. ”. (Cloninger. 2002, p. 138).

Observando lo anterior, cabe aclarar que esta teoría de desarrollo es conveniente para la propuesta en la medida en que le da importancia al desarrollo del yo, lo cual permitiría trabajar a partir de la imagen corporal el desarrollo de autoconocimiento, y en donde se reconoce que a través del trabajo y sensibilización del desarrollo de la identidad y la personalidad se genera generar procesos que permite la reflexión y análisis de motivaciones y posibilidades. Adicional a esto la teoría de desarrollo plantea algunas estrategias que permite visualizar y tener en cuenta factores biológicos, edades y contextos, que permiten el desarrollo del yo, como: el juego en los niños, resolución de identidad en hombres y mujeres o resolución de problemas en adolescentes y adultos, lo cual permite crear estrategia metodológica que se utilice desde el área disciplinar de la educación física para generar vivencias que permitan desarrollar esta características de cada una de las etapas.

Ahora, la importancia que ha tenido esta teoría radica en que Erikson no se enfoca exclusivamente en el individuo sino que al contrario tiene en cuenta los aspectos sociales y culturales, y a su vez permite ver esos aspectos como el género, raza, contextos culturales, entre otros, que evidencian claramente los

procesos sociales que rodean a los individuos y que de cierta forma crean un imaginario sociales y corporales, por otra parte. Ésta Teoría de Desarrollo Humano se articula con el PCP ya que responde y aporta a la construcción del ideal de hombre que se pretende alcanzar, el cual está encaminado en lograr que la persona se reconozca a sí misma, que no sea maleable, que se respete, se quiera, que se acepte tal y como es, que vea su realidad y reflexione sobre ella, que sea autocrítico y que reconozca sus posibilidades, permitiéndole observar, analizar, reflexionar y tomar decisiones frente a su contexto, haciéndose participe del entorno en el que está inmerso.

Igualmente, se hace importante reconocer que la Educación Física como una de las áreas, que propicia el desarrollo del potencial humano a través de diferentes mediaciones, pues es aquella que me brinda y posibilita vivencias que permite generar una reflexión desde el carácter individual, desde la interacción con el otro para reconocer el Yo, para que se identifique como seres armónicos y capaces de desarrollarse en medio de cualquier dinámica social.

Modelo Pedagógico

Dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje es importante pensar sobre la práctica educativa, la forma particular como se abordaran los contenidos, la manera como se construirá el aprendizaje y las relaciones que se establecerán entre el docente, el estudiante y el conocimiento. Por ello, se piensa en la escogencia de un modelo pedagógico y un modelo didáctico, que en conjunto permitan desarrollar y llevar a cabo el ideal pensado en este PCP.

Teniendo en cuenta el rol de la Educación Física desde el Proyecto Curricular Particular y asumiendo el ideal de hombre que se pretende desarrollar, se reconoce en el modelo pedagógico constructivista, una herramienta que se articula idealmente con el propósito de formar seres humanos auténticos y conscientes, que generen procesos de autoconocimiento, para así actuar de forma autónoma y crítica en una sociedad. El constructivismo, basándose en la teoría del conocimiento constructivista, pretende identificar las necesidades de

entregar a los seres humanos herramientas, generando plataforma que le permitan crear sus propios conocimientos para resolver una situación problemática, lo cual implica que su imagen y su concepción frente al mundo se piense y se reflexione.

El constructivismo propone un ejemplo en donde el proceso de enseñanza – aprendizaje se descubre y se lleva a cabo como un proceso dinámico, participativo de sus procesos y de los procesos que le ofrece su contexto, de modo que el conocimiento adquirido sea una real construcción de la persona que aprende, que sea generada por el mismo, orientando sus acciones. Como figuras claves del constructivismo, cabe nombrar a Jean Piaget y a Lev Vigostsky. Como dice FERREIRO, E., Lerner, D., & Kohl de Oliveira, M. (1996). Piaget se centra en cómo se construye el conocimiento, partiendo desde la interacción con el medio. Desde esta postura, cabe resaltar, que el medio es parte fundamental para la formación de la concepción de la imagen pero que por el contrario, como plantea Vigostky se centra en cómo el medio social permite una reconstrucción interna. Desde esta concepción interna, el ser es quien decide cómo verse y cómo reconocerse en el medio a partir de su propia identidad.

Este modelo sostiene que las personas hacen una reconstrucción propia que se va reproduciendo constantemente como resultado de la interacción entre estos dos factores: tanto en los aspectos cognitivos y sociales, como en los afectivos teniendo en cuenta que el conocimiento no es una copia fiel de la realidad, sino una reconstrucción del individuo.

Es importante tener en cuenta los conocimientos previos de los seres humanos, ya que estos además de construirlos como seres humanos tiene una fuerte influencia en sus comportamientos, en como se ve, en su desenvolvimiento en la sociedad, en cómo se permea por su cultura, sus creencias, su círculo social y como a partir de las experiencias con estas toma una postura de su ser. Cabe aclarar que la idea de este proyecto curricular nace de ese análisis de las experiencias de los sujetos y de la importancia de poder hacer un diagnóstico de los conocimientos previos que tiene el sujeto y que lo han permeado

ocasionándole una falta de autoconocimiento y quizás estigmatización de su imagen corporal.

En suma, se reconoce en el modelo pedagógico constructivista una herramienta que permite tener una relación alterna con los seres humanos, en la cual el aprendizaje es el resultado de un proceso de construcción personal-colectiva de los nuevos conocimientos, actitudes y vivencias, a partir de los ya existentes y en cooperación con las personas de su medio y el maestro.

A esta manera de entender el aprendizaje, se suma todo un conjunto de propuestas que han contribuido a la enunciación de una metodología constructivista que nos propone entre otra la teoría del aprendizaje significativo: este tiene que ser lo más específico posible; que la persona le dé un sentido, significado o importancia relevante a los nuevos aprendizajes, y esto ocurre cuando las experiencias y vivencias, objetos de aprendizaje puedan relacionarse con las experiencias y vivencias previas de los sujetos y estas están adaptadas a su etapa de desarrollo y su proceso de enseñanza-aprendizaje más adecuado, a las estrategia, ritmos o estilos de la persona o colectivo; esto con el fin de crear un boceto de cuales son que los antecede y por qué se actúa y se piensa de la manera en que se hace para poder intervenir y crear procesos de autoconocimiento, dándole al sujeto una manera de ampliar sus posibilidades, entorno a quién es y quién lo construye como ser humano.

Modelo Didáctico

Siguiendo el concepto de modelo didáctico según Gimeno, J. se entiende este como: *“el conjunto de elementos que interactúan y poseen una lógica interna con cada uno de sus componentes (objetivo, contenido, método, organización, medios, evaluación) para alcanzar las intenciones educativas de una asignatura específica”*. (Gimeno, J. 1985 p.96) .Configurando el proceso de enseñanza – aprendizaje, se trabajara el modelo didáctico de la Educación Física referido como modelo didáctico Espontaneista - Activista, propuesto como una opción diferente al modelo tradicional, desarrollada por Porlán y Martín Toscano 1991.

La intención de este modelo es educar al alumno para fortalecer su autoconocimiento por medio de sus experiencias y el descubrimiento espontáneo, la idea es que él se encuentre consigo mismo, que tenga el espacio de reflexionar por medio de la observación e indagación de lo que le presenta el docente, dando lugar al protagonismo del estudiante a la construcción del conocimiento por medio de gran diversidad de actividades.

Se pretende que por medio de este modelo se muestre el docente en un papel facilitador de los procesos, los cuales no son direccionados de forma inmediata e impositiva sino por lo contrario dispone las dinámicas como un líder que centra las actividades según las destrezas y actitudes de los estudiantes motivándolo, de tal manera que permite el análisis de lo que se pretende en el Proyecto Particular Curricular, proporcionando espacio a la adquisición del aprendizaje de forma significativa, dando lugar a la reflexión y creación de nuevos conocimientos teniendo en cuenta los que le antecede, para dar lugar a un ser integral capaz de tener una concepción de cuerpo consiente y desde su propio sentir y actuar en el mundo.

En el modelo didáctico espontaneísta - activista se pretende dar diversas enseñanzas, con la pretensión de educar inmersos en la realidad del alumno, asíéndoles partícipes directos de esta, por medio de su curiosidad de explorarla, descubrirla, para así apropiarla y transformarla; Por tal razón es más importante que el estudiante desarrolle habilidades para observar, para buscar información, para descubrirla, y para lograr solucionar los problemas, que el mismo hecho de adquirir conocimientos por medio de contenidos específicos, este modelo presenta un proceso de enseñanza abierto que va en concordancia lo que presenta el proyecto ya que el interés primordial de este es desarrollar en el individuo la capacidad de actuar por sí mismo y de forma crítica, también nos permite evaluar en relación a el resultado de su trabajo por medio de charlas talleres y técnicas de trabajo de campo que nos permite evaluar los procesos de forma cualitativa teniendo en cuenta los intereses del alumno y partiendo de él como eje central.

Tendencia de la Educación Física

Siendo el cuerpo y el movimiento ejes de la acción educativa dentro de la Educación Física, la realización de actividad física debe responder a las capacidades, intereses, necesidades y experiencias personales de cada sujeto situado en un contexto particular. Por lo anterior y pensando en que las personas se preocupen más por el cuidado de su cuerpo que por su apariencia física y que acepten su propia realidad corporal, se cree conveniente emplear la tendencia de la Educación Física denominada: Actividad Física y Salud.

Dicha tendencia está encaminada, a la obtención de un estado de salud óptimo, entendiendo la Salud ya no solo como la ausencia de enfermedad, sino como un estado de bienestar físico, psíquico y social, tal y como lo propone la Organización Mundial de la Salud (OMS). Así pues, se propugna la promoción y consolidación de hábitos saludables, una serie de conductas que involucran la higiene y el cuidado personal, como la prevención de lesiones, el uso adecuado de materiales y espacios y la correcta realización de actividades físicas.

Ésta tendencia de la educación física aborda la salud desde los siguientes enfoques de acuerdo con Sánchez, J.:

Preventivo: desde el punto de vista de prevenir cualquier situación contraproducente en la realización de cualquier actividad física. Es por ello que debemos ser previsores y sobre todo enseñarles a nuestros alumnos a que sepan valorar por ellos mismos, las medidas a tener en cuenta antes, durante y después de realizar cualquier actividad física.

Compensatorio: intentando subsanar el sedentarismo que hoy en día predomina entre las personas, tanto en su tiempo libre como en su tiempo escolar. La motivación, el interés y la búsqueda de una intención clara deben ser los pilares en los que nuestros alumnos sustenten su aprendizaje. Pero deben asumir e interiorizar que la mejor manera de vencer al “inmovilismo corporal” es encontrar un interés, un objetivo, fijar una meta física.

Anatómico funcional: desarrollando una condición física de base (a nivel cardiovascular, de resistencia y de flexibilidad) que sustente cualquier posterior realización de actividad física deportiva. No menos importante en este enfoque, ya que claramente asumido que un buen desarrollo corporal va unido inquebrantablemente a un correcto funcionamiento orgánico.” (Sánchez, J. 2011. p.5)

Hoy en día se piensa que es bastante favorable para todos tener un buen estado de salud debido a que de ser así se lograrían beneficios tanto fisiológicos como psicológicos y sociales. Y es precisamente el enfoque de esta tendencia, el cual está dirigido hacia la práctica de actividades físicas orientadas a la búsqueda del bienestar psico-corporal de la persona, punto clave en el desarrollo de este PCP, pues se le asigna un valor más enfocado al cuidado corporal que a lo estético.

