

CUERPOS QUE SIENTEN: LA MOTRICIDAD COMO PUENTE HACIA LA EMPATÍA

Ana Maria Muñoz Ayala

2021220044



Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura en Educación Física

Mayo, 2026

CUERPOS QUE SIENTEN: LA MOTRICIDAD COMO PUENTE HACIA LA EMPATÍA

Ana Maria Muñoz Ayala

2021220044

Angelica Larrota Cruz

Magister

Tutora

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura en Educación Física

Mayo, 2026

Dedicatoria

Le dedico este trabajo a mi familia, mis padres Sandra Ayala y Juan Muñoz, mis hermanos Juan francisco Muñoz y Julian Camilo Muñoz. A mi abuelita Ana Cecilia Quintero que con su frase “salga adelante” me impulso cada día, a mi abuelito Francisco Ayala.

Agradecimientos

Le agradezco a principalmente a Dios que hoy me permite culminar un sueño, que hoy se hace realidad, mil gracias a mi familia por siempre estar y ayudarme en esta carrera, a mis profesores por todas las observaciones. A mis profesores de disciplinar, Miguel Molano, Libardo Mosquera y Carlos Pacheco, por todos los aprendizajes compartidos, gracias a mi tutora la profesora Angélica, por toda la paciencia y entender todas nuestras ideas y complementarlas, por último y no menos importante, gracias a mi novio por comprenderme y ayudarme en diferentes situaciones.

Tabla de contenido

Contenido

CUERPOS QUE SIENTEN: LA MOTRICIDAD COMO PUENTE HACIA LA EMPATÍA	1
Dedicatoria.....	3
Agradecimientos	4
Lista de Siglas	7
Lista de tablas	7
Lista de figuras.....	7
Introducción.....	8
Fundamentación Contextual	10
Caracterización de la realidad	10
Problema	11
Propósito de formación	13
Justificación.....	14
Antecedentes	14
Antecedentes locales.....	14
Antecedentes nacionales	15
Antecedentes internacionales	16
Marco normativo	18
Perspectiva educativa	20

Componente Disciplinar	20
Fundamento Pedagógico	21
Componente Humanístico	22
Diseño e implementación	23
Propósito general	25
Propósitos específicos.....	25
Meso-curriculum	27
Micro-curriculum.....	28
Sistematización de la propuesta.....	31
Diario de campo	32
Análisis de la experiencia	35
Referencias	37
Anexos.....	39

Lista de Siglas

EF Educación Física

LEF Licenciatura en Educación Física

MEN Ministerio de Educación Nacional

PCP Proyecto Curricular Particular

UPN Universidad Pedagógica Nacional

Lista de tablas

Tabla 1. Preguntas orientadoras

Tabla 2. Unidades y sesiones de la planeación

Tabla 3. Resultados de las evaluaciones respuesta de los estudiantes.

Lista de figuras

Figura 1. Características del currículo

Figura 2. Metáfora de la flor

Introducción

Bienvenidos a todos las y los lectores que se interesaron a leer este documento de PCP, que tiene por título, cuerpos que sienten: la motricidad como puente hacia la empatía, donde se presentan cuatro capítulos, que se dividen en fundamentación contextual, el cual permite identificar el lugar donde se desarrolla el proyecto, indicando la problemática, la población a interactuar, como se pudo evidenciar el problema, y la propuesta pedagógica que pueda contribuir en la solución de la problemática identificada. Esta se orienta a partir de un propósito formativo, que deja ver el ideal de ser humano que se quiere potenciar, el maestro como mediador de este proceso formar, en seguida se encuentra la justificación, que se lleva a cabo durante el desarrollo del PCP, por qué se escoge el proyecto a investigar, para qué desarrollarlo en este contexto y como efectuar todo lo que se quiere lograr. También se encuentran los antecedentes los cuales se han estudiado para tener una idea de diferentes trabajos relacionados con este tema, de la motricidad en los niños a temprana edad, y como se dan esas interrelaciones empáticas entre ellos. Para cerrar esta primera parte se da una justificación legal, se nombran algunas leyes y artículos en el marco legal.

