

Fortalecimiento del estilo de relación interpersonal asertivo para la convivencia mediante
la Educación Física

JORGE LUIS RESTREPO HENRÍQUEZ

2012120069

JAIME ANDRES CÁRDENAS

2010220018

JUAN CAMILO GARZÓN

2012120090

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA

Bogotá, D.C.

Diciembre 2017

Fortalecimiento del estilo de relación interpersonal asertivo para la convivencia mediante
la educación física

Proyecto Curricular Particular para optar al título de
Licenciado en Educación Física

Autor(es): Jorge Luis Restrepo Henríquez

Juan Camilo Garzón Cortés

Jaime Andrés Cárdenas

Tutor: Judith Jaramillo de Palacio

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA

Bogotá, D.C.

Noviembre 2017

DEDICATORIA

Le dedico este proyecto en especial a Dios y mis padres Jorge Restrepo y Dilia Henríquez de Restrepo, y a la profesora Clara Morato, que, debido a su dedicación, apoyo y amor, me han permitido salir adelante con este sueño tan anhelado. Me permito darles las gracias por las bendiciones que han traído a mi vida, este triunfo es uno de los logros más grandes de mi vida.

Jorge Luis Restrepo Henríquez

Este proyecto es dedicado a mis familiares, amigos, por sus esfuerzos realizados para contribuir en mi crecimiento personal y profesional, a los docentes, estudiantes y demás personas que han estado involucradas durante mi proceso de formación, a la universidad por brindarnos los espacios necesarios para el aprendizaje y por ser el lugar donde se han construido tantas experiencias.

Jaime Andrés Cárdenas Mosquera

Le dedico este logro a mi madre Rosalba Cortés, mi tía Alejandrina Cortés y mis abuelos maternos Adela Rocha y Manuel Cortés que me ayudaron en todo el proceso universitario y me han ayudado a alcanzar todos los logros que hasta el día de hoy y el resto de mis días alcanzaré.

Juan Camilo Garzón Cortés

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a Dios, primeramente, a nuestros padres, nuestros hermanos, nuestros docentes: Judith Jaramillo nuestra tutora y la persona que académicamente nos ayudó a volver este logro posible, Guiomar Alarcón, Carlos Pacheco, Libardo Mosquera, Ibette Correa, Miguel Ángel Alomia y Lina Rojas, por la paciencia, dedicación y apoyo que nos brindaron durante nuestro proceso de formación no sólo como profesional sino como seres humanos.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL CONSEJO DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR	FORMATO	
	RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE	
Código: FOR020GIB	Versión: 01	
Fecha de Aprobación: 10-10-2012	Página 1 de 2	

1. Información General

Tipo de documento	Trabajo de Grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Fortalecimiento del estilo de relación interpersonal asertivo para la convivencia mediante la Educación Física
Autor(es)	Cárdenas Mosquera, Jaime Andrés; Garzón Cortés, Juan Camilo; Restrepo Henríquez, Jorge Luis
Director	Judith Jaramillo de Palacio
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2017. 84 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	EDUCACION FISICA; RELACIONES INTERPERSONALES; JUEGOS COOPERATIVOS, CONVIVENCIA, ESTILO DE RELACIÓN INTERPERSONAL ASERTIVO.

2.Descripción

Trabajo de grado que se propone en referencia a una propuesta alternativa que tiene como propósito formativo transformar los estilos de relaciones interpersonales agresivo y pasivo a asertivo, por medio de situaciones motrices que permitan mejorar la convivencia. El proyecto se construyó teniendo en cuenta tres perspectivas fundamentales, que fueron la pedagógica, humanística y la disciplinar. La ejecución del proyecto se llevó a cabo en el Instituto Pedagógico Nacional que está ubicada en la localidad Usaquén, en Bogotá D.C., la implementación del proyecto dio como resultado un acercamiento al desarrollo y conclusión de la intencionalidad principal de este, usando como medio las *situaciones motrices*, dichas situaciones permitió dar una nueva posibilidad de comprensión pedagógicas a favor de la Educación Física.

3.Fuentes

Navarro, R. (2006). Las siete leyes de las relaciones interpersonales.

Vasco, U. d. (s.f.). Relaciones interpersonales, generalidades.

Tobon, S. (2010). Secuencia didáctica: Aprendizaje y evaluación de competencias.

POSNER, G. J. (1998). Análisis del currículo. Bogotá, Colombia.

Dewey, J. (2003). Viejo y Nuevo individualismo. E.E.U.U.: Paidós.

Durkheim, E. (1987). La división del trabajo social. Madrid: Akal.

Pedagogía y didáctica de la educación física; Hipólito Camacho Coy, pág. 64, 65

Prieto & Gutiérrez, (1996), Mediación Pedagógica. pág. 29.

4. Contenidos

1. Caracterización contextual.

Aquí podremos encontrar qué es la propuesta, el por qué, para qué y el cómo se llevará a cabo, enmarcándose en el propósito formativo que tiene el proyecto, observando desde donde surgió y que es lo que se pretende con la propuesta. Todo esto reflejado en unas maneras de hacer, que son pensadas desde una nueva alternativa de abordaje de las relaciones interpersonales asertivas. Además, podremos explorar el marco legal que sustenta este Proyecto Curricular Particular, conjuntamente del estudio que se hace para la construcción de los antecedentes internacionales, nacionales y locales de trabajos relacionados con relaciones interpersonales.

2. Perspectiva educativa.

En este capítulo se evidencian las diferentes concepciones de cultura, sociedad, educación, Educación Física y la tendencia, así como los principios y enfoques pedagógicos que orientan el proyecto, teniendo en cuenta la teoría de desarrollo humano que abarca esta propuesta. Este capítulo se desglosa punto a punto, para tener un mejor entendimiento de dicho tema, basándonos en autores que coincidan con la apuesta del proyecto permitiendo tener un hilo conductor en relación con la propuesta.

3. Diseño e implementación.

Aquí se dará muestra de cómo se planea realizar la ejecución y llevar todo lo propuesto en el proyecto a la acción, esto da cuenta de la manera de hacer desde el PCP que ha de ser pertinente en relación con la intencionalidad formativa. Además, se podrá encontrar el objetivo del diseño de implementación, la metodología, unidad didáctica, contenidos y su

descripción, la propuesta de evaluación que tendrá sentido también con el ideal de ser humano establecido por el equipo de trabajo.

4. Ejecución Piloto

Este capítulo del PCP comprende una parte esencial con relación a la puesta en acción de este, aquí se muestra una descripción del lugar donde se llevó a cabo la intervención y ejecución de las prácticas planeadas, además de las condiciones en las que se encuentra la institución, su planta física y todos los elementos educativos con los que podemos contar para la realización de las actividades, como el espacio y los materiales disponibles y el cronograma. También la examinación de la población con la que se planeó trabajar la cual, por el hecho de que tenían una diferencia significativa de edad, había que realizarse algunas modificaciones dentro del diseño metodológico en cuanto a las sesiones y la manera como cada una se debía plasmar

5. Análisis de la experiencia.

El siguiente capítulo, comprende los alcances que tuvo el proyecto, las fortalezas, obstáculos y viabilidad del mismo de acuerdo a su implementación, los aprendizajes que se adquieren en el ejercicio como docente, los avances alcanzados con las poblaciones inmersas dentro de las intervenciones, el análisis del currículo empleado en este ejercicio a partir de los enfoques disciplinar, pedagógico y humanístico, por último, se hacen algunas recomendaciones que son importantes para enriquecer el proceso de formación como futuros docentes.

5. Metodología

En este proceso de construcción de la metodología a implementar, tomamos como referentes a Sergio Tobón Tobón quien en su libro secuencia didáctica: Aprendizaje y evaluación de competencias plantea una metodología guiada por competencias tomadas desde un enfoque social que busca la potenciación del ser humano en todas sus dimensiones siempre en pro de la sociedad. Teniendo en cuenta el planteamiento de este autor, pudimos afirmar que para nuestro proyecto la unidad didáctica es una posibilidad metodológica que permite la planificación del proceso de enseñanza-aprendizaje. En estas unidades se puede evidenciar la organización de los elementos que la enmarcan, los cuales hacen referencia a las competencias, las temáticas, los recursos, las actividades, la evaluación, entre otros.

6. Conclusiones

Durante la implementación del PCP, se evidenció una vinculación directa de la EF con las interacciones sociales, debido que esta posibilita ambientes en los cuales los estudiantes se pueden manifestar o expresar de forma más natural, permitiendo al docente ver claramente todas las situaciones que se presentan, abriéndose un espacio para la construcción de estrategias para el abordaje de las dificultades, la optimización de las

fortalezas e identificación de las oportunidades, convirtiéndose en experiencia, para afrontar de forma eficaz dichas situaciones.

La reflexión en el ámbito educativo juega un papel importante ya que esta intencionaliza y da sentido a las prácticas realizadas, permitiendo tanto a estudiante como docente, primero evidenciar las fortalezas y falencias para así llegar al propósito de formación. Se considera que es importante trabajar las relaciones interpersonales asertivas desde temprana edad debido a que este es un proceso en el cual se debe ir formando ciertas habilidades sociales que el ser humano necesita las cuales son necesarias para la convivencia.

Se evidencio en los estudiantes algunos avances en la identificación y puesta en práctica de los componentes de las relaciones interpersonales asertivas, aunque este proceso debe llevarse por un periodo más largo de tiempo que posibilite cambios más significativos.

Elaborado por:	Cárdenas Mosquera, Jaime Andrés; Garzón Cortes, Juan Camilo; Restrepo Henríquez, Jorge Luis.		
Revisado por:	Judith Jaramillo de Palacio		
Fecha de elaboración del Resumen:	10	11	2017

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN (RAE)

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

LISTA DE CUADROS

LISTA DE FIGURAS

LISTA DE SIGLAS

INTRODUCCIÓN

JUSTIFICACIÓN

CARACTERIZACIÓN CONTEXTUAL

Descripción de la realidad

Análisis de la realidad

PERSPECTIVA EDUCATIVA

Concepto de relaciones interpersonales

¿Cómo se construyen las relaciones interpersonales?.

Tipos de relaciones interpersonales.

Relaciones íntimas/relaciones superficiales.

Relaciones personales/ relaciones sociales.

Relaciones amorosas.

Estilos de relaciones interpersonales.

¿Cómo podrían interiorizarse?.

¿Cómo pueden manifestarse las relaciones interpersonales?.

Antecedentes Teóricos

Conceptos claves

Cultura.

Sociedad.

Educación Física.

Teoría del desarrollo humano

Principios Pedagógicos

Primer principio: El aprendizaje debe ser activo.

Segundo principio: Importancia de las interacciones entre escolares.

Tercer principio: Interaprendizaje.

¿Cómo evaluar?.

Principios didácticos

Relación dialógica en clase.

Las actividades siempre serán en grupo.

Creación de ambientes axiológicos.

Estilos que posibilitan la participación

Teoría de aprendizaje significativo

Tendencia de la Educación Física

DISEÑO DE IMPLEMENTACIÓN

Justificación

Objetivos

Objetivo general.

Objetivos específicos.

Planeación general

Contenidos

Metodología o estrategias

Evaluación

Utilidad para el profesor.

EJECUCIÓN PILOTO

Microcontexto

Población

Aspectos educativos.

Planta física.

Microdiseño

Cronograma.

Plan de clase o sesiones.

ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

Herramientas de evaluación

Aprendizajes como docente

Incidencias en el contexto o institución

Incidencias en los estudiantes

Obstáculos, ventajas y viabilidad del proyecto

REFERENCIAS

ANEXOS

LISTA DE TABLAS

1. Tabla 1. Teoría de desarrollo humano
2. Tabla 2. Unidad didáctica
3. Tabla 3. Contenidos
4. Tabla 4. Diario de campo
5. Tabla 5. Herramienta de evaluación de los componentes pedagógicos, disciplinar y humanística.
6. Tabla 6. Cronograma
7. Tabla 7. Intensidad horaria
8. Tabla 8. Ejemplo de planeación de clases, curso quinto

LISTA DE FIGURAS

FIGURA

1. Figura 1. Cancha de zona verde
2. Figura 2. Zona verde

LISTA DE SIGLAS

UPN	Universidad Pedagógica Nacional
LEF	Licenciatura en Educación Física
EF	Educación Física
PCP	Proyecto Curricular Particular

Introducción

Como estudiantes de la Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional, se plantea este proyecto para atender a una serie de problemáticas presentadas actualmente como son; el individualismo, la intolerancia, la lucha de poderes, entre otras, las cuales permean el ámbito social, cultural, político y educativo. Para ello se tendrá en cuenta el saber disciplinar, pedagógico y humanístico, el cual proporciona los recursos necesarios para la toma de decisión que es el fortalecimiento de las relaciones interpersonales asertivas para generar en el contexto particular en el que se aplique espacios que posibiliten la convivencia.

Este PCP tiene un enfoque social, reconociendo el compromiso que desde el quehacer docente se tiene, por medio de esta orientación se pretende potencializar las acciones del docente en busca del mejoramiento de las problemáticas sociales que se generan en el proceso formativo, tanto dentro como fuera de la escuela, por este motivo el PCP se basa en generar una articulación y puesta en escena de dichos saberes, mediante propuestas de índole social que den respuesta a las necesidades sociales y educativas, aprovechando las reflexiones que de las intervenciones surjan, para llegar a nuestro producto o análisis de la experiencia, donde se pretende evidenciar los avances realizados en el tema, que propicien un impacto en la sociedad e incentiven a futuros docentes a indagar un poco más sobre el tema de las relaciones interpersonales asertivas, puesto que es pertinente y urgente contribuir en la mejora de la convivencia en el país .

Justificación

El fundamento de la presente propuesta está constituido y enlazado con los diferentes procesos que son efectuados dentro de nuestro desarrollo y formación como futuros licenciados en educación física. Estos procesos permitieron entender la importancia que tiene la educación física en el contexto educativo, la cual va ligada con los procesos sociales que se desarrollan con los estudiantes en el aula de clase y en la vida cotidiana que afectan positiva o negativamente al ser humano en su dimensión, social, cognitivo y emocional.

Se desarrolló el proyecto con un fin pedagógico en busca el fortalecimiento del estilo de relación interpersonal asertivo, dentro de las dinámicas sociales llevadas a cabo en la escuela y las subsiguientes expresiones en la vida cotidiana, desde un enfoque pedagógico, humanístico y disciplinar que permitirá por medio de la educación física la consecución de una buena convivencia.