Partiendo del cuidado del cuerpo y a fin de la obtención de ese equilibrio físico, psíquico y social se cree que a través de la realización de actividad física se logra la construcción de un autocuidado crítico y saludable, mediante la fomentación de hábitos saludables, tales como: una alimentación adecuada, la práctica de ejercicio físico, la higiene, entre otros, que por ende conllevan al cuidado por el cuerpo y la obtención de una vida sana. Este cuidado por el cuerpo está referido no solo a la parte física, a la apariencia física sino que lo psicológico y lo social son también aspectos fundamentales. En este sentido desempeña un papel importante el hecho de que la persona se sienta bien con su propio cuerpo, se autoconozca y por consiguiente, se acepte tal y como es, lo que se verá reflejado en su autoestima. Así pues se produce un desarrollo de la persona de forma equilibrada.

A fin de lograr un desarrollo en la persona un poco más completo, abordado desde la educación física, la tendencia denominada expresión corporal, se presenta como un complemento a la tendencia de Salud y Actividad Física anteriormente ampliada. Ésta tendencia al igual que la tendencia de actividad física y salud, caracterizada por buscar un equilibrio psico-físico en la persona,

asume el cuerpo como un conjunto de lo psicomotor, afectivo-relacional y cognitivo. Se desarrolla a partir de actividades relacionadas con la expresión, como la danza, la psicomotricidad, el mimo, el teatro, entre otros.

Desde los contenidos a desarrollar desde la tendencia de expresión corporal y que se articulan con el desarrollo del PCP, se encuentran los siguientes:

- Educación postural e imagen corporal.
- Expresión y comunicación no discursiva: lenguaje corporal.
- Dominio del espacio – tiempo
- Danza / baile

La Expresión Corporal tiene un valor enorme, ya que fundamentalmente contribuye al desarrollo personal, a la obtención del bienestar psico – corporal consigo mismo, es fuente de aprendizajes corporales y de manifestaciones corpóreo- expresivas exteriorizadas en el cuerpo a través del movimiento

Así pues, no solo se intentara que las personas mantengan un cuidado por su cuerpo, por su salud, por su bienestar corporal, sino que se le posibilitarán actividades físicas que le brindaran herramientas para que a partir de su cuerpo, reconozca y/o descubra las múltiples posibilidades y significados corporales como resultado de la percepción de su entorno; desde la manifestación y comunicación de pensamientos, sentimientos, deseos, hasta la creación de nuevas formas de movimiento que le permitan vivir su corporeidad de una manera autentica, logrando de esta manera el bienestar psico – corporal.

Teoría Curricular

Para poder llevar a cabo este proceso educativo en los seres humanos es importante tener apoyo en la elaboración de un currículo que proporcione una estructura fundamentada en lo que pretende desarrollar el PCP, este se direcciono hacia el Currículo activo o experimental en el que los seres humanos

aprenden sólo aquello que experimentan y que son capaces de palpar e interpretar en la relación con el entorno. Solamente el aprendizaje que se relaciona con propósitos activos o prácticos y que tiene sus raíces en la experiencia se transforma en cambios en la conducta.

Los seres humanos aprenden mejor aquellas cosas que están asociadas a la solución de problemas reales, que los ayudan a satisfacer sus necesidades verdaderas o que se conectan con algún interés. En su verdadero sentido, el aprendizaje es una transacción activa, para aprender a pensar lógicamente, y llevar a cabo esos pensamientos para esto en el aprendizaje activo, el ser humano necesita comprometerse en actividades que le resultan vitales, en las cuales él pueda perseguir objetivos personales y satisfacer sus propias necesidades.

El aprendizaje ocurre durante el proceso de superar obstáculos para alcanzar soluciones o metas, esto da la posibilidad de proponer problemáticas que se generan en la búsqueda de una identidad, de su imagen, de la influencia del entorno y evidenciarlos buscando activar la motivación y el esfuerzo y experimentar una actividad con fines determinados.

Por tal razón una de las características esencial del currículo activo es el hecho de que se estimula a los seres humanos a utilizar métodos para la solución de problemas y establecer sus propias tareas, la habilidad y el conocimiento son adquiridos a medida que se los necesita y se emplean a partir de las necesidades y de adquirir conciencia de su propio ser.

Por lo tanto, teóricamente el currículo activo se concentra en los intereses del ser, abarca integralmente al contenido proveniente de varios campos, proporciona una dinámica de aprendizaje en un medio natural e incorpora tanto los propósitos del aprendizaje como la aplicación de lo que se aprende. Debido a que las situaciones reales y los intereses espontáneos juegan un papel tan importante, el planeamiento previo es considerado imposible e incluso indeseable. Para los maestros bien preparados, la instrucción ideal consiste, en ayudar a los

estudiantes a crear los planes de estudio a medida que surgen las ideas y los intereses evolucionan. Esto elimina la programación rígida. La actividad franca—la construcción, la pintura, la observación, la manipulación—desempeña un papel muy importante.

CAPITULO III

DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN

JUSTIFICACIÓN

La Educación Física logra a través de sus objetivos que el sujeto consiga vivenciar una serie de experiencias, que le permiten conocer y edificar la construcción de la imagen corporal en pro del autoconocimiento desde todas sus dimensiones, lo cual le genera espacios de reflexión y de análisis a partir del movimiento humano. Es por esta razón que a partir de esta propuesta curricular, se piensa en posibilitar experiencias que le permitan a los sujetos vinculados a la práctica tomar herramientas adecuadas para la reconstrucción de su imagen corporal basada en el análisis crítico de la realidad, a través de un proceso de autoconocimiento desde todos sus componentes humanos, tomando conciencia de los imaginarios sociales creados por las instituciones, los cuales no permiten que identifique sus posibilidades, necesidades y oportunidades.

MICROCONTEXTO

La implementación se realizara en la Corporación Universitaria CENDA ubicada en la calle 62 N° 22-60, Barrio El Campin localidad Teusaquillo; la población está conformada por estudiantes de primer semestre grupo 01 con un total de 25 estudiantes y grupo 02 con un total de 29 estudiantes, de la Licenciatura en Educación Física Recreación y Deportes, quienes se encuentran ubicados en los estratos socioeconómicos 2, 3 y 4 y en entre las edades de 17 y 25 años de edad.

OBJETIVOS

Objetivo general

Orientar a través de la educación física experiencias desde la imagen corporal que busquen el autoconocimiento, en donde se den espacios de reflexión

y crítica, que le permitan al Ser Humano reconocer y asumir otras posibilidades de vivir la vida desde su pensar, su sentir y su actuar.

Objetivos específicos

- Identificar la necesidad, oportunidad o problema que se presenta en la Corporación Universitaria CENDA, de acuerdo a la propuesta planteada desde el PCP.
- Identificar elementos desde la expresión corporal que permitan re conceptualizar la imagen corporal a partir del “yo”.
- Desarrollar e implementar actividades que le permitan al sujeto evidenciar la imagen propia y la imagen del otro, a partir del espacio y el tiempo.
- Generar en el sujeto procesos de reflexión que le permitan tener un pensamiento crítico frente a su sentir y su actuar, teniendo en cuenta sus necesidades y posibilidades.
- Orientar y retroalimentar el proceso de enseñanza – aprendizaje.

CONTENIDOS

Unidad temática: Imagen Corporal

Fases I: Diagnostico

Reconocimiento de la población e institución.

Fase II: Implementación:

- Exploración del Cuerpo: La imagen corporal (propia y del otro).
- Tiempo y Espacio: la Imagen Corporal
- Posibilidades del Cuerpo (mi “yo” frente a Situaciones).

Fase III: Cierre de Actividades.

METODOLOGIA

La estrategia que se desarrolla en cada una de las clases estará sujeta a los lineamientos propios del modelo didáctico Espontaneísta-activista, el cual tiene como eje central la participación activa de los estudiantes frente a cada una de las actividades, centrada en proporcionar a los estudiantes vivencias dentro del aula de clase, en donde el maestro se convierte en aquel líder social que coordina la dinámica de la clase, logrando así que se construya una aprendizaje que permite ver ese pensar sentir y actuar en diferentes momentos de la clase y como a la vez lo relaciona con su mundo.

El proceso de enseñanza-aprendizaje se realizó mediante el desarrollo y resultado de la relación personal y colectiva, generada de los conocimientos y vivencias adquiridas en cada una de las actividades propuestas por la finalidad del PCP, en donde la comunicación, la observación y el análisis de cada una de las actividades planteadas, permitieron a los estudiantes reflexionar al final de cada una de las clases, situaciones, aprendizajes y momentos que le significaron en su formación.

EVALUACIÓN

El desarrollo de la evaluación está planteado desde tres momentos en donde se caracteriza por tener presente ese proceso que vivió cada estudiante con cada una de las actividades planteadas dentro del programa.

Los momentos planteados para la evaluación son:

Evaluación diagnóstica (taller de necesidades), en donde se logra evidenciar si la temática planteada desde el proyecto, es una oportunidad, necesidad o problemática para la población; adicional a esto, dio a conocer los conocimientos previos de los alumnos antes de iniciar el desarrollo del programa.

Evaluación formativa: Esta se evidencio en cada una de las fases del programa, en donde se buscó conocer todos los avances y dificultades del aprendizaje de los alumnos, caracterizada por que en cada una de las sesiones

se motivara la reflexión de cada una de las actividades y de las practicas pedagógicas que giraron en torno de la clase.

Siguiendo esta línea, cabe resaltar que aplico un instrumento que buscan evidenciar los aprendizajes adquiridos de forma cualitativa en donde es importante conocer y generar una reflexión frente a la propuesta presentada en este PCP

Registro anecdótico: Es en donde el estudiante reflexiona cada una de las clases, realizando una pequeña descripción de las actividades realizadas, conductas, hechos y aprendizajes que haya vivido en la clase y que le permitieron adquirir una experiencia. El formato o diseño de la misma es de forma libre, en donde el estudiante propone la manera en que la desee presentar.

Evaluación Docente: Se hace importante analizar y reflexionar la relación estudiante- maestro – conocimiento, pues es a partir de esta relación que se puede observar el papel que jugó el maestro en el ambiente de aprendizaje representado en las practicas pedagógicas.

La evaluación docente se aplicó teniendo en cuenta las siguientes competencias:

Saber- Hacer: Son todas las acciones que realiza el docente en sus prácticas pedagógicas para que estas sean pertinentes y eficientes de acuerdo a las intencionalidades

Saber-Saber: hace referencia a el cómo el docente aplica sus conocimientos para cumplir sus intencionalidades

Saber-Ser: Características propias del docente en cuanto a su forma de realizar la clase, relaciones que establece con sus alumnos, etc.