El segundo capítulo que tiene por nombre perspectiva educativa, donde se encuentra toda la fundamentación del PCP, se trabajan tres autores, a partir de los tres espacios académicos de humanística, disciplinar y pedagogía, para dar una explicación sobre el desarrollo humano, el concepto de educación física, concepto de currículo, ya que en el siguiente capítulo se crea un currículo para cumplir con el propósito formativo, aquí encontraremos autores como Margarita Benjumea, el cual ayuda a fundamentar el concepto clave de la percepción que se convierte en una categoría importante, Paulo Freire con el concepto de empatía y a Manuel Sergio que brinda

el concepto de trascender, se da toda la explicación y relación que se encuentra entre estos autores y categorías centrales para dar paso al tercer capítulo.

En el tercer capítulo llamado diseño e implementación, donde se empieza creando el macro currículo, se encuentra el concepto de currículo y el autor que va a guiar toda la creación del currículo, las características que se incluirán, la relación del currículo con el propósito de formación, un objetivo general y tres objetivos específicos, que son importantes para desarrollar las planeaciones, dentro de este macro currículo se evidencia un esquema general, de las categorías y las unidades a trabajar, en seguida se crea el meso currículo, donde se explican cada una de las unidades, las sesiones y las acciones a trabajar, el instrumento de recolección de información, el cual es el diario de campo, y la evaluación, en el micro currículo, se muestra la planeación que incluye la contextualización de la institución, la población, la metodología el formato de la ficha de planeación y el cronograma, para dar una organización y finalizar con el capítulo cuatro.

El cuarto y último capítulo que tiene por nombre sistematización de la propuesta, y empieza dando una descripción de la propuesta, el desarrollo del objetivo general y así mismo los objetivos específicos, la interpretación y análisis de la experiencia a lo largo de la implementación y por último las conclusiones de la experiencia.

Fundamentación Contextual

Este proyecto inicia en el colegio nueva Zelandia de Bogotá en el barrio Mirandela, , donde se realizan varias observaciones participativas cuando los estudiantes se encuentran en séptimo semestre de la LEF, se analiza las clases de EF de niños de primero, segundo y tercero de primaria, y se constata que las interacciones de niñas y niños se quedan cortas, es decir, si no que se encierran en sí mismos, una etapa donde para los niños es importante que salgan del egocentrismo, y así poder desarrollar la empatía y el pensamiento crítico en niños y niñas, que tengan la capacidad de reconocerse a sí mismo y reconocer al otro, aquí las interacciones entran a jugar un papel esencial que se den cuenta que su compañero o compañera no piensa igual. El ejemplo más cercano, es cuando ellos realizan una actividad propuesta por la docente, en la cual no todos logran desarrollar dicha actividad y compartir ese aprendizaje con los otros niños y niñas que no pueden o no se les facilita desarrollarla. En diferentes clases de EF se evidencia este problema, lo que dio lugar a analizar y crear estrategias para dar una posible solución y construir nuevos aportes a la Educación Física.

Caracterización de la realidad

La población que se encuentra en los sitios aledaños, se incorpora en un contexto económico, social y cultural marcado por la diversidad de sus habitantes, inaugurado en el año 2018, con la capacidad de más de quinientos estudiantes, el colegio pertenece al sector oficial, esto quiere decir que atiende principalmente a familias de estratos medios y bajos, con acceso gratuito a la educación, abordando en el colegio un espacio de integración social, donde se encuentran familiar de distintas procedencias y se promueve la participación ciudadana, fomentando la inclusión, cooperación, respeto, responsabilidad, los estudiantes en la sede B tiene única jornada en la mañana.

Problema

Para dar inicio a el problema, se elabora la siguiente pregunta problema, ¿de qué manera la motricidad humana contribuye a la empatía en las interrelaciones de los niños y niñas del colegio Nueva Zelandia sede b? A partir de las observaciones se abarcan habilidades, motrices básicas, como lanzar, atrapar, correr, saltar, entre otras. En el momento de la clase, los niños ejecutan la actividad que la profesora previamente enseñó; por ejemplo, una de las actividades que se llevó a cabo fue mantener el aro en movimiento circular en el antebrazo durante un minuto, luego lograr este movimiento para el aro a la muñeca y realiza el mismo movimiento, y, por último, el ejercicio hacerlo en el dedo, sin dejar caer el aro en ninguna de las situaciones, siempre de lo simple a lo complejo. Se observa algunos niños y niñas desanimados con dicha actividad, ya que no podían hacer el movimiento, mientras que otros muy felices alcanzaban el objetivo de la actividad, in embargo, se quedan con ese conocimiento sin compartirlo. Durante otra participación observativa se evidencio la actividad de rollito adelante y rollito atrás, en esta actividad los estudiantes muestran el miedo como reacción principal y ellos preferían no hacer la actividad, se deja ver que estas actividades son totalmente individuales.

