

Cuerpos que significan: identidad y expresión corporal en centros de reclusión.

Michelle Nayibe Montaña Zipa

Código: 2020120047

William Sebastian Timote Garatejo

Código: 2020120074

Tutora: Carmen Lucila Giraldo Moreno

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Bogotá, D.C.

## **Agradecimientos**

A mi madre y mi abuela por criarme con tanto paciencia y esmero, ellas son la fortaleza para alcanzar todas las metas que me propongo. A mi hermano por nunca abandonarme y siempre creer en mí, a mi hijo por llegar a mi vida a motivarme y ayudarme a encontrar de nuevo el camino hacia una vida feliz. Espero estén orgullosos de mí junto a mi madre.

A nuestra tutora por las enseñanzas y aprendizajes brindados a lo largo del proceso, así como la paciencia y su apoyo en todo momento, gracias por creer en nosotros y dejarnos ser.

A las niñas del centro de acogida siervas de cristo- hogar sagrada familia, por permitirnos estar y ser parte de ellas, por su disposición y por todos los aprendizajes que nos dejaron como docentes en formación.

A mi compañera de proyecto por siempre apoyarme y guiarme en los momentos difíciles, sin ella este proyecto no hubiese sido posible, le agradezco por todas las experiencias, sentimientos y emociones vivido a lo largo de estos 5 años.

William Timote Garatejo.

A mi abuela, por su apoyo constante, por ser una inspiración para cada paso y por siempre motivarme a ser mejor y seguir adelante.

A nuestra tutora por su colaboración y compromiso, por creer en nosotros y en nuestro esfuerzo, esto fue fundamental para avanzar con este proyecto.

A las niñas de la institución Hogar sagrada familia, por compartir su tiempo, sus historias, su confianza y disposición, sin ellas no tendría sentido el proceso de formación docente.

A mi compañero de proyecto, gracias por estar en cada paso, por cada una de las experiencias vividas, por su apoyo incondicional, por creer en mí y alentarme a seguir, tu compañía hizo de estos 5 años un proceso más significativo y enriquecedor.

Michelle Montaña Zipa.

## Tabla de contenido

Agradecimientos.....	2
Introducción.....	6
1. Capítulo 1 .....	8
1.1. Fundamentación contextual.....	8
1.2. Reconociendo la identidad .....	9
1.2.1. Pérdida de identidad a través de las relaciones de poder.....	10
1.3. Violencia como manifestación del poder .....	15
1.3.1. Manifestaciones de poder en centros de reclusión y/o acogida.....	19
1.4. Antecedentes o estado del arte .....	20
1.5. Marco legal.....	25
2. Capítulo 2 .....	29
2.1. Perspectiva educativa .....	29
2.2. Ser humano con capacidades para alcanzar su desarrollo potencial .....	29
2.3. La identidad personal a través del cuerpo .....	36
2.4. Pedagogía liberadora, como la liberación de los oprimidos.....	40
3. Capítulo 3 .....	46
3.1. Diseño Metodológico .....	46
3.1.1. Pregunta problema.....	46
3.1.2. Objetivo general .....	46

3.1.3. Objetivos específicos.....	46
3.2. Metodología .....	47
3.3. Evaluación.....	50
4. Capítulo 4.....	54
4.1. Contextualización de la población .....	54
4.1.1. Ámbito educativo .....	54
4.1.2. Planta física .....	55
5. Capítulo 5 .....	56
5.1. Análisis de la experiencia.....	56
5.2. Implementación piloto.....	56
5.2.1. Evaluación del proceso.....	60
5.2.2. Aprendizajes como docentes .....	60
5.3. Reflexiones.....	61
5.3.1. Proyección a futuro.....	62
Conclusiones.....	64
Referencias .....	69
Anexos.....	72

## Lista de siglas

PCP Proyecto Curricular Particular

EF Educación Física

PPL Personas Privadas de la Libertad

UPN Universidad Pedagógica Nacional

LEF Licenciatura en Educación Física

## Lista de tablas

**Tabla 1** ..... 16

**Tabla 2** ..... 20

**Tabla 3** ..... 23

## Lista de ilustraciones

**Ilustración 1** ..... 50

**Ilustración 2** ..... 58

## **Introducción**

La identidad es un factor fundamental para el desarrollo adecuado de los individuos, puesto que influye en los comportamientos y la interacción con el entorno, cuando hay adversidades que truncan su adecuado desarrollo se generan problemáticas significativas en relación con la autoestima, las relaciones sociales, la salud mental y la desorientación de los propios valores. En este contexto, los ejercicios de poder, al moldear de forma sutil o violenta al sujeto, tiene la capacidad de constituir subjetivas que se relacionan y establecen desde el entorno más cercano, obstaculizando el desarrollo de una identidad autentica.

Si bien, esta problemática se evidencio en un colegio público de la localidad de Rafael Uribe, investigaciones desarrolladas apuntan que este problema puede verse más pronunciada en institutos de reclusión o acogida, por ello, este proyecto se orienta a ser realizado por y para personas en centro de reclusión.

Para el fortalecimiento de la identidad se estableció una base teórica fundamentada en tres ejes principales: humanístico, disciplinar y pedagógico, en cuanto a, el área humanística desde la teoría de Nussbaum se integra para promover el desarrollo de diez capacidades básicas para el sujeto, buscando generar libertades sustanciales que permitan ser y hacer de manera plena. En el área disciplinar se adopta una perspectiva de expresión corporal basada en Luz Elena Gallo, donde se entiende al individuo en su subjetividad y singularidad en relación dinámica con el mundo. Finalmente, desde el área pedagógica, se apuesta por la formación de un ser, que, a partir de la reflexión y acción, pueda transformar la propia realidad, en línea con la pedagógica liberadora propuesta por Paulo Freire, buscando la emancipación de los oprimidos.

La base teórica previamente abordada se materializo en un currículo estructurado en once sesiones. cada una de estas sesiones integra y relaciona los elementos teóricos expuestos, propiciando el fortalecimiento de la identidad desde las dimensiones humanística, disciplinar y

pedagógica, en adición, los estilos de enseñanza propuesto por Muska Mosston guían la puesta en escena del currículo. Con el objetivo de construir un conocimiento significativo y perdurable, generado de manera horizontal a través de la interacción entre docentes y estudiantes, estimulando la autonomía para que ellos sean los actores principales del conocimiento.

## 1. Capítulo 1

### 1.1. Fundamentación contextual

A lo largo de las intervenciones realizadas en los semestres anteriores, que permitieron comprender la Educación Física (EF) como una disciplina académica y pedagógica, se identifica una problemática centrada en la pérdida de identidad personal, esta se evidencia a partir de las observaciones realizadas en el colegio Marruecos y Molinos de la localidad de Rafael Uribe, donde hay una notable dificultad para expresarse a través del propio movimiento ya que se reprimen las acciones y pensamientos por miedo a ser juzgados, a su vez las relaciones sociales no son muy estables entre ellos (Montaña y Timote, *Comunicaciones personales*, segundo semestre 2023), ya que no hay una comprensión del otro y de su contexto social. Además, se evidencia que esta problemática no es exclusiva de la educación formal, también se manifiesta en instituciones informales como los centros de acogida o de reclusión, entonces se convierte en una problemática a abordar ya que se entrelaza entre todas las redes de la vida humana en general. Por tal razón, es pertinente mencionar que el presente proyecto se aterrizó a una población en específico, que son las personas privadas de la libertad, dado que, en estos entornos es normal observar cómo se ejercen de manera notoria las relaciones de poder, ya sea de manera sutil o violenta.

La pérdida de identidad personal atraviesa los contextos sociales como (escuelas, empresas y cárceles), donde se promueven ejercicios de poder que resultan en el desarraigo de la identidad, ya que según Foucault (1989) al sujeto “lo cercan, lo marcan, lo doman, lo someten a suplicio, lo fuerzan a unos trabajos, lo obligan a una ceremonia, exigen de él nuevos signos” (p. 32). Es así como se entiende el poder como control sobre otros, que no permite desde la individualidad ser parte de la propia realidad en la que el sujeto vive, ni tomar decisiones a partir de sus propios pensamientos o creencias. En este sentido, los micropoderes se desarrollan por

Foucault (1977) a través de una manera sutil que puede tornarse en violenta, dentro las instituciones mencionadas y también en las relaciones cotidianas en las que el sujeto participa, permitiendo un adoctrinamiento en relación con el conocimiento, los modos de vivir y la propia realidad; De lo anterior “la disciplina fabrica así cuerpos sometidos y ejercitados, cuerpos "dóciles". La disciplina aumenta las fuerzas del cuerpo (en términos económicos de utilidad) y disminuye esas mismas fuerzas (en términos políticos de obediencia)” (Foucault, 1975, pp. 126-127, traducido por Garzón del camino), cuerpos que no son conscientes de su propio mundo, acciones y pensamientos, puesto que a través de la disciplina se forman sujetos que sirvan a la sociedad sin cuestionar, con la capacidad de solo seguir órdenes. Entonces, para que los cuerpos no estén dominados el sujeto debe apropiarse de una identidad personal que sea autentica con la capacidad de reflexionar sobre los ejercicios de poder en los que se encuentra inmerso, pero ¿qué es la identidad personal?

## **1.2. Reconociendo la identidad**

La palabra identidad viene del latín “identitas” es decir “igual a uno mismo”, (cazalas,2015, ¿otra vez la identidad? Un concepto necesario pero imposible, párr,12), al analizar la raíz etimológica se comprende que la identidad desde sus inicios fue encaminada al reencuentro consigo mismo. Por otro lado, la definición de la palabra identidad es conceptualizada por la Real Academia Española (2006) como “Conjunto de rasgos propios de un individuo o de una colectividad que los caracterizan frente a los demás” definición que permite reconocer la identidad en desarrollo a la adquisición de rasgos o características que se asumen como propias. Finalmente, desde Erickson la identidad se entiende como “un proceso localizado en el centro del individuo, así como en el centro de su comunidad y cultura" (Erikson, 1994, p. 22 citado por Quiroga *et al* 2021), se puede decir que la identidad se genera de manera única y

personal, basándose en sus experiencias, creencias y valores, proporcionando una guía para el actuar del hombre. Por otra parte, Erikson (1994) agrega la influencia social en la construcción del yo, dado que las relaciones sociales y la cultura moldean la identidad del individuo, proporcionando un reconocimiento propio y del lugar que ocupa en el mundo.

De esta manera, se entiende que la identidad personal no es algo que está dado o se construye rápidamente, es más, la identidad se desarrolla de manera sutil con cada experiencia y/o decisión. Según Erikson "El adolescente en esta etapa experimenta confusión de roles, un momento de prueba donde la juventud se enfrenta al reto de integrar las experiencias de infancia con las demandas de la vida adulta" (Erikson, 1968, p. 94). En este período, el individuo experimenta lo que Erikson (1968) nombra como una "crisis de identidad", la formación de la identidad personal ocurre a lo largo de varias etapas del desarrollo, pero es especialmente crítica durante la etapa de adolescencia, llegando a ser un momento clave donde se ponen a prueba los valores y creencias previamente asumidos. Ahora bien, la crisis de identidad puede agudizarse a medida que los sujetos permanecen condicionados a situaciones que no permiten la reflexión del yo interior y en contraposición están expuestos a situaciones que disciplinan sus cuerpos, las formas de pensar y actuar, formando en los individuos una homogenización que se adapte a los estándares propuestos por las grandes instituciones. Por lo cual es importante trabajar en el fortalecimiento de una identidad personal que permita actuar y pensar conforme a los valores y creencias propias, logrando que el sujeto reflexione de sus acciones y pensamientos de acuerdo con la realidad en la que se encuentra inmerso.

### ***1.2.1. Pérdida de identidad a través de las relaciones de poder***

La pérdida de identidad se propicia por múltiples razones, no obstante, para este proyecto curricular particular (PCP) se analiza a través de las relaciones de poder, de esta manera el poder

se transforma en el principal detonante para la problemática expuesta, en efecto, el poder o las relaciones que surgen del mismo es un fenómeno que ha acompañado y se ha desarrollado en la humanidad desde sus inicios hasta nuestro tiempo actual, y de esta manera ha generado un ambiente para la dominación, el control y la normalización de los seres humanos. Por ejemplo, para no ir tan lejos estos ejercicios de poder son evidenciados desde la conquista, ya que “la codificación de las diferencias entre conquistadores y conquistados en la idea de raza, es decir, una supuesta diferencia entre la estructura biológica que ubicaba a los unos en situación natural de inferioridad respecto de los otros” (Quijano, 2014, p. 778), con ello se fomenta la idea de establecer relaciones de dominación que aún se presentan en la actualidad, con consecuencias de gran impacto y sufrimiento que termina en la fragmentación social.

Es decir, el poder domina, los pensamientos, el conocimiento y las formas de ser o estar en el mundo, generando así un desarraigo de la propia identidad, ocasionando una desconexión consigo mismo, haciendo que exista una ausencia o pérdida de la capacidad normal para autodefinirse, en este sentido y como consecuencia al estar atravesado por estos ejercicios de poder se ve situado a experimentar distintas crisis de identidad. Siendo así, que se evidencia cómo esta pérdida afecta las acciones del sujeto, la capacidad para reconocerse a sí mismo y a los demás, así como la habilidad para cuidar de sí y de quienes lo rodean.

El poder se impregna de distintas maneras y de diferentes formas en los contextos sociales, por tal para este proyecto es pertinente abordarlo desde la mirada de Foucault y a través de los micropoderes, de esta manera Foucault (1977) define los micropoderes como “formas sutiles de dominación”. Estos mecanismos de control se manifiestan a través de instituciones, discursos y prácticas sociales que operan en la vida cotidiana. Así, los micropoderes crean subjetividades, influyendo en las formas de ser, estar y pensar de los individuos; Además, desempeñan un papel clave en cuanto a la creación de los cuerpos disciplinados, moldeando

eficazmente las actitudes y perpetuando dinámicas de poder que afectan la identidad y autopercepción. Según Foucault (1977), es importante señalar que estas formas sutiles de poder están atravesadas por un pasado en el que el castigo y la tortura se utilizaban como métodos de control social, estos actos no sólo infligían dolor físico a los cuerpos, sino que también buscaban infundir miedo, que a su vez disuadía de cometer futuros delitos.

De este modo, el miedo se convierte en una herramienta de subyugación, en la que se obliga a los individuos a comportarse de forma “apropiada” para evitar convertirse en blanco de la violencia. Este legado de miedo no sólo afecta al comportamiento de los individuos, sino que también tiene un profundo impacto en su identidad y en la forma en que se relacionan con su contexto social. Así, los micropoderes actúan como un recordatorio constante de la vigilancia y el control que, aunque menos visibles, aún persisten en la vida cotidiana. Las instituciones, como la escuela, el trabajo, la familia y los medios de comunicación, ejercen un poder significativo sobre la identidad, definiendo la formación y transformación continua de los sujetos, creando y recreando la identidad en función de las influencias que recaen en él. Esto ocurre debido a relaciones que se manifiestan de manera sutil y constante por parte de estas instituciones, que moldean las percepciones y comportamientos en la interacción con estos espacios, que no solo afecta la percepción personal, sino también las relaciones con los demás y con el mundo en general.

Las ideologías juegan un papel crucial en la construcción de la identidad, ya que los discursos que emergen de la ideología dominante limitan las posibilidades de autoexpresión, estas ideologías establecen formas de pensar y de interpretar el mundo, alineándose con lo que se considera aceptable en una sociedad particular. Como resultado, se produce un epistemicidio (Bouaventura, 2009) que margina los discursos no respaldados por las ciencias exactas, por ejemplo, lo que genera una cuadrícula cotidiana en la que los cuerpos son moldeados para

ajustarse a ideales preestablecidos. En este sentido, las relaciones de poder en instituciones como la escuela se manifiestan a través de la represión en la enseñanza, donde se determinan los conocimientos, experiencias y aprendizajes que se consideran más adecuados para los estudiantes, descartando aquellos que en contraposición puedan contribuir a la construcción de una identidad diversa y auténtica. Este proceso no solo limita el desarrollo individual, sino que también perpetúa un modelo de sujeto que se alinea con los intereses de la ideología dominante. Así, la educación se convierte en un instrumento de control que restringe la creatividad y la pluralidad de perspectivas en la formación de identidades.

A partir de la interacción social, se establecen dinámicas que emergen de las interacciones cotidianas y que traen consigo normas grupales que limitan la expresión individual, ya que cada institución e individuo promueven ciertas reglas con el fin de generar un tipo de control sobre el otro, sin embargo, para Foucault (1977) “el poder no es una institución, ni una estructura, ni cierta potencia de la que algunos estarían dotados: es el hombre que se presta a un haz de relaciones desiguales y móviles” (p. 126). Entonces, el poder no puede comprenderse como una posesión y solo puede existir entre la interacción entre individuos, ya que al ejercer estas dinámicas de control se establecen normas que perpetúan el poder de un grupo sobre otro, creando jerarquías que pueden ser sutiles pero efectivas, por ejemplo, la antigüedad de una persona en un entorno específico, junto con el conocimiento que adquiere a través de sus experiencias, puede generar una falsa sensación de poder sobre los recién llegados, quienes aún desconocen el contexto, creando una forma sutil de dominación que impregna la vida cotidiana y moldea las acciones. Según Foucault (1975), la televisión, la escuela, la familia, entre otras instituciones ejercen un control significativo a través de mecanismos de vigilancia, castigo y recompensa, donde la sociedad evalúa y sanciona a los individuos según sus comportamientos, los cuales pueden alinearse o entrar en conflicto con lo que se considera "normal", y a medida

que los sujetos internalizan estos discursos y desarrollan una identidad que se construye en función de las expectativas sociales, se sacrifican los propios deseos y aspiraciones, ya que estas normas determinan la forma de ser o estar en el mundo que en muchos casos son guiadas y respaldadas por instituciones sociales y culturales, llevando a la configuración de sujetos que puedan interiorizar determinados roles y autocontrolarse.

Otro aspecto para mencionar es la vigilancia, que entra a formar un papel fundamental en este contexto, ya que se manifiesta de forma autónoma: al sentirse observados, los individuos ajustan su conducta para no contradecir las normas preestablecidas, dado que:

Aquel que está sometido a un campo de visibilidad, y que lo sabe, asume por su cuenta los constreñimientos del poder; los hace jugar espontáneamente sobre sí mismo; escribe en sí mismo la relación de poder en la que ambos se hallan permanentemente enfrentados (Foucault, 1975, p. 208. Traducido por Garzón del Camino).

De lo anterior se podría decir que los sujetos se autorregulan a medida que se sienten observados por estos mecanismos de poder, lo cual provoca una pérdida de autenticidad, porque lo que se siente y se desea ser, queda a merced de las expectativas externas, la identidad se convierte así en una construcción homogénea, donde se ignoran las particularidades de cada persona. En este proceso, no importa quien se es, de dónde viene, ni qué se quiere, siendo reducidos a un número más en un sistema que demanda roles específicos para sus habitantes.