Caracterización contextual

Descripción de la realidad

Esta propuesta surge de las experiencias obtenidas en el proceso de formación docente, experiencia laboral dentro de la misma disciplina y de las prácticas efectuadas en el primer ciclo de profundización (quinto a séptimo semestre) en los colegios IED Garcés Navas, ubicado en la localidad de Engativá y en el colegio Colombo Brighton ubicado en la localidad de Suba. En el primer colegio se realizaron las prácticas con los grados primero y segundo; en el segundo colegio desde transición hasta grado undécimo. En el transcurso de las prácticas, se evidenciaron comportamientos como el individualismo; cuando se proponen trabajos en grupo algunos de los estudiantes deciden trabajar solos, la lucha de poderes observada entre estudiantes; al querer imponerse uno sobre otro sin atender y respetar las opiniones de los demás integrantes del grupo, la discriminación observada en algunas actividades grupales fundamentada en el criterio de habilidad al escoger a los compañeros de grupo, ya que a partir de las destrezas que tienen los estudiantes escogen a los compañeros más talentosos para cierta actividad y a quienes no las poseen los rechazan. Se observó poco reconocimiento de las diferencias, ya sean por el aspecto físico (estatura, peso, color de piel) o por su manera de comportarse; poca tolerancia ante un error o equivocación, convirtiéndose esta en una causante de agresión física o verbal, en situaciones donde se efectúan las interacciones entre estudiantes.

Análisis de la realidad

A partir de los comportamientos observados, se hace un análisis con base en referentes políticos, sociales, culturales, económicos y educativos, con el fin de comprender el motivo de la aparición de los mismos dentro de las acciones que ejercen los seres humanos en la sociedad, de esta manera se puede identificar el tema a trabajar, si se considera como un

problema, una necesidad o una oportunidad y su posible contribución en el ámbito educativo.

La lucha de poderes, el individualismo, la discriminación, afectan de manera negativa a los seres humanos, para comprender ello, se analiza como se manifiestan estos fenómenos, en primera instancia se inicia el análisis a partir del referente político. En la sociedad actual existen una serie de acuerdos establecidos, formalmente plasmados en las normas y leyes para preservar las buenas relaciones, el respeto por el medio y la búsqueda de un mejor vivir, pero dichas relaciones se han deteriorado debido al incumplimiento de éstas. Algunas de las normas que buscan una mejor convivencia son las siguientes:

La Ley General de Educación (1994) establece en seis de los trece fines de la educación (art.5º) el ideal cívico de persona que se debe formar: del cual tomamos lo mencionado en el numeral 2 “La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad” (p. 2).

Esta ley contribuye a la finalidad del proyecto debido que toma a la convivencia y sus diferentes componentes como un derecho humano. Ratifica la importancia de la convivencia como algo que los educadores deben tener en cuenta en sus prácticas educativas.

Continuando con los soportes que brinda la Constitución Política de Colombia se encontró el siguiente artículo, “Defender y difundir los derechos humanos como fundamento de la convivencia pacífica” (p. 28), “Proteger los recursos culturales y naturales del país y velar por la conservación de un ambiente sano” (p. 29).

La convivencia se toma aquí como un cimiento que hace posible amparar y divulgar los derechos humanos. Esto le da importancia a la convivencia como un fin indiscutible en las instituciones educativas.

La UNESCO en la Carta Internacional de la Educación Física y el deporte (2012) hace un gran aporte “La educación física y el deporte han de tender a promover los acercamientos entre los pueblos y las personas, así como la emulación desinteresada, la solidaridad y la fraternidad, el respeto y la comprensión mutuos, y el reconocimiento de la integridad y de la dignidad humanas”. (p.2).

Este enunciado de la UNESCO invita a la EF a fomentar y fortalecer las relaciones interpersonales que llevan consigo valores como la solidaridad, el respeto y el reconocimiento del otro, ligado fuertemente con el propósito de formación del proyecto.

La Ley general de educación (1994) brinda soportes que permiten llevar a cabo el proyecto, entre ellos se encuentran: “d) Propiciar el conocimiento y comprensión de la realidad nacional para consolidar los valores propios de la nacionalidad colombiana tales como la solidaridad, la tolerancia, la democracia, la justicia, la convivencia social, la cooperación y la ayuda mutua; f) Propiciar la formación social, ética, moral y demás valores del desarrollo humano”. (p. 6.)

Asimismo, el Ministerio de Educación propone unas competencias en la EF para fortalecer las relaciones y contribuir a su mejora, una de ellas es la denominada como Axiología Corporal) la cual promueve un cuidado de sí y de las relaciones entre las personas con el fin de mejorar el cultivo de los valores, además de ir construyendo una conciencia de preservación de las personas y del medio ambiente (Ministerio de Educación, 2010).

A pesar de que existen todas estas normas y leyes, se encuentra en los seres humanos muchos inconvenientes para relacionarse, debido al incumplimiento de éstas; se observa en la sociedad el mínimo respeto por la vida, por las opiniones diferentes, no se acepta el pensamiento crítico, no se piensa en colectivo, entre otros problemas. Uno de los problemas que afectan el desarrollo óptimo de estas normas, es la lucha de poderes, teniendo en cuenta lo

que recuerda el libro ¿Y Dónde Está la Franja Amarilla? , la lucha de poderes ha sido un problema en el referente político, debido a los intereses individuales y personales de los dirigentes, los cuales no se identifican con el país, solo se busca su propia grandeza y no la grandeza colectiva, han estado sumergidos en una lucha constante de poderes, para llevar a cabo sus objetivos sin importar a quién o quienes hayan tenido que vulnerar. (Ospina, 2012). Cuando se generan estos comportamientos en una sociedad, puede llegar a surgir la discriminación a quien piense de manera distinta o que vaya en contra de los intereses de dichos dirigentes.

Estos comportamientos anteriormente mencionados, han llevado a una problemática mundial. El actual mundo globalizado enfrenta unos problemas políticos, económicos, sociales y éticos. En medio de la desigualdad social que se generaliza por el mundo y, por lo tanto, en el país surgen expresiones populares que tienden a encontrar soluciones a la discriminación de todo tipo, a través de la protesta y otras formas de lucha reivindicatoria para contrarrestar la gran inequidad e injusticia, en que vive gran parte de la humanidad.

Uno de los factores que afectan las malas relaciones interpersonales ha sido el ámbito económico, generando individualismo, discriminación y lucha de poderes, observado en la mala distribución de los recursos, dejando de lado la equidad e igualdad, generando estereotipos a partir de la condición socio-económica, es decir, se juzga a los demás por sus bienes materiales, causando que existan buenas o malas relaciones entre las personas. Esto lo confirma Dewey quien indica que, en vez de traer desarrollo colectivo en todas sus dimensiones, se ha instaurado una cultura del dinero, este referente se ha convertido en una de las principales causas y justificación de las desigualdades y opresiones. Dewey indica que el culto al dinero y la exaltación del éxito crematístico impera por doquier. (Dewey, 2003)

Un problema que ha venido afectando las relaciones interpersonales, dañando de este modo la convivencia con el otro es el individualismo; debido a que se han establecido relaciones interpersonales de tipos egoístas, de dominación o jerarquizadas, donde no se toma en cuenta lo que los demás piensen o digan. Estas relaciones que se han establecido entre los sujetos es lo que ha venido afectando la sociedad y por ende la sana convivencia. Para corroborar lo mencionado anteriormente, se ha tomado algunas ideas del texto de Juan G Morán llamado “John Dewey, individualismo y democracia”, donde se indica que esta problemática ha venido afectando a la sociedad debido a las contradicciones entre sus creencias y teorías; por un lado, se postula el ideal de libertad individual y de la igualdad de oportunidades para todos, con independencia de su origen, clase y condición social, por el otro lado no se vacila en exaltar una concepción de la industria y la economía orientada básicamente al interés por el beneficio privado. (Moran, 2009).

Continuando con el análisis, Durkheim, siendo sociólogo, hace referencia a la familia y los valores y cómo estos influyen en las relaciones interpersonales y por ende en la cultura; en su texto: La división del trabajo social (1987), expone sobre las corporaciones y su relación con la familia; la familia en su núcleo, pueda que promueva valores como el respeto y la solidaridad, pero para con las demás personas, es posible que se pueda generar individualidad, lucha de poderes y discriminación; a continuación se expone una frase que encierra esta idea “Todo el mundo sabe que amamos a quien se nos asemeja, a cualquiera que piense y sienta como nosotros, pero el fenómeno contrario no se encuentra con menos frecuencia” (Durkheim, 1987, pp. 20-21).

Las problemáticas como el individualismo, la lucha de poderes y la discriminación se presentan en el ámbito educativo, siendo este un lugar que está adaptado a un sistema económico que se forma para ejercer una función o un rol dentro del mismo, esto genera que

los estudiantes vayan en función de una calificación y no de un aprendizaje, esto excluye el pensamiento crítico, lo que hace que todo se simplifique y se discrimine al que piensa de manera distinta. Lo expresa Estanislao Zuleta en su documento: Educación y democracia con la siguiente frase “Todo hombre racional es un hombre desadaptado, porque es un hombre que pregunta. Por el contrario, el hombre adaptado es un hombre que obedece. El sistema necesita formar gentes que hayan interiorizado una relación de humildad con el saber”. (Zuleta, 1985, p.14). Esta forma de evaluar los aprendizajes genera poca tolerancia por lo diferente, se genera frustración al no obtener la calificación deseada, a veces sin tener en cuenta el proceso de formación de cada uno y asimismo genera una lucha de poderes, en los cuales prevalecen las ciencias fácticas, negando las ciencias de índole social.

Luego de analizar todos estos aspectos, se toma la decisión que direccionara el PCP desde su propuesta social y el enfoque disciplinar de la EF en busca del fortalecimiento del estilo de relación interpersonal asertivo que posibilite el desarrollo social de las personas para la convivencia

Como futuros licenciados en EF, se decidió abordar una temática o situación problema que permita intervenir en el proceso de construcción social en las personas que están siendo afectadas ya sea positiva o negativamente en el ámbito educativo, sea este de carácter formal, no formal e informal, teniendo en cuenta que este proyecto posibilita mediante el quehacer como docentes en formación estar ligados directamente al rol social debido que crea una vinculación afectiva, cognitiva, emocional, física y cultural con los demás individuos, donde se busca por medio de los saberes adquiridos desde la formación como estudiantes y docentes la intervención de la EF como mediadora en los procesos sociales que afectan de una u otra manera la vida de todos aquellos que componen tanto la primera instancia de formación que es la familia como la escuela. Mediante este enfoque

social se pretende dar una posible solución a la problemática identificada permitiendo congregar todos los aprendizajes adquiridos en el proceso de formación docente para darle solución en un contexto específico.

El propósito de fortalecer el estilo de relación interpersonal asertivo apunta hacia la convivencia entre los seres humanos, se toma a Antanas Mockus, quien expresa en su texto *Convivencia como armonización de ley, moral y cultural* la siguiente definición de convivencia: “Convivencia es un concepto surgido o adoptado en Hispanoamérica para resumir el ideal de una vida en común entre grupos cultural, social o políticamente muy diversos; una vida en común viable; un vivir juntos estable, posiblemente permanente, deseable por sí mismo y no sólo por sus efectos”. (Mockus, 2002, p. 1). Se utiliza esta definición debido que un componente esencial para la convivencia se encuentra en las características que manifiesta una persona asertiva, la cuales son: sabe escuchar al otro, sabe expresar sus ideas de forma clara, respeta las diferencias, propone ideas, reconoce sus fortalezas, debilidades, para relacionarse mejor con los otros.

Para poder abordar este tema desde el ámbito educativo, principalmente desde la EF, se elabora un propósito de formación, el cual busca propiciar situaciones motrices que generen espacios que permitan fortalecer el estilo de relación interpersonal asertivo, para así mejorar la convivencia; buscando un acercamiento hacia el ideal de ser humano que se sugiere para la construcción de una mejor sociedad.

Perspectiva educativa

Luego de conocer el tema que se va a trabajar en el proyecto, se ha indagado sobre el concepto de relaciones interpersonales, con el fin de abordarlo de manera adecuada y hallar un camino para contribuir al fortalecimiento de las mismas, para acercarnos hacia una mejor convivencia.

Concepto de relaciones interpersonales

Se toma el concepto del Catedrático de orientación psicopedagógica de la universidad de Barcelona de Rafael Bisquerra Alzina. Según Bisquerra (2003), una relación interpersonal “Es una interacción recíproca entre dos o más personas. Se trata de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social” (p. 23).

Dentro del texto llamado “Relaciones interpersonales: generalidades” de la Universidad del País Vasco (2013), indica que es pertinente rescatar la generación de las relaciones entre humanos, gracias al lenguaje que permitió al ser humano salir de su aislamiento e ir propiciando ciertos acercamientos, además de la importancia de relacionarse con los demás para formarse a lo largo de la vida, como se expresa en el siguiente fragmento del texto: “La mayoría de las alegrías y penas de los seres humanos provienen de sus relaciones interpersonales. Aun desde un punto de vista negativo, en que las relaciones no sean más que fuente de malestar y sufrimiento, el relacionarse, se ha mostrado como una necesidad básica del hombre y las relaciones una vía importante para recobrar su bienestar”. (Universidad del País Vasco, p. 12). A partir de este fragmento, se considera pertinente trabajarlas, teniendo en cuenta que es preciso buscar que sean, en lo posible, de índole positivo.

Tomando los principios de Las siete leyes de las relaciones interpersonales (2006) del autor Regino Navarro Ribera, de las cuales se considera pertinentes las siguientes:

Ley 1: La mejor manera de cambiar una relación, es cambiando uno mismo: Se debe empezar a trabajar sobre el autoconocimiento, el reconocerse en sus debilidades y posibilidades. El cambio personal no implica necesariamente un cambio en la otra persona, pero si en la relación misma entre los dos. Y este cambio de la relación incide en la otra persona de alguna manera.

Ley 2: Busque lo positivo de cada persona. Revise sus paradigmas sobre los demás. No juzgar solamente por lo que percibe, quitar el prejuicio hacia la otra persona. Tomamos una definición del filósofo José Antonio Marina (2006) acerca de la concepción de prejuicio donde este indica que “El prejuicio es un mecanismo inconsciente, que se confirma así mismo, de modo que uno acepta de la realidad sólo aquella parte que confirma sus prejuicios. Además, tiende a perpetuarse porque elimina los elementos de la autocrítica” (p. 9).

Ley 3: Mantenga una actitud ganar/ganar: Cuando se habla de ganar/ganar se piensa en que se gane o pierda, después de haber hecho las cosas bien, de haber realizado el mayor esfuerzo posible, y haber aprendido de cada experiencia, ya se ha ganado.

Ley 4: Escuche con empatía: Aprender a escuchar nos brinda la posibilidad de aprender algo nuevo e importante de la persona que nos está hablando.

Ley 5: Sea asertivo al expresarse: La comunicación asertiva permite a una persona decir lo que quiere decir, sin tensiones interiores, de un modo claro y con sentido positivo. De esta manera no hiere los sentimientos ni agrede los pensamientos del otro.

Ley 6: Distinga entre la persona y su conducta: Es necesaria la distinción entre persona y conducta. Se discrepa de la conducta o de las ideas, pero se acepta a la persona. Es una consecuencia de valorar a una persona por lo que es, más que por lo que hace o piensa. Toda persona posee en sí misma una dignidad que nadie puede ofender.