Es aquí donde se nota la disposición de las emociones, y según Maturana (2001) dice que las emociones son disposiciones corporales que determinan dominios de acciones los cuales son ámbitos en los que se desarrollan las interacciones y las acciones de los seres humanos, esto quiere decir que el humano siempre está en constante demostración de emociones que surgen a partir de estímulos externos, que permiten al estudiante resolver conflictos, tomar decisiones y ser autónomos. Se entiende que nada está fuera de las emociones, las cuales dan paso a las interrelaciones de los sujetos, y se nota una falta de empatía en el espacio de la clase de EF, al momento del desarrollo de la evaluación partir de las actividades previas, pasa un estudiante

adelante y tiene que ejecutar el dominio de varios ejercicios, los otros niños apoyan más aquel que puede lograr la actividad, pero al que no puede prefieren no ayudarlo.

El estudiante durante toda su vida lleva un proceso, en el cual desarrolla sus habilidades y capacidades que aprende con otros, esta interacción que surge impulsa al crecimiento personal y colectivo desde la infancia hasta la adultez. Cada experiencia educativa formal o informal contribuye a la construcción de sus habilidades cognitivas, emocionales, sociales y motrices, el maestro está en pro de desarrollar su potencial humano, muchas veces el estudiante en su sentir piensa que no es capaz, que sus compañeros se burlaran o que habrá una corrección negativa de parte del profesor; y estos sentires llevan a que el estudiante se aparte o se aíse. Como profesores es importante entender y analizar los comportamientos de los estudiantes, su carácter y sus valores, a partir de la clase de EF. Qué se puede hacer, para que el sujeto pueda comunicar e interactuar con los otros que están a su alrededor.

Por otro lado, es importante destacar que el estudiante aprende a partir del desarrollo cognitivo, el cual se refiere al proceso de cambio y crecimiento en la capacidad de pensar y aprender, y tomar decisiones que se presentan en diferentes situaciones. Lev Vygotsky (1943) plantea que este desarrollo se refiere al rango de habilidades y conocimientos que un niño puede alcanzar con la guía y el apoyo de un adulto o en este caso de la profesora, el niño recibe una información del profesor, por medio del lenguaje, de símbolos, signos, entre otros, esta información se convierte en una acción la cual el ser humano ejecuta, el lenguaje y los símbolos culturales median en la relación en que el niños se encuentra, quiere decir su entorno, en constante interacción. Dicho lo anterior, lo cognitivo y lo emocional están estrechamente relacionado, ya que el sujeto siente, por ende, piensa y luego actúa, todo el tiempo el cerebro del

ser humano está creando patrones de pensamiento que le permiten construirse y construir en sociedad.

Para fundamentar la educación a estudiantes de la temprana edad Castañer y Camerino (2001) nombran algo muy importante, donde presentan que el desarrollo psíquico del niño en la edad de 6 a 12 años, la espontaneidad y actividad exploratoria del movimiento se mantiene y se acrecienta el control cognitivo de la conducta motriz, es aquí donde entra el papel de la profesora a intervenir en la exploración del niño y la niña, los autores previamente nombrados, brindan unas dimensiones del ser humano que serán propicias para identificar cómo se desarrolla tanto física como socialmente, estas dimensiones llevan poco a poco al sujeto a ser interactivo y comunicativo, la dimensión introyectiva del ser y en la que el ser tiene la capacidad de reconocerse así mismo, que es lo que siente y como actúa frente a situaciones que intervienen a diario, la dimensión extensiva del ser donde el sujeto es capaz de interactuar con otros siendo libre de expresar lo que siente, teniendo en cuenta que el otro es ser humano que se expresa diferente y la dimensión proyectiva del ser, donde el ser humano tiene la capacidad de poder comunicar. A partir de esta caracterización el niño y la niña, pueden comunicar e interactuar con los otros, empezando por reconocerse así mismo, por ende, como utilizar estas disposiciones para con los demás, no se trata de sentir por el otro si no con el otro.