En conclusión, este control social, analizado desde la perspectiva de los micropoderes de Foucault, revela cómo los ejercicios de poder operan en la cotidianidad, moldeando las acciones y pensamientos, donde la disciplina se convierte en un mecanismo que no solo regula comportamientos, sino que también determina cual es el tipo de sujeto a formar, individuos que piensan y actúan conforme a los intereses del estado y las grandes instituciones. Además, las técnicas disciplinarias utilizadas para controlar y regular el comportamiento de los individuos, como la vigilancia constante y la normalización de las conductas, desempeñan un papel crucial en

la pérdida de identidad. Estas prácticas no solo buscan asegurar la conformidad con las normas sociales, sino que también crean un entorno en el que los individuos son constantemente evaluados y categorizados, al normalizar ciertos comportamientos y descartar otros, se establece una jerarquía que margina a aquellos que no se ajustan a los estándares impuestos, resultando en la exclusión social, llevando a la necesidad de encajar en moldes establecidos, donde las personas se ven obligadas a renunciar a su esencia para ser aceptadas. Así, las técnicas disciplinarias, al regular y controlar, contribuyen a la pérdida de la identidad, de manera que, es necesario conocer y cuestionar estos mecanismos de poder para generar una expresión auténtica y asimismo desafiar la homogeneidad impuesta por las grandes instituciones.

### **1.3. Violencia como manifestación del poder**

La violencia ingresa como un factor adicional a la pérdida de identidad, ya que esta se encuentra inmersa dentro de los ejercicios de poder, por tal es necesario conceptualizar el término de violencia, que desde la Organización Mundial de la Salud (OMS) “es el uso intencional de la fuerza física o el poder real o como amenaza contra uno mismo, una persona, grupo o comunidad que tiene como resultado la probabilidad de daño psicológico, lesiones, la muerte, privación o mal desarrollo” (párr. 1). De esto se puede decir que la violencia con sus repercusiones termina siendo el medio por el cual los sujetos son doblegados, generando un control sobre los cuerpos que son sometidos a partir del miedo. Del mismo modo, se entiende que la violencia ha hecho parte de la condición humana desde hace cientos de años, teniendo origen en la lucha que se da a partir de las revoluciones o desarrollo social que se manifiesta en la sociedad por múltiples ocasiones propiciado a partir de conflictos políticos, sociales y culturales. En consecuencia, la violencia puede producirse por diferentes factores que guían este actuar de una situación a otra o

de una persona hacia otra, propuesto por el Instituto Universal de Capacitación Policial UCIPOL (2023), se dan de la siguiente manera:

- Violencia a la niñez y en hogar que pueda influir en el aprendizaje de conductas violentas.
- Abuso de sustancias como drogas y alcohol que no permiten controlar los impulsos.
- Problemas mentales como bipolaridad, esquizofrenia y el trastorno límite de personalidad que pueden llevar a comportamientos violentos.
- Factores sociales y culturales como discriminación, desigualdad económica dentro de una comunidad.

Así, estos factores pueden generar distintas maneras de violencia, por ejemplo, (física, sexual, psicológica o emocional, de género, económica, omisión o negligencia). A continuación, en un cuadro se mostrarán las principales características de cada una según Profamilia (*s.f.*) y Bienestar Familiar (2022):

**Tabla 1**

Tipos y formas de violencia

tipo de violencia	Definición
Violencia física	Es toda acción que usa la fuerza física para causar dolor, malestar, lesiones, daños a la salud o al desarrollo del niño, niña o adolescente, está se puede ejercer a través de manos o cualquier parte del cuerpo, objetos, armas, sustancias o agentes químicos.
Violencia sexual	Se refiere a todo acto o comportamiento de tipo sexual ejercido sobre un niño, niña o adolescente, utilizando la fuerza o cualquier forma de coerción física, psicológica o emocional, aprovechando las condiciones

	de indefensión, de desigualdad y las relaciones de poder existentes entre víctima y agresor.
Violencia psicológica	Es toda acción u omisión destinada a degradar, discriminar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de los niños, niñas y adolescentes, a través de formas como Humillar, Rechazar, Aterrorizar, Aislar o cualquier otra conducta que implique un perjuicio en la salud mental o el desarrollo personal.
Omisión o negligencia	Se refiere a la falta de protección y cuidado mínimo del niño, niña o adolescente por parte de los progenitores o encargados del cuidado. Existe negligencia cuando los responsables del cuidado no protegen de la exposición al peligro, ni atienden, o satisfacen las necesidades básicas de los niños, niñas y adolescentes, sean estas físicas, psicológicas, educativas o de salud, teniendo los medios, el conocimiento y acceso a la prestación de servicios.
Violencia económica	Ocurre cuando se utiliza el dinero como un factor para dominar o establecer relaciones de poder perjudiciales. Este tipo de violencia se puede manifestar cuando a la persona se le quita el dinero que gana, se le impide gastarlo en beneficio suyo o de su familia, o se le niega el dinero para controlar su independencia.
Violencia de género	Son los actos violentos contra una persona debido a su sexo o preferencia sexual. En muchos casos, son actos que se ejercen contra las mujeres y están relacionados con el control que algunos hombres creen tener sobre ellas, generalmente, aprovechándose de condiciones de indefensión, desigualdad y poder

*Nota:* Tabla creada por autoría propia utilizando elementos de Profamilia (s.f.) y Bienestar Familiar (2012).

La información anteriormente presentada permite hacer un correlación entre los tipos de violencia y las relaciones de poder, puesto que al existir ese poder dentro de una situación o persona, influye en su manera de pensar y actuar haciendo que los ejercicios de poder se vuelvan fuertes llegando a causar actos violentos que pueden contribuir a la problemática de la pérdida de identidad, en ese sentido la unión de ambos ocasiona problemas graves y profundos en los sujetos, por tal, los tipos de violencia analizados previamente propician el marco para el análisis de una pérdida de identidad con mayores repercusiones, de esta manera los sujetos situados a estas condiciones, sufren constantemente de crisis de identidad o desequilibrios de la misma, lo cual genera en el sujeto una desconexión de su yo, adaptándose así, al contexto en el que crece y se desarrolla, perdiendo su identidad y la capacidad de relacionarse con otros de manera positiva (relaciones interpersonales).

En consecuencia, las personas que hacen parte de contextos violentos generalmente pueden sufrir de un desarraigo más notorio de la pérdida de identidad personal, así mismo estos comportamientos repetitivos en su desarrollo moldean un sujeto que permite y genera estas conductas de forma normalizada en su vida, dichos patrones llevan a la exclusión de la sociedad. Se ha trabajado para que estas personas puedan tener una reinserción dentro de la sociedad y puedan vivir bajo las normas ya establecidas, aun así, se trabaja más para que estos sujetos sean útiles dentro de un sistema, más no apuntan a que haya una reflexión de sus actos y de las consecuencias, para que así reconozcan su propia identidad de forma crítica, el valor de su cuerpo y el de los demás, logrando ser parte de una comunidad.

### ***1.3.1. Manifestaciones de poder en centros de reclusión y/o acogida***

Los centros de reclusión o también conocidos como cárceles o penitenciarias, son establecimientos encargados de cumplir con la detención preventiva o de la pena, a personas que hayan cometido delitos judiciales o de comisión, por otro lado, los centros de acogida son lugares de protección que ofrecen refugio y apoyo a personas en situación de vulnerabilidad, violencia o personas sin hogar, donde se brindan servicios de apoyo desde distintas dimensiones, ofreciéndoles un ambiente seguro, atención educativa, cuidados y apoyo emocional, o al menos eso es lo que se pretende, aun así, estas atenciones no se llevan en su totalidad a la práctica en la vida real, por diversos factores administrativos o de control sobre quienes necesitan la ayuda pero no la reciben.

Por otro lado, estos lugares al albergar tantas personas empiezan a funcionar como una micro sociedad, donde se establecen reglas, leyes y normas, causando que del mismo modo surjan relaciones o dinámicas sociales que al final terminan asumiendo unos oprimidos y unos opresores. De este modo, las personas al estar presentes en estos espacios terminan realizando acciones y comportamientos de acuerdo con el contexto social más cercano. En la primera infancia se observa con más frecuencia ya que ellos al crecer en un ambiente cercano a estos problemas son influenciados tanto en el ámbito familiar como social a realizar conductas que no son adecuadas para la vida en sociedad. Entonces las instituciones de acogida entran como mediadores para la protección de derechos de los niños o adolescentes y les brindan una atención especializada según la gravedad de sus acciones, ellos los reciben y suplen todas las necesidades básicas dentro su estancia en el lugar, también pretenden enseñarles patrones de comportamientos básicos en la sociedad regido por normas que les permitirá “cambiar y ser mejor” para cuando sean reintegrados con sus familias (Montaña Y Timote, comunicaciones personales, 2024).

#### 1.4. Antecedentes o estado del arte

Apoyados en diferentes trabajos, tesis de grado, artículos y demás, se logra por medio de una matriz establecer un material a utilizar para nutrir de información este proyecto, aquí presentamos una tabla de esta a modo de guía de contenidos, la cual se estructuro basado en una búsqueda a nivel nacional y de la universidad Pedagógica Nacional.

**Tabla 2**

Antecedentes locales UPN

Título	Objetivo	Problemática	Metodología	Aporte a mi pcp
Educación corporal como potenciadora de las prácticas con sentido.	EF como posibilitadora del pensamiento crítico y reflexivo para la apropiación de las acciones.	Como la EF a través de las experiencias corporales significativas, el meta pensamiento, dialogicidad y dialéctica, potenciar la corporeidad, conocimiento de sí y que pueda apropiarse de	Los ejes de aprendizaje, que son la dialéctica, la dialogicidad y el meta pensamiento, los cuales dentro de las planeaciones de cada sesión están presentes	El proyecto está enfocado en la población en estado de reclusión y aporta autores que abordan nuestros ejes de aprendizaje. Entre ellos Foucault

		<p>sus actuaciones mediante el pensamiento crítico y reflexivo.</p>		
<p>La educación física como mediadora de cuerpos en espacios de reclusión</p>	<p>Generar espacios y ambientes de aprendizaje, en donde se posibiliten procesos de resignificación corporal, a partir de una reconstrucción vivencial, histórica, socioafectiva, política, cultural y motriz frente a la concepción</p>		<p>Se investiga sobre qué tanto se trabajó en esta población y desde qué disciplinas. Reconocimiento del contexto: En esta etapa se realizan observaciones participativas en el espacio carcelario. Construcción de la propuesta: Se fundamenta desde las</p>	<p>Aporta elementos de resignificación corporal. Además, nos ayuda a guiar nuestro enfoque el cual discrepa del documento puesto que no se busca cambiar comportamientos, sino una reflexión de ellos que posibilite un nuevo aprendizaje.</p>

	de cuerpo, a través de la educación física, en las internas de la reclusión de mujeres.		problemáticas y necesidades del contexto.	
Fortalecimiento del tejido social a partir de los saberes y experiencias de las personas privadas de la libertad en la cárcel y penitenciaría de media seguridad de Bogotá la modelo	Crear una estrategia de formación dirigida a las PPL desde la enseñanza de las ciencias sociales con los contenidos curriculares de los CLEIs V y VI teniendo en cuenta sus intereses, saberes y experiencias,		Recuperación de saberes y experiencias, un segundo momento de diálogo de saberes y experiencias y un tercer momento en donde se recogen y socializan todas las experiencias y aportes para proponer	Ayuda a reconocer los problemas que intervienen en las PPL y que tipo de investigación podría ser la más adecuada para la recolección de información.

	que les permita fortalecer su tejido social.		algunas soluciones.	
--	--	--	---------------------	--

*Nota:* De autoría propia construida por los insumos investigados.

### Tabla 3

#### Antecedentes nacionales

Título	Objetivo	Problemática	Metodología	Aporte a mi pcp
La educación física y el deporte social para la paz y el posconflicto en Colombia	Hablar acerca del componente esencial de la educación, asumiendo responsabilidad desde la formación como eje de desarrollo para la nueva etapa del posconflicto.	La violencia y el conflicto están íntimamente ligados a la crisis social que se vive en territorios rurales o urbanos. Cuando la escuela es vulnerable por el contexto donde está ubicada, es posible que incida	Intervenir por medio de conceptos como, el conflicto, la violencia, la EF y el deporte social, para generar una interiorización del proceso de reconciliación que ayude a la transformación y contribuya de manera	Entender el contexto de conflicto y la violencia y como desde la educación física y el deporte social se genera una reflexión y transformación de las prácticas de manera significativa.

		negativamente en las relaciones de los actores educativos.	significativa a la formación en comportamientos y valores.	
Corporeidad e institución: una mirada hermenéutica a los adolescentes en privación de libertad en la escuela de trabajo el redentor (eter).	Determinar la influencia del Sistema de Privación de Libertad en la corporeidad de los adolescentes, considerando la corporeidad, las relaciones corporeidad, las relaciones corporeidad espacio.	La problemática gira en torno a dos cuestiones: de una parte, <i>el ser y el deber ser</i> y cómo se evidencia el Sistema de Responsabilidad Penal en la corporeidad de los adolescentes en privación de la libertad	Como método específico se aplica el método etnográfico, para el desarrollo de la investigación se plantean como técnicas: el análisis heurístico y hermenéutico, utilizando la conversación y las relaciones proxémica.	Cómo influyen los espacios de reclusión en la corporeidad de los adolescentes, asimismo como se establecen las relaciones de Proxemia en la hermenéutica.
Reeducación de los Jóvenes Infractores desde	Permitir una evolución de aprendizaje de los menores	Se evidencia sobre la incidencia de los menores que	Aprendizaje colaborativo en los centros de reclusión, para	Las causas que pueden llevar a los infractores a entornos de

el Aprendizaje Colaborativo	infractores, por medio del panorama en que se encuentran y las razones por las que los condujeron a esta condición.	toman el camino de delinquir por las innumerables condiciones y razones en las que se encuentran, es lo que en razón busca el estado en los centros de reclusión para menores.	construir conocimiento entre los jóvenes que han infringido algunas normas, rompiendo así con el modelo pedagógico técnico-tradicional, que solo crea personas dóciles para el sistema.	reclusión, además el rompimiento de un modelo técnico-tradicional en la educación.
-----------------------------	---	--	---	--

*Nota:* De autoría propia construida por los insumos investigados

### **1.5. Marco legal**

Este proyecto curricular se sustenta por las diversas leyes y artículos dispuestos en la Constitución Política de Colombia de 1991, así como en la legislación específica para personas privadas de la libertad, como la Ley 65 de 1993 (Código Penitenciario y Carcelario), la Ley 115 de 1994 (Ley General de Educación) y la ley 1098 de 2006 (código de infancia y adolescencia). Toda la información aquí presentada puede ser corroborada en estos documentos o en los sitios pertinentes en línea. El material mostrado será de carácter fundamental para entender los derechos y deberes de las personas y docentes que están o conviven en el contexto de privación de la libertad, así como para comprender cómo estos derechos y deberes influyen en el ambiente,

comportamientos, relaciones y decisiones de quienes participan en procesos educativos dentro del sistema penitenciario.

Las leyes mencionadas anteriormente establecen un marco legal que reconoce la educación como un derecho inalienable, incluso para aquellos que se encuentran privados de su libertad. En este contexto, la educación física no solo se concibe como una actividad para el desarrollo físico, sino también como una herramienta integral para la resocialización y el desarrollo de habilidades sociales y personales en los distintos contextos o realidades sociales. Por tal, en centros de reclusión, la educación física adquiere un papel fundamental en el marco de las políticas y leyes colombianas, diseñadas para garantizar los derechos educativos de todas las personas, sin importar su condición. El Artículo 67 de la Constitución Política de Colombia (1991) subraya que:

La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura (Art. 67).

A partir del artículo 67 se entiende que todas las personas tienen derecho a acceder a la educación, donde el estado debe garantizar su acceso. No obstante, en la realidad, la mayoría de los centros de reclusión se limitan a impartir la educación como un acto obligatorio sin propósito, generando en los reclusos un desinterés por educarse de manera integral. La Ley 65, Código Penitenciario y Carcelario (1993) en sus artículos 118, 119 y 120, refuerzan este derecho al establecer la obligación del sistema penitenciario de proporcionar programas educativos que incluyan actividades físicas, las cuales son vitales para el bienestar físico y mental de los internos, además de ser un medio para canalizar la energía y reducir el estrés. Al mismo tiempo, la ley general de educación nos dice que: “la educación para personas privadas de la libertad debe orientarse a su resocialización y reintegración en la sociedad, brindando herramientas para su

desarrollo personal y social” (Ley 115 de 1994 - Ley General de Educación, Artículo 178). De modo que, la ley establece desde sus directrices las condiciones educativas para los internos, pero en la realidad se queda inscrito en el papel, ya que los internos al no recibir el desarrollo integral por parte de la educación, prefieren pasar su tiempo en otras actividades que no permite el reconocimiento y el desarrollo personal o social, ocasionando que la problemática de la pérdida de identidad personal se agudice y genere problemas de convivencia al no reconocer ni valorar su mismidad ni la otredad.

Del mismo modo, la Constitución Política menciona, “el Estado garantiza las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra” (Constitución Política de Colombia, 1991, artículo 27). Lo cual es primordial para la construcción del individuo en relación con el ideal de hombre que se pretende formar, sin embargo, en la mayoría de las instituciones los conocimientos a impartir están condicionados por las grandes instituciones. Respecto a la protección de derechos de los niños, niñas y adolescentes, la Ley 1098 de 2006 (Código de la Infancia y la Adolescencia) tiene como finalidad “garantizar a los niños, a las niñas y a los adolescentes su pleno y armonioso desarrollo para que crezcan en el seno de la familia y de la comunidad, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión” (2006, artículo 1). Donde se garantiza que cada uno de ellos puedan crecer y desarrollarse en un ambiente seguro, ofreciendo todas las herramientas necesarias para su vida. En concreto, la identidad se concibe como un derecho fundamental para todos los niños y adolescentes de Colombia, aun así, esta construcción del yo termina siendo fragmentado por los procesos disciplinarios de las instituciones, formando en el sujeto una normalización respecto al modo adecuado para estar en el mundo. A su vez, la ley 1516 de 2012 tiene unos principios fundamentales como:

La protección y la promoción de la diversidad de las expresiones culturales presuponen el reconocimiento de la igual dignidad de todas las culturas y el respeto de ellas, comprendidas

las culturas de las personas pertenecientes a minorías y las de los pueblos autóctonos (Ley 1516, 2012, artículo 2).

Por ello es primordial proteger la igualdad y respeto por lo que es diferente, puesto que en la realidad esta ley se queda escrita solo en papel y son pocos los procesos de trabajo que se ofrecen hacia la comunidad con relación a ello. En suma, las anteriores leyes presentadas propician el marco legal por el cual se sustenta el proyecto curricular particular.

## **2. Capítulo 2**

### **2.1. Perspectiva educativa**

A partir del Proyecto de Curricular Particular (PCP), se propone enfrentar el problema de la pérdida de identidad personal, un fenómeno que afecta profundamente las acciones del individuo, su capacidad para reconocerse a sí mismo y a los demás, y su habilidad para cuidar de sí mismo y de quienes lo rodean. De esta manera se busca fortalecer la identidad desde una mirada humanística, otorgando al sujeto una serie de capacidades en busca de alcanzar el potencial de desarrollo humano, utilizando la expresión corporal desde un enfoque disciplinar, ocasionando en el sujeto una conexión con su cuerpo como medio de conocimiento y de transformación de sus acciones y de las habilidades necesarias para su desarrollo personal, social, emocional y comunicativo, todo ello a partir de un acto educativo transformador, donde prima la reflexión y acción del sujeto dentro de su propio contexto para que sea consciente de su papel en la sociedad.