Con base en lo expuesto anteriormente, se observa que estas leyes ponen al sujeto en plena posesión de sus capacidades sociales, permitiendo la apropiación y aplicación de unas relaciones interpersonales asertivas que sean manifestadas de mejor manera, facilitando su fortalecimiento con el transcurrir del tiempo.

¿Cómo se construyen las relaciones interpersonales?.

Para tener una aproximación hacia esta formación de las relaciones interpersonales, en el texto llamado relaciones interpersonales, generalidades Universidad del País Vasco (2013), se considera que se establecen de la siguiente manera: En primer lugar, el niño establece su primer vínculo con la madre o cuidadora durante sus primeros años, gracias a la madre el niño empieza su adaptación al medio en el que está inmerso, posteriormente, sus relaciones se darán con su entorno familiar o las personas con las que se habita durante los primeros años, a partir de ello, el niño tiende a comportarse conforme a las expectativas de sus padres o familiares, en cierto modo, hará lo que esperan de él/ella. Teniendo en cuenta estas primeras relaciones, se va construyendo la personalidad y desde el punto de vista del psicoanálisis, se argumenta que la personalidad tiende a mantenerse porque hay una compulsión hacia la repetición. Por lo cual, siempre se buscan relaciones con personas que sean afines a nosotros, puesto que, nos dan cierta comodidad; pero a veces, relacionarse con personas que tengan diversos gustos o formas de pensar hacen que haya incomodidad y nuestra forma habitual de relacionarnos se modifique. Para explicarlo un poco mejor, en el texto se plantea el siguiente ejemplo: “si una persona es dominante, tenderá a ser dominante en sus relaciones, si la otra persona es sumisa, la relación puede funcionar, puesto que los dos han encontrado lo que necesitan. Si la otra persona fuese dominante, sería difícil mantener esa relación” (Universidad Del País Vasco, 2013).

Tipos de relaciones interpersonales.

Se ha elaborado una clasificación general de los tipos de relaciones interpersonales, que trasciende esta oscilación etaria y que contempla un juego de equilibrio entre las intenciones de las distintas partes que intervienen en el vínculo. Se podría hablar de:

Relaciones íntimas/relaciones superficiales.

Las primeras aparecen cuando se busca satisfacer una necesidad afectiva o una necesidad básica a partir del vínculo con otra persona. Pueden producirse asimetrías, como se da en la relación entre un paciente y su médico, ya que mientras para el paciente esta será posiblemente una relación íntima, para el médico tal vez sea, por obvias razones profesionales, más superficial. En el caso de que las relaciones de ambos no están bien afianzadas, podrá surgir un conflicto.

Relaciones personales/relaciones sociales.

La identidad personal suele perder peso ante los modelos que la sociedad a menudo impone sobre el sujeto. El ejemplo antes mencionado, del conflicto que puede surgir entre el médico y el paciente, aplica también en este sentido, ya que el paciente necesita de una atención personalizada y espera ese tipo de atención, pero suele suceder que el médico se comporta como un trabajador que sólo está allí por un vínculo social y no personal. Es decir, los enfermos componen un grupo social y los médicos, otro, y entre ellos predomina la identidad social por sobre la individual.

Relaciones amorosas.

Los componentes de intimidad, pasión y compromiso se agrupan para dar con el tipo de relación que se tendrá: podrá ser formal, de amistad, romántica, de apego o plena, si se

equilibran perfectamente. Si vamos al mismo ejemplo que antes, puede decirse que la relación que busca el paciente con el médico es de apego, mientras que la que puede ofrecer el médico es formal, dado que debe estar en contacto con muchos pacientes. (Enciclopedia de Clasificaciones, 2007).

Estilos de relaciones interpersonales.

Existen diferentes estilos, tales como el agresivo, manipulador, pasivo, asertivo. En un lado están los que saben mostrar disconformidad y los que saben decir que no. Son el estilo agresivo y asertivo. La diferencia consiste en que antes de decir que no, el asertivo explica su opinión, oye la opinión de los otros, pide aclaraciones y discute. Toma en cuenta la opinión y sentimientos de los demás y los respeta. El agresivo no explica bien su opinión, no toma en cuenta la opinión de los demás (a menudo ni oye), amenaza, asusta, acusa, apremia y agrede. No toma en cuenta ni respeta las ideas y sentimientos de los demás. Por lo general toma decisiones sin consultar. Tanto unos como otros manifiestan con claridad sus preferencias. En otro grupo están los que no saben decir que no, los que no saben manifestar disconformidad. Los que no saben manifestar sus pensamientos, sentimientos y prioridades con claridad. El pasivo aparentemente acepta la opinión de los demás. En la comunicación tiende a devaluarse y utiliza a menudo expresiones de sumisión y autoculpabilización. A pesar de no estar de acuerdo, muestra conformidad con tal de no enfrentarse. Acumula hostilidad y rencor que lo descarga de forma desproporcionada en lugares y momentos inadecuados. La característica del manipulador es la ambigüedad. No sabe decir que no y no muestra disconformidad (por lo menos de forma clara). Por conseguir lo que se propone disfraza los auténticos sentimientos y pensamientos. Divaga antes de entrar en materia. Utiliza la adulación y las alabanzas para dominar, al contrario. Se contradice sin parar. Habla mucho y a menudo confunde a los demás

y los lleva por donde quiere. Es un falso escuchador, puesto que hace como que escucha, pero no para de interrumpir a los demás, dificultando su participación.

El más adecuado es el estilo asertivo. Es capaz de enfrentarse con éxito a cualquier estilo de relación. La persona asertiva es auténtica pues manifiesta lo que piensa y lo que siente. Respeta ideas y sentimientos de los demás, sabe escuchar y les resultará más fácil empatizar y aceptar incondicionalmente a los demás. Puesto que explica su punto de vista y muestra claramente sus preferencias, comunica de forma eficaz. (Enciclopedia de Clasificaciones, 2007).

Este proyecto tendrá como propósito buscar que las relaciones interpersonales presentadas en el aula de clase se acerquen al estilo asertivo, ya que este se ubica en un equilibrio entre el estilo agresivo y el pasivo. Para esto se debe trabajar todo lo que compone una relación interpersonal del estilo asertivo; personas que expresan lo que piensan y lo que sienten (comunicación asertiva), respetan las ideas de los demás (respeto por la diferencia del otro).

Para ello es necesario hacer conocer la forma y los comportamientos que manifiesta la persona que utiliza alguno de estos cuatro estilos de relaciones interpersonales, para que se identifique en alguno de estos y comprenda la importancia y la necesidad de tomar la decisión en cuanto al cambio de su conducta, y si desea o no fortalecer sus relaciones interpersonales, haciéndoles comprender que dicha decisión afectará de manera positiva su vida, su entorno y en general su convivencia, con sí mismo y con el otro.

¿Cómo podrían interiorizarse?.

Dentro del texto llamado Trabajar bien, vivir mejor se plantean algunas preguntas sobre la forma de comunicarnos, las cuales pueden servir como insumo para aproximarse hacia el

estilo de relaciones interpersonales asertivas que se proponen dentro del proyecto, las preguntas son las siguientes:

- Examine una situación de la vida real en la que la falta de comunicación haya ocasionado problemas, ¿cómo podría haberse evitado?
- De estos tres ámbitos: Hogar, trabajo, comunidad, ¿en cuál mantiene una mejor comunicación? ¿Por qué?
- ¿Qué limitaciones encuentra usted para hacerse entender en su vida cotidiana?
- Comente y analice con alguna persona estas ideas relacionadas con la comunicación: Escuchar antes de hablar, utilizar un tono cortés al hablar, afrontar los conflictos a través del diálogo, respetar las opiniones ajenas, mantener un diálogo sincero, abierto y sereno (Navarro, 2003).

¿Cómo pueden manifestarse las relaciones interpersonales?.

Las relaciones interpersonales se ven manifestadas en todos los ámbitos de la vida del ser humano; como lo expresa el autor Regino Navarro (2006), “El ser humano por ser persona, es un ser relacional, un ser para otros” (p.2). Se realiza como ser humano a través de las relaciones que establece con sus semejantes y con los seres vivos no humanos. Existen relaciones significativas entre los seres humanos, aunque estas no se dan espontáneamente y además existan vínculos naturales, se requiere de un esfuerzo para elaborarlas y sostenerlas a través del tiempo.

Se necesita un cambio en primera medida personal, para luego poder incidir en la vida de las demás personas de alguna manera y afectar la vida de los dos. Es necesario buscar lo positivo de las demás personas y revisar nuestros propios imaginarios acerca de cómo vemos

a los demás. Estas representaciones que se tienen sobre los demás, se van formando a lo largo de la vida, a través de las propias experiencias, procesos educativos, modelos sociales, culturales y económicos. Cuando se crean estas representaciones de la otra persona, se forma una estructura mental que afecta las relaciones interpersonales, dicha estructura actúa como filtro interpretativo de la realidad, haciendo ver la vida de una manera determinada, formando prejuicios inconscientemente creando desconocimiento sobre las diferencias del otro.

Estas relaciones interpersonales que se han venido cultivando a lo largo del tiempo han afectado el ámbito escolar, por lo que lo convierte en un lugar en el cual se puede propiciar espacios donde estas se fortalezcan, esto lo corrobora Patricio Varas quien indica: “Las escuelas y liceos están conviviendo con la violencia. Sería tan bueno llevar un poco de paz a las salas y patios escolares. Llevar humanidad, amistad, sensatez, cooperación. Cooperación sin competencia es un desafío hermoso para quienes queremos un mundo mejor”. (Varas, 2008).

Antecedentes Teóricos

Al realizarse la correspondiente selección de contenidos e información concerniente a los distintos campos del conocimiento humano comprendidos dentro de las relaciones interpersonales en el ámbito educativo y en especial dentro de la EF, se desarrolló un análisis acerca de las distintas contribuciones académicas que se le han dado a esta temática educativa; esto permitió encontrar bases para el PCP que sirve como guía para su construcción. Se procura por medio de esta indagación de saberes brindar la oportunidad al lector de una mayor comprensión del proyecto con el objetivo que le sea agradable y le permita analizar, reflexionar, conocer y reconocer la importancia que tiene para como futuros docentes de esta área el querer fortalecer las relaciones interpersonales asertivas como medio potencializador del desarrollo humano.

Para el desarrollo de este proyecto se han consultado trabajos de grado realizados por egresados de la UPN, libros y artículos que orientan hacia los elementos que constituyen el proyecto de manera que se identificó que a través de la EF se han tratado problemáticas sociales; abriéndose un espacio de participación como área académica y atribuyéndose un papel fundamental en la solución de las problemáticas sociales que afectan las relaciones interpersonales que se ejercen dentro y fuera de la escuela.

El Licenciado en EF Jesús Antonio Botero desde de su PCP titulado “La Educación Física, mediadora en la convivencia a través de las relaciones interpersonales en los contextos educativos”, propone que el espacio de la clase de educación física debe facilitar procesos de reflexión y comprensión de los problemas que se le atribuyen a los diferentes conflictos escolares, que encadenan una serie de pugnas interpersonales que afectan directamente la convivencia en todos los contextos sociales. Este proyecto se aproxima a las particularidades que se manifiestan entre individuos dentro de las relaciones de convivencia ejecutadas en los ámbitos educativos para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales.

Continuando la búsqueda de información se encontró el PCP del año 2014, de las Licenciadas Ana Guidet Moreno y Natalia Sánchez Vanegas titulado “La Educación Física con proyección social, Medio para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales en población vulnerable a través de los juegos cooperativos” busca lograr en el estudiante el fortalecimiento de las relaciones interpersonales por medio de los juegos cooperativos como herramienta dinamizadora en los procesos sociales que se ejecutan dentro de la clase de EF, otorgando a esta área del saber un compromiso y proyección social hacia las problemáticas que se evidencian en poblaciones vulnerables. Este proyecto permite evidenciar cómo la EF genera espacios y situaciones de interacción social permitiendo el desarrollo humano y sus manifestaciones. En la misma línea en el PCP del año 2013, del

licenciado Mauricio Sabogal Rodríguez que titula “Juegos Tradicionales para fomentar el respeto, la tolerancia y el trabajo en equipo en población vulnerable”. Cuyo propósito plantea que, si se educa a la persona desde el respeto, la tolerancia, la cooperación y el trabajo en equipo se posibilita la expresión de sus deseos, pensamientos y de sus experiencias desde la práctica agradable de la educación física, desde los juegos tradicionales propios de la cultura colombiana el estudiante buscará una solución a las situaciones que se le presenten en la vida diaria que no conlleve a la violencia ya sea física o verbal. Este trabajo de grado hace un aporte importante al proyecto, indicando que el juego tradicional es un medio que le permite al docente la integración de los participantes en el acto educativo mediante la implementación y puesta en práctica de los diferentes valores.

Conceptos claves

Este proyecto desde sus objetivos educativos tomando como guía e instrumento la pedagogía y el humanismo nos permitirá aproximarnos a la problemática que se identificó y se procura resolver. Este proceso está constituido por distintos conceptos de ideales de Cultura, Sociedad, Hombre, Educación, Educación Física, los cuales fueron contruidos teniendo en cuenta las exigencias identificadas en nuestro proyecto, siendo esta la meta a la cual se pretende llegar.

Cultura.

Se considera pertinente mencionar el concepto que formuló el antropólogo inglés Edmund Leach (1970):

Para mí los conceptos de cultura y sociedad son diferentes si se acepta la sociedad como un agregado de las relaciones sociales: entonces la cultura es el contenido de dichas relaciones. El término sociedad hace hincapié en el factor humano, en el agregado de individuos y las relaciones entre ellos. El término cultura hace hincapié en el componente de los recursos acumulados, materiales, así como inmateriales que las personas heredan, utilizan, transforman, aumentan y transmiten.

En este proyecto se ve la cultura como la interiorización y expresión de hábitos, pensamientos, códigos genéticos, que primeramente se heredan y se adquieren por la afectación de una sociedad. Dentro del proyecto se quiere una cultura que acepte la diversidad, que permita que los seres humanos se relacionan sin necesidad de agredirse y puedan interactuar con el medio, respetándolo y cuidándolo.

Sociedad.

Para John Dewey la sociedad es el primer ámbito educativo del ser humano, puesto que, en ella se construyen y se forman capacidades fundamentales (pensamiento creativo, pensamiento crítico, toma de decisiones, solución de problemas) que le dan identidad, a partir de sus experiencias. En el proyecto se pretende potenciar esas capacidades fundamentales, donde cada uno pueda desarrollar valores que estén al servicio de los demás, algunos de ellos pueden ser la comunicación asertiva, el respeto, la escucha, entre otros, permitiendo que cada uno encuentre en la diferencia del otro una oportunidad de aprender, con el fin de posibilitar la convivencia.

Educación Física.