Propósito de formación

Este PCP busca, por medio de la motricidad humana, potencializar las interrelaciones empáticas de los estudiantes del colegio nueva Zelandia de primero de primaria. Este ideal de ser humano da paso a que se formen personas empáticas, que son necesarias en la sociedad, porque hoy la sociedad necesita de personas que comprendan y entiendan a los demás. Las características de una persona empática es tener la capacidad de comprender y compartir los

sentimientos pensamientos y experiencias del otro, lo que permite una comunicación asertiva y un aprendizaje más profundo. La empatía es la base para un dialogo crítico y reflexivo, donde se construye el conocimiento de forma conjunta. El estudiante debe poder escuchar y reflexionar frente a problemas o situaciones presentadas en un entorno social.

Justificación

En este PCP se quiere dar a conocer la importancia que tiene la motricidad humana en las interacciones de los estudiantes de primero de primaria para potenciar la empatía en los seres humanos, porque es importante que el sujeto se reconozcan a sí mismo y reconozcan a los demás, para la construcción de una nueva sociedad que sea solidaria y menos excluyente capaz de tomar decisiones en su vida, donde exista la solidaridad, el respeto por la otra persona y apoyo mutuo entre los sujetos, esto por medio de actividades cooperativas, el espacio de la clase de EF es propicio para formar al sujeto en valores éticos.

Antecedentes

Se han estudiado algunos antecedentes locales, nacionales e internacionales para guiar un poco el camino del proyecto, se encontraron de la universidad pedagógica nacional, universidad de Antioquia y universidad de Azuay Ecuador, cada uno con aportes importantes, que se irán desarrollando a partir de cada resumen.

Antecedentes locales

¿Cómo se siente una emoción? aportes pedagógicos para el reconocimiento, la identificación y la regulación emocional por medio del arte con los niños y niñas de la escuela primaria el pueblito en el resguardo de Guambia.

Este proyecto dejar ver la importancia que se plantea a partir de la educación emocional cumple un papel esencial en el desarrollo integral de los estudiantes, pues les facilita reconocer y

comprender sus emociones para regular aspectos como el conocimiento, la confianza y el aprendizaje, aspectos que permiten la autorregulación, fortalece tanto su desempeño académico como habilidades clave, entre ellas la creatividad y la iniciativa personal, indispensables para el bienestar y la interacción social.

Del mismo modo, el arte se considera un recurso fundamental dentro de esta metodología, ya que brinda una vía de expresión y gestión emocional. Mediante estrategias creativas y participativas, se favorece la interacción comunitaria, el autoconocimiento, la resiliencia y el fortalecimiento de vínculos sociales, configurando un modelo de apoyo mutuo que enriquece la experiencia educativa y emocional colectiva.

La importancia de la empatía desde la clase de educación física.

El aporte de este proyecto es identificar la importancia de la empatía desarrollada mediante actividades lúdicas y su influencia en ámbitos más allá de la escuela. Se centra en la construcción de relaciones con los pares y en el contexto familiar, mostrando cómo, desde tres enfoques educativos, la empatía se convierte en un eje esencial para formar individuos sensibles y solidarios. El trabajo se apoya en referentes teóricos y un macro diseño que evidencia la conexión entre dichas perspectivas, subrayando el papel de los juegos de rol. Finalmente, presenta un análisis de la experiencia y concluye con aprendizajes aplicables a distintos ámbitos personales.

Antecedentes nacionales

Emociones políticas en niños y niñas

Este proyecto dice que la investigación se concibe como una herramienta que despierta la capacidad de asombro y facilita la comprensión progresiva de cómo cada individuo construye su realidad, este proceso revela perspectivas inesperadas y confirma la dificultad de predecir con

exactitud las percepciones y emociones de la infancia. Desde esta mirada, investigar se plantea como un camino para explorar nuevas formas de vivir y entender el mundo. En este marco, el macroproyecto busca aportar a la consolidación de una cultura de paz en tiempos de pos acuerdo, indagando sobre las dimensiones emocionales de los niños y niñas y su influencia en la relación con lo público y la diversidad. Se analiza, además, cómo construyen lazos intersubjetivos y desarrollan referentes morales, creencias y juicios a partir de su interacción con la cultura.