### **2.2. Ser humano con capacidades para alcanzar su desarrollo potencial**

Desde el área humanística este PCP se plantea a través de la teoría de desarrollo que se centra en las capacidades humanas propuesta por Martha Nussbaum, donde el “enfoque concibe cada persona como un fin en sí misma” (Nussbaum, 2012, p. 38), así pues, este enfoque se basa en que la persona reconozca lo que es capaz de “hacer y ser” de esta manera, las capacidades humanas se presentan como el pilar central para el bienestar social e individual, desarrollando una teoría basada en la justicia donde se debe garantizar que todas las personas tengan la oportunidad de desarrollar un conjunto de capacidades que permita “elegir y actuar” (Nussbaum, 2012), con el fin de alcanzar una vida digna, que a su vez permite el libre desarrollo de la identidad. Entonces, se entiende que la teoría de las capacidades hace un llamado a que “las sociedades deberían promover para sus pueblos un conjunto de oportunidades (o libertades

sustanciales) que las personas pueden llevar, o no llevar a la práctica” (Nussbaum,2012, p. 38), o sea, bajo esta teoría es importante propiciar el desarrollo de las libertades sustanciales para que el sujeto pueda tomar decisiones a través de sus facultades de autodefinición, de esta manera, los sujetos desarrollan habilidades y saberes, que aportan en el reconocimiento de sí mismos y los demás, por ejemplo, aprender a leer, escribir, solucionar problemas, cuidar de la salud o trabajar en equipo son capacidades que aportan en cuanto a reconocerse, reconocer a los demás, cuidar de sí mismos o de quienes los rodean.

En ese sentido, se promueve el empoderamiento de las personas, permitiéndoles tomar decisiones informadas de sus vidas, aumentando su autonomía y su sentido de pertenencia y responsabilidad dentro de una comunidad. Con relación al ideal de ser humano se hace referencia a las diferentes formas en las que el sujeto puede vivir y desarrollarse, generando posibilidades que representan una libertad para elegir su propio camino. En consecuencia, las capacidades internas, entendidas como “rasgos y aptitudes entrenadas y desarrolladas en muchos casos desde unas interacciones con el entorno social, económico, familiar y político” (Nussbaum, 2012, p.41). forman parte de la construcción de la identidad del sujeto, sin embargo, dichas capacidades no pueden concebirse de forma aislada porque es necesario establecer una relación con lo económico, político y social, generando que el concepto de capacidades internas se conciba como capacidades combinadas, que para Nussbaum son “la totalidad de las oportunidades que dispone para elegir y para actuar en su situación política, social y económica concreta” (Nussbaum, 2012, p. 40) por ello, es fundamental desarrollar las capacidades internas para potenciar la toma de decisiones del sujeto, no obstante, hay que generar los escenarios propicios para que el individuo pueda desarrollarlas en la práctica y desde allí puede potenciarlas, porque al no llevarlas a la práctica se vuelven obsoletas y se pierden.

Respecto a la pérdida de identidad a través los ejercicios de poder se halló que las instituciones no propician el desarrollo de las capacidades y en contraposición fomentan la desigualdad y la disciplina de los cuerpos, aspectos que no permiten al sujeto desarrollarse correctamente desde todas sus dimensiones, causando una ruptura en la capacidad de reconocimiento propio y de los demás, por ello, es primordial desarrollar las capacidades internas del sujeto para potenciar su desarrollo personal como individuo que luego aportará a la sociedad, pero dicha sociedad debe generar distintas oportunidades que permitan al sujeto experimentarlas, en este sentido los sujetos tiene la libertad de llevarlo o no a la práctica, ellos eligen, debido a que es un enfoque comprometido con el respeto a las facultades que tiene el sujeto para autodefinirse, por tal, la identidad bajo esta teoría se desarrolla de manera positiva puesto que el sujeto obtiene las herramientas para potenciarse desde lo interno hasta lo político, social y económico, sin embargo, se fomenta el protagonismo activo en cuanto a las decisiones que toma la persona para elegir su propio camino, a través de una mirada autónoma y consciente.

Ahora, situando la teoría de capacidades en un micro contexto como los centros de reclusión se halló una relación entre la dignidad y la identidad, puesto que las experiencias negativas en cuanto a la dignidad terminan “atrofiando o deformando el desarrollo de sus capacidades internas [...] [puesto que en cada situación sea leve o grave] invade su vida interior de pensamientos y emociones, y cambia su relación consigo misma” (Nussbaum, 2012, p. 51). Al abordar la dignidad en centros de reclusión es normal encontrar situaciones graves que atentan contra la misma, por ello, es primordial abordar esta teoría en las personas privadas de la libertad (PPL), dado que le otorga al sujeto una nueva concepción de sí mismo y de quienes lo rodean.

A través de la teoría de las capacidades se busca propiciar el desarrollo humano, entendido como “el despliegue de unas facultades que traen las personas consigo al mundo” (Nussbaum, 2012, p.41), en otras palabras, la teoría de Nussbaum fomenta la activación y

crecimiento de las capacidades internas que el individuo trae desde su nacimiento, en este caso, el desarrollo de las mismas se presenta con el fin de generar un progreso que permita alcanzar una vida digna y del mismo modo que el sujeto pueda tomar decisiones informadas en cuanto a su forma de ser y estar en el mundo, desde su propia subjetividad. No obstante, bajo esta perspectiva no se privilegia a las personas que traen más desarrollados sus capacidades innatas, sino que se da mayor relevancia a los sujetos que necesitan más ayuda en sus procesos para alcanzar los niveles, por lo cual esta teoría se centra en promover la igualdad de condiciones y de oportunidades en pro de alcanzar unas condiciones de vida favorables para todos sin importar su raza, género, religión, contexto social, etc.

En cuanto al desarrollo del potencial humano el sujeto debe alcanzar un umbral de diez capacidades básicas, lo cual es esencial para generar situaciones adecuadas y conocimientos en los individuos que permitan una toma de decisión basado en las “libertades sustanciales” (Nussbaum, 2012), dicha toma de decisión debe ir influida por los propios conocimientos y las capacidades desarrolladas, por tanto quien desee potenciar el desarrollo humano debe fomentar un proceso que metafóricamente se relaciona con las flores, ya que así como ellas necesitan sol, agua y nutrientes para florecer, los seres necesitan experiencias, aprendizajes y apoyo de quienes los rodean para crecer y desarrollarse adecuadamente. Por consiguiente, bajo la presente teoría se destacan 10 capacidades que se presentan como básicas para alcanzar el potencial de desarrollo humano. De esta manera, este proyecto no definiría explícitamente el concepto de cada una, para ello puede remitirse al texto “crear capacidades” (Nussbaum. 2012), en este sentido, directamente se establecerá una relación desde cada una de las capacidades respecto al fortalecimiento de la identidad personal a través de la capacidad de tomar decisiones desde la libertad y sentido de sí mismo, la siguiente información a presentar está relacionada con el PCP y las capacidades básicas propuestas por (Nussbaum, 2012, pp. 53-54-55)

- Vida: en relación con la vida se busca que el sujeto apropie su cuerpo y reconozca la importancia de no solo estar vivo sino de sentirse vivo, de acuerdo con ideales propios que permitan otorgar un nuevo sentido al estar en el mundo, generando una constante reflexión de la importancia de cuidar él mismo.
- Salud física: promover el movimiento con sentido que permita una adecuada salud física y emocional, favoreciendo el reconocimiento del cuerpo como factor fundamental en el fortalecimiento de la identidad.
- La integridad Física: fomenta que los cuerpos puedan estar tranquilos en cuanto ataques violentos, ya que a través del respeto por lo diferente y una mejora en las relaciones sociales los sujetos logran alcanzar una tranquilidad sea cual sea el lugar donde residan, reconociéndose desde sus sentires y actuares, desarrollando la capacidad de respetar la integridad propia y ajena.
- Sentidos, Imaginación y pensamientos: desde la expresión corporal se fomenta actividades que permiten la libre expresión de los sentidos, la imaginación y el pensamiento, que permita a los individuos desarrollarse a partir de “experiencias placenteras” (Nussbaum,2012, p. 54).
- Emociones: Es pertinente propiciar el desarrollo de emociones que permita a los sujetos reconocerse desde sus sentires y los sentires de los demás, para desde allí fomentar una toma de decisiones desde un acto reflexivo evocado desde las emociones. De esta manera, se busca el reconocimiento del yo en relación con las emociones como factor fundamental para el reconocimiento propio.
- Razón Práctica: la razón práctica beneficia el desarrollo de la capacidad de formar una concepción del bien y reflexionar sobre la propia vida y de esta manera tomar

decisiones desde su propio criterio, sus experiencias, relaciones sociales y aprendizajes hacia una concepción del bien, además, la razón práctica se alimenta principalmente de las relaciones sociales ya que son el principal medio por el cual se internalizan las normas, los valores y las creencias de una cultura en específica, es así como las relaciones sociales ocupan un papel importante en dicha concepción del bien, ya que la sociedad desde el contexto histórico-cultural ofrece una definición del bien que el sujeto decide si internalizará o no, debido a que el bien no es estático sino algo que evoluciona y se adapta a nuevos conocimientos y experiencias. De esta manera, el bien, actúa como una guía que orienta el comportamiento y ayuda a forjar vínculos basados en el respeto mutuo, la comprensión y el deseo de un bienestar compartido.

- **Afiliación:** Las relaciones sociales son primordiales para el desarrollo de una identidad que se forma de lo colectivo a lo individual ya que se busca generar una identidad que permita ser desde lo demás y asimismo valore la diversidad y la igualdad para construir relaciones basadas en el respeto mutuo, la empatía y la justicia, creando las bases para unas adecuadas relaciones sociales donde todos los seres son dignos de igual valor, sin ser discriminados por su raza, género, orientación sexual, contexto social, etc., y de esta manera “poder vivir con y para la sociedad” (Nussbaum, 2012, p.54) donde todos los sujetos sean valorados desde su singularidad y tengan las mismas oportunidades de desarrollo.
- **Otras especies:** esta capacidad ofrece al estudiante reconocer que todos los seres viven y se relacionan en un mismo ecosistema, al reconocer y respetar otras especies se aceptando una conexión con el mundo del que todos son parte fundamental. Por lo cual, cultivar una relación respetuosa enriquece el reconocimiento de lo otro como

parte primordial de la vida, promoviendo un futuro más prometedor para todas las especies que habitan este planeta.

- Juego: se busca ofrecer unos espacios para que los individuos puedan explorar y descubrir sus capacidades y dificultades, con el fin de crear una idea más clara de sí mismos, además, se busca desde el juego fomentar situaciones y roles que permitan una formación de su identidad, que sean orientados en relación con la interacción social para permitir la cooperación y la resolución de conflictos, pues se busca que al superar los objetivos planteados se genera un refuerzo positivo en la construcción de la identidad, todo ello a raíz de los sentimientos y emociones que propicia el juego, lo cual genera una confianza en sí mismos.
- Control sobre el propio entorno: un adecuado reconocimiento de su contexto proporciona al sujeto una base para influir en un cambio social, empoderando al individuo a una participación en las relaciones políticas ya que al valorarse a sí mismo y a los demás se busca proteger los derechos de los seres vivos, en consecuencia, se busca la igualdad de oportunidades para que todos puedan desarrollarse de manera equitativa para alcanzar su máximo potencial.

A partir de lo anterior se observa cómo las capacidades pueden ser desarrolladas o limitadas en función del contexto, el estrato socioeconómico e incluso el género de los individuos, esta variabilidad permite clasificar dichas capacidades con el objetivo de promover el bienestar humano y ofrecer diversas alternativas para mejorar la calidad de vida. En línea con lo que propone este PCP, se busca generar un fortalecimiento de la identidad personal, que propicie mejores relaciones sociales y desde allí contribuir en el desarrollo individual, también cultivar una convivencia más inclusiva y respetuosa entre todos los miembros de la comunidad,

reduciendo las situaciones de violencia. Además, esta teoría brinda una perspectiva más amplia y holística del desarrollo humano, al adoptar un enfoque positivo, ya que se centra en las oportunidades que tienen las personas para “hacer o ser”, con el fin de alcanzar una vida digna y plena. En este contexto, las brechas de desigualdad emergen como un factor crucial a abordar, ya que la reducción de estas es fundamental para construir sociedades más justas y equitativas, de esta manera, se busca desde la teoría de desarrollo promover las distintas áreas de la libertad, ya que cada una promueve un área que permite el reconocimiento propio y del otro, en consecuencia, el sujeto puede elegir y actuar orientado por el respeto propio y de los demás, de este modo se rechaza la idea de concebir seres que funcionan de determinada manera. Es así como este enfoque no solo promueve el bienestar individual, sino que además fomenta la cohesión social y el respeto por la diversidad, creando entornos donde todos puedan contribuir y prosperar.

### ***2.3. La identidad personal a través del cuerpo***

El área de disciplinar se trabajará por medio de la expresión corporal, para ello se definirá dicho concepto; la expresión corporal es un lenguaje no verbal que utiliza el cuerpo como medio de comunicación y no se limita al campo de la danza o el teatro, sino que es una herramienta de comunicación integral que incluye tanto lo físico como lo emocional, se usa más el movimiento del cuerpo para comunicar emociones, sentimientos y pensamientos. La expresión corporal aparece como una manifestación social para responder a las necesidades en la formación de músicos, actores y bailarines, tiene tres etapas que caracterizan su desarrollo, la primera se da en Europa en el siglo XIX, donde había una ideología llamada movimiento corporalista que defendía la liberación sexual, la comunicación espontánea y el sentirse a gusto con su cuerpo. La segunda etapa se da en la época del expresionismo que señala la idea de la danza y la expresión como un medio de protesta a situaciones políticas, económicas y sociales que ocurrían bajo la influencia de

la primera y segunda guerra mundial. La última etapa tuvo su origen en los planteamientos del movimiento corporalista, se consolidó con la revolución de mayo de 1968 donde se utilizó el cuerpo como canal de expresión, convirtiendo la desnudez en el medio y el lenguaje.

Por otro lado, se aborda la expresión corporal propuesta por Luz Elena Gallo que permite integrar el fortalecimiento de la identidad personal para llegar a consolidar una identidad auténtica, esta tendencia brinda una visión totalmente distinta de cómo se concibe el cuerpo, para Gallo el ser corporal no recae en el dualismo cartesiano cuerpo y mente, “sino que lo corporal es el lugar en que somos” (Gallo, 2009, p. 232), es donde el individuo explora y libera sus emociones, a la vez que facilita el desarrollo de la conciencia corporal y la sensibilidad emocional, donde se expresa y transforma a través del movimiento ya que como dice Gallo:

No hay nada que podamos decir, sentir, pensar o desear, en lo que no esté implicado nuestro cuerpo y, a su vez, no hay concepción de cuerpo que no esté atravesado por el lenguaje y la cultura y, así pues, lo cultural, social, simbólico y discursivo se materializan ‘en’ y ‘a través’ del cuerpo (2009, p. 232).

A partir de ello se puede dar cuenta que el cuerpo no está dividido si no que participa en todo como una unidad y se hace partícipe de su contexto a través de los roles sociales o la influencia cultural que recae en él, aquí es donde se trabaja por una transformación a través de la corporalidad, donde el sujeto pueda expresar sus emociones, pensamientos y vivencias a través del cuerpo como un proceso de autoconocimiento a partir de las experiencias vividas.

Dentro de la educación se apunta por un trabajo donde el cuerpo sea instruido como objeto y no como el medio, visto desde algo físico, por otro lado, este PCP al querer fortalecer la identidad y los procesos que llevan el reconocimiento propio y del otro, ha apuntado a una corporalidad simbólica, donde prime la acción, la experiencia y las vivencias, ya que el cuerpo también hace parte del mundo y de su contexto o dicho de otra manera “es el lugar donde ocurre el acontecimiento del existir, pues ‘en el’ cuerpo y ‘por el’ cuerpo es posible gozar, padecer,

sufrir, querer, comunicar, sentir, pensar, reír, llorar, experimentar y hablar, porque todo ello está arraigado al cuerpo” (Gallo, 2009, p. 233), todas situaciones que recaen en él, hacen parte del sentido que se le da a su existencia, lo cual es importante interiorizar para que la educación no siga mediada por procesos tradicionales y se abra paso a un ejercicio experiencial y significativo para el sujeto, en el texto La educación corporal bajo la figura del acontecimiento, Gallo menciona que se debe pensar en una educación que:

Espera más lo inesperado que la prescripción de ideales; que en vez de normalizar las conductas favorezca las singularidades, que más allá de toda esencia predeterminada nos haga devenir; no espera que las cosas ocurran de determinada manera sino en el orden de lo inesperado; no sugiere la reproducción de lo mismo (del yo), sino la repetición de lo diferente (de un no-yo), sugiere un individuo como potencia y no como forma (2011, p. 508).

Teniendo en cuenta lo anterior, el sujeto a formar se trabajará a partir de sus singularidades y del aprendizaje como experiencia que transforma, para que pueda llegar a ser, aceptando los cambios, los problemas, valorando sus ideas y diferencias, para que a su vez aprenda del otro y de su entorno no como una repetición de lo ya predispuesto en la sociedad, sino desde su capacidad de crear e imaginar otras posibilidades de ser y estar en el mundo. Ya que el cuerpo al ser portador de significados, de acontecimientos que siempre estarán sucediendo alrededor de él o que lo afectan y lo dotan de sentido, viéndolo como un cuerpo sujeto y no como cuerpo objeto, permite que haya un reconocimiento como parte fundamental para la identidad personal dentro de los procesos educativos, para que desde allí se pueda adquirir espacios donde el cuerpo sea cuidado, reconocido, expresado y escuchado desde su singularidad y su experiencia subjetiva, justo como lo menciona Gallo (2009) “la Educación Corporal permite pensar desde otro-lugar la corporalidad en la Educación porque ese lugar ya no es el cuerpo como organismo-objeto, sino que el cuerpo se adentra en la singularidad de nuestra experiencia subjetiva” (p. 239).

De esta manera, utilizar la experiencia o aprendizajes previos propios proporciona otros tipos de acercamiento a la formación humana, conocer del otro y de su mundo brinda mayores posibilidades en la reflexión sobre nosotros mismos, permitiendo una transformación del pensamiento y del accionar, siendo así que “la ‘conciencia moral’, como aquel conocimiento que nos lleva a darnos cuenta de nuestros comportamientos” (Gallo, 2009, p. 238) permite evaluar y reflexionar sobre las propias acciones para así, asumir responsabilidades que pueden afectar la subjetividad dentro de los contextos sociales en los que se participa y con quienes se convive.

En los centros de reclusión el cuerpo suele verse como un objeto de vigilancia, disciplina o castigo como se menciona anteriormente en relaciones de poder por Foucault, esto genera una desconexión del cuerpo, por otro lado, Gallo dice que el cuerpo es un sujeto lleno de expresión y sentido donde se puede potenciar su singularidad. Los cuerpos que residen bajo una institución de estas necesitan una apuesta que les devuelva su voz, su historia, su dignidad que les abra paso a la transformación y el fortalecimiento de su “YO”, de una identidad personal libre y segura para que se abra al mundo y así dotarse de significados y experiencias, como dice Gallo en apuntes hacia una educación corporal, más allá de la educación física:

Reconociéndose con su dimensión corpórea (hacia sí mismo), es capaz de entablar diálogo con el otro como inter-corporeidad (hacia el otro) y se reconoce como un ser inseparable del mundo que percibe o más bien se haya implicado en el mundo a través del cuerpo (hacia el mundo) (2007, p. 73).

Con ello el ser humano no solo se dispone al mundo sino a sí mismo dentro de un contexto en el que ha sido rebajado, reducido a la rutina, reprimido, a través de la expresión corporal se busca la recuperación y el fortalecimiento de la relación consigo mismos, reencontrarse y reconocer a los otros desde una dimensión de intercorporeidad donde la experiencia del otro se refleja en el propio cuerpo, así volver a sentirse parte del mundo, la sociedad, como sujetos activos del cambio con deseos y posibilidades de transformación del

cuerpo-vivido como construcción significativa y simbólica de sus experiencias, los acontecimientos o su vida propia (biografía).