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Ficha de evaluación diagnóstica (Observación - Guía de diagnóstico)

GUIA DE DIAGNOSTICO		
Actividad: Taller identificación de Necesidades		
Institución:	Localidad:	
Dirección:	Barrio:	
Población:	Edad:	
Área:	Hora:	Fecha:
Profesores:		
Observador:		
Objetivo general		
.		
Objetivos específicos		
Recursos		
Planteamiento y Desarrollo		
Diseño de la Guía		
Evaluación y Análisis (Necesidad- Oportunidad- Problema)		
Dimensión (Necesidad- Oportunidad- Problema)		
Resultados (Necesidad- Oportunidad- Problema)		
Análisis de la situación Contextualización (Territorio-Familia-		

Establecimiento de prioridades)	
Conclusión	
Observaciones generales	

Elaborado por: Ana María Carranza, Carla Marina Rincón y Rosa Yineth Saenz (01-noviembre-2013)

Formato Evaluación Docente

REJILLA EVALUACIÓN DOCENTE					
Categoría	Indicador	Valoración			Justificación
Competencias	Desempeños	Si	No	Algunas veces	
Saber – Hacer.	Asume con responsabilidad y compromiso su labor docente, en cuanto a la planeación, ejecución y evaluación.				
	Establece una reflexión alrededor de sus prácticas pedagógicas.				
	Emplea un tono de voz adecuado y a la vez emplea explica coherente y claramente las actividades planteadas.				
Saber – Saber.	Demuestra su conocimiento disciplinar y didáctico que permite el desarrollo y consecución de las actividades planteadas.				
Saber - Ser	Propicia el dialogo, manteniendo una buena relación docente-estudiante				

Elaborado por: Ana María Carranza, Carla Marina Rincón y Rosa Yineth Saenz (Febrero 28 del 2014)

Formato Planeación de Clase

PLAN DE CLASE		
Institución:	Área:	
Observador:	Clase N°:	Grupo:
Profesores:		
Fecha:	Asesor:	
Unidad Temática:		
Objetivo general		
Guía de Actividades a Desarrollar		
Tema	Descripción de Actividades	Recursos
Evaluación		

Elaborado por: Ana María Carranza, Carla Marina Rincón y Rosa Yineth Saenz (20-Octubre-2013)

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PRÁCTICAS
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA

UNIDAD I	
IMAGEN CORPORAL	
Fase 1 DIAGNOSTICO	
Reconocimiento de la institución (Presentación del Proyecto)	
<i>Objetivo:</i> Identificar la necesidad, oportunidad o problema que se presenta en la Corporación Universitaria CENDA, de acuerdo a la propuesta planteada desde el PCP.	
FECHA	ACTIVIDAD
14 Febrero 2014	Presentación del Proyecto Coordinador del Programa Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte (William Soto) y Profesora Johana Rodríguez.
18 Febrero 2014	GRUPO 1: Prueba diagnóstica (Taller de necesidades).
21 Febrero 2014	GRUPO 2: Prueba diagnóstica (Taller de necesidades).
Fase 2 IMPLEMENTACIÓN	
<i>Desarrollo de la propuesta desde la Educación Física (Imagen Corporal- Autoconocimiento)</i>	
Eje temático 1	
Exploración del Cuerpo: <i>La imagen corporal (propia y del otro).</i>	
<i>Objetivo:</i> Identificar elementos desde la expresión corporal que permitan re conceptualizar la imagen corporal a partir del “yo	
FECHA	ACTIVIDAD
25 Febrero 2014 04 Marzo 2014	GRUPO 1 <ul style="list-style-type: none"> • Cuerpo expresivo • Cuerpo objetivado • Imagen y percepción

28 Febrero 2014 07 Marzo 2014	GRUPO 2 <ul style="list-style-type: none"> • Cuerpo expresivo • Cuerpo objetivado • Imagen y percepción
Eje temático 2 Tiempo-espacio : la imagen corporal	
<i>Objetivo</i> Desarrollar e implementar actividades que le permitan al sujeto evidenciar la imagen propia y la imagen del otro, a partir del espacio y el tiempo.	
11 Marzo 2014 18 Marzo 2014	GRUPO 1 <p style="text-align: center;">Orientación Témporo-espacial</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organización del espacio y tiempo en relación con los demás y con otros objetos : (yo- otro-objetos)
14 Marzo 2014 21 Marzo 2014	GRUPO 2 <p style="text-align: center;">Orientación Témporo-Espacial</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organización del espacio y tiempo en relación con los demás y con otros objetos : (yo- otros-objetos)
Eje temático 3 Posibilidades del cuerpo (mi yo frente a situaciones)	
<i>Objetivo:</i> Generar en el sujeto procesos de reflexión que le permitan tener un pensamiento crítico frente a su sentir y su actuar, teniendo en cuenta sus necesidades y posibilidades	
25 Marzo 2014 01 Abril 2014 08 Abril 2014	GRUPO 1 <ul style="list-style-type: none"> • Posibilidades del movimiento • Mundo interno en la toma de decisión
28 Marzo 2014 04 Abril 2014 11 Abril 2014	GRUPO 2 <ul style="list-style-type: none"> • Posibilidades del movimiento • Mundo interno en la toma de decisión

Fase 3	
Cierre de actividades (Socialización)	
<i>Objetivo:</i> Orientar y retroalimentar el proceso de enseñanza – aprendizaje.	
22 Abril 2014	GRUPO 1
29 Abril 2014	Retroalimentación de las clases - Entrega de Bitácora
25 Abril 2014	GRUPO 2
02 Mayo 2014	Retroalimentación de las clases- entrega de Bitácora
20 Mayo 2014	Socialización Corporación Universitaria CENDA

Elaborado por: Ana María Carranza, Carla Marina Rincón y Rosa Yineth Saenz (01-noviembre-2013)

CAPITULO IV
EJECUCIÓN

Clase 1

GUIA DE DIAGNOSTICO		
Actividad: Taller identificación de Necesidades		
Institución: corporación Universitaria CENDA		Localidad: Teusaquillo
Dirección: Calle 62 n° 22-60		Barrio: El Campin
Población: Estudiantes		Edad: 17 a 25 años
Área: Educación Física	Hora: 9:00 a 11:00 am	Fecha: 18 de febrero 2014 21 de febrero 2014
Profesor: Rosa Yineth Saenz Moreno - Ana María Carranza Martínez		
Observador: Carla Marina Rincón Ruiz		
Objetivo general		
Identificar las necesidades, posibilidades o problemáticas presentadas en CENDA, para el diseño de la implementación del proyecto curricular particular AUTOCONOCIMIENTO.		
Objetivos específicos		
Identificar y reconocer los imaginarios que se generan a partir del estímulo musical. Observar e identificar la imagen propia y la imagen social. Identificar situaciones y reacciones frente a la construcción del concepto de imagen corporal.		
Recursos		
Grabadora - Cd de música - Oclusores - Lápiz o esferos – Hojas -Humano		
Planteamiento y Desarrollo		
Diseño de la Guía	<p>Rompe hielo: araran-san san. Consiste en hacer un circulo en el cual todos estarán sujetos de la cintura y todos se moverán en forma de roda cantando el estribillo Aran san-san aran san-san guri guri arran san-san. Seguirán movimientos con los pies y la cadera, y cada vez se dará un paso al centro para hasta quedar sentado en la pierna del otro compañero y realizar la ronda.</p> <p>Ritmos musicales: se colocaran diferentes géneros</p>	

	<p>musicales y el movimiento con cada uno d ellos es libre, evidenciando así la acomodación del cuerpo según el ritmo de música, se cambiara sucesivamente.</p> <p>Distribución grupal: Bananas, manzana y ensalada se hace un círculo y cada instrucción tiene un código en donde banana es a la derecha, manzana es ala izquierda y ensalada es cambiar de puesto. Luego de un par de ejercicios se enumeraran de 1 a 2.</p> <p>Reconocimiento corporal: se organizaran por parejas y los números 1 hacen un circulo pequeño o interno y los números 2 uno más grande formando uno externo, todos tendrán los ojos vendados y se harán un par de movimientos tratando que no se pan que persona les quedo al frente la instrucción será que cada persona toque el cuerpo de la persona, logrando identificar características de las personas, luego de esto tendrán que realizar el dibujo de la persona que le correspondió , exponer al grupo la características y tratar de explicar cómo puede ser esta persona y finalmente tratar de descifrar quien era la persona que le correspondió.</p> <p>Dinámica se realizara un conversatorio guiado con diferentes preguntas y situaciones que se presentaron en el aula de clase, se realizara un círculo donde jugaremos tingo tingo tango donde la persona que le caiga tango expondrá su análisis según la pregunta o la situación.</p>
<p>Análisis y Evaluación (Necesidad- Oportunidad- Problema)</p>	<p>Los dos grupos a pesar de estar ubicados en escenarios diferentes, permiten ver que existen las mismas necesidades que responden a el análisis contextual de este PCP, , dentro del taller se evidencia que esta propuesta se puede ver como una necesidad, oportunidad y problemática, debido a que se está trabajando con futuros</p>

	<p>profesionales, es decir que se pueden atacar desde estas tres perspectivas para que su formación personal y profesional se reflexione frente a el programa propuesto.</p> <p>Existen diferentes factores que influyen en la situación planteada desde el proyecto, las cuales van desde la diversidad de género, cultura, edades y oportunidades que hayan tenido en su formación, demás se observa dificultades en la comunicación, en el reconocimiento de la imagen corporal y de sus segmentos corporales.</p> <p>Es un buen escenario para trabajar la propuesta planteada en el proyecto.</p>
<p>Dimensión (Necesidad- Oportunidad- Problema)</p>	<p>Prescriptivas: componentes del desarrollo intelectual, afectivo, social, psicomotor, para el desarrollo de una persona.</p> <p>Individualizadas: componentes del desarrollo que constituye lo que los sujetos quieren ser, saber o poder hacer.</p>
<p>Resultados (Necesidad- Oportunidad- Problema)</p>	<p>Las necesidades sentidas, se trabajaron porque dentro de la propuesta del PCP, uno de los factores que influyen en la problemática radica de la influencia de las instituciones en los deseos y necesidades de los sujetos.</p> <p>Para el tratamiento y análisis de las necesidades sentidas se realizo tuvo presente la identificación de segmentos corporales y el trabajo de caracterizar a un compañero a partir de lo que observo.</p> <p>Las necesidades normativas, para su tratamiento y análisis de las necesidades sentidas tuvieron presente los dibujos realizados por los estudiantes analizados desde la búsqueda del ideal de hombre planteado por el PCP.</p> <p>Necesidad expresada, en las palabras como se describen esto permite ver cuál es esa necesidad social que se crea y</p>

	<p>que necesita de los demás para ser feliz.</p> <p>Otras necesidades encontradas.</p> <p>Necesidad prospectiva, se observó la finalidad la Corporación, con lo que se desea de ideal de hombre, aunque se tienen algunas coincidencias en lo que se espera, frente a los conocimientos, destrezas y habilidades, claro está cada una desde su enfoque, algunas de estas se ven frenadas por la práctica específica de la carrera, lo cual a su vez indica que a través de esta necesidad se puede crear otra que es la comparativa, pues en determinado momento los individuos perderían su autonomía ya que todo iría encaminado hacia el beneficio social de la institución educativa.</p>
<p>Análisis de la situación</p> <p>Contextualización (Territorio-Familia- Establecimiento de prioridades)</p>	<p>Contextualización: Individuos se ubican en los estratos 2, 3, y 4, lo cual indica una situación favorable.</p> <p>Experiencias escolares: se observa que los sujetos tienen una formación académica permitiéndoles acceder al nivel universitario el cual se encuentra en formación.</p> <p>Experiencias extraescolares: por ser una población que estudia una licenciatura en educación física, muchos permiten ver en sus movimientos que practican actividades con tendencia a lo deportivo, actividad física y adicional a esto un 10% de la población trabaja en actividades de índole administrativo, ventas entre otras.</p> <p>Estructuras político-administrativas, económico productivas: Al ser una institución de educación superior, debe cumplir con los lineamientos y estructuras administrativas que proporcionen la calidad educativa, el cual cumple con los pagos de matrícula el cual le proporciona a los estudiantes el derecho de inscribir materias (créditos educativos) ,bienes y servicios que le</p>