Nuevos retos de formación. Maestría en motricidad y desarrollo humano.

El artículo presenta los avances en los estudios sobre las percepciones de profesionales de la Educación Física y áreas afines durante la formulación de la Maestría en «Motricidad y Desarrollo Humano». El aporte significativo que se encuentra en este proyecto es ver la importancia de la motricidad humana a lo largo de la historia en diferentes ámbitos. Su propósito es fortalecer la calidad académica e investigativa de este campo y enriquecer la práctica pedagógica vinculada a la motricidad humana. Históricamente, la motricidad ha cumplido funciones sociales que la legitiman como dispositivo cultural, con expresiones en ámbitos religiosos, militares, saludables, estéticos, laborales, competitivos, lúdicos y formativos. El proyecto busca promover la reflexión sobre el cuerpo y su dimensión motriz en relación con lo ético-político, lo estético-expresivo y lo científico-técnico, además de consolidar grupos de investigación afines a estas temáticas y a la filosofía del nuevo currículo del Instituto Universitario de Educación Física.

Antecedentes internacionales

Emociones en educación: cómo las emociones, cognición y motivación influyen en el aprendizaje y logro de los estudiantes.

Comprender la naturaleza de las emociones en el ámbito educativo resulta esencial para investigadores, docentes, administradores y diseñadores de programas. Este proyecto confirma una vez más, la disposición de las emociones, dice que los estudiantes experimentan diversas emociones en la escuela como orgullo, satisfacción, expectativas, confusión, enojo, ansiedad y aburrimiento que influyen de manera significativa en su rendimiento y bienestar psicológico. El propósito de esta revisión es ofrecer una visión general sobre el impacto de las emociones en el aprendizaje y el logro académico, apoyándose en estudios de psicología educativa y cognitiva. A través de este análisis se busca explicar cómo y por qué las emociones afectan los procesos de aprendizaje y explorar sus implicaciones prácticas para la enseñanza y la mejora de la experiencia educativa.

Maestría en Desarrollo Temprano y Educación Infantil. Mención Atención Temprana.

La atención temprana se orienta a responder a las necesidades y dificultades de los niños en sus primeros seis años de vida, especialmente en el ámbito educativo, donde busca detectar y tratar a tiempo los problemas de aprendizaje para favorecer el pleno desarrollo de sus capacidades. El estudio tuvo como objetivo diseñar una propuesta de atención temprana para niños de 4 a 5 años mediante estrategias basadas en el juego y el arte. La investigación, de tipo descriptivo y cuasi experimental dentro del paradigma cuantitativo, se aplicó a una muestra de 27 niños evaluados con el Inventario de Desarrollo de Battelle antes y después del programa. Los resultados evidenciaron mejoras en todas las áreas de desarrollo, con avances destacados en motricidad fina, aspectos personal-sociales, comunicativos y cognitivos.

Marco normativo

El Ministerio de Educación en Colombia aborda las emociones a través de la Ley 2383 de 2024, que promueve la educación socioemocional en todos los niveles educativos. Esta ley busca fortalecer la salud mental y física de los estudiantes, mejorando su bienestar y capacidades para la vida diaria.

Ley 115 de 1994 donde establece los fines de la educación, incluyendo la formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación y el deporte.

UNESCO: La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura promueve la educación emocional y social como parte integral del desarrollo sostenible y la ciudadanía global. UNESCO. (2025). *Integrar el aprendizaje social y emocional en los sistemas educativos: bienestar, convivencia y ciudadanía global*.

ONU: La Organización de las Naciones Unidas destaca la importancia de la educación emocional para el bienestar y el desarrollo de los individuos y las sociedades.

OMS: La Organización Mundial de la Salud enfatiza la necesidad de promover la salud mental y emocional en la educación, especialmente en la infancia y la adolescencia.

La Constitución Política de Colombia de 1991

Artículo 1: Establece que Colombia es un Estado social de derecho, fundado en el respeto de la dignidad humana, la solidaridad y la prevalencia del interés general.

Artículo 2: Define como fines esenciales del Estado servir a la comunidad, promover la prosperidad general y garantizar la efectividad de los principios, derechos y deberes consagrados en la Constitución.