#### **2.4. Pedagogía liberadora, como la liberación de los oprimidos**

La pedagogía liberadora, se piensa es fundamental para apoyar procesos que promuevan el fortalecimiento de la identidad ya que a partir de Freire se busca una liberación de los oprimidos a través del acto educativo, de acuerdo con lo anterior, se agrega la alfabetización como medio para poder leer el mundo, lo que es necesario para alcanzar procesos de emancipación que permitan al sujeto liberarse en cierta medida de la opresión y reconocer en ellos mismos el potencial para generar actos que transformen la propia realidad y la de quienes los rodean. Aun así, la liberación no es un acto que surja de manera fácil y sencilla sino por el contrario:

La liberación es un parto. Es un parto doloroso. El hombre que nace de él es un hombre nuevo, hombre que sólo es viable en y por la superación de la contradicción opresores-oprimidos que, en última instancia, es la liberación de todos (Freire, 1970, p. 30).

En ese sentido, se reconoce la complejidad que traen consigo estas apuestas por concebir un mundo más digno para todos, donde se empiezan a tejer nuevas relaciones entre estudiantes y docentes, como, por ejemplo, el dialogo que se inserta de un modo que permite establecer relaciones horizontales entre los actores del conocimiento, dado que “la educación debe comenzar por la superación de la contradicción educador-educando. Debe fundarse en la conciliación de sus polos, de tal manera que ambos se hagan, simultáneamente, educadores y educandos” (Freire, 1970, pág. 53). De ello, se logra resaltar la importancia de reconocer a todos los participantes como significantes que aportan en la construcción y reconstrucción del conocimiento, propiciando relaciones que integren a todos los participantes como actores de transformación, todo ello mediado desde la palabra, y en ese sentido “la lectura y la escritura de

la palabra implican una relectura más crítica del mundo como ‘camino’ para ‘reescribirlo’, es decir, para transformarlo” (Freire, 1970, p. 62). De lo anterior, se hace referencia a tres elementos fundamentales, en primer instancia la importancia del acto educativo en relación a propiciar las herramientas para poder enseñar lo innegable para el desarrollo humano, como lo es la lectura y la escritura, en segunda instancia, la importancia que recae en poder generar una relectura crítica, puesto que, eso implica la capacidad de poder analizar y cuestionar el mundo de manera profunda, pasando por las desigualdades que parecieran no existir, y por último, la voluntad para poder reescribirlo, orientado desde una visión crítica para actuar y generar un mundo más justo y equitativo, y todo ello, se logra reconociendo a el otro como portador de significado, que educa y a la vez es educado.

Ahora bien, es necesario direccionar el acto educativo en relación con el propio contexto, porque solo desde la propia realidad se pueden construir conocimientos con base a la vida real, y del mismo modo, alcanzar reflexiones que logren reconocer la situación actual a la que se encuentran sometidos, así como las herramientas para que puedan ser escuchados, ya que “los dominados, para decir su palabra, tienen que luchar para tomarla. Aprender a tomarla de los que la retienen y niegan a los demás, es un difícil pero imprescindible aprendizaje: es “la pedagogía del oprimido” (Freire, 1970, p. 17). Por lo cual, a través de la pedagogía liberadora se ofrece al educando múltiples capacidades para alzar su voz y ser reconocidos bajo argumentos que se desarrollan en la reflexión-acción.

Todo esto significa que, desde la presente propuesta para la fortalecer la identidad personal es pertinente generar procesos pedagógicos que estén orientados a producir conocimientos que perduren y funcionen para la vida, para ello, es necesario provocar una concientización crítica de la propia realidad y con ello las formas de opresión a la que se encuentran expuestos, para desde allí reconocer las injusticias sociales y aportar en generar

acciones transformadoras, de esta manera, los participantes en el proceso educativo pueden establecer una conexión significativa entre los problemas abordados y sus experiencias personales, lo que hace que el aprendizaje perdure y sea apropiado para llevarlo a la vida real. Lo dicho hasta aquí, permite identificar que desde la pedagogía liberadora no solo se invita a los estudiantes a cuestionar la realidad, sino que también a reconocerse a sí mismos como agentes de cambio dentro de su entorno, lo que es fundamental para reconocer el valor y el significado que cada uno tiene como actor en la sociedad, aspectos que permiten fortalecer la propia identidad en relación con las formas de actuar en comunidad.

Por lo tanto, al hablar de pedagogía liberadora es importante reconocer que los sujetos se liberan en cierta medida de algo, y es allí donde la pedagogía bancaria se sitúa como algo a superar, es así como dicha pedagogía se inserta en el aula generando lo que Freire llama “enfermedad de la narración” (Freire.1968, p. 51). De ahí que, la educación pasa hacer un entramado de discursos que se alejan de las experiencias de los educandos, siendo así que dichas narraciones solo buscan llenar a los alumnos como si de unos frascos que necesitan ser llenados se tratase, asimismo, la memorización mecánica entra en juego como otro factor que promueve la educación bancaria, ya que no se busca una reflexión de los conocimientos adquiridos, sino que en contraposición se busca que reciten los conocimientos tal y como son dados, o dicho de otra manera:

Tal es la concepción “bancaria” de la educación, en que el único margen de acción que se ofrece a los educandos es el de recibir los depósitos, guardarlos y archivarlos. Margen que sólo les permite ser coleccionistas o fichadores de cosas que archivan (Freire. 1970, p. 52).

Es así como la concepción bancaria no ofrece nada más a los estudiantes que información para memorizar y almacenar, como agentes pasivos, donde prima y se premia la repetición sin ninguna reflexión y por ello no es necesario que se ejecute ninguna acción, la pasividad es clave

en este sentido, por lo cual el maestro es calificado según la cantidad de información que pueda almacenar y recitar el sujeto. Al mismo tiempo, la pedagogía bancaria promueve una la sociedad del silencio ya que los “alumnos” son vistos como ignorantes que desconocen y los docentes como los encargados de transmitir, entregar y llevar el conocimiento, ocasionando en los primeros una acomodación que es fundamental para la adaptación del mundo y no la transformación de él. En consecuencia, los individuos actúan en contra y bajo el temor a cualquier educación que promueva un pensamiento auténtico. La pedagogía liberadora ofrece el marco para que los educandos se liberen de estas opresiones, puesto que, para Freire, el objetivo de la educación liberadora es crear una conciencia crítica en aquellos que son oprimidos, que permite no solo entender su situación de opresión, sino involucrarse en una acción (praxis) para su liberación.

La praxis en ese sentido, resulta ser la combinación de la reflexión y la acción en pro de la transformación social, llevando al sujeto a ser crítico de su entorno y pensar por sí mismo, a través de la interacción, el diálogo y la reflexión crítica, fomentando un aprendizaje activo y transformador, que busca empoderar a los estudiantes y fomentar su capacidad crítica para transformar su realidad, donde a diferencia de la pedagogía bancaria, el conocimiento no se transmite de manera unidireccional, sino que se propone una educación problematizadora y dialógica en la que el docente y el educando se educan mutuamente generando conocimiento a través del diálogo y la reflexión crítica. Ahora es oportuno, resaltar la dialogicidad como elemento fundamental para poder desarrollar la pedagogía liberadora en los educandos:

Solo en la medida en que ese hombre alcance a comprender, a sentir y a conocer su mundo particular, a través de una experiencia práctica de transformación colectiva del mismo, su pensamiento y su expresión ganarán un significado más allá de aquel mundo que lo dominaba (Freire 1970, p. 9).

Con lo anterior se podría inferir la importancia que tiene el dialogo para la formación de un pensamiento que pueda comprender y sentir su mundo en particular, al hablar de un contexto en particular se hace referencia a que la educación acompañada del dialogo constante debe estar orientada o con relación a los contextos sociales reales, ya que estos mismo, son los que permitirán abordar una educación desde la vida y para la vida.

Dentro de este contexto, la pedagogía liberadora se fundamenta a través de la dialogicidad, llevando a entender dos dimensiones: acción y reflexión, estos dos aspectos son tan interdependientes que, si uno se ve comprometido o "sacrificado," el otro también se verá afectado. Es decir, si se habla de la "palabra verdadera" (Freire, 1970 p.70), y que esta palabra no puede existir sin la combinación de acción y reflexión, siendo una unión fuerte que se manifiesta en lo que se llama *praxis* y esta *praxis* es la práctica que integra la teoría y acción. Por otro lado, también hay una "palabra inauténtica" (Freire, 1970 p.70), que no permite que haya una transformación de la realidad, si esta palabra pierde su fuerza, carece de acción y se convierte en "palabrería", es decir, en un discurso vacío que no lleva a un cambio real. Por ello, si no existiera ese equilibrio, las palabras se convierten en vacías o en meras acciones sin significado, lo que impide un cambio real en la *praxis* e imposibilita un diálogo auténtico. Freire enfatiza la importancia del diálogo como un medio para el aprendizaje, porque a través del intercambio de ideas, los estudiantes pueden cuestionar, reflexionar y construir su propio conocimiento.

De esta manera, Freire concibe la educación como un proceso dialógico y liberador, donde los educandos no solo aprenden a leer el mundo, sino que aprenden a manifestarse según su propio pensamiento y su propia palabra, y así participar activamente en la construcción de una sociedad más equitativa y justa. lo cual implica un acto de creación y transformación tanto personal como social, fomentando así la creación de una identidad más segura en cuanto a lo que conoce e identifica para interactuar en dicha construcción, puesto que ya no solo es un recipiente

que se llena de conocimiento, sino que ahora es un creador de este. Por tal, la pedagogía liberadora de Freire se relaciona con un despertar crítico, donde los oprimidos, a partir de un diálogo con sentido, conocen su poder para cambiar la realidad, terminando con ese círculo vicioso de opresión. Entonces es así como:

“El educador ya no es sólo el que educa sino aquel que, en tanto educa, es educado a través del diálogo con el educando, quien, al ser educado, también educa. Así, ambos se transforman en sujetos del proceso en que crecen juntos y en el cual “los argumentos de la autoridad” ya no rigen” (Freire, 1970, p. 61).

A partir de esto es importante entender que se convierte en un proceso unidireccional donde ambos transmiten y reciben conocimiento, transformando a los sujetos que crecen juntos en el proceso, aprendiendo de las ideas, experiencias y preguntas del estudiante, donde esté a su vez contribuye en dicho proceso de enseñanza-aprendizaje.

### **3. Capítulo 3**

#### **3.1. Diseño Metodológico**

En primer momento es importante mencionar la perspectiva conceptual sobre la cual se concibe el diseño metodológico el cual es “llevar a la práctica los pasos generales del método científico, al planificar las actividades sucesivas y organizadas donde se encuentran las pruebas que se han de realizar y las técnicas para recabar y analizar los datos” (Campos, 2010, como se citó en Universidad Naval p. 22), En este sentido, este apartado desarrolla el diseño metodológico de la propuesta, así como su posterior análisis, para finalmente llegar a una retroalimentación de las practicas corporales, que recaen en el estudiante, el maestro y el proyecto en su misma esencia. Para el diseño metodológico se construyó una matriz de relaciones, empezando por generar una caracterización del problema y desde allí establecer un ideal de sujeto, que luego se abordará desde algunas categorías, que pasan a ser desglosadas en características las cuales irán relacionadas con la tendencia seleccionada desde la educación física, creando unas micro sesiones que son orientadas a alcanzar el propósito formativo.

##### **3.1.1. Pregunta problema**

¿Cómo los problemas relacionados con el uso del cuerpo, la violencia, los ejercicios de poder y la expresión en la sociedad pueden afectar la identidad personal?

##### **3.1.2. Objetivo general**

Fomentar la reflexión sobre la propia identidad dentro de las relaciones sociales, con niñas y adolescentes que se encuentran en el centro de acogida Siervas de Cristo Sacerdote – Hogar Sagrada Familia, contribuyendo al fortalecimiento de esta misma, por medio de la exploración de las posibilidades del cuerpo y el movimiento en la interacción con los demás.

##### **3.1.3. Objetivos específicos**

- Identificar el autoconocimiento a través de prácticas corporales que permitan la expresión corporal y emocional.
- Emplear prácticas corporales que fomenten la capacidad de asumir responsabilidades personales y sociales.
- Fomentar una reflexión sobre la influencia de las acciones dentro del fortalecimiento de la identidad personal.

### **3.2. Metodología**

La presente propuesta se enfoca en generar prácticas corporales significativas para niñas y adolescentes privadas de la libertad que se encuentran en centros de acogida o de reclusión, con el fin de abordar la problemática vista anteriormente de la pérdida de identidad personal en estos entornos, donde la estigmatización pone en riesgo la construcción y el desarrollo de la misma, para ello, es fundamental implementar intervenciones que promuevan el reconocimiento del propio cuerpo, de las acciones que realizan y la capacidad de reconocerse a sí mismas y a los demás. Estas prácticas no solo buscan restaurar la conexión con el propio cuerpo, sino también fomentar la autoconciencia, entendida como la capacidad de reflexionar sobre las propias experiencias y relaciones, como señala Rogers en su libro *el proceso de convertirse en persona* (1961) “cuando se hallan en contacto real con los problemas de la vida, los alumnos desean aprender, crecer, descubrir y crear” (p. 148). Esto permite entender que cuando el sujeto sea consciente del contexto social en el que vive, habrá una conexión entre las experiencias y los aprendizajes que le permitirán descubrir y desarrollarse por mismo.

En cuanto a la metodología propuesta, cada sesión se desarrolla a través de los estilos de enseñanza propuestos por Muska Mosston, siendo así, que van orientados desde la instrucción a la pregunta, fomentando desde esta propuesta una mayor orientación a la pregunta, aunque como dice Mosston (1986) “no se puede considerar que un estilo sea mejor que otro, ya que ninguno

nos asegura la consecución de todos los objetivos en la educación física” (p. 28) se apunta a que el individuo aumente su capacidad de decisión en busca de incentivar su autonomía para logre el fortalecimiento de su identidad personal, pero no se puede determinar si un estilo de enseñanza es mejor que otro en este proceso ya que todos están orientados a distintos momentos dentro del ejercicio de clase donde se puede pasar de un estilo a otro sin afectar el resultado, también es importante reconocer que “lleva tiempo aprender las decisiones, sus relaciones y sus implicaciones. Lleva tiempo absorber el comportamiento de los estilos” (Mosston, 1986, p.276) con esto claro es importante reconocer que puede que los resultados no sean los esperados dentro de cada clase o al finalizar el proceso ya que se requiere de cierta frecuencia o repetición para que los estilos elegidos den el resultado deseado, pero esto no quiere decir que los resultados no sean significativos.

En este sentido, las actividades diseñadas en este proyecto se alinean con la perspectiva educativa con relación a la expresión corporal propuesta por Luz Elena Gallo, capacidades para la vida de Martha Nussbaum y la pedagogía liberadora de Paulo Freire ya que forman de manera integral al sujeto desde lo cognitivo, lo físico y lo emocional, en el entorno de reclusión o de encierro se presentan desafíos únicos para el desarrollo de la identidad personal y es por eso que la intervención debe ser intencionada y enfocada en el fortalecimiento de la misma a través del cuerpo y la interacción social. Con ello, se busca no solo un reconocimiento propio y del otro, sino también empoderar a estas jóvenes para que puedan reconocerse como seres autónomos y capaces de cuidarse a sí mismas y a los demás, fortaleciendo así, una identidad más consciente por medio de la comprensión de su contexto social, dado que como dice Rogers (1961):

Cuando el individuo percibe esta actitud se siente en una atmósfera de seguridad; poco a poco aprende que puede ser lo que es sin disimular ni disfraces, ya que se lo respeta y valora

independientemente de lo que haga. Por consiguiente, pierde rigidez, puede descubrir lo que significa ser él mismo e intentar realizarse de maneras nuevas y espontáneas (p.180) Entonces esto, quiere decir que el sujeto debe vivir desde el ser, sin máscaras, sin miedo al juicio o a no “encajar” y no actuar desde el deber-ser, sin forzar posturas, pensamientos o ideas, para que así pueda lograr una identidad personal auténtica, congruente y consecuente con sus acciones y/o palabras.

La intención educativa del proyecto está centrada en implementar prácticas corporales significativas que promuevan el reconocimiento del propio cuerpo y las acciones realizadas, así como la capacidad de los sujetos para reconocerse a sí mismos y a los demás. Este enfoque se apoya en la Pedagogía liberadora de Paulo Freire, que empodera al estudiante para que sea un sujeto activo, crítico, consciente, transformador y comprometido con su realidad, se busca desarrollar un ser autoconsciente, capaz de evaluar situaciones y tomar decisiones de manera reflexiva, considerando el impacto de sus actos en sí mismo y en los demás. Con esta guía se busca formar personas que, además de desarrollar competencias físicas y cognitivas, sean capaces de actuar con responsabilidad y empatía en sus contextos y realidades sociales a través de su experiencia, reflexión y acción (praxis).

Por ello, las micro sesiones pasan a ser la orientación para la ejecución de esta propuesta, desarrollado desde un plan con características sistémicas, encaminadas a la construcción de una propuesta de diseño curricular, la matriz da paso a los contenidos educativos que desarrollan las características para el fortalecimiento de la identidad personal, a continuación, se mostrará una matriz que organiza de forma macro las unidades, categorías y contenidos que se abordarán en las intervenciones, dando una visión general de cómo se trabajarán cada uno de los objetivos establecidos para este proyecto, desde la perspectiva humanística y disciplinar.

## Ilustración 1

### Matriz de relaciones del sujeto a formar

IDENTIDAD PERSONAL FUERTE		EXPRESIÓN CORPORAL Luz E. Gallo	RELACIÓN	METODOLOGÍA
CATEGORÍAS	CARACTERÍSTICAS	CONTENIDOS	TEMAS	
<b>DIAGNOSTICO INICIAL</b>				
Implementacion del instrumento				
<b>Autoconocimiento/ Expresion emocional</b>	Consciencia de si mismo	Introspección y la expresión corporal.	Conciencia corporal: Respiracion-relajación	Individual:Asignación de tarea
	Aceptacion de si mismo	Conexión entre el cuerpo y los pensamientos.	Conciencia corporal: Esquema corporal	Individual: Inclusión
	Identificar el lenguaje corporal propio.	Conocimiento corporal	Mirada y rostro - gesto-posturas	Individual y colectivo: Inclusión
	Aceptacion de las emociones	Identificar y aceptar las emociones	Conciencia corporal: Control y ajuste postural	Individual y colectivo: Resolución de problemas
<b>Autonomia</b>	Capacidad para Establecer y Mantener Límites	Límites en distintos contextos.	Conciencia corporal: Sensopercepciones	Individual y colectivo: Inclusión
	Autocuidado	Ajustar las prácticas de autocuidado	Conciencia corporal: Esquema corporal- Sensopercepciones	Individual y colectivo: Asignación de tareas
	Toma de descisiones	Estimulos procedentes del entorno	Sensopercepciones :Propioceptivas/exteroceptivas/ Ritmo	Colectivo: Asignación de tareas
<b>Autoconciencia</b>	Percepcion corporal	Reconocer y explorar el cuerpo en movimiento.	Conciencia corporal: Esquema corporal	Individual: Mando directo
	Reconocimiento de fortalezas y debilidades	Introyeccion y conocimiento personal	Conciencia corporal: Sensopercepciones	Individual y colectivo: Mando directo
	Confianza en si mismo	Cuerpo y expresión corporal.	Sensorpercepciones- espacialidad- ritmo	Individual y colectivo: Descubrimiento guiado
	Consistencia en el comportamiento	Coherencia entre pensamiento, emoción y acción	Conciencia corporal: Sensopercepciones	Colectivo: Inclusion
<b>EVALUACIÓN FINAL</b>				
Implementacion del instrumento				

*Nota:* Esta matriz integra la perspectiva educativa, con relación al trabajo macro que se realiza en las intervenciones, es una guía horizontal de las temáticas propuestas.