	<p>ofrece la Corporación.</p> <p>Cultura: Existe una comunidad educativa que propicia la producción académica en cada uno de sus espacios, el cual gira en torno a su objeto de estudio, que en este caso es la Dimensión Corporal.</p> <p>Familia: Aunque no se dirige el taller para identificar este aspecto, en el dialogo con los estudiantes se puede decir que muchos de estos reciben la ayuda de sus padres para estudiar y así mismo existe algunos que no viven con ellos y su núcleo familiar es el esposo, tíos o hermanos.</p> <p>Establecimiento de prioridades:</p> <p>En esta población el autoconocimiento es un pilar que debe marcar la formación, pues esto permite que se mejoren aspectos de carácter comunicativo, aceptación del yo y del otro, pues por la diversidad del grupo existe un factor influyente en lo que concierne a la imagen corporal, y para estos es de suma importancia este factor.</p> <p>Trabjará partir de la educación física aspectos como el trabajo con el otro y el de reconocer mi cuerpo, ya que existe factor de pena y prejuicio ante el cuerpo.</p>
<p>Conclusión</p>	<p>Es un muy buen escenario para el desarrollo de la propuesta, los estudiantes están abiertos y dispuestos a trabajar y tienen expectativas frente a la propuesta.</p> <p>Se busca trabajar y reprogramar con base a lo observado y analizado el día de hoy, permitiendo aportar al contexto desde diferentes perspectivas.</p>
<p style="text-align: center;">Observaciones generales</p>	
<p>Grupo 1: 29 estudiantes donde 5 son mujeres, existe diversidad de culturas, de estratos socio económicos e inclinación sexual.</p> <p>Grupo2: 25 estudiantes donde 2 son mujeres, es un grupo que demuestra interés por las actividades y se ve más organizado en relación al otro.</p>	

Clase 2

Plan de Clase		
Institución: Corporación Universitaria CENDA		Área: Educación Física
Observador : Ana María Carranza Martínez	Clase N°: 2	Grupo: I semestre - 01- 02
Profesores Carla Marina Rincón Ruiz - Rosa Yineth Saenz Moreno		
Fecha: 25 de Febrero 2014- 28 de Febrero 2014		Asesor: Vladimir Reyes Romero
Unidad Temática: Exploración del cuerpo : La imagen corporal (propia y del otro)		
Objetivo general		
Identificar elementos desde la expresión corporal que permitan re conceptualizar la imagen corporal a partir del “yo”.		
Guía de Actividades a Desarrollar		
Unidad Temática	Descripcion de Actividades	Recursos
Higiene y cuidado del cuerpo	Se saludara a los estudiantes y antes de empezar a clase se le indicara que caminen por el espacio tratando de identificar elementos que no pertenezcan al material de la clase y que puedan generar un factor de riesgo en el momento de la ejecución de los ejercicios.	Humano
Distribución grupal	Bananas, manzana y ensalada se hace un círculo y cada instrucción tiene un código en donde banana es a la derecha, manzana es a la izquierda y ensalada es cambiar de puesto, luego de un par de ejercicios el profesor divide el grupo de tal forma que queden organizados grupos de 5 personas.	Humano

Cuerpo expresivo	Ocupa espacios: se enumeraran en cada grupo del 1 al 5, cuando esté dicha característica se le indicara que caminen por el espacio a diferentes velocidades, todo mediado por el ritmo musical. Cuando la música deje de sonar se le nombrara uno de esos números, y a la persona que le corresponda tendrá que construir una imagen corporal estática. Mientras tanto se continuara con la música, así sucesivamente se dará otro número hasta que todos los integrantes del grupo estén integrados y formen una imagen corporal de manera grupal.	Grabadora Música Humano
Cuerpo objetivado o vivido	Percepción: se les indicara que se venden los ojos, y que caminen por el espacio con una mano al frente moviéndola de lado a lado, para evitar golpearse, luego se les indicara que se sienten en ese determinado sitio que quedaron y sucesivamente se les designara un tipo de sabor, olor u objeto para tocar, el cual según su característica debe ser discriminados a medida que escuchan un ritmo musical que ambienta la acción.	Humano Vendas Música Grabadora Olores Texturas Sabores
Esquema corporal	El baile del cuadrado: se escuchará una ronda llamada el cuadrado, está se determina por indicar diferentes acciones a partir de la letra de la canción.	Grabadora Música
Imagen y percepción	Actividad de confianza: el grupo se dividirá en dos para que primero un grupo realice la acción y los otros sirvan de apoyo y cuida. Con los ojos vendados tendrán que hacer un recorrido por el salón el cual está organizado de una determinada forma en donde ellos	Vendas Colchonetas Lasos Conos o platillos

	experimentaran subidas, bajadas, pasar por enredadera entre otras estaciones que le generan diferentes situaciones corporales, en el final del recorrido estará una altura determinada y tendrán que subirse a ella y hacer caída libre en una colchoneta.	
Evaluación	Reflexión de cada una de las actividades a través de un conversatorio final, en donde se evidencia su perspectiva y donde pueda recoger datos para la elaboración de la bitácora.	

Clase 3

Plan de Clase		
Institución: Corporación Universitaria CENDA		Área: Educación Física
Observador Rosa Yineth Saenz Moreno	Clase N°: 3	Grupo: I semestre - 01- 02
Profesores : Ana María Carranza Martínez - Carla Marina Rincón Ruiz		
Fecha: 04 de Marzo 2014 - 07 de Marzo 2014		Asesor: Vladimir Reyes Romero
Unidad Temática: Exploración del cuerpo : La imagen corporal (propia y del otro)		
Objetivo general		
Identificar elementos desde la expresión corporal que permitan re conceptualizar la imagen corporal a partir del “yo”.		
Guía de Actividades a Desarrollar		
Unidad Temática	Descripcion de Actividades	Recursos
Higiene y cuidado del cuerpo	Se saludara a los estudiantes y antes de empezar a clase se le indicara que caminen por el espacio tratando de identificar elementos que no pertenezcan al material de la clase y que puedan generar un factor de riesgo en el momento de la ejecución de los ejercicios.	Humano
Cuerpo expresivo-comunicante	Las sillas: Se organizan sillas en forma de círculo. Una silla menos que jugadores. Los jugadores corren alrededor de las sillas mientras suena una música. Al parar ésta deben sentarse. El que quede sin sitio se elimina y se lleva una silla. Para evitar que los alumnos se queden sin jugar, otorgar un punto a quien se quede sin silla. Gana el jugador que tenga menos puntos. Si no disponemos de equipo musical, se pueden	Humano

		tocar las palmas o golpear un objeto y que se sienten con el silencio	
Cuerpo comunicante	expresivo-	Cambio de rol: Los estudiantes se ubicaran en círculo. A cada estudiante se le entregara un papelito con determinada acción o situación. Cada alumno deberá escenificar delante de los demás lo que hay escrito en el papel. Los demás estudiantes deberán acertar qué es lo que está representando su compañero.	Humano
Cuerpo comunicante	expresivo-	Rumba: Se colocaran diversos géneros de música. El docente indicara una pequeña coreografía de acuerdo a cada género musical, para que sea realizada por los estudiantes. Posterior a esto, se dejara un tiempo aproximado de 10 minutos para que los estudiantes por grupos y de acuerdo a uno de los ritmos trabajados realicen su propia coreografía y se la presenten a sus compañeros.	Grabadora Música Humano
Evaluación		Reflexión de cada una de las actividades a través de un conversatorio final, en donde se evidencia su perspectiva y donde pueda recoger datos para la elaboración de la bitácora.	

Clase 4

Plan de Clase		
Institución: Corporación Universitaria CENDA		Área: Educación Física
Observador : Carla Marina Rincón Ruiz	Clase N°: 4	Grupo: I semestre - 01- 02
Profesores Rosa Yineth Saenz Moreno - Ana María Carranza Martínez		
Fecha: 11 de Marzo 2014- 14 de Marzo 2014		Asesor: Vladimir Reyes Romero
Unidad Temática: Tiempo- Espacio: La imagen Corporal		
Objetivo general		
Desarrollar e implementar actividades que le permitan al sujeto evidenciar la imagen propia y la imagen del otro, a partir del espacio y el tiempo.		
Guía de Actividades a Desarrollar		
Unidad Temática	Descripción de Actividades	Recursos
Higiene y cuidado del cuerpo	Se saludara a los estudiantes y antes de empezar a clase se le indicara que caminen por el espacio tratando de identificar elementos que no pertenezcan al material de la clase y que puedan generar un factor de riesgo en el momento de la ejecución de los ejercicios.	Humano
Espacio- Tiempo	Actividad de calentamiento: empezaran a caminar por el espacio cuando se diga uno ellos empezaran a trotar, cuando se diga dos ellos empezaran a correr, cuando se diga tres correrán de espaldas y cuando se diga cuatro caminaran. Luego se harán parejas y se les dará 30 segundos para que traten de coger las rodillas del compañero cuantas	Humano

	<p>veces pueda y así con otros segmentos del cuerpo, se trabajara en varios planos.</p>	
Espacio- Tiempo	<p>Relaciones: Se organizaran Cuatro grupos y se ubicara cada uno en una esquina. Y se enumeraran de 1 a x según la cantidad de integrantes. Se dirá un número o varios y esos estudiantes tendrán que vendar sus ojos. El resto del equipo se ubicara estratégicamente por el espacio. La tarea asignada será cada grupo tendrá que recuperar y llevar entre todos una a una las pelotas encontradas a un punto, esa pelota será llevada por los que están vendados y los guías que les indicaran donde esta y para donde debe ser llevada son los que están sin venda. Todo lo anterior se realizara en un estimado de 3 a 5 minutos por ronda y todos los equipos realizaran la tarea al mismo tiempo y deberán lograr encontrar la pelota antes que los otros equipos. Los guías no pueden tocar a los vendados y s no se pueden mover solo guiar de sus compañeros/as, tratan de encontrar la pelota antes que los otros</p>	<p>Humano Pelotas Colchonetas Vendas</p>
Espacio- Tiempo	<p>Juego del espacio: se realizarán equipos homogéneos de 3 a 4 personas. Se organizara un cuadrado de colchonetas y se colocaran 4 vallas en cada esquina, y unas respectivas zonas neutrales. Iniciarán el juego 4 equipos, la tarea es tratar de meter un gol en la valla correspondiente de cada equipo. Los jugadores solo podrán meter gol con la mano que se les indique, solo se podrán desplazar con los glúteos, y tendrán que pasar el balón por</p>	<p>Balones Vallas Colchonetas Cinta demarcación</p>

	<p>todos los integrantes del grupo para poder hacer gol. Sale el equipo que se deje meter dos goles, para dale partida nuevamente a los marcadores y con un equipo que remplaza al que pierde.</p>	
Evaluación	<p>Reflexión de cada una de las actividades a través de un conversatorio final, en donde se evidencia su perspectiva y donde pueda recoger datos para la elaboración de la bitácora.</p>	

Clase 5

Plan de Clase		
Institución: Corporación Universitaria CENDA		Área: Educación Física
Observador : Ana María Carranza Martínez	Clase N°: 5	Grupo: I semestre - 01- 02
Profesores Carla Marina Rincón Ruiz - Rosa Yineth Saenz Moreno		
Fecha: 18 de Marzo 2014 - 21 de Marzo 2014		Asesor: Vladimir Reyes Romero
Unidad Temática: Tiempo- Espacio: La imagen Corporal		
Objetivo general		
Desarrollar e implementar actividades que le permitan al sujeto evidenciar la imagen propia y la imagen del otro, a partir del espacio y el tiempo.		
Guía de Actividades a Desarrollar		
Unidad Temática	Descripción de Actividades	Recursos
Higiene y cuidado del cuerpo	Se saludara a los estudiantes y antes de empezar a clase se le indicara que caminen por el espacio tratando de identificar elementos que no pertenezcan al material de la clase y que puedan generar un factor de riesgo en el momento de la ejecución de los ejercicios.	Humano
Espacio- Tiempo	Actividad de calentamiento: empezara a jugar congelados, esta actividad estará mediada por que se escogen a una persona para congelar8, y la única forma de descongelar será saltar por encima del compañero congelado quien estará en un plano medio de altura.	Humano

Espacio- Tiempo	<p>Arma la frase y represéntala: se hacen dos grupos los cuales tendrán que hacer cada uno un fila, uno a uno de los integrantes tendrán que coger una parte de una frase y llevarla al otro extremo y cuando este todas la fichas armar la frese y representarla mímicamente.</p> <p>El último de la fila tendrá que coger la ficha, pasar por debajo de las piernas de sus compañeros y llevarla al otro extremo, y volver a la fila y acomodarse de primero y así sucesivamente hasta llevar las fichas y llegar al otro lado de la forma que se dinamiza la actividad.</p>	Humano Frases
Espacio- Tiempo	<p>Juego del espacio: en los mismos equipos, se dará una pelota la cual tendrán que pasarse sucesivamente los integrantes del grupo para hacer un punto.</p> <p>Nadie puede dar más de un paso con la pelota en la mano, la pelota tiene una posesión de 5 segundos, los cuales se los contara en adversario, tendrá que pasar la pelota antes de que el tiempo se cumpla. El punto lo realizaran en los arcos y debe ser anotado solo cuando el jugador valla entrando y tendrá que coger el balón en el aire para que valga el punto.</p>	Balón Arco humano
Evaluación	Reflexión de cada una de las actividades a través de un conversatorio final, en donde se evidencia su perspectiva y donde pueda recoger datos para la elaboración de la bitácora.	