El concepto de EF es tomado desde Pierre Parlebas, este autor concluye que no es el movimiento, ni el ser que se mueve, es el hombre y sus relaciones con el medio, consigo mismo y sus adversarios lo que estudia y atiende la educación física. Pierre asegura que la educación física debe buscar desarrollar en el individuo la interacción, entendida como la acción y reacción entre dos o más personas a través de las diversas situaciones que se convierten en la base del intercambio con el entorno.

Este concepto aporta al proyecto ya que toma como prioridad la interacción y la relación del hombre consigo mismo, con el medio y con otros iguales y así afirmar la importancia del trabajo de las relaciones interpersonales en las clases de EF.

Teoría de desarrollo humano

En relación con el PCP, la teoría de desarrollo humano que incumbe en el ideal de hombre es la psicosocial de Erik Erikson (1993). Esta teoría se demarca por ocho etapas por las que el ser humano atraviesa con una tarea psicosocial que resolver. Erikson plantea que el desarrollo de la personalidad se da desde el nacimiento hasta la muerte, y basa su teoría en el desarrollo de la identidad que a medida que el niño crece vive situaciones que le permiten ver lo bueno y lo malo de la vida, aumentando su vulnerabilidad a sufrir daño aprendiendo a descubrir por sí solo como superar y pasar a nuevos retos, cuando esto sucede el niño incrementa su susceptibilidad a las frustraciones y conflictos que se presentan a medida que va aprendiendo de forma más fácil a superar estas situaciones. Sin embargo, cuando hay experiencias negativas dentro de una etapa que no permiten el desarrollo de estas capacidades con las experiencias posteriores se puede ofrecer una segunda oportunidad.

Por ejemplo, un maestro digno de confianza puede deshacer el daño psicológico producido por padres crueles o negligentes. Pero debe notarse que un logro alcanzado en la etapa apropiada puede reparar al niño en crecimiento para encargarse de las tareas de la siguiente etapa; por tanto, tendrá una posibilidad aún mayor de volverse una influencia continua en la personalidad del niño, conforme sean dominadas las tareas subsecuentes (Garza, 1999, p. 20).

Enseguida se mostrará una tabla de las etapas de desarrollo hecha por Erick Erickson.

Tabla 1

Teoría de desarrollo humano

Confianza contra desconfianza 0-1 años.	Confían en quien los cuida por el sustento, bienestar, afecto y protección. Desconfían si sus necesidades no son satisfechas
Armonía contra vergüenza y duda 1 a 2 años	Desarrollo de un grado de independencia en: comer, jugar y explorar el mundo (dentro de los límites de seguridad). Si se les prohíbe de estos espacios y restringe demasiado el niño va a desarrollar un sentido de vergüenza y duda de sus capacidades.
Iniciativa contra culpa 3 a 5 años	Continúan desarrollando sus capacidades y en explorar nuevas experiencias, en adquirir responsabilidades para iniciar y hacer planes. ej.: tomar algo. Cuando no se les permite tener iniciativa el niño genera culpa por portarse mal.
Industria contra inferioridad 6-11 años	Reconocen y aprenden del ambiente del hogar y la escuela con sus tareas y en la interacción con los demás generando un sentimiento de valor por estos logros obtenidos. O también inferioridad en comparación con los otros.
Identidad contra confusión de roles 12 a 19 años	Desarrollan un sentido fuerte sobre ellos mismo (identidad). O se presenta una confusión de identidad y su papel en la vida.
Intimidad contra aislamiento Jóvenes adultos: veinte y treinta	Desarrollan relaciones cercanas y afectivas con los demás. O bien pueden desarrollar aislamiento con las relaciones significativas con los demás.
Generatividad contra estancamiento Adultos de mediana edad: cuarenta y cincuenta	Assumen la responsabilidad de los roles en la sociedad, trabajo y la labor de transmitir y educar a las generaciones siguientes. O quedan empobrecidos, encerrados en sí mismos y estancados.
Integridad 31 contra desesperación Vejez de 60 en adelante	Assumen la responsabilidad de los roles en la sociedad, trabajo y la labor de transmitir y educar a las generaciones siguientes. O quedan empobrecidos, encerrados en sí mismos y estancados. Integridad 31 contra desesperación Vejez de 60 en adelante Evalúa su vida y la acepta como es feliz de lo que ha vivido. O se cae en la desesperación por no encontrar el rumbo para su vida.

Tomado de Erick Erikson, Teoría psicosocial de desarrollo humano (1933).

Erick Erikson (1933) habla generalmente de cada etapa y lo que en ella sucede, es por ello que la propuesta se articula con esta teoría de desarrollo humano ya que se toma la posibilidad de vivir experiencias negativas (principalmente inhibiciones) en una etapa determinada que puede desencadenar una serie de problemas a lo largo de la vida, debido que estas etapas son continuas, indicando que si alguna etapa se llega alterar se ve reflejado en la siguiente y por ende puede que el desarrollo de la personalidad y la identidad no sea el adecuado. Esta afectación y posible solución que se plantea en esta teoría, es la base de nuestra problemática de las relaciones interpersonales en la escuela y específicamente en la clase de EF donde una experiencia de inhibición, violencia y otros factores negativos pueden desenfocar el desarrollo completo de la persona con problemas de identidad y personalidad afectando directamente su manera de relacionarse con las demás personas. “La teoría de Erikson abarca todo el ciclo vital y bosqueja las etapas que transcurre. Erikson destacó la responsabilidad del individuo en cada etapa del desarrollo y la oportunidad de lograr una solución positiva y saludable de las crisis de identidad.” (Rice, 1997, p. 34). En concordancia con lo anterior al enfocar el proyecto con la problemática de las malas relaciones interpersonales que se establecen en la sociedad por medio de las experiencias negativas que vive una persona y específicamente en la clase de EF donde los individuos interactúan involucrando las diferentes dimensiones del ser humano. Se puede inferir que el individuo como lo dice esta teoría desarrolla conductas marcadas por el ambiente y por el otro, es decir, que las informaciones adquiridas por el individuo para adquirir ciertas conductas se presentan altamente influenciadas por el resultado de la convivencia con el otro y el ambiente en el que se desarrolla sean estas tanto negativas o positivas.

Principios pedagógicos

Este PCP busca fortalecer el estilo de relación interpersonal asertivo para generar una mejor convivencia, por lo tanto es pertinente abordar un concepto de educación que permita la construcción de las relaciones interpersonales, para ello tomamos el concepto de educación del pedagogo Jhon Dewey, el cual fue retomado por el autor Guillermo Ruiz en su texto: La teoría experiencial de Jhon Dewey: significación histórica y vigencia en el debate teórico contemporáneo “Es una constante reorganización o reconstrucción de la experiencia, el objetivo de la educación se encontraría en el propio proceso del estudiante, por lo que estaría muy relacionada con el proceso de vivir, esto supone involucrar a los procesos educativos en el ámbito de los procesos sociales, propone concebir la escuela como una reconstrucción de orden social, educar más que reproducir conocimiento, implica incentivar a las personas para transformar algo”. (Ruiz, 2013, pp. 103-124).

Estas concepciones crean una estrecha relación con el tema envolvente del PCP que son las relaciones interpersonales ya que estas se desarrollan en un ambiente social, que involucran la interacción de dos o más personas, y además se construyen dependiendo de las experiencias, influenciadas por el contexto en el que se desarrolla la persona, por lo cual el estilo de relaciones se puede transformar mediante nuevas vivencias que permitan la reconstrucción y la reorganización de experiencias con el fin de fortalecer el estilo de relación interpersonal asertivo.

A partir de lo anteriormente expuesto se plantean en el proyecto cuatro principios pedagógicos con base en diferentes autores que servirán como cimientos que guiarán a la consecución del objetivo planteado en el proyecto.

Primer principio: El aprendizaje debe ser activo.

Según Dewey, el pensamiento constituye un instrumento que para los adultos como para los niños está destinado a resolver situaciones problemáticas que surgen en el curso de las actividades, es decir, los problemas de la experiencia. Así, el conocimiento es precisamente la acumulación de sabiduría que genera la resolución de esos problemas. Destacaba la importancia del elemento activo e impulsivo del niño en el proceso de aprendizaje. Pero enfatiza la necesidad de combinar el enfoque activo centrado en las capacidades infantiles con el enfoque social del proceso educativo.

Haciendo referencia a la educación, debe propender por el desarrollo intelectual que les permita a los estudiantes llevar a cabo su propio aprendizaje. No se puede pretender desarrollar la comprensión en un niño simplemente hablando con él. Una buena pedagogía debe abarcar situaciones que, presentadas al niño, le den la oportunidad de que él mismo experimente, en el más amplio sentido del término: probando cosas para ver qué pasa, manipulando símbolos, haciendo preguntas y buscando sus propias respuestas, conciliando lo que encuentra una vez con lo que descubre la siguiente, comparando sus descubrimientos con los de otros niños. (Dewey, 1878).

El niño, el adolescente y hasta el adulto deben adaptarse progresivamente al medio físico, social y moral que configuran su entorno. Ya lo decía el gran filósofo hispano Ortega y Gasset: “Yo soy yo y mis circunstancias” (1984, p. 77). Ese adaptarse implica un proceso en el que la actividad es el factor generador para que la inteligencia se desarrolle. Con respecto a la acción, el mismo Piaget quien también era activista, sintetiza de manera magistral su valor: “toda la pedagogía consiste en poner a un sujeto en actividad y no en hacer bufonadas, directa o indirectamente, delante de él.” (1979, p. 249). Por lo tanto, se debe ofrecer al niño todas las condiciones para que experimente y descubra por sí mismo el mundo que le rodea, siendo él

parte activa del proceso de aprendizaje dejando al lado la idea de que es un recipiente vacío que llenar, pero no es menos cierto que en ese proceso debe ser guiado por el maestro, es decir, la persona preparada y capacitada para ello.

Segundo Principio: la importancia de las interacciones sociales entre escolares.

El aprendizaje entre iguales se propone como una manera de que los estudiantes trabajen e interactúan, pues son las otras personas quienes consiguen interesarnos en algún tema, o llamar la atención sobre un problema que hasta el momento no habíamos captado, u ofrecernos una solución nueva” (Enesco y Del Olmo, 1992, p.7).

En este punto cabe establecer, de cara al docente, una diferencia entre las actividades tendentes a incrementar las interacciones sociales que se permiten y las que son alentadas. Lastimosamente, predomina una actitud y un *modus operandi* que permite ciertas actividades como algo dadivoso y no como una necesidad que exige la misma evolución y desarrollo del niño. En realidad, se debería propiciar y alentar las interacciones entre los educandos, pues según Chamorro (1992) “la construcción del conocimiento se produce como consecuencia de un proceso de interacción entre el sujeto y el medio y da como resultado un sistema de conocimientos organizados que van más allá.” (p.57).

Para concluir este segundo principio diremos que el interaccionismo erradica el concepto del “estudiante esponja” o el educando sujeto de una educación bancaria (Freire, 1990), esto es aquel que simplemente se limita a absorber y acumular información. Por el contrario, se plantea que el estudiante debe adquirir el conocimiento mediante un proceso de interacción con los demás.

Tercer Principio: Interaprendizaje.

Los autores Gutiérrez y Prieto (1996) en el texto Mediación Pedagógica definen que este término hace referencia a la “recreación y producción de conocimientos por la dinámica y riqueza que aporta la confrontación de ideas y opiniones propias de las experiencias previas de cada participante” (p.29) donde se resalta la importancia de ese compartir entre los estudiantes, que permite construir conocimiento y acuerdos que posibiliten mejores relaciones, además de poder intercambiar diversas experiencias que se presentan en el diario vivir de cada persona, contribuyendo en su proceso de formación.

El docente asume un papel de orientador y guía en los procesos que llevan y ejecutan los estudiantes, ya que este es poseedor de un saber, pero también toma en cuenta el saber del estudiante de una manera dialógica. El profesor será el encargado de escoger los materiales y las herramientas que permitan desarrollar el propósito de formación y el posterior enriquecimiento de su desarrollo no solo académico sino a nivel personal, ofreciéndole alternativas de participación activa dentro de sus intereses y necesidades.

En la práctica, la relación del docente con el alumno es dialógica y el primero juega el rol de figura crítica que invita a la reflexión mediante el cuestionamiento permanente. Privilegia el trabajo en grupo y estimula la crítica mutua de modo que los estudiantes puedan mejorar su trabajo y apoyarse mutuamente, comprometiéndose colectivamente en la solución de problemas de interés social que en el proyecto sería la transformación de ciertos estilos de relaciones interpersonales que afectan de forma negativa la convivencia.

Durante el proceso de reflexión de un determinado tema, el maestro asume una relación igualitaria en la que se convierte en un miembro más que aporta sus ideas para la realización del constructo colectivo.

El docente está invitado, al igual que todos los demás participantes, a expresar sus opiniones, a mostrar sus acuerdos y desacuerdos sobre la situación estudiada, sabiendo de antemano que su palabra tiene el mismo valor que el de las demás personas, puesto que la autoridad no proviene del poder de que es investido por algún superior, sino del valor y la pertinencia de sus ideas, de la fuerza de sus argumentos, de la coherencia y utilidad de sus propuestas y de su capacidad de persuasión.

El estudiante al igual que el docente desempeña un papel importante en el cual se le otorga participación activa en su propio proceso formativo. Se entiende al estudiante como un ser humano con capacidades, conocimientos y experiencias que lo hacen ser lo que actualmente es, no se verá al alumno como un recipiente al cual llenar de conocimientos sino como un protagonista en el desarrollo de las clases, que, al ser compartidos con el profesor y los demás compañeros, potencializan el proceso de aprendizaje. El estudiante podrá dar a conocer sus diferentes puntos de vista con respecto a todo lo que es desarrollado en la clase y este será tomado en cuenta por parte del profesor ya que se maneja una relación lineal.

¿Cómo evaluar?.

La evaluación es considerada como proceso, en tal sentido no se prestará especial atención al resultado final, sino a las experiencias vividas por los estudiantes, por consiguiente, tiene las siguientes características: participativa, integral, continua, sistemática. Se recurre a la integración de procesos de autoevaluación, coevaluación y heteroevaluación ya que desde el punto de vista del desarrollo humano se encamina hacia la formación de un ser integral, capaz de vivir en sociedad de manera armónica procurando su progresivo mejoramiento. Se dará mejor detalle de la forma de evaluar en el capítulo 3.

Principios didácticos

Se plantean estos principios didácticos para que sean una secuencia de acciones que direccionen el cómo del proyecto. Son los siguientes:

Relación Dialógica en clase.

En las clases debe existir la comunicación dialógica ya que el propósito del proyecto invita a la participación activa del estudiante y del profesor.

Las actividades siempre serán en grupo.

Para crear un ambiente de interacción es necesario que todas las actividades se realicen con compañeros o rivales.

Creación de ambientes axiológicos.

Es importante que el profesor cree ambientes en clase en donde existan valores como la equidad, respeto y tolerancia para poder crear una relación interpersonal asertiva.