En la imagen adjunta, se puede observar cómo se crearon 3 unidades las cuales responden a las categorías de autoconocimiento-expresión emocional, autonomía y autoconciencia, que surgen en relación con los 3 objetivos específicos del proyecto, dando paso a las características que aportan al fortalecimiento de la identidad. Seguido de esto, se crean los contenidos apropiados desde la expresión corporal que dan cuenta a una lectura horizontal del trabajo y se alinean con la temática y el orden de las intervenciones, llevando un proceso sistémico. En adición la matriz contiene los estilos de enseñanza que establecen el desarrollo de cada sesión de clase, asimismo, permitió establecer el cronograma a seguir para cada una de las mediaciones propuestas.

### 3.3. Evaluación

La evaluación se utilizará en dos momentos, el primero es al iniciar por medio de una evaluación diagnostica, donde se podrá identificar cuáles son los conocimientos previos y así

determinar el proceso de enseñanza, por otro lado, se dará cuenta de que avances hay en los estudiantes con relación al proceso de enseñanza y aprendizaje a través de la evaluación formativa. La evaluación diagnóstica permite observar los puntos de partida y adaptar las estrategias de implementación para que las actividades puedan ser acorde a sus conocimientos y experiencias ya que “busca proporcionar información a los estudiantes y docentes sobre el punto de partida de conocimientos, habilidades o actitudes iniciales del proceso de enseñanza aprendizaje” (Sandoval, Maldonado y Tapia, 2022, p. 62), con ello se podrá tener un mejor desempeño en las actividades propuestas y ayudar a encaminar los aprendizajes basado en lo que ellos ya saben, lo que necesitan aprender y lo que se puede reforzar. La evaluación formativa proporciona la “información sobre los problemas u obstáculos para el logro de los aprendizajes esperados, a partir de los cuales rediseñar o reforzar algunas experiencias e implementar acciones de ajuste para potenciar el logro” (Sandoval, Maldonado y Tapia, 2022, p. 62), de esta manera se puede hacer una retroalimentación constante de los avances en relación con los aprendizajes esperados dentro de cada sesión, adaptando los conocimientos previos en pro de alcanzar los objetivos propuestos.

La evaluación formativa se realizará de forma cualitativa ya que no se pretende imponer estructuras evaluativas, sino que más bien se trabaja bajo un enfoque reflexivo y centrado en el proceso de aprendizaje, se evidenciará por medio de un diario de campo para reflexionar sobre lo que ocurre en las sesiones de clase con los estudiantes y su participación dentro ella, así como las mediaciones o adaptaciones pertinentes para su desarrollo, estará mediado a partir de la observación directa, retroalimentación oral, preguntas abiertas, círculo de diálogo, escucha activa o reflexiones escritas. Es así, como pretende dejar de lado los criterios de evaluación centrados en la calificación numérica y enfocarse en la valoración del progreso durante cada sesión, donde prima la participación, las conductas, la motivación y el propio hacer desde la experiencia previa

y el nuevo conocimiento, porque al trabajar el fortalecimiento de la identidad no puede medirse desde lo convencional, sino que debe estar bajo una mirada subjetiva de cada persona que participa en el proceso.

La parte más importante de este proceso es la recolección de información y la manera en que se sustentara dicha evidencia, que constatará como fue la evaluación y los avances clase a clase. Para la recolección se utilizará la herramienta del diario de campo el cual “ejercita tres procesos formativos: la apropiación del conocimiento, la metacognición, la competencia escritural y el sentido crítico” (Azalte, Puerta y Morales, 2008, como se citó en Ríos y Espinoza, 2014, p. 4) registrar la información que surge dentro de cada encuentro educativo permite dar cuenta de las diferentes situaciones, problemáticas, acciones, entre otros elementos que pueden surgir en el acto educativo, seguido, realizar un análisis posterior de la información obtenida, asimismo, las evidencias de trabajos, definidas por cada sesión permitirán hacer un análisis entre lo que se espera del proyecto y lo que fue, llevando a una reflexión en cuanto a la validez del proceso, sus puntos por mejorar y su proyección a futuro.

También, para el primer acercamiento a la población se propone realizar una encuesta que permite dar un acercamiento a los sujetos sobre cómo se reconocen ellos mismos y cómo se podría trabajar desde la educación física, dichas preguntas que aparecen en la encuesta se consensuaron con el docente a cargo en la institución, para que estuvieran acorde a la edad de las niñas y sus conocimientos, no obstante, como se observa anteriormente la matriz proporciona los contenidos están encaminados al fortalecimiento de la identidad personal, aun así, a partir de los encuentros académicos y de la información recolectada, estos contenidos pueden cambiar o adaptarse por otros más pertinentes en cuanto a las problemáticas reales que se puedan presentar durante las intervenciones en la institución Hogar Sagrada Familia. Finalmente, para el desarrollo

de cada sesión, se crearon unidades didácticas donde se encuentran los datos necesarios para el desarrollo de las sesiones como se puede observar en el anexo 4.

## **4. Capítulo 4**

### **4.1. Contextualización de la población**

De esta manera las intervenciones se realizarán con niñas y adolescentes que oscilan entre los 7 a 22 años, la cuales se encuentran en condiciones de amenaza o vulneración de sus derechos. Siendo así, las prácticas pedagógicas se ejecutarán en los espacios de la tarde los lunes y miércoles cuando las estudiantes culminen sus obligaciones como estudiar, hacer el aseo y otras tareas asignadas por la institución.

#### **4.1.1. *Ámbito educativo***

La Congregación Siervas de Cristo Sacerdote, Hogar Sagrada Familia es una institución ubicada en la localidad de las Cruces, en la dirección carrera 8 #1d 25, Bogotá, surge en 1918 con el fin de, buscar su propia santificación y el bien de los pobres, ayudando a las mujeres en situación de vulnerabilidad, niñas, adolescentes, madres, mujeres viudas y adultas mayores que situaban en las estaciones de policía o deambulaban por las calles de Bogotá. Con el tiempo surgieron alianzas con fundaciones como Restrepo Barco, FES, ICBF y UNICEF Colombia, para así brindar atención de calidad e integral a las niñas y adolescentes en condición de amenaza, inobservancia y vulneración de derechos, garantizando la restitución de estos y cualificar las condiciones de vida a través del proceso interdisciplinario que fomente en la niña o adolescente y su familia la dignidad e integridad como sujetos, basados en el respeto hacia sí mismo y hacia los demás, permitiéndoles una inserción a la sociedad ajustada a unas normas sociales establecidas.

#### **Misión**

Cuando hablamos de misión estamos hablando de algo más que de unas actividades pastorales. La misión va más allá de las obras apostólicas concretas, pues articula diferentes dimensiones de nuestra vida; toda ella llamada a ser anuncio de la novedad del Reino de Dios.

Por ello bien podemos decir que la misión está en el corazón mismo de la vida consagrada y también de la forma de vida como Siervas de Cristo Sacerdote.

Así es que desde los valores del Evangelio que encarnó y vivió nuestra Fundadora Madre Margarita Fonseca Silvestre, la Congregación cumple su misión de acompañar y colaborar en la misión apostólica de los sacerdotes; son agentes de cambio social, transformado, enalteciendo y dignificando la vida de la mujer más vulnerable en todas las edades: niñez, adolescencia, juventud y adultez con y sin discapacidad, a quienes la sociedad ha impedido gozar de sus derechos fundamentales.

### Visión

Una Congregación altamente cualificada humana y espiritualmente, de fe profunda, en una entrega incondicional al servicio de los más pobres, comprometida en la evangelización, con muchas vocaciones y un significativo número de laicos que profundicen y vivan nuestro carisma sacerdotal mariano.

#### **4.1.2. Planta física**

la institución cuenta con dormitorios, comedor, salas de televisión, biblioteca, huerta, zona verde con cancha de microfútbol y baloncesto cubierta, un parque solamente habilitado para las niñas menores, máquinas de coser, cuarto para implementos deportivos, salón de baile y música, en el área administrativo cuenta con varios salones para la estancia de psicología, enfermería, administración, cuentan con un aula grande para reuniones de tipo administrativo o también donde las niñas pueden recibir las visitas dominicales, capilla, además de salones de clase para que las niñas reciban sus planes de estudio acorde al grado que cada una debe estar cursando, esto con el apoyo del colegio promoción San José.

## **5. Capítulo 5**

### **5.1. Análisis de la experiencia**

A partir del diseño metodológico anteriormente desarrollado y explicado se estructuró un plan de trabajo que consta de tres grandes categorías, que van orientadas al fortalecimiento de la identidad, categorías que se relacionan con el autoconocimiento/ expresión emocional, la autonomía y la autoconciencia, las cuales en relación con el ser humano a formar se piensa son claves para lograr el objetivo propuesto. Para el análisis de la experiencia se desarrollará a partir de los siguientes ítems:

- Implementación piloto
- Aprendizajes como docentes
- Reflexiones
- Proyecciones a futuro

### **5.2. Implementación piloto**

Para el primer acercamiento se implementó una prueba de autoconocimiento que se generó desde los autores del proyecto y el profesor encargado de la institución, que a través de una serie de preguntas permitió identificar la población a intervenir respecto a conocimientos básicos sobre la problemática abordada, con base a las respuestas se permitió realizar un análisis e identificar que en la mayoría de casos no se reconoce la identidad desde la propia subjetividad, lo cual deja ver que en cierta medida la problemática de la pérdida de identidad personal está presente en este lugar, finalmente se consideró necesario aplicar el mismo cuestionario al finalizar las intervenciones y desde allí analizar si se cumplió con el objetivo propuesto.

Los docentes ingresan el día 08 de abril del 2025 a la institución Siervas de Cristo Sacerdote - Hogar Sagrada Familia, día en el cual las niñas y adolescentes reciben visitas por parte de sus familiares cada (15) días, aun así, esta se diferencia de otras visitas puesto que llevaban más de un mes sin poder recibir a sus familiares, debido a una epidemia de viruela que se presentaba en este lugar, situación que de igual manera no permitió ejecutar el proyecto en las fechas previamente establecidas y lo que acorto su tiempo de ejecución, obligando a modificar la matriz de trabajo en 11 sesiones de clase, de las cuales se implementaron 9.

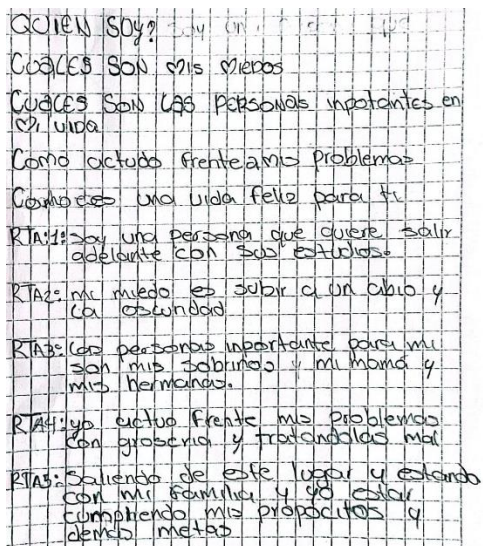
Para iniciar con la ejecución de las unidades se realizó un diagnóstico a partir de 5 preguntas que pudieron orientar las clases y también dar a conocer cuáles eran los conocimientos previos acerca de la identidad personal, este diagnóstico se realizó con 31 niñas. Donde las preguntas orientadoras fueron:

- ¿Quién soy?
- ¿Cuáles son los miedos?
- ¿Como es una vida feliz para mí?
- ¿Cómo reacciono antes los problemas o dificultades?
- ¿Quiénes son las personas más importantes en mi vida?

Adicionalmente, estas preguntas iban desarrolladas en un hoja que debía contener nombre y edad de cada una de las estudiantes, por tal, al analizar cada una de las respuestas se encontró que las edades que predominan en el Hogar la Sagrada Familia son entre los 15 y 17 años, aunque no todas hayan decidido participar por la razón que fuera, al observar desde aula se puede identificar, una correspondencia a estos rangos de edad, entonces la población podría definirse como una población adolescente. A continuación, se anexará una de las respuestas que se obtuvo por parte de una de las niñas, con el fin de analizar sus respuestas:

## Ilustración 2

Respuestas de una de las estudiantes



*Nota:* Respuestas dadas por estudiante X

Haciendo el análisis de las respuestas, es evidente la falta de claridad en relación con la definición de ¿Quién soy? Ya que, la estudiante no reconoce características o elementos para describir quien es, por el contrario, lo relaciona con cosas que ella pueda lograr para sí misma, por otro lado, en la cuarta pregunta ella comenta que los problemas los resuelve a través del conflicto que esta mediado por palabras groseras. Por tal se evidencia que la problemática de la pérdida de identidad está presente en ellas y al leer todas las respuestas obtenidas, se ven resultados casi similares, dejando ver que dicha perdida se encuentra inmersa en este contexto. Para ver las respuestas remitirse al Anexo 1 p.72.

Durante las tres primeras sesiones y llegada al lugar los docentes encargados del proyecto se sienten frustrados, porque las actividades no salieron del modo que se esperaba, con tan poca participación e incluso sin un grupo definido de trabajo, puesto que, en los formadores de la institución dejaban el grupo completo a disposición nuestra, un grupo que está conformado entre

60 y 70 niñas, lo cual dificulta el trabajo con todas ellas, por cuestiones que se mencionaran más adelante. No obstante, este primer acercamiento permitió observar elementos para tener en cuenta, como el estilo de enseñanza, la comunicación docente-estudiante y el desarrollo de las actividades próximas. Dado que, el mando directo parece ser el más acertado para captar la atención y participación, sin embargo, desde esta propuesta se siguió apostando por generar cambios con el pasar de las sesiones y llegar a un estilo de enseñanza orientado desde la pregunta, donde los estudiantes puedan ser los principales actores del conocimiento.

Las actividades tuvieron que variar y adaptarse a los espacios con los que contaba la institución, aunque los espacios no fueran amplios la mayoría contaba con un dispositivo para reproducir música, lo cual permitió identificar la importancia del baile y la música como elementos importantes para la representación de los cuerpos, a partir de ello se adaptaron las sesiones con el fin de que fueran más artísticas y representativas para ellas.

A medida que avanzo el desarrollo de las intervenciones se pudo notar como las estudiantes se mostraban más participativas, atentas y respetuosas, logrando que las sesiones se dieran en su mayoría de forma efectiva, como lo fue la cartografía corporal, puesto que a las estudiantes les llamó la atención porque a través de ella pudieron expresarse de manera creativa y cada una pudo expresar emociones, sentimientos y pensamientos que en otros espacios no podían hacerlo, por lo mismo, muchas de ellas solicitaron quedarse con su obra porque para ellas tenía un significado que querían guardar y recordar. Por otro lado, en el ejercicio de la reflexión guiada tuvieron la oportunidad para pensarse desde un modo individual y personal, recordando lo importante que son cada una de ellas, generando un amor propio con relación a las capacidades que posee cada una, del mismo modo, en esta sesión se orientó una reflexión para entender como el propio contexto influye de alguna manera en la forma en la que cada una se percibe, construyendo y moldeando los cuerpos con relación al entorno.

### **5.2.1. Evaluación del proceso**

Tras analizar diarios de campo anteriores y ver la realidad es importante resaltar en este punto, que se logró captar de gran manera la atención de las niñas, además, identificando que para ellas es más importante la reflexión final y el poder expresarse desde lo que sienten de formas más artísticas, reconociendo que la mayoría de estudiantes presentan desinterés por los juegos y perciben la educación física desde una connotación negativa, ya que por experiencias previas el hacer ejercicio físico se asociaba con sanciones, lo cual hace ver el movimiento como un castigo para el cuerpo, de ahí que se generan actitudes negativas hacia la práctica.

Las relaciones entre las niñas fueron mejorando a medida de cada clase, fueron aprendiendo a reconocer al otro desde sus capacidades, habilidades y características, permitiendo una reflexión y regulación en las actividades que tensionaban la participación del grupo, por medio del dialogo ellas podían pensar e interiorizar en las consecuencias de sus actos y la influencia que traía consigo para los demás e incluso ellas misma.

La recolección de datos puede mejorar si se amplían los instrumentos de recolección, sin embargo, se debe llegar a consensos con la institución para que permita la recolección de estos, en el proyecto, al principio se medio por diarios de campo desde el docente, pero en la institución no se permitió bajar ningún elemento al espacio con las niñas, como celulares, cuadernos, lápices, etc. Lo cual fracaso, pero posibilita una alternativa para mejorar en la interpretación de datos desde las sesiones de clase como mapas corporales, rubricas, retroalimentaciones, diarios de campo desde los estudiantes.

### **5.2.2. Aprendizajes como docentes**

Dentro del trabajo se valora el proceso de las estudiantes que no participaban por múltiples factores como: falta de interés, molestia o desagrado por el movimiento, viéndolo como un castigo, y el llegar a alcanzar que participen en las sesiones de manera activa es un logro importante como docentes, ya que permite decir que es complejo generar cambios significativos en nueve sesiones, es un tiempo muy corto, aun así, estas intervenciones permitieron que las estudiantes conocieran sobre la identidad, su construcción y como se puede fortalecer. De este modo, tal vez una o dos lo lleven a la práctica y puedan generar esas reflexiones propias sobre las posibilidades de ser y estar en el mundo de la manera más auténtica posible.

Es importante que, como docentes en formación que se investigue distintas didácticas, estrategias y metodologías para abordar con la población con el fin de fomentar la motivación, el interés de los estudiantes, para que así haya un aumento en la participación de las dinámicas de clase.

Se comprende que como docentes no se deben emitir juicios de valor sobre la población que se aborda, aprendimos que detrás de cada una de las niñas hay una historia compleja y que a su vez ellas tienen capacidades que merecen ser reconocidas, comprendidas, escuchadas y potenciadas.

El rol del docente se convierte en un guía y acompañante del proceso enseñanza-aprendizaje, fortaleciendo los procesos pedagógicos a través de la empatía, el respeto y la construcción de confianza, creando un vínculo humano lo cual no significa que se pierda la autoridad o el respeto por el docente, por el contrario, se fortalecen formas de actuar, hablar e interactuar con los educandos que posibilita la comprensión y transformación real dentro de este contexto.

### **5.3. Reflexiones**

Es importante resaltar como desde la práctica real se gestaron actividades que no se tenían contempladas, por medio de esto, se logró identificar que como maestros que interactúan con un nuevo grupo siempre es pertinente y necesario preguntar por los nombres y algunas características que propicien cierta información de ellos y de nosotros, para reconocernos más allá de las dinámicas académicas, lo cual es necesario para que exista mayor afinidad y colaboración por parte de los educandos.

Por otro lado, las estudiantes a medida del desarrollo de los encuentros se mostraron más participes del proceso, logrando alcanzar una comunicación asertiva para crear acuerdos de las próximas clases, donde se reconocen los intereses de las estudiantes y del mismo modo se ajustó las planeaciones sin olvidar el objetivo mismo del proyecto.