Clase 6

Plan de Clase		
Institución: Corporación Universitaria CENDA		Área: Educación Física
Observador : Rosa Yineth Saenz Moreno	Clase N°: 6	Grupo: I semestre - 01- 02
Profesores Ana María Carranza Martínez – Carla Marina Rincón Ruiz		
Fecha: 25 de Marzo 2014- 28 de Marzo 2014		Asesor: Vladimir Reyes Romero
Unidad Temática: Posibilidades del cuerpo (mi yo frente a situaciones)		
Objetivo general		
<ul style="list-style-type: none"> Generar en el sujeto procesos de reflexión que le permitan tener un pensamiento crítico frente a su sentir y su actuar, teniendo en cuenta sus necesidades y posibilidades. 		
Guía de Actividades a Desarrollar		
Unidad Temática	Descripción de Actividades	Recursos
Higiene y cuidado del cuerpo	Se saludara a los estudiantes y antes de empezar a clase se le indicara que caminen por el espacio tratando de identificar elementos que no pertenezcan al material de la clase y que puedan generar un factor de riesgo en el momento de la ejecución de los ejercicios.	Humano
Posibilidades del Cuerpo (mi “yo” frente a situaciones)	El gavilán: Campo delimitado por dos líneas separadas unos diez metros. Un voluntario (gavilán) dentro del campo, el resto (palomas) detrás de las líneas (palomar). A una señal, las palomas deben cruzar de un lado a otro del campo sin ser atrapadas por el gavilán. Las palomas atrapadas se convierten en gavilanes. Así hasta que no queden palomas.	Humano

Posibilidades del Cuerpo (mi “yo” frente a situaciones)	El ciempiés: Grupos de cinco en fila. El primero con las manos en las rodillas. Los demás, con las manos en los tobillos del anterior. Se trazara un circuito donde los estudiantes intentaran realizarlo sin soltarse	Humano
Posibilidades del Cuerpo (mi “yo” frente a situaciones)	El caballo ciego: Por parejas uno se coloca a cuatro patas y el otro se sienta en su espalda. El “caballo” irá con los ojos vendados y el otro le guiará mediante tirones de orejas, la izquierda o la derecha según la dirección que se quiera tomar	Humano
Posibilidades del Cuerpo (mi “yo” frente a situaciones)	La cuerda: se colocara una cuerda a una altura determinada, se organizaran el grupo en dos subgrupos, allí se le indicara que tiene que pasar a otro lado de la cuerda, las instrucciones serán que no pueden tocar la cuerda debido a que si lo hacen tienen que empezar de nuevo, la variante para este trabajo será que se cojan de las manos y que todos los integrantes pasen al otro lado.	Cuerda Humano
Posibilidades del Cuerpo (mi “yo” frente a situaciones)	Fútbol a ciegas: Se formaran dos grupos de cinco parejas cada uno. Los estudiantes se ubicaran por parejas. Se jugara un partido de futbol en el que cada pareja deberá estar atada de los pies. Jugaran así por diez minutos. Después se realizara la siguiente modificación: uno de los integrantes de la pareja tendrá los ojos vendados mientras que el otro será quien lo guie. No se podrán soltar de la mano. El único que puede patear el balón es	Balón Vendas

	quien tiene los ojos vendados. Pasados diez minutos de juego se cambiarán los roles.	
Evaluación	Reflexión de cada una de las actividades a través de un conversatorio final, en donde se evidencia su perspectiva y donde pueda recoger datos para la elaboración de la bitácora.	

Clase 7

Plan de Clase		
Institución: Corporación Universitaria CENDA		Área: Educación Física
Observador : Carla Marina Rincón Ruiz	Clase N°: 7	Grupo: I semestre - 01- 02
Profesores Rosa Yineth Saenz Moreno - Ana María Carranza Martínez		
Fecha: 01 Abril 2014 - 04 Abril 2014		Asesor: Vladimir Reyes Romero
Unidad Temática: Posibilidades del cuerpo (mi yo frente a situaciones)		
Objetivo general		
Generar en el sujeto procesos de reflexión que le permitan tener un pensamiento crítico frente a su sentir y su actuar, teniendo en cuenta sus necesidades y posibilidades.		
Guía de Actividades a Desarrollar		
Unidad Temática	Descripción de Actividades	Recursos
Higiene y cuidado del cuerpo	Se saludara a los estudiantes y antes de empezar a clase se le indicara que caminen por el espacio tratando de identificar elementos que no pertenezcan al material de la clase y que puedan generar un factor de riesgo en el momento de la ejecución de los ejercicios.	Humano
Posibilidades del movimiento Mundo interno en la toma de decisión	Actividad de calentamiento: cada uno tendrá que colocarse una I de enmascarar en la espalda como si fuera una marca, se dará la instrucción de que ganara el que más marcas tenga en su poder, la estrategia del juego es no dejarse robar la marca, tener mayor cantidad de ellas y terminar el juego con su marca es decir que cuando le roben su cola el	Humano Cinta de enmascarar

	podrá robar otra. La idea es que defienda su moviéndose por todo el espacio.	
Posibilidades del movimiento Mundo interno en la toma de decisión	Actividad 1: Consiste en colocar un tono muscular tenso y dejarse caer para que un compañero u otros lo sostengan y lo muevan, todo en favor de confiar en el compañero. Empezará por parejas, cuartetos y así sucesivamente hasta forma micro-grupos. Luego de esto se parara una persona en una viga o altura prudente y se dejara caer para que sus compañeros lo reciban.	Humano Colchonetas (opcional) Viga
Posibilidades del movimiento Mundo interno en la toma de decisión	Actividad 2: Se organizaran por parejas uno de ellos tendrá los ojos vendados y el otro no, la instrucción que se le dará es que realice un recorrido por las instalaciones y trate de percibir con los otros sentidos lo que pasa en el entorno, luego de esto llegara al salón y solo realizara el recorrido la persona que tiene los ojos vendados y pasara diferentes obstáculos, hasta que finalmente tendrá que subir a la viga y dejarse caer de espaldas con los ojos vendados al vacío, en donde caerá en una colchoneta.	Humano Vendas Colchonetas Laso Viga
Posibilidades del movimiento Mundo interno en la toma de decisión	Actividad de finalización: se organizaran por parejas o grupos sentaran y cerraran los ojos, se pedirá que piensen en una situación particular con un rol dentro de la actividad, cuando se indique quien tiene que pasar tendrán que cumplir el rol que se les da y hacerlo de forma expresiva (verbal o no verbal) para construir la situación.	Humano
Evaluación	Reflexión de cada una de las actividades a través de un conversatorio final, en donde se	

evidencia su perspectiva y donde pueda recoger datos para la elaboración de la bitácora.

Clase 8

Plan de Clase		
Institución: Corporación Universitaria CENDA		Área: Educación Física
Observador : Ana María Carranza Martínez	Clase N°: 8	Grupo: I semestre - 01- 02
Profesores Carla Marina Rincón Ruiz -Rosa Yineth Saenz Moreno		
Fecha: 08 Abril 2014 - 11 Abril 2014		Asesor: Vladimir Reyes Romero
Unidad Temática: Posibilidades del cuerpo (mi yo frente a situaciones)		
Objetivo general		
Generar en el sujeto procesos de reflexión que le permitan tener un pensamiento crítico frente a su sentir y su actuar, teniendo en cuenta sus necesidades y posibilidades..		
Guía de Actividades a Desarrollar		
Unidad Temática	Descripción de Actividades	Recursos
Higiene y cuidado del cuerpo	Se saludara a los estudiantes y antes de empezar a clase se le indicara que caminen por el espacio tratando de identificar elementos que no pertenezcan al material de la clase y que puedan generar un factor de riesgo en el momento de la ejecución de los ejercicios.	Humano
Posibilidades del movimiento Mundo interno en la toma de decisión	Actividad de calentamiento: empezaran a caminar por el espacio cuando se indique se empezara a correr, sucesivamente a la voz de un comando establecido tendrán que hacer una acción (rollito, saltar y aplaudir, rodar, hacer una flexión de piernas y durara en tención 10 segundos, entre otras)	Humano

<p>Posibilidades del movimiento</p> <p>Mundo interno en la toma de decisión</p>	<p>Confió en mi yo: Se dará la instrucción de que los estudiantes se coloquen un oclisor, y se realizara una secuencia de actividades.</p> <p>primera parte: en esta se les indicara que realicen diferentes movimientos, como saltar, trotar, caminar, correr, bailar etc,</p> <p>Segunda parte: se colocara una cuerda de aproximadamente 30 metros, la cual tendrá un tubo de pvc que funcionara como guía de desplazamiento, se ubicaran en el punto de partida y se les dirá que se vallan caminado hasta la otra punta, luego de reconocer el recorrido se les pedirá que vuelvan al punto inicia corriendo a su mayor velocidad.</p> <p>Tercera parte: tendrán que buscar una pareja se le indicara que toque varias partes de su cuerpo mutuamente, luego se les dará una hoja y se les pedirá que dibujen a su compañero.</p>	<p>Oclisor</p> <p>Cuerda</p> <p>Tubo de PVC</p> <p>Hojas</p> <p>Colores</p>
<p>Posibilidades del movimiento</p> <p>Mundo interno en la toma de decisión</p>	<p>Busca asesino: el juego consiste en que todos tendrán que hacer un circulo y buscaran una forma de acomodarse para que no vean, luego de esto se escogerán dos personas sin que los otros sepan quien son, y se dará la instrucción para que todos caminen por el espacio.</p> <p>Las personas que se escogen tendrán que buscar una forma o comando para generar la acción de matar gente (picando el ojo, o tocando un segmento) sin que los demás se den cuenta, la idea de este juego es descubrir quién es el asesino o asesinar a la gente hasta que mínimo haya 6 personas.</p>	<p>Humano</p>

	A los que asesinan tendrán que ponerse en posición fetal y quedarse quietos.	
Posibilidades del movimiento Mundo interno en la toma de decisión	<p>Siluetas: Se organizara el grupo por parejas en donde se un miembro de la misma dibujará dos veces en un trozo de papel su silueta de su compañero y el otro que permanecerá quieto en la posición en que el que le dibuja le haya colocado, Una vez terminadas las siluetas, se quedara solo con una y la otra se pondrá en una parte del salón pegada.</p> <p>En la que es personal tratara de describirse físicamente, psicológicamente y socialmente de forma gráfica y con algunas palabras claves.</p> <p>La que está pegada en el salón tendrá que estar marcada y luego se organizaran uno en frente de una imagen y la instrucción será: con la figura de su compañero hacer una descripción de este, teniendo en cuenta los mismos elementos</p>	Papel periódico Marcador o colores Cinta
Cierre	<p>Cierres de actividades prácticas: se realizara una retroalimentación de todos los procesos que se llevaron a cabo en donde se tomaran cada una de las clases y se relacionaran con las intencionalidades del proyecto.</p> <p>Luego se organizara un micro cronograma para generar acuerdos de trabajo para la socialización del proyecto (evento CENDA experiencia corporal) del 20 de mayo.</p> <p>Fecha de entrega de la bitácora.</p>	humano
Evaluación	Reflexión de cada una de las actividades a través de un conversatorio final, en donde se evidencia su perspectiva y donde pueda recoger datos para la elaboración de la bitácora.	