Estilos de enseñanza que posibiliten la participación

Ya que se busca que estudiante participe activamente en su proceso de aprendizaje, es necesario crear ambientes en los cuales el participe activamente donde tenga la posibilidad de tomar decisiones sobre lo que conviene o no hacer.

Teoría de aprendizaje significativo

Desde lo anteriormente enunciado se toma la teoría del aprendizaje significativo, el cual ofrece una explicación sistemática, coherente y unitaria del ¿Cómo se aprende?, ¿Cuáles son los límites del aprendizaje?, ¿Por qué se olvida lo aprendido? Ausubel (1983) plantea la teoría del aprendizaje significativo, desde donde se sustenta que el aprendizaje del estudiante

depende de la estructura cognitiva previa que se relaciona con la nueva información, debe entenderse por "estructura cognitiva", al conjunto de conceptos, ideas que un individuo posee en un determinado campo del conocimiento, así como su organización.

Es importante conocer la estructura previa del estudiante, desde ese conocimiento previo y experiencias debe comenzar la enseñanza, no desde ceros. Un aprendizaje es significativo cuando los contenidos son relacionados de modo no arbitrario y sustancial (no al pie de la letra) con lo que el estudiante ya sabe. Por relación sustancial y no arbitraria se debe entender que las ideas se relacionan con algún aspecto existente específicamente relevante de la estructura cognoscitiva del estudiante, como una imagen, un símbolo ya significativo, un concepto o una proposición (Ausubel, 1983).

La característica más importante del aprendizaje significativo es que, produce una interacción entre los conocimientos más relevantes de la estructura cognitiva y las nuevas informaciones (no es una simple asociación), de tal modo que éstas adquieren un significado y son integradas a la estructura cognitiva de manera no arbitraria y sustancial, favoreciendo la diferenciación, evolución y estabilidad de los subsunsores pre existentes y consecuentemente de toda la estructura cognitiva. Otra característica debe ser la disposición para el aprendizaje significativo, es decir que el estudiante muestre una disposición para relacionar de manera sustantiva y no literal el nuevo conocimiento con su estructura cognitiva. Así independientemente de cuanto significado potencial posea el material a ser aprendido, si la intención del alumno es memorizar arbitraria y literalmente, tanto el proceso de aprendizaje como sus resultados serán mecánicos; de manera inversa, sin importar lo significativo de la disposición del estudiante, ni el proceso, ni el resultado serán significativos, si el material no es potencialmente significativo, y si no es relacionable con su estructura cognitiva.

Para conseguir los objetivos propuestos en este proyecto, el estudiante debe cruzar el umbral del descubrimiento para activar las operaciones cognitivas. Una de las formas es el estímulo, debido que este puede consistir en un problema o situación que exija una solución. Dicho problema plantea una interrogante en la mente del educando, que no puede responderse a través de la memorización, por ello, se motiva la indagación, la búsqueda de una respuesta desconocida. La interacción entre estímulos y operaciones cognitivas da como resultado la producción de nuevas respuestas y soluciones, en fin, nuevas ideas (Ausubel, 1983).

Tendencia de la educación física

Se toma la Praxiología motriz o Sociomotricidad como alternativa que encamina el propósito de formación en las prácticas con los estudiantes. El termino Sociomotricidad es explicada según la GEIP (Grupo de estudio e investigación praxiológica) como ciencia de la acción motriz. La acción motriz definida como “manifestación de la persona que toma sentido en un contexto a partir de un conjunto organizado de condiciones que definen objetivos motores” (Hernández y Rodríguez, 2004). Es decir, una serie de actividades que tienen una intencionalidad y se les da un sentido en un contexto específico, además de ello, estudia las condiciones, modos de funcionamiento, resultados y puesta en juego de dicha praxis.

Como tendencia aplicada a la EF, se ocupa de la lógica interna de las situaciones motrices; se puede manifestar en forma de juego, deporte, expresión motriz, introyección motriz y adaptación ambiental. Para el proyecto se considera que las situaciones como el juego, la expresión motriz e introyección motriz son los medios adecuados para posibilitar espacios de interacción donde las relaciones interpersonales salgan a flote, permitiendo primero su identificación y luego su posible transformación. Esta tendencia, propone tres categorías que se dan dentro de las acciones motrices, son las siguientes: Interacción práxica con compañeros, interacción práxica con adversarios e incertidumbre procedente del entorno físico, a partir de

ello se pueden dar diversas combinaciones o como lo denomina el autor dominios, con el fin de propiciar diversas situaciones que promoverán la interacción que a su vez es el medio por el cual el proyecto se encamina para la consecución de la transformación de los estilos de relaciones interpersonales a asertivos.

Diseño de implementación

Título del Proyecto: Fortalecimiento del estilo de relación interpersonal asertivo para la convivencia mediante la Educación Física.

Propósito de formación: Propiciar situaciones motrices que generen espacios que permitan fortalecer el estilo de relación interpersonal asertivo para mejorar la convivencia.

Justificación

El fundamento de la presente propuesta está constituido y enlazado con los diferentes procesos que son efectuados dentro del desarrollo y formación como futuros licenciados en educación física. Estos procesos permitieron entender la importancia que tiene la educación física en el contexto educativo, la cual va ligada con los procesos sociales que se desarrollan con los estudiantes en el aula de clase y en la vida cotidiana que afectan positiva o negativamente al ser humano en su dimensión, social, cognitivo y emocional.

Se desarrolló el proyecto con una intencionalidad formativa que busca el fortalecimiento del estilo de relación interpersonal asertivo, dentro de las dinámicas sociales llevadas a cabo en la escuela y las subsiguientes expresiones en la vida cotidiana, desde un enfoque pedagógico, humanístico y disciplinar que permitirá por medio de la EF la consecución de una buena convivencia.

Objetivos

Objetivo general.

Propiciar situaciones motrices que se constituyan en escenarios de relaciones interpersonales asertivas fundamentados en el desarrollo de valores y convivencia en pro de aprender a vivir juntos.

Objetivos específicos

Propiciar prácticas corporales generadores de relaciones interpersonales asertivas a través de ambientes de complementariedad de habilidades y destrezas ante los miembros del grupo.

Propiciar ambientes y condiciones de trabajo en grupo con exigencias de respeto y tolerancia mediadas por procesos comunicativos del dialogo.

Planeación general

Tabla 2

Unidad Didáctica

Area: Educación Física			
Docente: JORGE LUIS RESTREPO HENRIQUEZ, JUAN CAMILO GARZÓN, JAIME ANDRÉS CARDENAS MOSQUERA			
DOMINIO DE COMPETENCIA			
Autoconocimiento:			
Competencia: Realiza prácticas motrices que generen una conciencia unitaria (cuerpo y mente juntos) que le permita prestar atención al cuerpo físico ampliando el conocimiento sensitivo y vivencial que tenemos de él, permitiendo reconocer las debilidades y fortalezas con relación a si mismo y con los demás.			
EJE PROCESUAL 1: Ampliación de la conciencia de SI			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Demuestra responsabilidad en la aplicación de su libertad de pensamiento, de juicio y de imaginación (Saber ser) 2. Identifica la naturaleza de las situaciones motrices, siendo artífice de su destino. (saber hacer) 3. Establece correspondencia entre su cuerpo y sus acciones, en relación con los demás. (Saber saber)	➤ Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. ➤ Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. ➤ Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	➤ Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. ➤ Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. ➤ Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	➤ Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. ➤ Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. ➤ Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. ➤ Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

EJE PROCESUAL 2: Focalización de la atención perceptiva			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Demuestra claridad en la percepción de la educación de los sentidos, tanto los externos (exterocepción), como los internos (interocepción y la propiocepción). (Saber ser). 2. Aprende a dirigir la atención de forma selectiva a cada rincón de la realidad sintiente, (respiración, músculo, órganos, huesos). (saber hacer). 3. Establece correspondencia entre las sensaciones permeables y las sensaciones que recibimos y percibimos con mayor nitidez. (Saber saber)	➤ Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. ➤ Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. ➤ Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	➤ Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. ➤ Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. ➤ Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	➤ Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. ➤ Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. ➤ Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. ➤ Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

EJE PROCESUAL 3: Hacer conscientes los automatismos comportamentales			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Demuestra a través de la práctica motriz introversiva ciertos automatismos que generan malestar: respiración bloqueada, una postura que provoca dolor constante o pensamientos obsesivos. (Saber ser). 2. Aprende a controlar sus hábitos comportamentales que se activan de forma inconsciente que a veces suponen formas lesivas de actuar. (saber hacer). 3. Establece correspondencia entre las consecuencias de su mal actuar y los beneficios de su buen actuar. (Saber saber)	➤ Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. ➤ Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. ➤ Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	➤ Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. ➤ Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. ➤ Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	➤ Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. ➤ Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. ➤ Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. ➤ Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

EJE PROCESUAL 4: Desarrollar la empatía sensitiva			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Demuestra en la práctica motriz receptividad tanto en lo que ocurre en su interior como fuera. (Saber ser). 2. Aprende a identificar sus sentimientos y sensaciones, pero al mismo tiempo identifica los sentimientos y sensaciones de la otra persona. (Saber hacer). 3. Establece una comunicación motriz de forma positiva entre las actividades y sus compañeros. (Saber saber)	➤ Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. ➤ Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. ➤ Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	➤ Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. ➤ Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. ➤ Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	➤ Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. ➤ Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. ➤ Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. ➤ Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

Área: Educación Física			
Docente: JORGE LUIS RESTREPO HENRIQUEZ, JUAN CAMILO GARZÓN, JAIME ANDRÉS CÁRDENAS			
DOMINIO DE COMPETENCIA			
Reconocimiento del otro:			
Competencia: Fomenta acciones motrices que le permiten demostrar gratitud al otro ya sea por su buen obrar, reconocer el valor que tiene una persona en la sociedad, la conformidad y coherencia con la que los miembros de la sociedad aceptan las diferencias de lo que les es propio, aceptan opiniones que ayuden a su desarrollo humano y a su <u>autorealización</u> .			
EJE PROCESUAL 5: ¿Quién es el otro?			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Demuestra que valora la diferencia del otro, siendo capaz de vivir armoniosamente con esta diversidad. (Saber ser) 2. Identifica que el otro no es igual, sino que es alguien diferente en su forma de pensar y actuar, pero es capaz de coexistir con él. (Saber hacer) 3. Establece vínculos de amistad o de compañerismo con el que piensa y actúa diferente, fomentando el crecimiento y desarrollo como ser humano propio y del otro. (Saber saber)	> Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. > Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. > Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	> Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. > Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. > Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	> Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. > Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. > Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. > Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

EJE PROCESUAL 6: Aprender a hacer			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Demuestra respeto y responsabilidad frente a problemas y situaciones diversas cuando trabaja en equipo. (Saber ser). 2. Identifica situaciones de valor que le permitan potenciar y promover la creación de una dinámica que favorezca la cooperación, la tolerancia y el respeto. (saber hacer). 3. Establece relación entre lo aprendido a través de la acción, el intercambio de información con los demás, toma de decisiones y puesta en práctica. (Saber saber)	> Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. > Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. > Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	> Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. > Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. > Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	> Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. > Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. > Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. > Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

EJE PROCESUAL 7: Reconocimiento del otro como igual y diferente			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Demuestra respeto por el pensar y actuar diferente del otro, valorando positivamente los aportes realizados. (Saber ser). 2. Aprende a vivir con los demás, fomentando el descubrimiento gradual del otro. (saber hacer). 3. Establece relación en las formas de interdependencia y participación en proyectos comunes, que ayudan a prepararse para tratar y solucionar conflictos. (Saber saber).	> Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. > Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. > Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	> Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. > Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. > Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	> Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. > Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. > Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. > Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

Área: Educación Física			
Docente: JORGE LUIS RESTREPO HENRIQUEZ, JUAN CAMILO GARZÓN, JAIME ANDRÉS CÁRDENAS			
DOMINIO DE COMPETENCIA Comunicación Asertiva: Competencia: Comunica de forma verbal, no verbal, gestual, corporal, visual y escrita diversos mensajes para generar entendimiento, establecer relaciones interpersonales asertivas y construir conocimientos en distintos contextos sociales y culturales, con fluidez, claridad y asertividad.			
EJE PROCESUAL 8: Establecimiento de hechos			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Demuestra que está dispuesto a abordar los hechos ocurridos y nos los prejuicios formados acerca del otro. (Saber ser) 2. identifica diferentes formas y maneras de interactuar en conexión con diferentes elementos de la comunicación asertiva. (Comprensión de la postura del otro, expresión del problema, Expresión de consecuencias, etc). (Saber hacer) 3. Establece acuerdos para llegar al fin del conflicto y concretar la mejor solución para ambos o para el equipo de trabajo. (Saber saber)	> Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. > Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. > Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	> Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. > Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. > Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	> Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. > Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. > Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. > Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

EJE PROCESUAL 9: La versión del otro			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Muestra respeto y presta atención cuando el otro está expresando su modo de pensar y de ver la situación. (Saber ser). 2. Identifica aspectos positivos en la postura del otro y lo emplea para hallar una salida positiva al conflicto presentado en las actividades. (saber hacer). 3. Establece relación entre lo expresado por el otro y la realidad de los hechos. (Saber saber).	> Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. > Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. > Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	> Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. > Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. > Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	> Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. > Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. > Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. > Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

EJE PROCESUAL 10: Habla cuidadosa			
Criterios o aprendizajes esperados/resultado de aprendizajes	EVIDENCIAS		
	Profundización En el conocimiento	Autonomía En la ejecución	Complejidad De situaciones o contexto
1. Muestra cuidado en las palabras que utiliza para dirigirse a su(s) compañeros, evitando sacar conclusiones o juicios, de tal forma que no cree conflicto. (Saber ser). 2. Identifica las diferentes situaciones que se pueden presentar en el entorno o con sus compañeros, para establecer los mejores acuerdos sin agredir ni verbal ni físicamente. (saber hacer). 3. Establece acuerdos con sus compañeros o integrantes del equipo con el fin de mitigar los esfuerzos para la consecución del bien común. (Saber saber).	> Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. > Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. > Anticipa, planifica y diseña de manera creativa, respuestas y soluciones a situaciones complejas.	> Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. > Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. > Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	> Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. > Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. > Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. > Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.

Fuente: Creación propia.

Contenidos

Estos contenidos surgen a partir de los ítems de Las siete leyes de las relaciones interpersonales de Regino Navarro, explicadas con detalle en el segundo capítulo.

Tabla 3

Contenidos

CONTENIDOS	
Dominios de competencia	Ejes procesuales
autoconocimiento	Ampliar de la conciencia de sí. Focalizar de la atención perceptiva. Hacer conscientes los automatismos comportamentales.
reconocimiento del otro	¿Quién es el otro?. Aprender a hacer. Reconocer al otro como igual y diferente.
Comunicación Asertiva	Establecer hechos. La versión del otro. Habla cuidadosa.

Fuente: Las 7 leyes de las relaciones interpersonales (Navarro 2003).