Por último, es importante reflexionar sobre como una actividad tranquila o pasiva y otra activa y dinámica puede demostrar las distintas problemáticas o posibilidades que se encuentran inmersas en los contextos y como con estas mismas se pueden trabajar en pro de reducir estos problemas generando diálogos de reflexión a partir de las situaciones que van ocurriendo dentro del desarrollo de cada sesión, aun así, es necesario generar procesos continuos y prolongados para que haya mejores resultados.

### ***5.3.1. Proyección a futuro***

Conocer y reconocer estos espacios de trabajo permite orientar mejor la práctica educativa, en ese sentido, la facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional debería gestionar prácticas en estos lugares donde los docentes en formación se involucren en estos contextos distintos, dejando de lado los espacios comunes de intervención como colegios, clubes deportivos, jardines, escuelas de formación, los cuales son los más trabajados, olvidando que podemos educar en otros lugares sin importar la población.

La educación física puede articularse a trabajados con esta población que responda a las necesidades de manera integral, como talleres de cuerpo y movimiento, talleres artísticos, proyectos predeportivos, talleres para trabajar emociones, etc. En ese orden de ideas no solo debe apuntarse al fortalecimiento de actividades que respondan a las necesidades inmediatas que pueden surgir en estas instituciones, sino a generar un impacto a largo plazo que sea significativo en estas personas para que se convierta en un escenario de transformación personal y social.

## Conclusiones

La problemática de la pérdida de identidad como se pudo evidenciar se encuentra inmersa en diferentes contextos y se desarrolla por múltiples factores, aun así, los ejercicios de poder fueron las principales causas para el desarraigo de la identidad, ya que, al manifestarse en la sociedad a través de manera sutil logran dominar y normalizar los cuerpos en pro de generar masas que cumplan un rol en específico en el entramado social, perdiendo la capacidad de reflexionar sobre quienes son realmente y preguntarse por qué se actúa de cierta manera, así como no se fomenta el cuidado de sí mismo y de quienes lo rodean. No obstante, al analizar los ejercicios de poder se halló que no siempre se desarrollan de manera sutil, dado que en contraposición en muchos casos están acompañados por actos violentos, lo cual agudiza la problemática previamente planteada, puesto que, los sujetos al encontrarse inmersos en estos contextos de violencia terminan apropiando y normalizando estas conductas hasta el punto de llegar a producirlas.

Llevando esta investigación teórica a la práctica se observó cómo los ejercicios de poder forman parte en la construcción de la identidad, donde una serie de acciones modifica las acciones de otro, entonces, los cuerpos en este sentido se hallan inmersos en diferentes contextos y experiencias que forman y construyen unas subjetividades que actúan bajo valores aprendidos del contexto más cercano, el poder en ese sentido recae en el sujeto de forma sutil o violenta, produciendo ciertas formas de ser en el mundo; Por lo tanto, actúa bajo las influencias de lo que se concibe como correcto o incorrecto, aquí es donde el fortalecimiento de la identidad entra a jugar un papel fundamental para alcanzar nuevos valores, formas de actuar y una postura crítica sobre las distintas situaciones que se presentan.

El currículo establecido para este proyecto guió los contenidos para desarrollar un proceso que fortaleciera la identidad de los sujetos a través de los ejes transversales humanístico,

disciplinar y pedagógico. Por otro lado, el estilo de enseñanza orientado a la pregunta se desarrolló con dificultad en las tres primeras sesiones, ya que se evidenció que en el hogar la sagrada familia prima el estilo del mando directo, el cual fomentaba el orden y la participación de las niñas. Aun así, este proyecto mantuvo su enfoque inicial, buscando que los estudiantes participaran por gusto y de manera autónoma, lo que permitiría generar conocimientos por sí mismos y con los maestros, haciendo resistencia a las relaciones de poder. Sin embargo, la población que se encuentra en este momento en la institución en su mayoría sigue las normas a partir de ordenes que se dan por los formadores o las líderes de dormitorio, de ello, se podría decir que el estímulo respuesta funciona de manera óptima en estos centros, porque cuando hay tanta población ansiosa es necesario mantener un tipo de control, sin embargo, los procesos humanizados pueden lograr que las niñas se respeten así mismas y las demás, el castigo en ese sentido desaparece y se promueve un pensamiento reflexivo sobre las propias acciones.

El orientar el proyecto a personas que de alguna manera se encontraban privadas de la libertad, pretende identificar las dinámicas de poder que se ejercen en estos centros, así como conocer las historias de vida que han atravesado a cada persona y desde ahí identificar como estos factores han influido de manera positiva o negativa en la formación de la identidad de la persona, logrando relacionar los ejercicios de poder y el contexto, con la identidad personal del sujeto.

El acercarse a los estudiantes permitió comprender porque había un tipo de repudio hacia el movimiento, por tal, el ejercicio físico pasa a ser uno de los principales dispositivos para la disciplina de los cuerpos, aun así, el habitar espacios de reclusión permite entender que la disciplina y el control es importante para mantener el orden de lugar, siempre y cuando no se exceda. De este modo, la disciplina juega un papel fundamental porque se despliega para controlar y limitar el actuar de los sujetos, sin embargo, desde unos pensamientos subjetivos se

creé que el fortalecimiento de la identidad puede lograr que los cuerpos puedan expresar y sentirse desde lo que realmente son, siempre y cuando se respeten los límites propios y ajenos, es por ello, que cuando un cuerpo puede reconocerse desde su subjetividad logra desarrollar reflexiones internas sobre la relación de él y el entorno, como sujeto que está tanto en el entorno como este está en él.

Para trabajar con población bajo este contexto es necesario tener una humanidad que permita reconocer que todos y cada uno de ellos tiene un valor en especial y del mismo modo una historia que quiere compartir como símbolo que atraviesa su cuerpo a lo largo de la vida, cuando se logra un verdadero acercamiento se logra una mayor motivación para la participación de cada persona, en ese sentido, alcanzar que cada una de las niñas estuvieran de manera presente y consiente era la verdadera evaluación, la nota o la calificación entonces paso a un segundo plano, porque a diferencia de los grupos trabajados en educación formal, los institutos de reclusión no ven la nota como premio o castigo por su comportamiento, simplemente no importa. Llevando a la pregunta de ¿cómo generar conocimiento y participación, si la nota que muchas veces motiva el acto no importa o no existe?

El fortalecimiento de la identidad personal llevaba intrínseco reducir varias conductas que no permitan el adecuado desarrollo personal y social, como el manejo de los sentimientos, la reducción de actos violentos y de autoagresión, sin embargo, podría decirse que cada uno puede concebirse como un proyecto a parte por sus profundos contenidos, por ello, en estos institutos hay un sinnúmero de oportunidades para la educación física. Sin embargo, es necesario mencionar que trabajar con personas privadas de la libertad requiere una parte de humanidad que debe ser reflejada en cada encuentro, logrando crear experiencias que logren enseñar los contenidos propuestos y la formación de seres que actúen bajo su propia humanidad, donde generar conocimiento sea por gusto y no por imposición.

En cuanto al logro de los objetivos de este proyecto se llega a cuestionar por qué cuando se parece estar logrando algo el tiempo llega a interrumpir y acabar todo, los tiempos que brinda la universidad para llevar a cabo la implementación no terminan siendo los más favorables para alcanzar el ideal de hombre, como se pretende formar un sujeto en 9 clases, para estos docentes es absurdo lograr un cambio positivo en tan poco tiempo de trabajo, bien dice el dicho “Roma no se construyó en un día” lo que significa que los logros requieren de tiempo, esfuerzo, consistencia, no se da de la noche a la mañana. No obstante, las nueve sesiones que se pudieron realizar permitieron que algunas de ellas sintieran un cambio en su perspectiva del mundo, que tan grande es ese cambio no lo sabemos, pero no tenemos duda de que se pudo llegar a tocar fibras internas en la ejecución de este proyecto, lo cual lo dejaban saber cuándo hablaban del futuro.

El poder participar en estos ejercicios generadores de conocimientos, es fundamental para reconocer la práctica a desempeñar y como desde del aula se desarrollan situaciones que se escapan de la teoría, la población que se encuentra en estado de encierro presenta retos mayores a afrontar, por lo cual, desestabiliza la zona de confort de quienes se atreven a vivir la experiencia, sin embargo, esto se transforma en un aprendizaje significativo que permite recordar el ¿por qué se quiere ser docente? De esta manera, los aprendizajes, experiencias, emociones forman y transforman al estudiante que se percibe como maestro. Adicionalmente, esta implementación permitió comprender la importancia de conocer la teoría para hablar y actuar con propiedad, puesto que la responsabilidad que recae sobre alguien quien quiere ejercer el acto educativo es sumamente grande, porque si el docente hace bien su trabajo es reconocido como un guía del conocimiento y la vida en general.

Finalmente, en el hogar la sagrada familia, la exigencia académica es compleja porque las estudiantes no están motivadas a aprender, y la evaluación no se concibe como un símbolo

importante en este lugar, por ello, surge la pregunta ¿se les puede exigir lo mismo? Con esta pregunta se cuestiona si ellas están en la capacidad de superar las dificultades que les impide acceder a la educación, y si es posible generar un currículo que motive y atraiga a la población en donde puedan forjar y aprender conocimientos que sean significativos. Foucault decía que siempre hay resistencia donde hay poder, porque las relaciones de poder no son unidireccionales, siempre hay oportunidades de oposición, aunque no siempre sean exitosas. Así que, que estamos dispuestos a ofrecerle al mundo ¿preferimos ser parte de ello o ser parte del cambio?

## Referencias

Bienestar Familiar [ICBF]. (2022). Tipos y formas de violencia. Portal ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF.

Cárdenas González, R. (2005). Diseño curricular y perfil de egreso del sistema educativo naval. Heroica Escuela Naval Militar, Veracruz, México. Chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/133491/metodologia\_de\_investigacion.pdf

Congreso de Colombia. (1994). Ley 115 de 1994. Ley General de Educación. Función Pública. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=292>

Congreso de Colombia. (1993). Ley 65 de 1993. Código Penitenciario y Carcelario. Función Pública. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=9210>

Congreso de la República. (2012). Ley 1516 de 2012. Convención sobre la protección y la promoción de la diversidad de las expresiones culturales. Función Pública. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=45910>

Espinoza Cid, R. A., & Ríos Higuera, S. (s.f.). *El diario de campo como instrumento para lograr una práctica reflexiva*. Escuela Normal Superior de Hermosillo. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/1795.pdf

Foucault, M. (1975). *Vigilar y castigar*. a, ed.-Buenos Aires: Siglo XXI Editores Argentina, 2002. Traducción de: Aurelio Garzón del Camino <https://www.ivanillich.org.mx/Foucault-Castigar.pdf>

Freire, P. (1972). *Pedagogía del oprimido*. Buenos aires: Siglo XXI Argentina Editores <https://www.servicioskoinonia.org/biblioteca/general/FreirePedagogiadeloOprimido.pdf>

Gallo Cadavid, L. (2007). Apuntes hacia una educación corporal, más allá de la educación física. Universidad de Antioquia. Instituto Universitario de Educación Física. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10495/24442>

Gallo Cadavid, L. (2009). El cuerpo en la educación da qué pensar: perspectivas hacia una educación corporal. *Estudios Pedagógicos*, XXXV (2), 231-241.

Gallo Cadavid, L. (2011). La educación corporal bajo la figura del acontecimiento. Universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación Física y Deporte. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10495/20999>

Mosston, M., y Ashworth, S. (1986). La enseñanza de la educación física: La reforma de los estilos de enseñanza. Editorial Hispano-europea. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://marticobos.wordpress.com/wp-content/uploads/2009/10/libro-muska-mosston-completo.pdf

Navarrete-Cázales, Zaira. (2015). ¿Otra vez la identidad?: Un concepto necesario pero imposible. *Revista mexicana de investigación educativa*, 20(65), 461-479. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-66662015000200007&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662015000200007&lng=es&tlng=es).

Nussbaum, M. C. (2012). *Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano*. Espasa Libros, S. L. U. <http://ciberinnova.edu.co/archivos/plantilla-ovas1-slide/documents-UCN-Canvas/teorias-contemporaneas-trabajo-social/lecturas/Crear%20capacidades.pdf>

Organización mundial de la salud [OMS]. (s.f.). Prevención de la violencia. Organización Panamericana de la Salud OPS. <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-violencia>

Pueblo de Colombia. (1991). Constitución Política de Colombia de 1991. Función Pública. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=4125>

Profamilia. (s.f.). Violencia de género, atención integral en salud física, emocional y social- Tipos de violencia. portal Profamilia.

Quijano, A. (2014). Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina. Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina.

<https://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20140507042402/eje3-8.pdf>

Quiroga, Flor, Capella, Claudia, Sepúlveda, Gabriela, Conca, Bárbara, & Miranda, Jennifer. (2021). Identidad personal en niños y adolescentes: estudio cualitativo. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 19(2), 320-344. Epub October 05, 2021. <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.19.2.4448>

Real Academia Española (2006) definición de identidad. Diccionario esencial de la lengua española. <https://www.rae.es/desen/identidad>

Rogers, C. R. (1992) El proceso de convertirse en persona. Mi técnica terapeuta. Editorial Paidós, Mexico - Buenos Aires – Barcelona.

Sandoval Rubilar, P., Maldonado-Fuentes, A. C., & Tapia-Ladino, M. (2022). Evaluación educativa de los aprendizajes: Conceptualizaciones básicas de un lenguaje profesional para su comprensión. Páginas De Educación, 15(1), 49–75. <https://doi.org/10.22235/pe.v15i1.2638>

## Anexos

Anexos 1. Diagnóstico inicial a las estudiantes de la institución, se recogieron un total de 12 respuestas obtenidas.

### Evaluación inicial 1

1) ¿Cuales son tus emociones?

2) ¿Cuales son las personas importantes en tu vida?

3) ¿Qué es lo que quieres de las mujeres?

4) ¿Cómo es una vida feliz?

**Notación**

1) Soy una persona con carácter fuerte pero tranquila, como una mujer que sabe por experiencia.

2) Me voy a ir de la familia y que no me decepcionen nunca más.

3) Me voy a ir de la familia y que no me decepcionen nunca más.

4) Tranquila y con inteligencia.

5) La vida feliz de la vida, estando en paz con uno mismo y siempre así.

### Evaluación inicial 2

1) ¿Cuales son tus emociones?

2) ¿Cuales son las personas importantes en tu vida?

3) ¿Qué es lo que quieres de las mujeres?

4) ¿Cómo es una vida feliz?

**Notación**

1) Soy una persona con carácter fuerte pero tranquila, como una mujer que sabe por experiencia.

2) Me voy a ir de la familia y que no me decepcionen nunca más.

3) Me voy a ir de la familia y que no me decepcionen nunca más.

4) Tranquila y con inteligencia.

5) La vida feliz de la vida, estando en paz con uno mismo y siempre así.

### Evaluación inicial 3

¿Quién soy?  
Soy abnilda, una niña (abn), la hija  
pequeña con los tíos de mi mamá  
¿Cómo son mis tíos?  
El no sale de este lugar y el que se  
distribuye los platos y el que se  
distribuye de mis padres y la mamá.  
¿Cuáles son las personas importantes en mi vida?  
mi papá, mi mamá, mi hermana, mi abuelo y  
yo misma.  
¿Cómo actúa frente a los problemas?  
primero que todo con respeto y buscando  
soluciones. Cuando a una se le da la idea  
que no le gusta una palabra mi dirección?  
¿Cómo es una vida en la familia?  
El estar unido con mi familia y estar  
estudiando en mi país en este momento.

### Evaluación inicial 4

1) ¿Quién soy y soy una buena estudiante?  
UNA NIÑA MUY BIEN  
2) ¿Cuáles son mis habilidades y fortalezas?  
LAS PERSONAS QUE DE MI  
3) ¿Cuáles son las relaciones importantes?  
MI HERMANA DIOG Y ANSON  
4) ¿Cómo actúo frente a los problemas?  
CON AGRESIVIDAD  
5) ¿Cómo es una vida feliz con Dios y mis hermanas?  
6

Evaluación inicial 5

¿Quién soy?  
una persona muy débil y sensible  
¿cuáles son mis miedos?  
No salir de bienestar o perder  
por siempre a mi mamá

Evaluación inicial 6

¿Quién soy?  
1) Yo soy una persona seria  
"empática amigosa"  
2) ¿Cuáles son tus miedos?  
Mis miedos es que mi  
hermana se valla de este  
mundo.  
3) ¿Cuáles son las personas  
importantes?  
mi familia, una yunces  
mis amigos  
4) ¿Cómo actúo frente a los  
problemas?  
depende en algunos puedo  
hablar y solucionar.

## Evaluación inicial 7

1) ¿Quién soy?

2) ¿Cuáles son mis miedos?

3) ¿Cuáles son las personas importantes en tu vida?

4) ¿Cómo reacciona frente a los problemas?

5) ¿Cómo es una vida feliz para ti?

Solución

Soy una persona amorosa y afectiva  
nada tímida  
mis miedos son no poder volver mis sueños  
y poder a mi mamá  
mi mamá mi papá mis hermanas mis  
tías mis primos  
Lo peor que me ha pasado es perder a  
mi papá y a mi mamá  
Porque es estar con mis papá con  
mis hermanas con mis tías y con mis  
primos y amigos

## Evaluación inicial 8

1) ¿Quién soy?

✓ yo soy una persona fuerte, amorosa  
(pática) e inquebrantable

2) ¿Cuál es mi miedo?

✓ mi miedo es perder a mi familia y estar  
solo

3) ¿Personas importantes en tu vida?

✓ mi papá  
mi mamá  
mi hermanas  
mi hermanas  
mi abuelo

4) ¿Cómo reacciono a los problemas?

✓ Me da mucha rabia pero me calmo y  
trato de solucionar hablando pero a veces  
me dejo llevar por las emociones

### Evaluación inicial 9

- 1 Describir quien soy?
  - 2 Cuales son mis miedos?
  - 3 Que personas son importantes en mi vida?
  - 4 Como actuo frente a los problemas
  - 5 Como es una vida feliz para ti
- Solucion
- 1 Soy una niña bien, juiciosa, callada y con un caracter fuerte
  - 2 Los años, el mar o bueno lo que ahí y no volver a ver a los que amo
  - 3 Mi mamá, mi papá, mis abuelos y mi novio
  - 4 Pues respiro, analizo y busco una solución
  - 5 Una con mi mamá me quiere a quien al este es un adelante de que a mis abuelos tener un buen puesto

### Evaluación inicial 10

- 1 ¿Quien soy? Yo soy Brenda tengo 15 años, quiero ser veterinaria y del base Cosmetologa, mis cualidades son ser cariños consentida y amigable, y mis debilidades son ser sincera y soy muy malgenada.
- 2 ¿Cuales son mis miedos? Perder a mis padre, morir me joven, no poder hacer todos mis logros.
- 3 ¿Quien es una persona importante para Mi? mi mamá mi papá y mi hermana y en este lugar Helen.
- 4 ¿Como reacciono ante mis problemas? Yo reacciono depende del problema que sea.
- 5 ¿Como es una vida feliz para Mi? estar con mi familia y disfrutar entre todos.