CAPITULO V: EVALUACIÓN

Análisis del Proyecto Curricular Particular (PCP)

La construcción de esta propuesta tuvo varios momentos, que siguen la lógica de la estructura propia de los lineamientos que el programa propone para la elaboración del trabajo de grado; siguiendo esto la experiencia de dicha construcción tomo tres semestre (8, 9 y 10 semestre), los cuales estuvieron distribuidos para la elaboración de cada uno de los capítulos, con un tiempo establecido para darle una ilación y coherencia entre los mismo.

La contextualización fue un proceso arduo pues se necesito de la rigurosidad de las autoras frente adquisición de insumos conceptuales que permitieran los argumentos adecuados para presentar la importancia y el análisis de la propuesta, ya identificando conceptos que estén inmensos dentro de la misma. Los que respecta a segundo capítulo de perspectiva educativa, comenzó con la búsqueda de referentes teóricos que sustentara la propuesta y que estuvieran de acuerdo a la lógica de propuesta desde el proyecto, lo cual se dificulto, ya que en el momento de selección de teorías, tendencias y perspectivas, tenían que estar acorde al ideal del hombre y adicionalmente tenía que existir una coherencia entre ellas.

El tercer capítulo de diseño e implementación inconvenientes, ya que necesito de varias modificaciones, espacialmente en la metodología y la evaluación, pues no correspondía la una a la otra, realizados estos ajustes ocurrió un engranaje entre la práctica y la teoría que nos dio una impulso y diseño adecuado del programa el cual desde nuestra mirada fue un éxito, pues permitió que la ejecución es decir el cuarto capítulo fuera un hecho; este momento es quizás uno de los más significativos, ya que en ultimas es donde se materializo todo lo anterior y donde se evidencia si lo que se planteó realmente corresponde a esa realidad.

Cuando se hace un compilado de la información, de las vivencias docentes y de todos los análisis requeridos para hacer el quinto capítulo, se hace una mirada crítica y

reflexiva de aquello que paso en los aprendizajes, en la labor docente y desde todos esos elementos que hacen posible esta profesión. Por ultimo cabe resaltar que como se dijo anteriormente, no es una tarea fácil, pero en el momento se observa y se discuten cada una de esas experiencias o momentos, la felicidad que se siente es única y te permite comprender ese valor que tiene el acto de enseñar.

Análisis evaluación diagnostica

Se observa que necesitan del afecto del otro para ser feliz y sentirse bien consigo mismo, existe la carencia del bienestar individual, la apariencia física también es importante para ellos, además que les gusta que los identifiquen por una característica de su imagen.

Se observa notoriamente que existe una la influencia de las instituciones se ve muy arraigada en los dibujos y descripciones de sus compañero, además muchos de estos tienen cambios en su estructura corporal, vestimenta, comportamientos, pero demuestran que esa es la forma que les gusta que los vean los demás, aunque si se reconocen como son algunos y otros no, en la mayoría de los dibujos se observa que quieren cambiar muchas cosas de ellos.

El análisis permite ver que se crean necesidades en su cuerpo imaginado que están muy enmarcadas en cómo se ven, puede ser que no sea objetiva, pues no están pensadas en un buen porcentaje en los que ellos quieren desde lo individualizado, si no que necesita del otro para crearse una identidad.

Existe cierta cohibición frente a lo que implica el tocar su propio cuerpo, de hecho en el momento que se le indicaba tocar un segmento en ocasiones se reía cuando llegaban a ellos, por ejemplo el glúteo.

A pesar que necesita del otro, en ocasiones es muy adherido este aspecto, pues para tener aprobación de algunos no le importa lastimar a otros, aceptando y re acomodándose a un grupo por factores lejanos a su sentir y pensar.

Todo lo anterior permite tener unas claridades frente a la población, y a la vez logra identificar que esta propuesta e puede implementar en la población, identificando la como un oportunidad, necesidad y problemática.

Análisis de los Aprendizajes

Este análisis surge de la compilación de la información registrada en cada uno de los anecdotarios entregados por los estudiantes que hicieron parte de este proceso, el cual comprende unos elementos que hacen posible este análisis, estos son descripción de las clases, aprendizajes y experiencias, que dan el siguiente resultado:

Exploración del cuerpo: La imagen corporal (propia y del otro): A través de este eje temático los estudiantes adquirieron el reconocimiento de su cuerpo, en lo que respecta a segmentación corporal, los sentidos y el papel que juegan estos en el momento de controlar el cuerpo, en donde refieren que le permitió conocerse, tener presentes sus sentimientos, haciendo un análisis frente a como se ve y como lo ven los demás, reconociendo que cada sujeto es diferente y actúa de acuerdo a sus posibilidades y necesidades.

Tiempo - Espacio: la imagen corporal: Este eje temático permitió a los estudiantes vivir choques físicos y emocionales, que lograron en ellos un autoconocimiento frente a sus formas de actuar y pensar ante situaciones de carácter individual y grupal que emergían de las actividades, el Tiempo-Espacio brindo permitió a cada uno de ellos pensarse y reflexionarse sobre el lugar que ocupa en el mundo, las posibilidades que tiene en relación a los otros y el rol que juega en la sociedad.

Posibilidades de mi cuerpo: mi yo frente a situaciones: El eje temático se direcciono en el trabajo individualizado en primera instancia en donde los estudiantes lograron confiar en sus posibilidades tomando decisiones propias, siendo más seguros

de sí mismo, identificando y superando esos miedos internos los cuales le permitieron reflexionar desde una mirada introspectiva.

A la hora de trabajar con el otro, logro a nivel personal que se perdiera ese miedo de actuar frente a otro, porque se reflexiona un pensar más desde lo que siente frente a situaciones particulares y que lo desestabilizan, permitiendo reconocer que en ocasiones es mejor darse la oportunidad de vivir situaciones sin frenarse ante comentarios o prejuicios de los demás, pues las vivencias buenas o malas se puede aprender cosas significativas y enriquecen las experiencia personal. Adicional a esto logro identificar que la otra persona es diferente y que en ocasiones se debe ser prudente y compartir más con las personas antes de generar juicios, todo esto desde una mirada extrospectiva.

Para terminar este análisis se hace importante citar a uno de aquellos estudiantes que hicieron parte de este proceso de formación y que más que él para evidenciar esos aprendizajes a partir de esta propuesta. Montes Rodríguez (2014)

“Empiezo dándoles las gracias por su tiempo, por aguantarnos, enseñarnos a trabajar en grupo, por confiar en nosotros y por darnos a conocer nuevas formas de enseñar.

Bueno les soy franco yo no recuerdo muy bien las clases, pero si les puedo decir que fueron muy creativas, como el de las canciones de la primera clase es decir las de las frutas, pues así fue como la gran mayoría de nosotros perdimos la timidez entre nosotros, éramos muy troncos hasta que una de las profes se puso brava y nos pusimos serios y logramos bailar sin dificultad, tuvimos una experiencia agradable cuando sacaron el ejercicio a ciegas en tratar de detectar los diferentes sabores que nos daban. Fue muy bacana porque nos dimos cuenta que para vivir la vida también se puede hacer sin utilizar la vista, podemos identificar nuestro mundo a través de los sentidos, la gente que no puede disfrutar de este sentido tiene la capacidad de ver el mundo en su mundo. Por mi parte aprendí a superar el vértigo, a superar mis miedos internos,

aprendí a dejar mi miedo ante el público, a compartir en grupo, ser tolerante, respetuoso, amigable etc.

Somos personas capaces de aprender nuevos rumbos, nuevas actividades, de enseñar, de practicar, de aprender del mundo, de la vida, de nosotros mismo, aunque aún no nos conocemos bien, pero poco a poco sé que vamos a llegar hacer uno buenos edufisicos y buenas personas, así como lo serán ustedes, espero que les valla súper bien en sus objetivos y sueños, que Dios las bendiga a ustedes y que con sus capacidades sean la mejores profes del país”

Análisis de evaluación docente

Entendiendo que el maestro es aquel que tiene un papel crucial como transformador de ambientes de aprendizaje mediados por decisiones y actuaciones que favorezcan espacios académicos, que se direccionen hacia un proceso de enseñanza –aprendizaje de calidad y que al mismo tiempo se consoliden en pro del desarrollo humano, se hace necesario e importante evaluar el desempeño profesional, con miras a la cualificación permanente y mejora de las practicas pedagógicas en la escuela.

En relación con la labor que ha desempeñado cada una de las docentes que lideraron este proceso y frente a las prácticas pedagógicas realizadas, se elaboro un instrumento, diseñado para efectuar una síntesis y retroalimentación de las mismas. Atendiendo a los siguientes ítems:

1. Asume con responsabilidad y compromiso su labor docente, en cuanto a la planeación, ejecución y evaluación.
2. Establece una reflexión alrededor de sus prácticas pedagógicas.
3. Emplea un tono de voz adecuado y a la vez emplea explica coherente y claramente las actividades planteadas.
4. Demuestra su conocimiento disciplinar y didáctico que permite el desarrollo y consecución de las actividades planteadas.

5. Propicia el dialogo, manteniendo una buena relación docente- estudiante.

Cantidad de estudiantes: 48

Tipo de encuesta: Anónima

Jornada: Mañana

Teniendo en cuenta los ítems establecidos dentro de las competencias planteadas tales como saber hacer, saber saber y saber ser se obtienen los siguientes resultados de los estudiantes:

Frente al primer ítem, en general se obtuvo una respuesta satisfactoria ya que los estudiantes opinan que hay compromiso y responsabilidad por parte de las docentes frente a las planeaciones.

Del segundo ítem, los estudiantes opinan que las docentes siempre propiciaron espacios de reflexión entorno a sus prácticas, logrando establecer los aprendizajes y experiencias adquiridas durante la clase.

En cuanto al tercer ítem, los estudiantes opinan que el tono de voz algunas veces se emplea de manera adecuado pero que en ocasiones se perdía por el espacio. En relación a la explicación coherente y clara de las actividades planteadas, los estudiantes dicen que algunas veces hacia falta ejemplificar para lograr entender la actividad planteada por las docentes.

De acuerdo con el cuarto ítem, los estudiantes manifiestan que las docentes si demuestra su conocimiento disciplinar y didáctico que permite el desarrollo y consecución de las actividades planteadas.

Para el quinto ítem, los estudiantes expresan que si se propicia el dialogo en cada una de las prácticas, generando una buena relación docente- estudiante.