Metodología

Métodos de enseñanza: Estilos que posibilitan la participación. Lo hemos tomado a partir de Miguel Ángel Delgado Noguera (Pedagogía y didáctica de la educación física)

En la elaboración de este proyecto se busca que el estudiante asuma cada día mayor participación en su proceso formativo y en el de sus compañeros por medio de la interacción, por lo cual se han tomado estilos que posibilitan la participación del estudiante. Entendiendo la participación no sólo como el actuar de manera dinámica del estudiante, sino, ante todo la posibilidad de tomar decisiones sobre lo que conviene o no hacer. Se toma estos estilos ya que se busca que el estudiante entre en una dinámica participativa en clase sin la cual no existiría

interacción que es fundamental para primero una observación y luego un fortalecimiento del estilo de relación interpersonal asertivo.

Se tomarán dos estilos de enseñanza que son el estilo recíproco, el cual tiene como aspecto importante la relación social entre dos compañeros con una retroalimentación inmediata. La principal ventaja de este estilo de clase radica en la posibilidad que se le da al estudiante, para que asuma de manera cíclica los roles de profesor y aprendiz, dado que todos tienen la oportunidad de enseñar, de corregir y de sugerir mecanismos para superar las dificultades encontradas; estimulándose de esta manera el diálogo, las responsabilidades y el liderazgo entre otros aspectos.

El otro estilo de enseñanza que será usado es la enseñanza en pequeños grupos, la cual es en realidad una modificación del estilo anterior, puesto que se siguen las mismas estrategias, lo único que cambia es la conformación de los grupos de trabajo, ya no se recurre a parejas o tríos, sino a pequeños grupos de máximo 8 participantes.

Evaluación

Para lograr el propósito de formación se emplea la evaluación formativa, este tipo de evaluación nos permite integrar el proceso del aprendizaje con el resultado de aquellos conocimientos que se pretende dejar en los estudiantes, es por ello que por medio de la observación sistemática pretendemos generar esos procesos de reflexión y de análisis dentro de las clases que permitan mejorar y corregir los errores o dificultades que cada estudiante presente. También como propósito es propiciar espacios donde se llegue a modificar las aptitudes y actitudes incorrectas que no permiten el pleno desarrollo de ser y de la sociedad.

La evaluación formativa busca detectar el grado de avance hacia el logro de los objetivos de un curso por medio de la observación que permitirá retroalimentar al estudiante y al profesor poniendo de manifiesto lo que cada uno tiene que hacer para mejorar.

Además, la evaluación formativa tiene entre sus funciones mostrar al profesor cuál es la situación del grupo en general o del estudiante en particular permitiendo intervenir directamente en el proceso de formación del individuo y de la comunidad.

Entre los beneficios de la evaluación formativa se encuentra el saber qué aspectos le resultan más difíciles al estudiante para de esta manera llegar a descubrir cómo se puede hacer para dominarlos, también sirve para dar seguridad en sí mismo al conocer cuál es su situación y constatar que puede vencer las dificultades que encuentre de esta manera logrando afirmar cada etapa del aprendizaje haciéndolo consciente y activo en el proceso de su propia formación.

Utilidad para el profesor.

Esta evaluación le sirve al profesor para hacer ajustes didácticos en el desarrollo del programa, estos ajustes se darían al diseñar programas o actividades remediales que permitan una reorganización. Asimismo, compartir la responsabilidad con sus estudiantes por medio de la relación dialógica que permite retroalimentar su labor didáctica logrando conocer a sus estudiantes y a su grupo y así prever el resultado final del grupo o de cada estudiante cuando aún se está a tiempo de mejorarlo.

Ejecución piloto

Micro contexto

El proyecto se desarrolla en el Instituto Pedagógico Nacional, fundado en 1927. Este colegio se encuentra ubicado en la calle 127 # 11 a 20, al nororiente de la ciudad de Bogotá D.C, en la localidad de Usaquén, posee una modalidad formal, es un colegio estatal y dependiente de la UPN. Tiene jornada única, la cual se desarrolla en el siguiente horario: 7am hasta las 3pm de lunes a jueves y de 7am a 1pm los viernes, este último día tiene esa modificación en el horario dado que los docentes se reúnen para la planificación del currículo para el siguiente año académico. Hay un promedio 1600 estudiantes, la institución posee tres niveles de formación, preescolar, primaria y bachillerato, a partir de ello se conforman comunidades: Comunidad 1: Jardín y grado primero. Comunidad 2: grado segundo y tercero. Comunidad 3: grado cuarto y quinto. Comunidad 4: grado sexto y séptimo. Comunidad 5: grado octavo y noveno. Comunidad 6: grado décimo y undécimo. Comunidad 7: Educación especial.

En cuanto a la EF, el colegio hace mucho énfasis en ella y en el campo de las artes, principalmente en primaria, donde se identifica que tienen una intensidad horaria alta, puesto que, todos los días tienen este espacio, en la institución están laborando actualmente catorce docentes de EF, egresados de la UPN, la Universidad Libre, Universidad de Cundinamarca, Escuela Nacional del Deporte, Universidad Tecnológica de Pereira, entre otras.

Población

Los estudiantes del Instituto Pedagógico Nacional hacen parte de diferentes estratos socioeconómicos. Los niños de grado primero son acompañados en su clase de educación física por la profesora Sandra Blanco, licenciada en Educación Física. Están divididos en

general por un número casi igual de niños niñas, oscilan entre los 6 a 8 años, los estratos económicos son muy variados desde estrato 1 hasta estrato 5.

La ejecución del proyecto se dio con estudiantes del Instituto Pedagógico Nacional de los siguientes cursos: 101, 102, 103, 104, 501 y 404, a continuación, se hará una breve descripción de las particularidades de cada grupo.

Tabla 4

Número de estudiantes

Número de estudiantes			
Curso	Niños	Niñas	Total
101	17	14	31
102	15	15	30
103	13	18	31
104	14	16	30
404	20	15	35
501	17	13	30

Fuente: elaboración propia.

Aspectos educativos.

Esta institución presenta las siguientes características, que hacen ver un perfil de formación y una proyección hacia el futuro en el campo de la enseñanza. Para iniciar tiene la siguiente misión, que se puede encontrar en su página web: www.ipn.pedagogica.edu.co:

El Instituto Pedagógico Nacional es una unidad académico-administrativa de la Universidad Pedagógica Nacional; como espacio de innovación, investigación y práctica docente de ésta. Lidera procesos pedagógicos en educación formal, educación especial y educación para el trabajo y desarrollo humano de niños, niñas, adolescentes y adultos, respondiendo a los retos de nuestra sociedad. (p.164)

La visión de la institución es la siguiente:

El Instituto Pedagógico Nacional será reconocido a nivel local, nacional e internacional como líder en calidad educativa, en innovación e investigación pedagógica y en práctica docente para la formación de ciudadanos con valores éticos y estéticos desde una perspectiva interdisciplinaria, que favorezca la construcción de una sociedad democrática y pluralista. (p.165)

El PEI de la institución está basado en las inteligencias múltiples con énfasis en arte y educación física. Los lineamientos del colegio siguen los lineamientos curriculares del Ministerio de educación nacional.

La evaluación es cualitativa la cual tiene 4 categorías ya que en el instituto no se califica con números, las categorías son bajo, básico, alto y superior. Cada alumno tiene un informe individual que refleja como el estudiante lleva su proceso en las diferentes áreas que se manejen académicamente.

Planta física.

El instituto pedagógico nacional cuenta con un amplio parqueadero, una enfermería, una cafetería. En la zona de secundaria hay un gimnasio, una biblioteca, un salón de música, un almacén donde se encuentran gran variedad de material para la realización de las clases, especialmente para educación física, una vasta zona verde donde se encuentran 7 canchas deportivas y dos casetas de comida. En la zona de primaria se encuentra una arenera, una zona de talleres, una granja y una amplia zona verde, dos gimnasios, uno para primaria y otro para transición y un parque para niños. (Véase en la figura 1 y 2).



Figura 1. Canchas de zona verde

Fuente: Foto tomada por los autores.



Figura 2. Zona verde

Fuente: Foto tomada por los autores.

Microdiseño

Las fechas de las sesiones de clase efectuadas en la institución con los cursos anteriormente mencionados fueron las siguientes

Tabla 6

Cronograma

Septiembre 2017						
? Agosto						Octubre ?
Dom	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Octubre 2017						
2 Septiembre	Dom	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie
Noviembre 2	Sáb					
1		2	3	4	5	6
8		9	10	11	12	13
15		16	17	18	19	20
22		23	24	25	26	27
29		30	31			

Fuente: elaboración propia.

Los horarios donde se efectuaron las sesiones fueron los siguientes:

Tabla 7

Intensidad horaria

Cursos	Intensidad horaria
101	1:10-1:50 p.m.
102	11:30-12:10 p.m.
103	9:50-10:30 a.m.
104	8:10-8:50 a.m.
404	1:20-2:05 p.m.
501	10:50-11:35 a.m.

Fuente: elaboración propia.

Plan de clase o sesiones.

Tabla 8

Ejemplos de planeación de clase curso quinto

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA LEF PLANEADOR DE CLASES			
INSTITUCIÓN: Instituto Pedagógico Nacional		EDUCADOR(ES): Jorge Luis Restrepo Henríquez		Fecha: 21/09/2017	
HORA: 10:50		GRADO: 501		DOCENTE ASIGNADO: Luz Dary Granados	
TEMA: FORTALECIMIENTO DEL ESTILO ASERTIVO EN PRO DE LA CONVIVENCIA, MEDIANTE LA EDUCACIÓN FÍSICA.		Sesión uno		N.º DE ESTUDIANTES	
OBJETIVO DE LA CLASE: Identificar y conocer los tipos y estilos de relaciones interpersonales que se dan dentro del grupo.					
METODOLOGÍA: Trabajo en grupo – Interacciones sociales.					
ESTILOS DE ENSEÑANZA: Enseñanza recíproca – Pequeños y grandes grupos – Resolución de problemas.					
ETAPAS DE LA CLASE		ACTIVIDADES			TIEMPO
APERTURA		✓ Abrazar un globo entre dos estudiantes hasta lograr reventarlo, para lograr un abrazo. ✓ Charla de presentación entre docentes aprendiz y docente de planta y estudiantes. ✓ Se realizan grupos de trabajo. ✓ Se crean estaciones.			10 Min.
MODULACIÓN		Primer momento ✓ Transportar una pelota pequeña y otra grande una primero y la otra después. ✓ Deben transportarla por estaciones ✓ No pueden utilizar las manos. ✓ La pelota debe pasar por todos los integrantes del grupo ✓ La pelota no la pueden tocar todos los estudiantes al mismo tiempo. Segundo momento ✓ Pueden emplear cualquier elemento del medio para transportar la pelota. ✓ La metodología que utilizaron como grupo para hacer llegar la pelota a la primera estación no puede ser la misma para hacerla llegar a las otras estaciones. ✓ Si el balón cae al piso, debe volver al punto de partida. Tercer momento ✓ Los equipos que vayan terminando con la actividad, deben incorporarse al equipo que vaya más retrasado para ayudarlo a transportar la pelota más rápido aportándole ideas, hasta que todos se hayan integrado en un solo equipo de trabajo. INTENCIÓN: fortalecer el estilo de relación interpersonal Asertivo en pro de la convivencia de los educandos.			20 Min.
CIERRE		✓ Se realiza la evaluación de la actividad en donde se escuchan los aportes de cada integrante o participante. ✓ Se identifican logros y los contra de la actividad realizada. ✓ Se hacen aportes de cómo se podría mejorar dicha actividad.			10 Min.

EVALUACIÓN DEL PROCESO	Profundización En el CONOCIMIENTO	Autonomía En la ejecución [VALORES]	Complejidad De situaciones o contexto (HABILIDADES)
	¿Qué tipo de relaciones interpersonales se manifestaron en el grupo? ¿Qué tipo de estilos de relaciones interpersonales se manifestaron en el grupo? ¿Utiliza el dialogo como medio de resolución de problemas?	- Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. - Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. - Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	- Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. - Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. - Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. - Tiene muy en cuenta las interacciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.
OBSERVACIONES:			
MATERIAL Y RECURSOS		FIRMAS DE LOS DOCENTES EN FORMACIÓN	
✓ 20 globos. ✓ Dos pelotas de caucho, una grande y pesada y una pequeña y liviana, dependiendo de la cantidad de equipos.		FIRMA DEL RECTOR O DOCENTE ENCARGADO	

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA LEF PLANEADOR DE CLASES			
INSTITUCIÓN: Instituto Pedagógico Nacional		EDUCADOR(ES): Jorge Luis Restrepo Henríquez		Fecha: 25/10/2017	
HORA: 13:20		GRADO: 404		DOCENTE ASIGNADO: Luz Dary Granados	
TEMA: Relaciones Interpersonales: Asertivas.		Sesión cinco		N.º DE ESTUDIANTES	
OBJETIVO DE LA CLASE: Mediante la actividad hacer que los aprehendientes reconozcan la existencia de un Otro, distinto a nosotros, y reconocer que estamos ante la presencia de una riqueza social que puede ayudarnos al crecimiento como personas.					
METODOLOGÍA: Trabajo en grupo – Interacciones sociales.					
ESTILOS DE ENSEÑANZA: Enseñanza recíproca – Descubrimiento guiado.					
ETAPAS DE LA CLASE		ACTIVIDADES			TIEMPO
APERTURA		- Los participantes forman un círculo, sentados o de pie, de tal forma que todos se puedan mirar. - Se realizan grupos de trabajo. - Se distribuyen los materiales.			5 Min.
MODULACIÓN		Primer momento - El balón dentro de la cancha será transportado con la mano, para que el pase sea válido el que transporta el balón, debe llamar por su nombre al compañero al que se le va a lanzar. (esto se debe tener en cuenta durante todo el juego). - El arquero del equipo contrario sostendrá el aro dentro de la cancha del grupo opuesto para facilitarle el gol a su grupo y dificultarle a su oponente que neutralicen el gol. Segundo momento - El que transporte el esférico debe lanzar el pase con el pie a su compañero y este deberá recibirlo con la mano y efectuar el gol. - Para que el gol sea válido el balón tendrá que haber rotado por todos los integrantes del grupo.			15 Min.