Evaluación inicial 11

Pregunta + Describe quien soy  
2) Cuáles son mis miedos  
3) Cuáles son las personas más importantes en mi vida  
4) Como se los frente a mis problemas  
5) Como es una vida feliz para mí

Respuesta  
1) Soy una persona  
2) Felice a mi familia, estar sola  
3) Mi familia y mi mejor amiga  
4) Tranquila  
5) Estando con mi familia

Evaluación inicial 12

Wuen spij

- Una niña con muchas capacidades de todo
- Una niña que pregea en sacar a su familia adelante

Cuáles son mis miedos

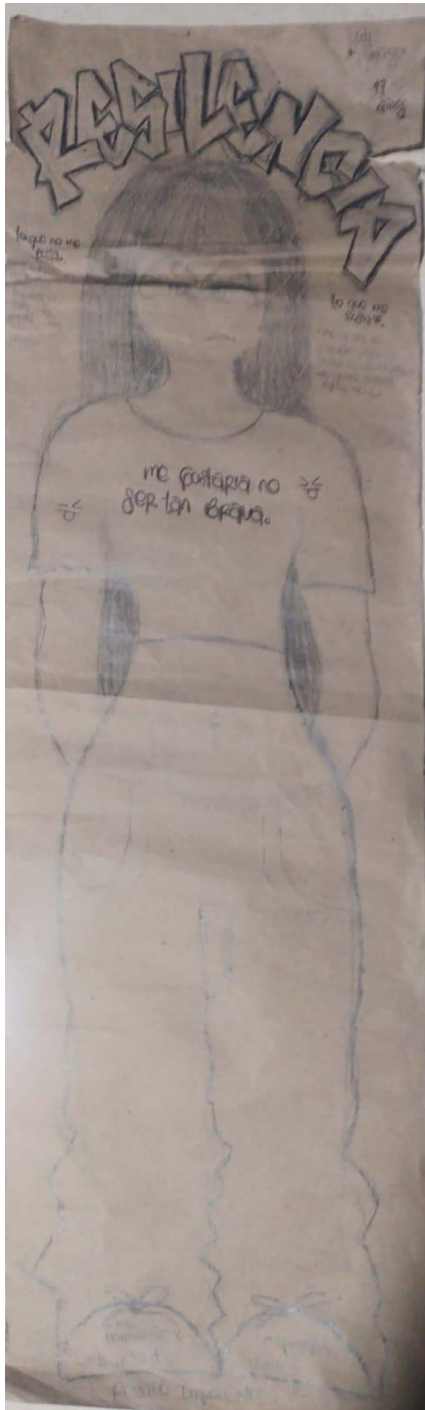
- Que a mi papá y a mi abuelo les pase algo, yo estando enferma y no poder hacer nada
- Que yo no pueda salir de esa ciudad de diciembre

Personas importantes para mí son

- Papá
- mamá
- abuelo
- primos
- hermanos

Anexos 2 Cartografías corporales realizadas por las niñas.

Cartografía 1



Cartografía 2



Cartografia 3



*Cartografía 4*



*Cartografía 5*



*Anexos 3 diagnostico final* aplicado en la última sesión de clase, con el fin de recoger avances del proceso

Evaluación final 1

¿Quién soy?

Soy una persona masculina parchada y micrera inteligente

¿Cuáles son mis miedos?

caer alas drogass perder a mis papas

¿Quiénes son las personas importantes para mi vida?

mi perro mi mamá papa angelina valentina perdono michi yulian como reaccioho ante los problemas

Evaluación final 2

¿Quién soy?

Yo soy una persona parchada, inteligente, masculina, micrera, Borelero, Perseca.

¿Cuáles son mis miedos?

R: No estar con mi familia, no lograr ser alguien en la vida.!!

¿Cuáles son las personas importantes en mi vida?

R: mi familia, mi perro, migato, Sara, William, michi y los formadores

¿Cómo reacciono ante los problemas, dificultades o adversidades?

R: Preocupando mal, trato mal a los perseros o hay veces que tengo comunicación asertiva o presero hondo

¿Cómo es un vida feliz para mí?

R: Para mí sería; No udear a Taca, las drogass, estar con mi familia tener plaja, y como dice doble rección; Cuero estar horas largas Tracto en la playa. Drogass Malas me parcan y así no puedo seguir

¿Cómo he percibido las adversidades?

He hacen sentir feliz, me sacan de la misma rutina de siempre.

He hacen sacar el estrés, me recuerdan a mi familia y sobre todo

He entienden. Cierro los quiero hasta el infinito y más allá

PD las tres líneas empezaron con me :v I love forever



Evaluación final 3

¿Quién soy?

Soy una persona masculina parchada y micrera inteligente

¿Cuáles son mis miedos?

caer alas drogass perder a mis papas

¿Quiénes son las personas importantes para mi vida?

mi perro mi mamá papa angelina valentina perdono michi yulian como reaccioho ante los problemas

Evaluación final 4

¿Quién soy?  18

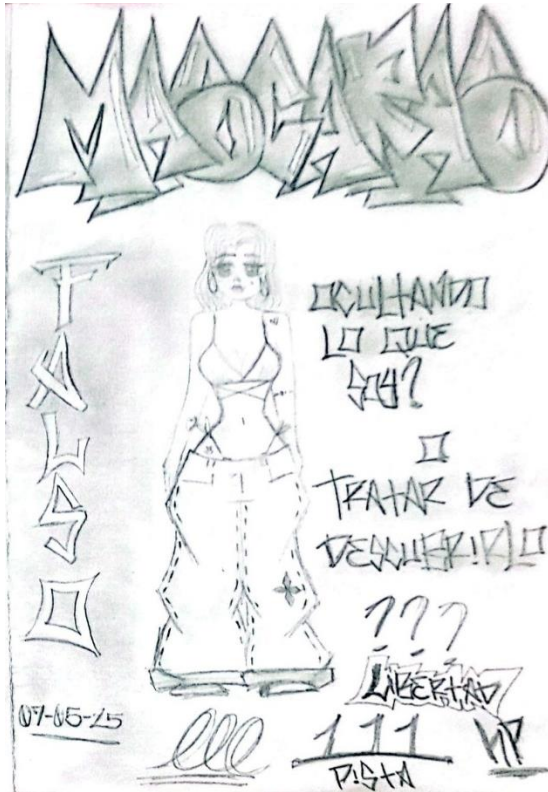
Soy una niña muy cambiante y con  
no define así: nada de simpatía

¿Cuáles son mis miedos?  
Perder mi Autostima y la motivación

¿Quiénes son las personas importantes  
en mi vida?  
Mi hermana, mi mamá, mi papá, y yo

¿Cómo reacciono ante los problemas?  
Depende de tan grave sea pero  
la mayoría de veces minimizo las  
cosas no les presto mucha atención  
Ignoro todo lo dego paz con  
el tiempo

¿Cómo sería una vida feliz para  
mí?  
Que no tenga que enfrentarme a  
situaciones que no tienen que ver  
con mis acciones, donde no tenga  
incertidumbres  
Vivir y se hubieran quedado  
más tiempo...



Evaluación final 5

1 ¿Quién soy? un humano niña

2 ¿Cuáles son mis miedos? a los bichos

3 ¿Quiénes son las personas importantes en  
mi vida? mi mamá, papá, hermanas

4 ¿Cómo reacciono ante los problemas  
dificultades o divergencias

5 ¿Qué sería o cómo es una vida feliz  
para mí? vivir con toda mi familia


me parece que todo lo que hacen  
mis profe es muy chévere y me da  
una enseñanza y me gusta lo que  
hacen por que nos divertimos mucho

Eso es lo que me parece

Evaluación final 6

¿Quién soy?: soy un niño que siento y tengo muchos sentimientos  
 ¿Cuáles son mis miedos? mis miedos son estar separado no cumplir mis  
 sueños, y también que se me vaya la persona que más quiero  
 ¿Quiénes son mis personas importantes para mí?  
 mi papá, mi abuelo, mi mamá, mi Dedito.  
 ¿Cómo reacciono los problemas?  
 los soluciono a veces hablando o hablando solo para mí a veces,  
 o a veces no cambio mis emociones y me ayudo  
 ¿Cómo sería una vida feliz para mí?  
 con mi mamá, papá, abuelo, y con mi Dedito.  
 me encantaría todo  
 ESTUVO LE MELO  
 Cake  
 meLO

Evaluación final 7

♥ PREGUNTAS ♥  
 1) ¿Quiénes son yo? Soy una persona amable, bondadosa y respetuosa  
 así como que ama a su papá y a su  
 hermana.  
 2) ¿Cuáles son mis miedos? la soledad y que hablen cosas  
 que no son de mí también los  
 animales ejemplo: los gatos, los perros  
 y cosas así.  
 3) ¿Quiénes son las personas importantes en mi vida? Son  
 mi familia en especial mi hermana y mi papá porque  
 ellos son mi motivación para cada día y Dios  
 4) ¿Cómo reacciono ante los problemas, dificultades y adicciones?  
 depende por que si puedo solucionarlo voy a  
 estar bien y sino puedo hablo con mi papá  
 y si no lloro se que no puedo solucionar nada  
 Pero igual lloro  
 5) ¿Cómo es una vida feliz para mí? Estar con mi  
 papá y con mi hermana los 3 felices y tranquilos y  
 también mis seres queridos a ellos los amo  
 LAS ACTIVIDADES  
 es un parecido muy lindas y requieras por que puedo  
 ir yo en el espacio que ellos nos brindan y si les  
 daire cariño los quiero  
 LOS QUERO ♥ 

## Evaluación final 8

1) ¿Quién soy?  
 - Soy una persona muy alegre y divertida soy una persona muy amorosa y que le gusta vivir a buena manera.

2) ¿Cuáles son mis miedos?  
 Mi miedo es perder a mi mamá no poder lograr hacer una persona auto suficiente y no tener control de mi misma.

3) ¿Quiénes son las personas en mi vida?  
 1. mi mamá  
 2. mi abuela  
 3. mi tío  
 4. mi hermana  
 5. Dios

4) ¿Cómo reacciono ante los problemas o dificultades?  
 Por primero había hablar con la persona que tengo el problema y recibir y me calmo para no llegar a los golpes.

5) ¿Cómo sería una vida feliz para mí?  
 Para mí una vida feliz es estar toda mi vida con mi mamá y vivir armoniosamente.

Los veces que me siento los chicos las actividades me un pateado super buenas y cheques lo único que no me gusta es que duran muy poco.

Anexos 4 sesiones de clase: Se evidencia las planeaciones de clase que se realizaron con las niñas de la institución.

### Planeación 1

INSTITUCIÓN: Hogar sagrada familia		Educación física 2025	
Profesor: Michelle Montaña Zipa - William Timote Garatejo			
UNIDAD PROBLEMATICA: ¿Cómo puedo explorar y expresar ¿Quién soy? y de qué manera este proceso se ve reflejado en mi relación con los demás?		Objetivo general: Fomentar la reflexión sobre la propia identidad dentro de las relaciones sociales, con niñas y adolescentes que se encuentran en el centro de acogida Siervas de Cristo Sacerdote - Hogar Sagrada Familia, contribuyendo al fortalecimiento de esta misma, por medio de la exploración de las posibilidades del cuerpo y el movimiento en la interacción con los demás.	GRUPO: SESIÓN: 1
OBJETIVO UNIDAD: Propiciar la reflexión interna y colectiva a través de prácticas corporales que permitan el reconocimiento de los pensamientos, emociones y formas de actuar.		Producto	
MOMENTOS		DESCRIPCIÓN GENERAL	
Intención pedagógica	CONTENIDO	El cuerpo como un medio para la introspección y la expresión de pensamientos y emociones.	
	Propósito	Los estudiantes deben reconocer y utilizar su cuerpo como medio de expresión, a través del movimiento, la postura y los gestos que le permitan comunicar pensamientos y emociones de manera consciente.	
	Aprendizajes esperados	Los estudiantes serán capaces de explorar y crear movimientos conscientes que reflejen su estado emocional y físico.	
Variabilidad en la práctica: Evaluación grupal, trabajo en parejas		RECURSOS	
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	Para iniciar se prepara el cuerpo para la actividad, iniciando con una breve meditación donde se logre conectar el cuerpo con la respiración, comenzando por una serie de movimientos suaves y conscientes (rotaciones de cuello, hombros, muñecas, tobillos) guiando al grupo a través de movimientos amplios, como estiramientos o flexiones aumentando la intensidad poco a poco y utilizando todo el espacio a su favor (10 min).		Espacio amplio, música, bañe
	Exploración del cuerpo en el espacio (15 min) para esta actividad vamos a utilizar primero todo el espacio y luego lo vamos a delimitar con el fin de conectar con el cuerpo y explorar su presencia y movimiento en el espacio, pedimos a los estudiantes a moverse libremente por el espacio, sin un destino fijo con movimientos de diferentes intensidades (desplazamientos lentos, rápidos, elevados, apachados) luego se les pedirá que elijan un espacio donde se sientan más cómodos y que no puedan moverse fuera del rango elegido para que así experimenten con el movimiento libre, intentando que cada parte del cuerpo se active de manera independiente. Reflexión y conexión personal (25 min) Se les pedirá a los estudiantes ubicarse de la manera más cómoda (puede ser sentados, acostados, etc.) deberán cerrar los ojos y escuchar atentamente las indicaciones del docente. Por medio de una canción muy suave se realizará una serie de preguntas donde el estudiante deberá imaginar y responderlas en su cabeza esto con el fin de conectar consigo mismo, con sus pensamientos, emociones y sentimientos, que le permitan hacer un pequeño análisis de como ellos se reconocen a si mismos por medio de una autoevaluación. Las preguntas por trabajar pueden ser: ¿Cómo te sientes en este momento en tu cuerpo? ¿Hay algo que puedas hacer con tu cuerpo que te sorprenda o te haga sentir orgulloso? ¿Cómo te describirías a ti mismo en tres palabras? ¿Cuáles son tus valores, tus logros, tus sueños? ¿Qué es lo que más te gustaría lograr en la vida? ¿Cómo te imaginas en el futuro?... Cuando finalicemos las preguntas nos tomaremos 1 min de silencio para que los estudiantes puedan relajarse y acomodarse para terminar la clase. Para terminar la clase realizaremos un círculo, donde los estudiantes a modo de escrito describirán como se sintieron en la clase, cual fue su experiencia y si esta actividad pudo brindarles una mayor conexión con quienes son, también que realicen un pequeño dibujo de ellos mismos donde expresen cual fue el momento de la clase que más les gusto. (10 min)		
OBSERVACIONES		Evaluación: Enfocada en la observación de los estudiantes durante la clase. 1. Observación del proceso: Observar como los estudiantes se conectan con sus emociones a través del movimiento, cómo se desplazan por el espacio y cómo integran lo aprendido de manera personal. 2. Círculo de dialogo: Comentarios acerca de como se sintieron en la clase, mediado por preguntas que guían la reflexión.	

Planeación 2

MOMENTOS		DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto
Intención pedagógica	CONTENIDO	Conexión entre el cuerpo y los pensamientos	Participación
	Propósito	Que los estudiantes identifiquen su cuerpo como un canal para la aceptación emocional y de sí mismo, explorando movimientos conscientes que les ayuden a reconocer cómo se sienten y qué necesitan para sentirse bien consigo mismos.	
	Aprendizajes esperados	Exploran formas de movimiento y respiración que promuevan el bienestar.	
Variabilidad en la practica:		RECURSOS	
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	<p><b>Activación (10 minutos)</b> Para la primera actividad se realizará un “Escucha tu cuerpo” a modo de guía una breve relajación o escaneo corporal con respiración (de pie o sentados). cada actividad será orientada por una pregunta final. Pregunta: ¿Cómo se siente tu cuerpo hoy? ¿Hay partes tensas o relajadas?</p> <p><b>Exploración (20 minutos)</b> Para la segunda actividad los estudiantes harán “Movimiento con intención”, donde se les invita a los estudiantes a caminar libremente por el espacio, probando distintas formas de caminar, por ejemplo: con energía, con calma, con tristeza, con alegría. Luego, deben representar cómo se sienten en ese momento usando solo el cuerpo (sin palabras) al finalizar comparten lo que notaron: ¿cómo cambia mi cuerpo con cada emoción?</p> <p><b>Integración (15 minutos)</b> esta actividad, será guiada como “Mi gesto de autocuidado” donde cada estudiante inventa un gesto o una pequeña secuencia de movimiento que represente “autocuidarse” para ellos (por ejemplo: abrazarse, estirarse, respirar, proteger su espacio) pueden compartir con el grupo (quien lo desee) y explican qué significa para ellos.</p> <p><b>Cierre y reflexión (5 minutos)</b> estará orientado por preguntas que se darán en un círculo de dialogo. Preguntas de cierre: ¿Cómo puede ayudarte tu cuerpo a saber cómo estás? ¿Qué movimiento o gesto puedes usar cuando necesites sentirte mejor? ¿Cómo puedes usar el movimiento o la expresión corporal para cuidar tus emociones en casa, en la escuela o los lugares en los que convives?</p>	<p>Espacio amplio o despejado. Música suave (opcional). Cartulinas o papel para dibujar si se desea extender la clase</p>	<p><b>Evaluación:</b> Esta orientada en cada una de las preguntas realizadas a lo largo de la clase. Se observara participación, atención, disposición en clase.</p>
OBSERVACIONES			

Planeación 3

MOMENTOS		DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto
Intención pedagógica	CONTENIDO	Conocimiento corporal	Participación activa
	Propósito	Los estudiantes pueden identificar y aceptar sus emociones a través de la resolución de problemas en situaciones de competencia o tensión	
	Aprendizajes esperados	Resolver problemas en equipo de manera cooperativa, mostrando una actitud de respeto y aceptación hacia las ideas y emociones de los demás.	
Variabilidad en la practica: Cambiar los obstáculos del circuito en cada clase para aumentar la dificultad o la creatividad de las soluciones a los problemas		RECURSOS	
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	<p>Para iniciar vamos a jugar balon mano para que las niñas se conozcan mas entre ellas (niñas con las que no conviven mucho) se explicaran las reglas y se implementaran variaciones.</p> <p><b>Competencias individuales (20 min):</b> Se realizarán competencias físicas como carreras de obstáculos y también preguntas generales, cada persona que llegue en el menor tiempo o responda a la pregunta de forma correcta gana punto.</p> <p><b>Circuito de obstáculos cooperativo (20 min)</b> Se divide a los estudiantes en equipos de 4-5. Cada equipo tiene que atravesar un circuito de obstáculos que involucra carreras, saltos, equilibrio, y un trabajo en equipo (por ejemplo, cargar a un compañero de manera segura o resolver un puzzle fisico). Durante el recorrido, deben tomar decisiones colectivas para superar los obstáculos y resolver los desafíos. Si un estudiante se siente frustrado o no sabe cómo resolver el problema, los demás deben apoyarlo emocionalmente y buscar soluciones juntos.</p> <p>Para terminar, realizaremos Feedback en equipo (5 min) Los estudiantes se agrupan en pares y deben dar un feedback positivo a su compañero sobre cómo manejó las emociones durante la actividad. Esto reforzara a la aceptación y el apoyo emocional dentro del grupo. También al final daremos una breve explicación de porque los incentivamos o motivamos con premios o puntos a quien ganara las actividades y como las respuestas de cada participante se ve reflejada en cada actividad.</p>	<p>Pelotas. Conos, platillos. Cuerdas Colchonetas</p>	<p><b>Evaluacion:</b> Los estudiantes pueden reflexionar sobre su propio manejo de emociones frente a las situaciones que se dieron en la clase, identificando cómo mejoraron o qué podrían hacer diferente en futuras situaciones.</p>
OBSERVACIONES			