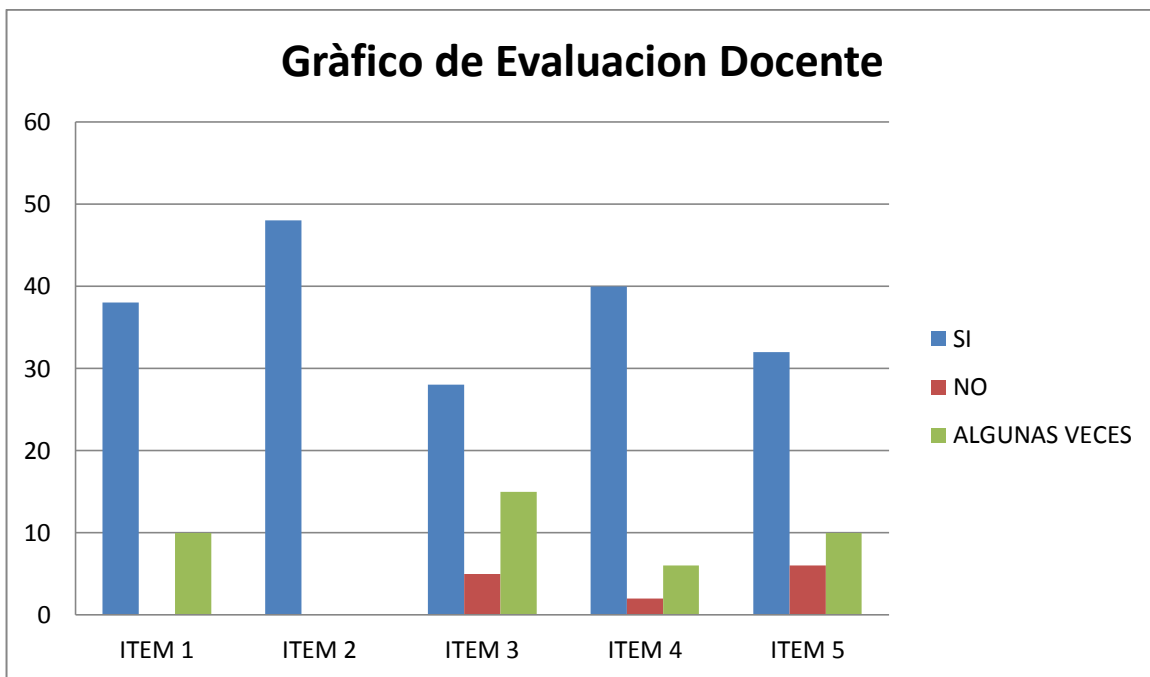


Grafico 2 evaluación Docente: Elaborado por: Ana María Carranza Martínez, Carla Marina Rincón Ruiz y Rosa Yineth Saenz Moreno (19 de abril del 2014)

El anterior gráfico muestra los siguientes resultados realizados a 48 estudiantes de primer semestre de la Lic. en Educación Física, Recreación y Deporte. Grupo 1 y 2 de la Corporación Universitaria CENDA.

ITEMS	SI	NO	ALGUNAS VECES
1	38	0	10
2	48	0	0
3	28	5	15
4	40	2	6
5	32	6	10

Tabla 1: Evaluación Docente: Elaborado por: Ana María Carranza Martínez, Carla Marina Rincón Ruiz y Rosa Yineth Saenz Moreno (19 de abril del 2014)

Análisis de la experiencia

Durante la realización y ejecución del proyecto y como resultado del análisis de cada una de las prácticas realizadas, se infiere las siguientes reflexiones:

- En la práctica docente, se pudo evidenciar que es necesario tener una intencionalidad clara en torno a la planeación de las actividades a desarrollar, para que no de lugar a la improvisación, ya que de estas dependerá la congruencia con las necesidades del contexto y los propósitos del docente, permitiendo que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea de calidad, significativo para el estudiante y enriquecedor para el docente.
- Es de gran importancia reconocer los factores que intervienen durante la clase como tal, es decir, que no basta simplemente con la planeación de la clase, pues para que el proceso de enseñanza – aprendizaje se logre de manera eficaz y eficiente, se debe tener en cuenta:
 1. Organización en cuanto al tiempo, referido a los tiempos empleados para explicaciones, ejecuciones, y adecuaciones del espacio.
 2. Organización en cuanto al grupo de estudiantes; esta hace referencia a las diferentes formaciones o agrupaciones que realiza el docente durante sus sesiones de clase.
 3. Organización de los materiales y espacios, el correcto empleo, adecuación y distribución de los materiales y de los espacios deberá favorecer el aprendizaje de los estudiantes, así como la prevención de posibles incidentes.
 4. Dentro de la organización también está la colocación del docente, la cual es de gran importancia al igual que las anteriores ya que de ella dependerá el control del grupo, así como la buena transmisión de la información a sus estudiantes. Aquí es conveniente señalar que siendo el

docente de educación física quien toma la decisión en cuanto a la organización, este debe estar pendiente de que todos los elementos así como las instalaciones a emplear, estén en buenas condiciones.

5. La organización de las actividades en cuanto a su forma, su intensidad, su duración y su nivel de dificultad.

Junto con los anteriores factores de organización; que son elementos claves para la realización de cada una de clases, de igual manera se hace necesario que como docentes se realicen los siguientes interrogantes antes de elaborar las planeaciones de clases, para desarrollar buenas estrategias didácticas que favorezcan el aprendizaje: ¿a quienes está dirigido? (participantes), ¿en dónde? (lugar), ¿cuándo? (tiempo), ¿por qué? (justificación), ¿para qué? (propósito), ¿qué? (contenidos), ¿qué sabemos? (conocimientos previos), ¿cómo verificar el aprendizaje? (evaluación), entre otros. Así pues, es el docente quien tiene un papel crucial, ya que de sus decisiones y actuaciones dependerá el favorecimiento de una educación de calidad.

- La labor docente va más allá de la simple adquisición de conocimientos basados en contenidos, ya que durante todas las sesiones realizadas se establecieron relaciones de carácter social con cada estudiante que nos permitieron conocerlos en cuanto a su manera de ser y actuar. Es decir que se traspasa el lineamiento estricto de la relación docente- estudiante, posibilitando una interacción más cercana y que no se ciñe a lo académico.
- A partir de las prácticas realizadas se pueden generar vivencias en los estudiantes que se dan desde lo disciplinar pero que tienen a incidencia en sus prácticas cotidianas. queriendo decir con vivencia aquellas situaciones que se daban en el ambiente de aprendizaje, tales como: llegar temprano al aula, escuchar al otro, ser tolerante, entre otras.

- Mediante la realización de las prácticas pedagógicas, se logró fortalecer y consolidar mucho más nuestra acción pedagógica afianzando los conocimientos adquiridos durante nuestra formación, debido a que es el momento en que se asume un rol docente, enfrentándose a su labor como es tener un grupo a cargo, tener una intencionalidad frente al conocimiento, entre otros, que dejan ver la responsabilidad que se asume como docente.
- Fue gratificante el hecho de que los grupos a cargo se mantuvieran durante todo el proceso, pues esto permitió la ejecución del programa, las intencionalidades de la propuesta, el diseño y desarrollo de actividades creativas y dinámicas que mantuvieran a los estudiantes interesados por las clases, debido a que las prácticas se desarrollaron en un espacio informal, de carácter no obligatorio y sin el incentivo de una nota.

La labor docente

Para este proyecto se hace importante y enriquecedor avalar la experiencia docente y que más que desde la perspectiva de las docentes en formación que realizaron este trabajo, que emergieron en lo que implicaba la responsabilidad docente y desde lo que abarca generar una propuesta pensada e internacionalizada en el Desarrollo Humano.

De allí que cada una de ellas desde su sentir, pensar y actuar, escribirá un pequeño análisis de su experiencia en cada una de las prácticas pedagógicas, que cabe aclarar que más que ser un requisito para graduarse, permitió una consolidación de una formación que se llevó en 5 años, en donde cada una aprendió y re significó su formación, para ponerla en acción no solo en un contexto, si no en la labor que implica trabajar en equipo y consolidar así pensamientos distintos, todo en pro de presentar una idea en común,

Ana María Carranza Martínez

Luego de haber realizado las prácticas en la Corporación Universitaria CENDA es gratificante saber y sentir el aprecio y agradecimiento por parte de los estudiantes de las enseñanzas dadas durante el tiempo compartido, independientemente que se hayan logrado o no todos los aprendizajes esperados.

De igual manera las prácticas fueron el momento en el que se concretaron los aprendizajes adquiridos y se coloca en evidencia el resultado de mi proceso de formación en la universidad a lo largo de estos cinco años; es decir que se pone de manifiesto los conocimientos y las herramientas necesarias para hacer de las clases espacios enriquecedores tanto para los estudiantes como para uno como docente.

Como futura licenciada esta experiencia fue muy enriquecedora para mí ya que me permitió enfrentarme a diferentes situaciones; que muy seguramente se presentaran en mi labor docente, y que de alguna manera me permitieron evidenciar mis fortalezas para consolidarlas aún más y mis falencias para ir mejorándolas e ir afianzando mi profesión, intentando cada día hacer de ella lo mejor posible.

Carla Marina Rincón Ruiz

La experiencia que tuve desde las practicas con los estudiantes de primer semestre de la Corporación Universitaria CENDA; Deja en mi formación como docente de la Licenciatura en Educación física, grandes expectativas para seguir trabajando en torno al ser humano y su desarrollo, a sus capacidades y posibilidades, fortaleciendo desde mi disciplina todas sus dimensiones y viabilizar la interacción con el mundo de forma libre, reflexiva y critica desde el autoconocimiento.

Cuando iniciamos la implementación del proyecto, de todo lo construido y planteado desde mi grupo de trabajo, sentí gran respeto por esta labor ya que la responsabilidad de hacer las cosas bien, de planear, de interactuar con grupos y personas totalmente desconocidas, que debía intervenir con una intencionalidad sin

saber si resultaría o no, dejo en mi un gran reconocimiento por el rol docente, esta es una labor que desde el primer instante me lleno de orgullo, cuando escuche a los estudiantes llamarme profesora, estar atentos a lo que yo les podía transmitir, al escucharlos, al saber que para ellos era importante lo que yo tenía por decir, al encontrarme con situaciones que modificaron la clase o me permitieron ser creativa y sortear la situación manteniendo la intencionalidad del proyecto .

Doy gracias a la posibilidad de descubrir, soñar, diseñar y hacer un proyecto para la vida, con toda la expectativa de continuar y fortalecer en lo largo de mi futura docencia.

Rosa Yineth Saenz Moreno

Antes de iniciar a contar cual fue mi experiencia, agradezco a mis compañeras por su fuerza de trabajo ya que su compromiso y dedicación hizo esta experiencia enriquecedora para mi formación académica, profesional y personal; las nombro a ellas ya que mis practicas pedagógicas estuvieron acompañadas del mejor ambiente y energía positiva.

Al hablar directamente de lo que viví en esta experiencia pedagógica, podría decir que estuvo llena de momentos maravillosos y de otros no tanto, que permitieron principalmente ver el panorama respecto a lo implica enseñar y aprender cada día de las personas que me rodean. Adicional a esto y algo que quizás significo mucho en mí, es que cada día que estuve en las practicas, pude responder con un si a esa pregunta que tal vez todos nos hacemos en un momento dado y era ¿será que esto si es lo mío?, saber que de cada una de esas clases salí con una sonrisa en mi cara, de saber que todo lo que pienso de esta bonita profesión es verdadero, es el mayor argumento para decir que me siento orgullosa de ser una licenciada en Educción Física, y que lo que queda de aquí en adelante es seguir formándome para aportarle a mi área y sobre todo a este ser humano que necesita de propuestas como estas para que no se corrompa en esta sociedad consumista e indiferente.

CONCLUSIONES

Como resultado de la elaboración de la propuesta educativa, surgen las siguientes conclusiones:

- Luego del proceso de implementación se evidencia que los estudiantes lograron una aprehensión de los contenidos y enseñanzas, posibilitando actitudes reflexivas frente a sus prácticas cotidianas y su futuro profesional.
- Este proyecto al ser una propuesta educativa no se puede dar por concluido debido a que el tiempo establecido para dicho proyecto es realmente corto, ya que es un proceso que cuyos resultados se darán quizás a largo plazo; no queriendo decir con lo anterior que no se haya logrado aprendizajes.
- La evaluación de aprendizajes a través del el anecdotario, permite observar en los estudiantes un Autoconocimiento y construcción de la imagen corporal a partir del reconocimiento de sus posibilidades generándoles autoconfianza, una mirada crítica y reflexiva frente al contexto, desde su sentir, pensar y actuar.
- En el proyecto en general se plantearon unos aprendizajes esperados que responde al ideal de hombre propuesto, los cuales se evidencian en la evaluación de los mismo, pero a la vez es preciso decir que se logran aprendizajes no esperados de manera implícita, tales como, el trabajo cooperativo, trabajo de valores, compañerismo entre otros.
- El proyecto siendo de carácter educativo es flexible y está abierto a posibles modificaciones y nuevas ideas encaminadas al mejoramiento del mismo, pues presento un balance positivo frente a su desarrollo, dejando una puerta abierta para que la educación física se involucre en propuestas de carácter humanístico.