Tercer momento			
✓ El gol realizado por las niñas tendrá una puntuación doble (2) puntos.			
INTENCIÓN: Buscar maneras de incentivar entre los estudiantes el reconocimiento y aceptación de las diferencias del otro como igual a mí, y extraer enseñanzas de las diferencias del otro que les aporte como ciudadanos del mundo.			
CIERRE	✓ ¿Les resultó difícil llamar al compañero por el nombre? ✓ ¿Por qué le resultó difícil llamar al compañero por el nombre? ✓ ¿Se sintieron incómodos o molestos a la hora de rotar el balón por todos los integrantes del grupo? ✓ ¿Cuál fue el momento más difícil para usted? ✓ ¿De qué les sirvió llamar a su compañero por el nombre?		
	5 Min.		
EVALUACIÓN DEL PROCESO	Profundización En el CONOCIMIENTO	Autonomía En la ejecución (VALORES)	Complejidad De situaciones o contexto (HABILIDADES)
	✓ ¿Les resultó difícil llamar al compañero por el nombre? ✓ ¿Se sintieron incómodos o molestos a la hora de rotar el balón por todos los integrantes del grupo? ✓ ¿Cuál fue el momento más difícil para usted? ✓ ¿De qué les sirvió llamar a su compañero por el nombre? ✓ ¿Por qué le resultó difícil llamar al compañero por el nombre?	➤ Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. ➤ Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. ➤ Asume riesgos y emprende acciones con total independencia.	➤ Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. ➤ Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. ➤ Se desenvuelve en situaciones complejas, hallando soluciones integrales y globales. ➤ Tiene muy en cuenta las interrelaciones y la transferibilidad de las posibles soluciones.
OBSERVACIONES:			
MATERIAL Y RECURSOS			
✓ Cuatro aros. ✓ Cuatro pelotas de caucho.		FIRMAS DE LOS DOCENTES EN FORMACIÓN	
		FIRMA DEL RECTOR O DOCENTE ENCARGADO	

Análisis de la experiencia

Herramientas de evaluación

Se usaron tres herramientas de evaluación, una diario de campo que se realizaba clase a clase que nos sirve como herramienta para poder ver las cosas que pasan en cada clase y como por medio del diario de campo buscar posibles soluciones para lo que se identifique, una evaluación a los ejecutores del proyecto para poder detectar las falencias y fortalezas que tuvimos en el proceso de la implementación y cómo podemos mejorar esas fortalezas y como último una herramienta de evaluación para poder determinar los cambios o posibles cambios que se lograron hacer después de terminada la intervención .Todos estos instrumentos permitieron llegar al análisis de la experiencia.

Tabla 4

Diario de campo

 DIARIO DE CAMPO UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA LEF HERRAMIENTA TRES DE EVALUACIÓN 					
Fecha: 14 de septiembre de 2017 Lugar: Instituto Pedagógico Nacional Participantes: 103 Actividad: Diagnóstico de estilos de relaciones interpersonales Hora de inicio: 9:50 Hora de final: 10:30 Desarrollo de la clase -Se inició con la presentación entre profesor y estudiantes dando a conocer sus nombres. -Se dio a conocer una norma en la cual el docente al pronunciar algo todos responderían al tiempo a su comando. -Se hace la actividad de acuerdo con lo planeado y algunos estudiantes no prestan atención al lo señalado. -Los estudiantes se muestran entusiasmados, pero les falta atención en la clase. Observaciones -Los niños identifican sus cualidades físicas con relación a los demás y comprenden sus diferencias -Algunos estudiantes no se comunicaban con los compañeros por temor a que no se conocían con el grupo. -Algunos compañeros solamente hablaban con sus amigos más cercanos. -se debe mejorar en el posicionamiento en el aula de clase debido a que se debe ver a todos los niños. - los niños no prestaban atención y hacían mucho ruido. -Una niña y un niño no participaban en el grupo.					
Evaluación y estrategias Fecha: 14 de septiembre de 2017 Clase: Clase No 1 Tema: Relaciones interpersonales asertivas La sesión se desarrolló de manera positiva ya que la expectativa de la clase permitió generar en algunos estudiantes actitudes activas y participativas, teniendo a la educación física como el espacio para poder jugar y divertirse. Al realizarse dichas actividades se logró identificar que los estudiantes venían con proceso de clase de educación física de índole de juegos, lo cual genero un acogimiento a la propuesta llevada como clase diagnóstica. Con esta clase diagnóstica se logró identificar problemáticas directamente relacionadas con las relaciones interpersonales: Falta de comunicación, timidez, falta de atención y falta de trabajo en grupo. <table border="1"> <thead> <tr> <th>Dificultades</th><th>Estrategias de solución</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> - Falta de comunicación de algunos estudiantes por temor a ser rechazados - Falta de atención entre ellos mismos y al docente - Mala ubicación por parte del docente practicante </td><td> - Plantear actividades en las cuales se vean inmersos en la interacción con todos los compañeros - Buscar una estrategia para que los estudiantes presten mayor atención a las clases. - Buscar la reflexión sobre los hechos ocurridos en la clase en relación con el propósito de la misma. </td></tr> </tbody> </table> Observaciones: Es pertinente trabajar el tema de las relaciones asertivas desde temprana edad en la educación, para lograr el desarrollo de los factores, cognitivos, afectivos, físicos y sociales del ser humano.		Dificultades	Estrategias de solución	- Falta de comunicación de algunos estudiantes por temor a ser rechazados - Falta de atención entre ellos mismos y al docente - Mala ubicación por parte del docente practicante	- Plantear actividades en las cuales se vean inmersos en la interacción con todos los compañeros - Buscar una estrategia para que los estudiantes presten mayor atención a las clases. - Buscar la reflexión sobre los hechos ocurridos en la clase en relación con el propósito de la misma.
Dificultades	Estrategias de solución				
- Falta de comunicación de algunos estudiantes por temor a ser rechazados - Falta de atención entre ellos mismos y al docente - Mala ubicación por parte del docente practicante	- Plantear actividades en las cuales se vean inmersos en la interacción con todos los compañeros - Buscar una estrategia para que los estudiantes presten mayor atención a las clases. - Buscar la reflexión sobre los hechos ocurridos en la clase en relación con el propósito de la misma.				

Fuente: Creación propia.

Tabla 5

Herramienta de evaluación de los componentes pedagógico, disciplinar y humanístico

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA LEF HERRAMIENTA DOS DE EVALUACIÓN DE LOS COMPONENTES PEDAGÓGICO, DISCIPLINAR Y HUMANÍSTICO 			
EVALUACIÓN DEL PROCESO	Profundización En el (CONOCIMIENTO)	Autonomía En la ejecución (VALORES)	Complejidad De situaciones o contexto (HABILIDADES)
	➤ Basándose en normas y criterios básicos de comportamiento demuestra un dominio de los contenidos básicos. En el grupo por su constante haber en el espacio tiene muy buenas habilidades y las relaciones se llevaron de buena manera no habían tensiones entre ellos, más allá de algunas diferencias en cuanto a sus actitudes. ➤ Selecciona sistemáticamente la información más importante de la situación aplicándola con eficacia y eficiencia. La información suministrada en ocasiones no fue dada con claridad, lo cual dificulta la realización de las actividades también se presentan situaciones	➤ Necesita orientación y supervisión. Canaliza los casos difíciles a otro nivel. Los estudiantes eran observados para ver sus interacciones durante cada sesión. Además de ello se requirió seguimiento para que participaran y tuvieran en cuenta los propósitos de las sesiones. ➤ Asume riesgos y toma decisiones en el contexto de situaciones nuevas. Durante las sesiones, siempre es pertinente la búsqueda del propósito, hay actividades que se modificaron pero la intención no cambió en ningún momento, siempre fue acorde a lo pensado en la planeación	➤ Afronta situaciones sencillas y resuelve problemas habituales en contextos estructurados. Se desarrollaron situaciones que requerían resolución de los estudiantes empleando el diálogo y la escucha. Durante el proceso se evidenciaron avances con base en lo visto en el primer encuentro, mejoró la escucha entre los estudiantes. ➤ Interviene en situaciones menos estructuradas y de creciente complejidad. Dentro del grupo se observó la posibilidad de establecer acuerdos para llegar a atender situaciones que requieren resolución, por lo cual tenían que establecer canales de comunicación para posibilitar la mejora de sus relaciones

Tabla 6

Herramienta de Autoevaluación.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA LEF HERRAMIENTA DE EVALUACIÓN UNO		
FORTALECIMIENTO DEL ESTILO DE RELACIÓN INTERPERSONAL ASERTIVO PARA LA CONVIVENCIA MEDIANTE LA EDUCACIÓN FÍSICA		
Nombre: <u>Dana Sofia Mejia Diaz</u> Curso: <u>404</u>		
¿Qué aprendí en la clase de Educación Física? <u>Compartir</u> <u>respetar al otro</u> <u>respetar las diferencias del otro</u> <u>respetar la palabra del otro</u> <u>prestar atención al profesor</u>	Autoevaluación: ¿Llego a tiempo y presto atención a la clase de Educación Física? <u>Yego a tiempo como</u> <u>se me indica y</u> <u>presto atención</u> <u>a la clase o</u> <u>averes estoy</u> <u>hablando</u>	Heteroevaluación: ¿Mis compañeros prestan atención y llegan a tiempo a la clase de Educación Física? <u>algunos llegan a</u> <u>tiempo y otros se</u> <u>demoran mucho</u>
¿La clase de Educación Física me ayudó a ser mejor compañero? ¿por qué? <u>Si</u> <u>a respetar al otro</u> <u>respetar sus diferen</u> <u>cias y cualidades</u>	¿Cómo me porte en la clase de educación física, y por qué me porte así? <u>Yo creo que me</u> <u>porte bien, porque</u> <u>puse atención, se</u> <u>como hacer las</u> <u>actividades, etc</u>	¿Ayude a mejorar la clase de Educación Física? <u>No</u>

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL	UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA LEF HERRAMIENTA DE EVALUACIÓN UNO	
FORTALECIMIENTO DEL ESTILO DE RELACIÓN INTERPERSONAL ASERTIVO PARA LA CONVIVENCIA MEDIANTE LA EDUCACIÓN FÍSICA		
Nombre: <u>Julietta Bernal</u>	Curso: <u>501</u>	
¿Qué aprendí en la clase de Educación Física? <u>A trabajar en equipo, a respetar al otro, a pensar en el otro, a ser compañerista y no solo pensar en uno mismo.</u>	Autoevaluación: ¿Llego a tiempo y presto atención a la clase de Educación Física? <u>A veces me distraigo con otros, pero si llego puntual</u>	Heteroevaluación: ¿Mis compañeros prestan atención y llegan a tiempo a la clase de Educación Física? <u>Algunos no cumplían con la puntualidad y no prestaban atención</u>
¿La clase de Educación Física me ayudó a ser mejor compañero? ¿por qué? <u>Si, porque aprendí a pensar en el otro, a trabajar en equipo y a ser compañerista</u>	¿Cómo me porte en la clase de educación física, y por qué me porte así? <u>Algunas veces hablaba con mis compañeros y no prestaba atención</u>	¿Ayude a mejorar la clase de Educación Física? <u>Si</u>

Fuente: Creación Propia.

Aprendizajes como docente

Durante la implementación del PCP, se evidenció una vinculación directa de la EF con las interacciones sociales, debido que esta posibilita ambientes en los cuales los estudiantes se pueden manifestar o expresar de forma más natural, permitiendo al docente ver claramente todas las situaciones que se presentan, abriéndose un espacio para la construcción de estrategias para el abordaje de las dificultades, la optimización de las fortalezas e identificación de las oportunidades, convirtiéndose en experiencia, para afrontar de forma eficaz dichas situaciones.

Es muy importante que el docente tenga en cuenta las condiciones psicológicas, biológicas y sociales de los estudiantes, para la consecución de los objetivos e intencionalidad, si no se tienen en cuenta estos factores es muy probable que no se consigan los objetivos perseguidos, debido que el estudiante no realizará de manera adecuada las actividades, perderá la motivación al no encontrarle sentido a la clase, del por qué y para qué la realiza.

Es esencial que el docente tenga un conocimiento previo del contexto, debido que su quehacer como docente está ligado a factores externos como pueden ser: espacios físicos, recursos materiales, recursos humanos y recursos administrativos. Al tener este conocimiento el docente logrará planificar, de forma más eficaz sus clases sin que éstas se vean alteradas por dichos factores.

Como docentes se asume un rol activo debido que se es mediador del conocimiento y facilitador del aprendizaje, por ello se debe tener en cuenta las relaciones sociales que se den entre docente y estudiante, ya que esto es un factor determinante para la consecución de los objetivos y la intencionalidad de las clases. Cuando se dan estas condiciones el docente adiciona sus decisiones a las dinámicas sociales que se dan en la escuela y de las

problemáticas que de ella surgen. Para llevar a cabo esto, es fundamental el componente actitudinal durante la realización de las sesiones, el cual requiere mucha disposición para la interacción con el grupo, un lenguaje apropiado para expresar las ideas con mayor claridad y mucha atención para intervenir en el momento adecuado, contribuyendo a la resolución de cada situación o problemática que se presenta.

Es de vital importancia resaltar que a partir de la realización de las sesiones, se puede evidenciar la viabilidad del proyecto, al ser abordado en diferentes edades y etapas de desarrollo, se generan actividades diversas para adecuarlas a cada población, pero el tema y la intencionalidad expresada desde el inicio ha sido trabajada sin ningún inconveniente, puesto que en cada momento dentro del proceso de formación de los estudiantes se pueden trabajar sus relaciones interpersonales, además de ello, es pertinente fortalecer sus vínculos, contribuir para la mejora de su comunicación, el cuidado personal, del prójimo y del medio en el que se hace cada actividad, siendo estos elementos que generan un acercamiento hacia la convivencia.

Otro aspecto que es valioso durante las interacciones con los estudiantes son los aportes que ellos realizan durante las sesiones, sus inquietudes, creaciones y las relaciones que establecen, estas manifestaciones que emergen es necesario tenerlo en cuenta, para mejorar la planificación de las sesiones, su abordaje, los ajustes necesarios durante su ejecución, la elección de actividades que atiendan al propósito deseado y el cierre de las mismas, donde se hace la respectiva evaluación de lo acontecido.

Estas experiencias ayudan al docente a tener claro los propósitos y objetivos de la educación, la cual es considerada como un proceso continuo e inacabado en la formación integral del ser humano, donde este potencializa sus dimensiones físicas, afectivas, cognitivas,

psicológicas permitiéndole alcanzar el adecuado desarrollo social, y ser activo dentro de la sociedad.

Las interacciones establecidas entre estudiante-estudiante y docente-estudiante desarrollan un interaprendizaje, permitiendo un acercamiento activo entre ellos, generando no solo un vínculo académico, sino unos lazos afectivos que trascienden más allá de los roles docente-estudiante. La evaluación formativa que se estableció en el proceso de implementación fue efectuada en dos momentos. La primera se realizó dentro de la evaluación docente evaluando la mitad del proceso, en la clase Numero 4, en donde se pretendía evidenciar el proceso y el progreso tanto de los estudiantes como el de los docentes en formación. En el segundo momento se realizó en la clase número 8, evidenciando de esta manera el proceso formativo mediante los ejes procesuales que se establecieron en la unidad didáctica del proyecto, permitiendo identificar las falencias a superar y los logros alcanzados en la implementación del PCP, donde el objetivo fue adquirir experiencias que permitieran confrontar el aprendizaje que como docentes se puso en práctica.

La reflexión es muy importante debido que permite al docente evidenciar tanto en el estudiante como en sí mismo los avances y la interiorización que se tiene sobre el tema abordado ya que la reflexión les da el sentido a las actividades y no las deja en solo hacer por hacer y pone de manifiesto la intencionalidad formativa que tiene el docente al implementarla en las clases. La reflexión también sirve como un espacio donde por medio de la confrontación de los sucesos se puede llegar a proponer posibles soluciones o estrategias que permitan abordar de forma grupal los intereses, conflictos, opiniones y sugerencias.