Planeación 4

MOMENTOS		DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto	
Intención pedagógica	CONTENIDO	Conocimiento corporal	Participación activa, reflexión escrita	
	Propósito	Identificar las distintas expresiones amocionales y coporales que surgen a partir de las interacciones con el otro o el entorno.		
	Aprendizajes esperados	-Los estudiantes demostrarán empatía al reconocer las emociones de otras personas.		
Variabilidad en la practica:		RECURSOS		
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	<p>Iniciaremos con un breve juego de el puente esta quebrado y agua de limones (5min)</p> <p><b>Adivina la emoción (15 min):</b> Cada estudiante tomará un cartel con una expresión emocional sin mostrarlo a los demás. El resto de la clase deberá adivinar qué emoción está representada por la expresión.</p> <p><b>Actuando al revés (20 min):</b> Los estudiantes se agrupan en parejas, Tomaran una tarjeta con la emoción o interpretación escrita, deberán interpretar lo opuesto a lo que diga por ejemplo (si dice niño va feliz con un globo, deberá interpretar que va triste con un globo) y así mostrarla a sus compañeros, gana punto la pareja que mejor haya hecho la interpretación (el punto lo da los mismos compañeros).</p> <p><b>El Diario de emociones (15 min):</b> Los estudiantes tendrán 10 minutos para escribir sobre una situación reciente en la que hayan experimentado una emoción intensa (ya sea positiva o negativa). Luego, compartirán con un compañero qué emoción vivieron y cómo la identificaron en su cuerpo o pensamientos. (Lo harán los estudiantes que quieran compartirlo al grupo)</p> <p>Para terminar los estudiantes compartirán en grupo lo que aprendieron sobre las emociones, cómo les ayudaron las actividades a identificar emociones ajenas y propias, y cómo podrían aplicar estos aprendizajes en su vida diaria. (5 min)</p>		<p>Tarjetas con las acciones o emociones escritas.</p> <p>Hojas y lápices para el Diario de emociones.</p>	<p><b>Evaluación:</b> Al finalizar el Diario de emociones, el docente podrá evaluar la reflexión y capacidad de los estudiantes para identificar sus propias emociones.</p>
	OBSERVACIONES			

Planeación 5

MOMENTOS		DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto	
Intención pedagógica	CONTENIDO	Importancia de establecer límites claros y respetuosos para comunicarlos de manera asertiva.	Participación activa	
	Propósito	Desarrollar habilidades colectivas para establecer, respetar y mantener límites personales y grupales.		
	Aprendizajes esperados	Serán capaces de identificar cuándo sus límites están siendo sobrepasados y cómo comunicarlo de manera efectiva.		
Variabilidad en la practica: Se pueden realizar adaptaciones en función del grupo, eligiendo distintas formas de representar los límites (visual, verbal, gestual).		RECURSOS		
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	<p>Iniciaremos con una breve explicación sobre qué son los límites, tipos de límites (emocionales, físicos, mentales, etc.), y su importancia. Dinámica grupal breve preguntur a los participantes qué entienden por límites y ejemplos que hayan vivido o experimentado, así como conocer los del grupo por medio de una telaraña con lana</p> <p><b>El Juego de los Límites (15 min)</b> Los participantes forman un círculo y deben ir pasando una pelota entre ellos. El profesor dará una consigna para que la persona que tiene la pelota establezca un límite (ej. "No me gusta cuando me interrumpen mientras hablo"). El resto del grupo debe respetar ese límite, es decir, no puede interrumpir a la persona con la pelota. Se repite con varios participantes, dándoles la oportunidad de establecer sus propios límites.</p> <p>Variabilidad: Se puede cambiar la consigna para que no solo se den límites personales, sino también grupales (ej. "Nadie puede hablar más de 2 minutos sin ser interrumpido").</p> <p><b>Comunicación Asertiva de Límites (20 min):</b> Los participantes se dividen en grupos pequeños de 4 a 6 personas. Cada grupo tiene que recorrer las estaciones mientras cumplen con las reglas de los límites establecidos en cada punto. Estación 1: Límite Físico: Todos deben caminar de espaldas hasta la siguiente estación sin caerse. Si se caen o invaden el espacio personal de otro, deben regresar. Estación 2: Límite Emocional: Deben realizar una actividad en la que deben comunicarse de forma respetuosa sin interrumpir a los demás. Si alguien interrumpe, deben regresar y repetir. Estación 3: Límite Mental: Resolver un acertijo o desafío cognitivo en equipo, pero solo uno puede hablar a la vez. Si alguien habla sin permiso, deben retroceder.</p>		Lana	<p><b>Evaluación:</b> A través de una conversación grupal donde se compartan los aprendizajes y experiencias de la clase, el grupo puede dar retroalimentación sobre cómo cada uno percibió el establecimiento de los límites. Preguntar cómo creen que podrían aplicar esta práctica en sus relaciones personales.</p>
	OBSERVACIONES			

INSTITUCION: Hogar sagrada Familia	Educación física 2025
Profesor: Michelle Montaña Zipa - William Timote Garatejo	
UNIDAD PROBLEMATICA: ¿Cómo nuestras decisiones y expresiones personales ayudan a redefinir y fortalecer nuestra identidad a lo largo del tiempo?	Objetivo general: Fomentar la reflexión sobre la propia identidad dentro de las relaciones sociales, con niñas y adolescentes que se encuentran en el centro de acogida Siervas de Cristo Sacerdote – Hogar Sagrada Familia, contribuyendo al fortalecimiento de esta misma, por medio de la exploración de las posibilidades del cuerpo y el movimiento en la interacción con los demás.
OBJETIVO UNIDAD: Emplear prácticas corporales que fomenten la capacidad de asumir responsabilidades personales y sociales	
	GRUPO: 5
	SESIÓN: 5

Planeación 6

		MOMENTOS	DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto
Intención pedagógica	CONTENIDO	Prácticas de autocuidado, por medio de una cartografía corporal.		Participación y cartografía corporal
	Propósito	Trabajar la exploración del cuerpo, utilizando la cartografía corporal, reflexionando sobre los pensamientos y creencias que surgen durante el proceso.		
	Aprendizajes esperados	Los estudiantes desarrollarán mayor conciencia sobre la relación entre cuerpo y mente, y aprenderán a practicar la autoaceptación.		
Variabilidad en la práctica:		Que no se plasme por medio de un dibujo, sino que sea mas corporal y al final un escrito a modo de reflexión		RECURSOS
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	<p>Explicaremos a los estudiantes qué es la cartografía corporal y cómo puede ayudarnos a tomar conciencia de nuestro cuerpo y nuestras emociones. Los estudiantes deben acostarse en el papel craft con los ojos cerrados, relajándose y centrando su atención en la respiración. Los docentes dibujarán la silueta de cada uno de los estudiantes y cuando la silueta esté listo ellos deberán empezar a relacionar las preguntas con las partes del cuerpo y segmentarlas según sus gustos o pensamientos.</p> <p><b>Durante la actividad (25-30 minutos):</b> Durante este recorrido, ellos van a detenerse en cada parte del cuerpo y explorar de manera consciente las sensaciones que surgen. La cartografía debe ser lenta y enfocada. Iniciaremos de pies a cabeza con las preguntas:  <b>Pies y piernas:</b> ¿Qué palabra representan tus pies? ¿Qué pensamientos surgen cuando te concentras ellas?  <b>Caderas y pelvis:</b> ¿Qué sensaciones percibes en tus caderas y pelvis? ¿Estás cómodo/a con esta parte de tu cuerpo o hay algo que quisieras cambiar?  <b>Torso (zona abdominal y pecho):</b> ¿Cómo es tu respiración en este momento? ¿Qué emociones surgen?  <b>Brazos y hombros:</b> Cuando mueves los brazos, ¿sientes libertad o resistencia? ¿Sientes que tus brazos son fuertes o frágiles?  <b>Cuello y cabeza:</b> ¿Cómo se siente tu cuello? Cuando piensas en tu cabeza, ¿hay alguna tensión en la mandíbula o la frente? ¿Qué pensamientos o emociones surgen cuando te concentras en tu cabeza?</p> <p>Después de explorar cada parte del cuerpo, invita a los estudiantes a reflexionar sobre los pensamientos que han surgido durante la actividad.                  -¿Algún pensamiento fue crítico o negativo hacia alguna parte de su cuerpo? Representélo de la manera que crea correcta.                  -Represente con algún símbolo la parte que más les gusta de su cuerpo y la parte que menos les gusta                  -Escribe en tu cabeza con palabras te defines o te representas.                  -Por último, decorar a gusto con los materiales dispuestos.</p> <p><b>Reflexión final (10 min):</b> los estudiantes se sentarán al lado de su cartografía para compartir, si lo desean, lo que experimentaron durante la cartografía corporal. Para finalizar la actividad guiando a los estudiantes en una afirmación positiva hacia si mismos. deben cerrar los ojos y repetir mentalmente: "Acepto mi cuerpo tal como es, con sus fortalezas y limitaciones. Soy valioso/a tal como soy." Esta afirmación tiene el propósito de reforzar la aceptación personal después de haber explorado el cuerpo y los pensamientos asociados a él.</p>		Papel craft Pintura Colores, lápices, marcadores	<p><b>Evaluación:</b> se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:                      - El respeto hacia el trabajo del otro y al momento de hacer la reflexión grupal.                      - La disposición de los estudiantes para conectar con la actividad.</p>
	OBSERVACIONES			

Planeación 7

		MOMENTOS	DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto
Intención pedagógica	CONTENIDO	Estímulos procedentes del entorno		Participación activa, realización de la secuencia y reflexión grupal
	Propósito	Fomentar el trabajo en equipo desde el reconocimiento de las decisiones propias y del otro, como factor importante para alcanzar un fin o meta común.		
	Aprendizajes esperados	Reconoce al compañero como significativo, a través de la comunicación y el trabajo en equipo.		
Variabilidad en la práctica:		Añadir dificultad en la actividad del bastón, agregando soluciones matemáticas, utilizar balones		RECURSOS
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	<p>Para iniciar se formarán micro equipos, donde se designaran 4 estudiantes que deben atrapar a sus compañeros, cada compañero que atrape pasara a formar parte de su equipo, para atrapar al compañero solo deben tocarlo y este se quedará congelado hasta que los cuatro estudiantes atrapen el total de 8 compañeros, luego los estudiantes se formaran en fila para realizar una carrera de relevos, cuando todos los estudiantes hayan salido y regresado, el ultimo participante debe patear un balón con el fin de tumbar tres conos en un solo tiro, ganará el equipo que termine primero (10min)</p> <p><b>bastón vertical (25min):</b> Cada estudiante tomara un bastón con el cual se organizara con el resto de sus compañeros formando una circunferencia, luego se dejaran los bastones de forma vertical y del mismo modo se tendrán con un mano. A continuación, el docente dará las instrucciones para comenzar el movimiento, en ese sentido, el movimiento por derecha estará determinado por el número 1 y por la izquierda el número 2. Entonces, cada vez que el maestro diga el número 1 o 2 los estudiantes deben moverse un puesto al lugar correspondiente sin dejar caer el bastón, finalmente el grupo trabajará por si solo hasta que logren 5 movimientos a la derecha y 5 movimientos a la izquierda.</p> <p>Para terminar se realizara un círculo del dialogo, donde los estudiantes expresaran de manera oral, las siguientes preguntas orientadoras ¿por qué creen que pudieron lograr o no lograr el objetivo propuesto? ¿Creen que es importante el trabajo en equipo? ¿La comunicación es parte fundamental para la toma de decisiones? ¿Los demás influyeron en mis decisiones para desarrollar esta actividad? (5min)</p>		4 conos 4 pelotas 30 bastones (varia según la cantidad del grupo) cancha multiple o espacio libre	<p><b>Evaluación:</b> Se da a partir del dialogo y las preguntas de reflexión final.</p>
	OBSERVACIONES			

Planeación 8

INSTITUTO: Hogar Sagrada Familia		Educación física 2025	
Profesor: Michelle Montaña Zipa - William Timote Garatejo			
UNIDAD PROBLEMÁTICA: ¿Cómo me siento realmente con mi cuerpo en este momento y cómo puedo conectar conmigo mismo y mis pensamientos más profundos?		Objetivo general: Fomentar la reflexión sobre la propia identidad dentro de las relaciones sociales, con niñas y adolescentes que se encuentran en el centro de acogida Siervas de Cristo Sacerdote – Hogar Sagrada Familia, contribuyendo al fortalecimiento de esta misma, por medio de la exploración de las posibilidades del cuerpo y el movimiento en la interacción con los demás.	
OBJETIVO UNIDAD: Fomentar una reflexión sobre la influencia de las acciones dentro del fortalecimiento de la identidad personal		GRUPO:	SESIÓN: 8
	MOMENTOS	DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto
Intención pedagógica	CONTENIDO	Reconocer y explorar el cuerpo en movimiento.	Reflexión Final, participación activa
	Propósito	Mejorar la percepción corporal y la expresión personal a través del movimiento libre y creativo.	
	Aprendizajes esperados	Mejorar su capacidad de explorar y conectar con el espacio, utilizando diferentes partes de su cuerpo.	
Variabilidad	en la practica: Incluir movimientos grupales donde todos tengan que sincronizar sus movimientos en una secuencia.		RECURSOS
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	Para iniciar realizaremos aerobicos donde se segmente el trabajo por cada parte del cuerpo a modo de calentamiento o elevacion de la temperatura		Espacio amplio, musica
	<p><b>La Danza de las Formas (15 min):</b> Los participantes deben moverse libremente al ritmo de la música. El objetivo es que cada uno explore cómo puede mover su cuerpo de diferentes maneras. Luego, se dan instrucciones específicas: "Haz una forma con tu cuerpo como si fueras una estatua", "Haz un movimiento rápido con los brazos", "Muévete como si fueras una ola del mar", etc.</p> <p><b>Rumba (30min):</b> Los participantes se dispondrán para realizar rutinas de rumba y zumba que los profesores les enseñaran y al finalizar podran hacer estilo libre si asi lo desean con sus compañeros.</p> <p>Por ultimo los participantes pueden compartir cómo se sintieron en sus movimientos y qué partes de su cuerpo notaron más activas.</p>		
OBSERVACIONES			

Planeación 9

	MOMENTOS	DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto
Intención pedagógica	CONTENIDO	Aprendizaje colaborativo donde los estudiantes se retroalimentan y comparten lo que saben sobre el cuerpo y el movimiento, en un entorno de confianza y apoyo mutuo.	Participacion activa
	Propósito	Reconocer las fortalezas y debilidades físicas de los estudiantes, que les permitan explorar y comprender sus capacidades en movimiento, mejorando la autonomía y la confianza en el uso del cuerpo	
	Aprendizajes esperados	Los estudiantes serán capaces de identificar y explorar sus fortalezas y debilidades a través del movimiento y la reflexión	
Variabilidad	en la practica:		RECURSOS
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	Se realizara un charla con las niñas con el fin de retroalimentar conceptos trabajados en sesiones anteriores, seguido de ello se realiza el diagnostico final, el cual tiene las mismas preguntas que el cuestionario inicial que realizamos con las niñas. Para la actividad central se realizaran juegos o dinamicas de las ya realizadas anteriormente con ellas esto a modo de eleccion propia y en concenso con ellas, queremos que ellas puedan elegir de todas las actividades la que más les haya gustado o llamado la atención.		Espacio amplio para moverse.
	Finalmente se cierra con un retroalimentación de todo lo aprendido a lo largo del proceso y se da un mini cierre a todo el proceso educativo, proponiedole a las niñas realizar una despedida a modo de agradecimiento por todo lo brindado por parte de ellas a nosotros y nosotros a ellas.		
OBSERVACIONES			

Planeación 10

MOMENTOS		DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto
Intención pedagógica	CONTENIDO	Cuerpo y expresión corporal.	Participación activa
	Propósito	Reconocer el cuerpo como medio de comunicación no verbal a través de ejercicios de expresión y movimiento.	
	Aprendizajes esperados	Los estudiantes serán capaces de identificar y comunicar a través del cuerpo diversas emociones y sentimientos, vinculándolos con la musicalidad.	
Variabilidad	en la practica: Trabajar cuerpo-objeto, delimitar el espacio de trabajo.		RECURSOS
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	Para iniciar realizaremos una actividad para establecer una conexión inicial con el cuerpo y liberar tensión. Los estudiantes comenzarán con un calentamiento básico en el que realicen estiramientos y movimientos suaves de todo el cuerpo. Se les invita a moverse de manera libre, respondiendo a una música con beats suaves y que sea relajante. La idea es que se concentren en sentir el ritmo y cómo conectarlo con el cuerpo respondiendo a la música. (10min).		Espacio amplio, parlante, música
	<b>Exploración de emociones a través del cuerpo (15 min):</b> El profesor presentará diferentes emociones (alegría, tristeza, enojo, sorpresa, miedo) y pedirá a los estudiantes que, sin palabras, expresen a través de movimientos que reflejen de cada emoción. Se les dará un tiempo para explorar la emoción antes de pasar a la siguiente.		
	<b>Trabajo con música y expresión (20 min):</b> Se reproducirán diferentes géneros musicales (clásica, rock, salsa, música electrónica, etc.). Los estudiantes deberán moverse de acuerdo con el ritmo y la atmósfera que les transmita cada tipo de música. Se les pedirá que, al escuchar cada genero, conecten con una emoción que se refleje en sus movimientos, sin hablar, solo utilizando el cuerpo.		
	<b>Improvisación en grupo (10 min):</b> Los estudiantes formarán grupos pequeños (3-4 personas), cada grupo elegira una canción y tendrán que improvisar una pequeña secuencia de movimientos que represente de forma colectiva la emoción o historia que el grupo quiera transmitir a través del cuerpo, siguiendo el ritmo y el genero de la canción elegida. La actividad finalizará con una breve presentación de cada grupo. Para finalizar la clase se realizara una reflexión grupal donde los estudiantes se sentaran en circulo y compartirán sus sensaciones durante la clase, a modo de preguntas: ¿Cómo se sintieron al mover su cuerpo? ¿Qué emociones fueron más fáciles de expresar? ¿Cómo la música influyó en su movimiento? ¿Cual fue su actividad favorita, y por que? (5min)		
OBSERVACIONES			

Planeación 11

MOMENTOS		DESCRIPCIÓN GENERAL	Producto
Intención pedagógica	CONTENIDO	Coherencia entre pensamiento, emoción y acción	Muestra final obra de teatro
	Propósito	Los estudiantes se expresan desde una muestra artistica en relación con sus propias experiencias y vivencias	
	Aprendizajes esperados	los estudiantes pueden expresarse a través de movimientos con un sentido propio y colectivo	
Variabilidad	en la practica:		RECURSOS
ACTIVIDADES DE DESARROLLO	El grupo caminará por el espacio y el profesor dira que realicen un circulo para cantar agua de llimones, esto con el fin de organizar los grupos, cuando este dos dos equipos, a un equipo se le daran pelotas para tumar el cono que el otro grupo intentará pasar de la manera más rapida posible colocandolo encima de su cabeza, el recorrido es de un lado de la cancha al otro, ganará el grupo que obtenga más puntos, por lo cual luego intercambiarán de posición de juego, se dra un tiempo de 3min para que todos los integrantes del grupo pasen. 10 min		pelotas suaves y conos, música y espacio amplio
	<b>Culminación:</b> Realizaremos una obra de teatro reuniendo todos los aprendizajes adquiridos a lo largo de las intervenciones, donde se logre evidenciar los aprendizajes positivos o negativos del proceso.. 40 min		
	<b>Reflexión final:</b> A través del circulo del dialogo hablar con los estudiantes de como se sintieron en el proceso que se vivio y preguntar que impacto tuvo en las vidas de cada uno (si lo tuvo) 10 min		
OBSERVACIONES			