REFERENCIAS

Asociación Psiquiátrica Americana (2000). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Barcelona. Masson.

BAEZA M.A. (2008). *Mundo real, mundo imaginario social. Teoría y práctica de sociología profunda*. RIL Editores. Santiago, Chile.

BAUMAN, Zygmunt (2000). *Modernidad líquida. El cuerpo del consumidor*. Argentina. Fondo de cultura económica de Argentina S.A. (2002).

BOTERO G. S. (2006). *La familia en. La sociedad globalizada. ¿Objeto de la globalización? ¿Sujeto de la mundialización?* 1ª Edición. Editorial San Pablo. Bogotá Colombia

CASH T.F. y BROWN, T.A. (1987). *Body image in anorexia nervosa and bulimia nervosa*. Behavior Modification. Capítulo 11. Pág. 487-521.

CASH, T.F. y PRUZINSKY, T. *Body images: development, deviance and changes*. Nueva York. Guilford Press. (1990).

CASTRO C. J. (2007) *Educación corporal y salud: Gestación, infancia y adolescencia*. Funámbulos Editores. Medellín

CLONNINGER C. S. (2002) *Teorías de la personalidad*. Capítulo 5: Erikson Desarrollo Psicosocial. Tercera Edición. Editorial PEARSON Prentice Hall. Traducción México Pp. (136-156)

DÍAZ L. J. (1994). *El currículum de la educación física en la reforma educativa.*, INDE Publicaciones. Barcelona. (Pág. 234).

DÍAZ, E. *La ciencia y el imaginario social*. Editorial Biblos. Primera edición. Buenos Aires, 1996. Página 15.

Diccionario filosófico *Rosental-Iudin* Ed. Nueva America, 1945 - 561 páginas (pág. 155)

ECO. U. (2004) *Historia de la Belleza*. Editorial Lunen. Madrid España

EDUCACIÓN FÍSICA. *Cuerpo de Maestros. Temario Para la Preparación de Oposiciones*. Editorial MAD,S.L. y Centro de Estudios Vector. 2006.

FEITO R. (2006). *Otra escuela es posible*. Siglo XXI de España editores S.A. Madrid.

FERNANDEZ Tomas, GARCÌA Agustín. (2001). *Medios de comunicación, sociedad y educación. Educación y medio de educación de masas*. Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha.

FERREIRO, E., Lerner, D., & Kohl de Oliveira, M. (1996). *Piaget-Vigotsky: contribuciones para replantear el debate*. Buenos Aires: Paidós, p. 86

GODOTTI, MOACIR. TORRES, CARLOS. (2001). *Paulo Freire una Bibliografía*. Siglo XXI editores.

MOÑCLUS, A. (1988). *Pedagogía de la Contradicción: Paulo Freire. Nuevos planteamientos en educación de adultos*. Editorial Anthropos. Barcelona.

MONTES, R. J. (2014) *Anecdotario. Recuso evaluativo Practicas Pedagógicas del proyecto: Una mirada introspectiva para una proyección social, el Autoconocimiento como Posibilidad en la Educación Física*

MOÑIVAS, A. (1994). *Epistemología y representaciones sociales: concepto y teoría*. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 47(4), 409-419.

NASIO, J. D. (2008) *Mi cuerpo y sus imágenes*. Capítulo 5: La mirada de los otros en la construcción de la imagen de sí mismo. Pág. 141. Paidos. Barcelona.

PEREZ G. A. (1998). *La cultura escolar en la sociedad neoliberal*. Capítulo III : La cultura institucional. Cuarta edición. Editores Morata

PHILIP F. *Desarrollo humano: estudio del Ciclo vital*. Primera Parte: teorías de desarrollo humano. (1997) Segunda edición. Pearson Prentice Hall Pp. 33-35.

POZAS M. (2006). *Teorías sociales y estudios del trabajo: nuevos enfoques*. Capítulo 3: Aportes y limitaciones de la sociología económica. Anthropos editorial. México. Enrique Garza Toledo. Universidad autónoma metropolitana

PRUZINSKY, T. Y CASH, T.F. (1990): "*Integrative themes in body-image development, deviance, and change*". En T.F, Cash y T. Pruzinsky, *Body Images. Development, Deviance and Change*, pp. 337-349, N. York, The Guilford Press.

RAICH, R.M. (2000). *Imagen corporal*. Madrid. Pirámide.

ROSEN, J.C. (1995). "*The nature of body dysmorphic disorder and treatment with cognitive behavior therapy*". *Cognitive and Behavioral Practice*, 2, 143-166

SALABERRIA K. RODRÍGUEZ S. CRUZ, S. (2007). *Percepción de la imagen corporal*. Pág. 183

SCHULTZ D. SCHULTZ S. *Teorías de la personalidad*. Capítulo 6. (2009) Erik Erikson teoría de la identidad. Novena edición. Cengage Learning. Pp. (211)

TABA, H. (1993). *Elaboración del curriculum*. Troquel Editorial.

TATARKIEWICZ, W. (2004). *Historia de la estética III: La estética moderna, 1400-1700* (Vol. 3). Ediciones Akal, SA.

TORRES, L.M. *Ciencias Sociales: Sociedad y cultura contemporáneas*. International Thomson Editores. Tercera Edición. 2004. Pagina 264.

WOOLFOLK A. *Psicología educativa*. Capítulo 3. Novena Edición. Peason Educación. Traducción México .Pp. (99-101)

ZAGALAZ, M. L. (2001): *Corrientes y tendencias de la educación física*. Barcelona: INDE Publicaciones

WEBGRAFIA

-BRANDEN, N. *Los seis pilares de la autoestima* [En línea]. Consultado. [15, marzo, 2013]. **Disponible** <http://es.scribd.com/doc/55649203/Los-Seis-Pilares-de-La-Autoestima-Por-Nathaniel-Branden>

-CASTORIADIS, C. *imaginario social instituyente*. [En línea] Consultado. [1, mayo, 2013]. Zona Erógena. Nº 35. 1997

Disponible: <http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/267/Castoriadis%20Cornelius%200-%20EI%20Imaginario%20Social%20Instituyente.pdf>

-CASTORIADIS, C. Entrevista por Dominique Bolliger. *Homo Imagians* 1 Parte. 1992 [En línea]. Consultado. [1, Mayo 2013].

Disponible: <http://www.youtube.com/watch?v=CVprzAUBqs0>

-CASTORIADIS, C. Entrevista por Dominique Bolliger. *Entre et creation*. 2 Parte. 1992 [En línea]. Consultado. [1, Mayo 2013].

Disponible: <http://www.youtube.com/watch?v=fjAUJeby-N4>

-Conciencia. Concepto etimológico. [En línea]. Consultado. [14, marzo, 2013].

Disponible: <http://etimologias.dechile.net>)

Diccionario.babylon.com › [Humanidades](#)

-Declaración de los Derechos Humanos Universales

Disponible: <http://www.un.org/es/documents/udhr/>

-LEY 115 DE 1994 (febrero 8) Diario Oficial No. 41.214 de 8 de febrero de 1994

Por la cual se expide la ley general de educación

Disponible:

http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley/1994/ley_0115_1994.html

-Preámbulo de la Constitución de la Organización Mundial de la Salud, 1946, (Official Records of the World Health Organization), N° 2,(p. 100). Concepto de salud. [En línea]. Consultado. [16, marzo, 2013].

Disponible: <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/SP/constitucion-sp.pdf>

Riviere, P. Diccionario de psicología social. Concepto de Familia [En línea]. Consultado. [16, marzo, 2013].

Disponible:<http://psicopsi.com/diccionario-de-psicologia-social-letra-G-Grupo-familiar-terminos-de-psicologia-social>

Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas. “*Concepciones y tendencias actuales de la Educación Física*”, Sánchez, J. 2011 . N° 49 – Diciembre 2011. P. 5. [En línea]. Consultado. [14, Septiembre, 2013].

Disponible: http://www.csi-f.es/archivos/andalucia/enseñanza/revistas/iie/numero_49/JUAN_SANCHEZ_SANCHEZ_01

Revista Digital – Buenos Aires –Año 14 – N° 132 – Mayo de 2009. *LOS METODOS DE ENSEÑANZA EN LA EDUCACION FISICA*. Beatriz Hernandez Nieto. [En línea]. Consultado. [15, septiembre, 2013].

Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm>

REVISTAS

-BORDIGNON N. (2005). El desarrollo Psicosocial de Erick Erikson. *El diagrama epigenético del adulto*. Revista Lasallista de Investigación, vol. 2, núm. 2, julio-diciembre, pp. (50-63). Corporación Universitaria Lasallista.Colombia

-CASTILLA V, REBOLLO J. (2009) *Expresión Corporal y Comunicación en la Educación Física*. Revista Wanceulen E.F. Digital. Universidad de Huelva. Edición N° 5. Wanceulen Editorial Deportiva

-GARCÉS J. Y RAMOS M. *Estética corporal, imagen y consumo en castilla-la mancha*. Estudio realizado por la asociación de estudios psicológicos y sociales de castilla-la mancha en colaboración con el centro de estudios sobre consumo de la universidad de castilla-la mancha y la dirección general de consumo de la junta de castilla-la mancha.

-RUIZ. E., LÓPEZ C., Y ESCOBAR J. (2011) *Los jóvenes, el ideal estético y la televisión: el cuerpo real y el imaginado*. Revista Luciérnaga. Facultad de Comunicación Audiovisual. Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid. Año 3, Edición 6. Medellín, Colombia.

-RUIZ, M. (2010) *El cuerpo humano como objeto estético*. Revista de filosofía: A parte Rei 72. Noviembre.

-- VEGAP Eusebio Sempere, Madrid, 2006 MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA, Secretaría General De Educación, *Revista de educación: asesoramiento y apoyo comunitario para la mejora de la educación N° 339, Enero – Abril (2006)*.

TESIS

COTACIO L. Y MOYANO D. (2011) *El cuerpo una construcción contextual*. Proyecto Curricular Particular, Requisito de pregrado No publicado. [Disco compacto]. Facultad de Educación Física. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá, Colombia

DÍAZ M. Y GÓMEZ J. (2012). *Educación física: un medio para mejorar la autoestima*. Proyecto Curricular Particular, Requisito de pregrado No publicado. [Disco compacto]. Facultad de Educación Física. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá, Colombia

-GONZALES J. (2012) *Cuerpo y obscenidad en los medios: un acercamiento estético a la mediación intersubjetiva de la pornografía*. Universidad Nacional de Colombia. Facultad de Ciencias Humanas y Económicas, Escuela de Estudios filosóficos y Culturales. Tesis presentada como requisito parcial para optar al título de: Magister en Estética Medellín, Colombia.

LARRARTE J., PÁEZ A. Y RENDÓN A (2009). *El reto de la educación corporal en la encrucijada de la globalización*. Proyecto Curricular Particular, Requisito de pregrado No publicado. Facultad de Educación Física. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá, Colombia

RUBIO E Y MARÍN J. (2012) *La educación corporal: Hacia una praxis liberadora desde el arte*. Proyecto Curricular Particular, Requisito de pregrado No publicado. [Disco compacto]. Facultad de Educación Física. Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá, Colombia.