De igual manera permite escuchar las opiniones diferentes del otro, respetando su postura, confrontándola con lo que se piensa para poder crear un aprendizaje y enseñanza de forma recíproca.

Incidencias en el contexto y en los estudiantes

A partir del desarrollo de las prácticas y las interacciones con los estudiantes se evidenció una transformación en la forma de interactuar entre ellos y con el docente, su comportamiento agresivo y pasivo demostrado en el irrespetos que se presentaba cuando algún compañero tenía pensamiento diferente o demostraba inconformidad frente algún comentario, se burlaban de él hasta hacerlo sentir mal o avergonzado, lo que ocasionaba que otros estudiantes prefirieran guardar silencio, todo esto se fue tornando más hacia una comunicación asertiva, en el momento de la participación en las preguntas de reflexión al finalizar las actividades, en el transcurso de las intervenciones se fueron autoanalizando y autorregulando, cuando algún integrante del grupo pedía la palabra se le prestaba atención y se guardaba silencio y si había la necesidad de aportar a la intervención del compañero se le hacía de forma respetuosa y era más un aporte que crítica, en caso que algún compañero con o sin intención agredía a otro de forma verbal, gestual o con su comportamiento, este reconocía el error y se le acercaba al compañero y le ofrecía disculpas, lo que incentivo a aquellos que guardaban silencio a participar de manera activa en las reflexiones de la clase.

En las actividades que se realizaron en clase se observó como cuando las clases en la cual tenían que en equipos conseguir un objetivo, los estudiantes participaban más activamente entre ellos, hablaban, proponían, expresaban sus ideas a los compañeros y entre todos poder llegar a encontrar el camino o la manera de como poder resolver la problemática de forma más fácil y rápida. Esto se pudo ver ya que siempre en las clases en las cuales se tenía que

resolver algo en equipo, primero no se les daba el espacio ni el tiempo para que entre ellos hablaran para poder hacerlo, normalmente terminaban haciéndolo no de la mejor manera, luego con una variante se le daba a cada grupo cierto tiempo para poder entre todos llegar a una posible solución y fue ahí cuando mejora en comparación a los primeros intentos ya que entre todos expresándose de forma clara y precisa lograron crear nuevas maneras de como poder lograr alcanzar los retos propuestos en clase, resaltando aquí la importancia de las relaciones personales asertivas entre ellos.

Obstáculos, ventajas y viabilidad del proyecto

El primer obstáculo presentado durante la implementación del proyecto fue la organización de algunas actividades planeadas por la institución y dos fechas en las cuales no hubo actividad académica, primero por presentarse un día cívico debido a la venida del Papa a la ciudad y segundo por la realización de la semana de receso en la institución, esta serie de eventos generaron la cancelación de algunas sesiones, igual que eventos culturales programados por la institución como la semana de la paz, dieron lugar a la modificación de los horarios acordados desde el inicio, lo cual complicó un poco el proceso de interacción con los estudiantes. Por último, en algunas sesiones, varios estudiantes se ausentaron por actividades como cursos de natación o por ser integrantes del grupo musical de la institución, por ello no fueron partícipes de la totalidad de las sesiones realizadas.

Otro de los obstáculos fue la forma de pensar de los docentes a cargo de los grupos asignados, debido que su concepción de la EF es diferente, al no estar de acuerdo con algunas de las actividades planteadas, si en dichas actividades el estudiante no corría, sudaba, si no había un deporte involucrado, para ellos no era una clase de EF, ya que manifestaban que la clase se basa más en lo disciplinar, dejando de lado lo humano y lo pedagógico.

En cuanto a las ventajas, se destaca la variedad de espacios para la realización de las sesiones, amplias zonas verdes, canchas, gimnasios, entre otros lugares que permiten interactuar con los estudiantes de manera óptima. Es muy útil la gran variedad de recursos materiales que posee la institución, permitiendo el desarrollo de las actividades propuestas, esta es una ventaja porque su uso adecuado enriquece el proceso de aprendizaje de los estudiantes, otro aspecto que contribuyó de gran manera es que hay variedad de docentes asignados para orientar el área de EF en la institución. En primaria los estudiantes tienen este espacio todos los días de la semana y cada uno de los que realiza prácticas en este lugar tenían un docente de apoyo que llevaba un seguimiento del proceso que cada uno realizaba, retroalimentando constantemente para mejorar en cada una de las prácticas, lo cual es de gran ayuda ya que cada estudiante tiene un proceso de formación que contribuye en la disposición y trabajo hacia lo que se propone dentro de este proyecto.

Se considera que el proyecto tiene viabilidad porque es adaptable a diversas poblaciones y contextos. En esta implementación se pudo intervenir con tres grados diferentes (primero, cuarto y quinto), evidenciando la posibilidad de trabajar los estilos de relaciones interpersonales asertivas en diferentes edades y etapas de desarrollo, puesto que su fortalecimiento contribuye hacia la convivencia que se busca no solo en el contexto educativo sino en la cotidianidad de cada ser humano, además de ello, estas relaciones se deben seguir trabajando en cada estudiante durante toda su vida, porque contribuyen en la mejora de las habilidades comunicativas que permiten interactuar de mejor manera en cada uno de los contextos donde se puede desenvolver cualquier ser humano en sus menesteres diarios.

Referencias bibliográficas

- Ausubel-Novak-Hanesian (1983). *Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo* 2º Ed. Trillas México.
- Camacho, H. (2003). *Pedagogía y Didáctica de la Educación Física*, Colombia: Kinesis
- Delgado Noguera M.A. *Los estilos de enseñanza en educación física. Propuesta para una reforma de la enseñanza*. ICE de la universidad de Granada. España. 1991
- Dewey, J. (2003). *Viejo y Nuevo individualismo*. E.E.U.U.: Paidós.
- Durkheim, E. (1987). *La división del trabajo social*. Madrid: Akal.
- Enciclopedia de Clasificaciones. (2016). *Tipos de Relaciones Interpersonales*.
- Lafrancesco, G (2003) *Nuevos fundamentos para la transformación curricular*
- Mockus, A. (2002). *Convivencia como armonización de ley, moral y cultura*.
- Navarro, R. (2003). *Trabajar bien, vivir mejor*. Medellín: Instituto latinoamericano de liderazgo.
- Navarro, R. (2006). *Las siete leyes de las relaciones interpersonales*. Chiclayo.
- Revista Colombiana de Educación N. 62; ISSN 0120-3916; Primer semestre de 2012 N.º 6224)
- Ruiz, G. (2013). *La teoría de la experiencia de John Dewey: significación histórica y vigencia en el debate teórico contemporáneo*. pp. 103-124
- Santander, P. V. (2008). *Una visión holística y no violenta para la educación física*.
- Unesco. (2013). *Análisis del clima escolar*.
- Vasco, U. d. (s.f.). *Relaciones interpersonales, generalidades*.
- Zuleta, E. (1985). *Educación y democracia: un campo de combate*. Bogotá: Omegalfa.

Anexos

Anexo A. Planeación de clase, grado primero.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA LEF PLANEADOR DE CLASES			
INSTITUCIÓN: Instituto Pedagógico Nacional		EDUCADOR(ES): Jaime Cárdenas.	FECHA: 14-09-2017
HORA: 11:30-12:10	GRADO: 102	DOCENTE ASIGNADO: Sandra Blanco	
TEMA: Diagnóstico		CLASE N.º: 1	N.º DE ESTUDIANTES: 20-25 Aprox.
OBJETIVO GENERAL: Identificar y conocer los estilos de relaciones que se dan dentro del aula de clases			
OBJETIVOS ESPECÍFICOS: - Observar y reconocer qué tipo de estilo de relación interpersonal maneja cada estudiante - Identificar como se relacionan los estudiantes cuando interactúan en equipo			
METODOLOGÍA: Trabajo por grupos.			
ETAPAS DE LA CLASE	ACTIVIDADES	TIEMPO	
APERTURA	Presentación del docente con los estudiantes y la docente encargada, explicación del tema a trabajar durante las sesiones e identificación de las particularidades del grupo.	10 Min.	
MODULACIÓN	Actividad 1: "La tortuga" Descripción: Consiste en hacer parejas en primera instancia, luego se debe llevar el balón hacia el área delimitada en posición de cuatro apoyos (manos y rodillas) sin dejar caer la pelota; el equipo que logre hacer el recorrido en el menor tiempo posible gana. Si el balón se cae durante el recorrido, se vuelve hasta el punto de partida. Actividad 2: "El mundo al revés" Descripción: Los alumnos se mueven libremente por el espacio de juego. El maestro mencionara diversas actividades a realizar. Por ejemplo: sentarse, guardar silencio, alejarse, agruparse, etcétera. Los alumnos deben llevar a cabo lo contrario de lo que se les indique (ir a la esquina del patio, dar una vuelta a la portería, caminar con pasos muy largos, ir de prisa, etcétera). Actividad 3: Actividad #1: "La manada" Descripción: Se reparte a cada alumno una tarjeta con el nombre de un animal. La tarjeta será vista en secreto. Cuando todos los alumnos hayan visto el animal que les ha tocado, comienzan a emitir su sonido. Se trata de encontrar al compañero que tenga el mismo animal que él, guiándose por el sonido emitido.	30 Min.	
CIERRE	Se hace el cierre de la actividad, se reciben aportes por parte de estudiantes y de la docente encargada, con el fin de revisar las fortalezas y debilidades de la sesión, posteriormente se hace el traslado hacia el salón.	10 Min.	

Anexo B Planeación de clase grado primero

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA LEF PLAN EADOR DE CLASES		
INSTITUCIÓN: Instituto Pedagógico Nacional		EDUCADOR(ES): Jaime Cárdenas.
FECHA: 21-09-2017		
HORA: 11:30 – 12:10 1:10-1:50	GRADO: 101-102	DOCENTE ASIGNADO: Sandra Bueno
TEMA: Relaciones interpersonales para la convivencia.		CLASE N.º: 2
N.º DE ESTUDIANTES: 30-35 Aprox.		
OBJETIVO GENERAL: ○ Posibilitar un reconocimiento propio, para luego llegar al reconocimiento del otro.		
OBJETIVOS ESPECÍFICOS: ○ Observar cómo se comunican los estudiantes durante la sesión. ○ Identificar como actúan y participan los estudiantes en cada actividad.		
METODOLOGÍA: Trabajo por grupos.		
ETAPAS DE LA CLASE	ACTIVIDADES	TIEMPO
APERTURA	Se inicia con el respectivo saludo, el repaso de lo que se realizó la sesión anterior y un juego para realizar el calentamiento y prepararse para las siguientes actividades, el juego escogido para el inicio es congelados bajo tierra, en la cual cada estudiante congela cuando toque al otro compañero, para poder descongelar se debe pasar gateando por el	10 Min.
MODULACIÓN	medio de las piernas del otro compañero, se harán diferentes formas de desplazamiento, corriendo, saltando en un solo pie, caminando, etc. Actividad 1: Esta actividad se llama la orquesta: Todos forman una circunferencia, un estudiante sale del salón y los demás eligen a una persona que va ser el director de la orquesta, el cual los va dirigir por medio de sonidos y movimientos, el estudiante que estaba fuera del salón debe identificar quien es el director. ¿Para qué se hace la actividad? Para identificar como se comunica el grupo, si todos se ayudan entre si y permiten que el director pueda hacer su labor de buena manera con el grupo. Actividad 2: esta actividad se llama, te conozco, me conoces. En esta actividad se hace un desplazamiento libre por el espacio, cuando el docente da la indicación, se establecen grupos, los cuales deben interactuar y resolver preguntas como, ¿Dónde vives?, ¿Cuál es tu programa favorito?, ¿con quién vives?, ¿qué haces los fines de semana?, ¿Cuál es tu clase favorita?, entre otras. Para ello se da un tiempo breve y luego se modifican los grupos para continuar con la actividad. ¿Para qué se hace la actividad? La intención es ver como los estudiantes se manifiestan con los demás, como pueden identificar sus gustos y describir lo que hacen, con el fin de ver como es la comunicación y la escucha que se da durante las intervenciones de cada uno de los participantes.	20 Min.
CIERRE	Se hace el cierre de la actividad, se reciben aportes por parte de estudiantes y de la docente encargada, con el fin de revisar las fortalezas y debilidades de la sesión, posteriormente se hace el traslado hacia el salón.	10 Min.

Anexo C Diario de campo

DIARIO DE CAMPO	
Fecha: 14 de septiembre de 2017 Lugar: Instituto pedagógico nacional Participantes Actividad: Diagnostico de estilos de relaciones interpersonales Hora de inicio: 8:10 Hora de final: 8:50	
Desarrollo de la clase -Se inició con la presentación entre profesor y alumnos dando a conocer sus nombres. -Se dio a conocer una regla en la cual el profesor al pronunciar algo todos responderían al tiempo a su comando. -Se hace la actividad de acuerdo a lo planeado y los alumnos responden adecuadamente a la misma. -Los alumnos se muestran entusiasmados.	
Observaciones -Los niños identifican sus cualidades físicas con relación a los demás y comprenden sus diferencias -Algunos estudiantes no se comunicaban con los compañeros por temor ya que no se conocían con el grupo. -Algunos compañeros solamente hablaban con sus amigos más cercanos. -hizo falta actividades ya que se quedan cortas debido a que los niños la realizan de una manera más rápida de lo que se tenía pensando	
Evaluación y estrategias	
Fecha: 14 de septiembre de 2017 Clase: Clase No 1	
Tema: Diagnostica La sesión se desarrolló de manera positiva ya que la expectativa de la clase permitió generar en algunos estudiantes actitudes activas y participativas, teniendo a la educación física como el espacio para poder jugar y divertirse. Al realizarse las actividades propuestas se logró identificar que los estudiantes venían con proceso de clase de educación física de índole de juegos, lo cual genero un acogimiento a la propuesta llevada como clase diagnóstica. Con esta clase diagnostica se logró identificar la clase se logró identificar esas problemáticas directamente relacionadas con las relaciones personales: Falta de comunicación, timidez, falta de atención y falta de trabajo en grupo.	
Dificultades - Falta de comunicación de algunos estudiantes por temor a ser rechazados - Falta de atención entre ellos mismos y al docente - Mala ubicación por parte del docente practicante	Estrategias de solución - Plantear actividades en las cuales se vean inmersos en la interacción con todos los compañeros - Buscar una estrategia para que los estudiantes presten mayor atención a las clases.
	- Buscar la reflexión sobre los hechos ocurridos en la clase en relación con el propósito de la misma. - El docente debe ubicarse en un espacio en el cual el observe todo lo que pasa en clase sin dejar al lado a ningún estudiante.

Anexo D Registros fotográficos.