Artículo 13: Garantiza la igualdad y la no discriminación, promoviendo la protección especial a personas en situación de debilidad manifiesta.

Artículo 52: Reconoce el derecho a la recreación, la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre, fomentando la formación integral de las personas.

Perspectiva educativa

La educación, es entendida como una construcción del ser humano, transformador de su realidad, la educación tiene la responsabilidad de crear nuevas personas, capaces de reconocer al otro como un ser que piensa y siente diferente, que sea participe de su cultura, de la sociedad, siendo reflexivo y crítico en la toma de decisiones personales y colectivas. Manuel Sergio (1933) la educación física es la rama pedagógica de la ciencia de la motricidad humana, quiere decir que se educa al estudiante en su totalidad, tanto personal, como físicamente. Este autor nos propone una categoría esencial para llevar a cabo el ideal de ser humano y es trascender, este concepto indica la superación del sujeto, no es solo actuar, sino que esa acción tiene una intencionalidad, el cuerpo se comprende como biológico y relacional, es naturaleza y cultura, y este cuerpo se da en una sociedad solidaria, aquí se identifica el área de humanística fundamentando la teoría del desarrollo humano, ahora Margarita Benjumea reconoce el cuerpo no como un objeto, sino un lugar de sentido, vinculo y transformación, esto deja ver que la tendencia es la motricidad humana, esta tendencia es denominada como una dimensión del ser, para plantear la comprensión de la realidad humana y su expresión. Desde la pedagogía de Paulo Freire (1969), convoca a pensar la educación como un acto de liberación y nombra la concienciación, el dialogo, la problematización y la acción, y estas se convierten categorías centrales para la construcción de sujeto autónomos comprometidos con su realidad, da lugar a lo que es un ser empático.

Componente Disciplinar

Margarita Benjumea (2010), reconocida especialista en motricidad humana, desataca diversos elementos esenciales que permiten comprender la complejidad de este fenómeno, entre los aspectos fundamentales que analiza, se encuentran aquellos que configuran la motricidad como una dimensión clave del desarrollo humano, abordando su relación con el movimiento, la

percepción, la intencionalidad- conciencia, la temporalidad, que son elementos constitutivos, ofrecen una perspectiva integra sobre la manera en que la motricidad influye en distintos ámbitos del conocimiento y la experiencia humana. La percepción se refiere a la capacidad de recibir y procesar información sensorial. La especialista busca a Ponty (1945), para decir que la percepción está dotada por varios elementos los cuales inicia desmarcando la sensación, que es una recepción de estímulos, una vivencia la cual afecta al sujeto y revela un estado de sí mismo.

Fundamento Pedagógico

Paulo Freire (1969) él fue un educador y filósofo brasileño que desarrollo una pedagogía critica se enfocaba en la emancipación y liberación de los oprimidos. Permite dar un enfoque pedagógico constructivista, en el cual el estudiante construye su propio conocimiento, basándose en sus aprendizajes previos, siendo una figura central de su camino y el docente un facilitador, que orienta y proporciona las herramientas que ayudan a la problemática principal.

A continuación, se presentan algunas categorías en las que se va a apoyar el proyecto y darle forma a la investigación: la concienciación, donde el filósofo, sostiene que la educación debía ser un proceso de toma de conciencia de la realidad social y política, que constantemente rodea al individuo. El diálogo, se considera que entre el educador y el educando es esencial para la construcción del conocimiento ya que a partir de las relaciones que se dan entre un maestro y un alumno conlleva a que se cumpla la primera categoría de concienciación, otra de las categorías es la problematización, donde se sostiene que la educación debe ser un proceso de identificación y análisis de los problemas sociales que afectan a los individuos y las comunidades por último, la acción, la pedagogía critica enfatiza la importancia de la acción y la practica en el proceso de aprendizaje.

Por otro lado, la educación, debe ser un proceso de acción y reflexión que lleva al individuo a tomar conciencia de su realidad y actuar para cambiarla, donde el papel del docente es dinamizador por medio del dialogo, para que el estudiante transforme la clase de Educación Física en un espacio de reflexión, utilizando un enfoque constructivista, un modelo pedagógico que permita la estructura y aplicación del proceso de enseñanzas y conocimientos de los aprendizajes y su respectiva ejecución.

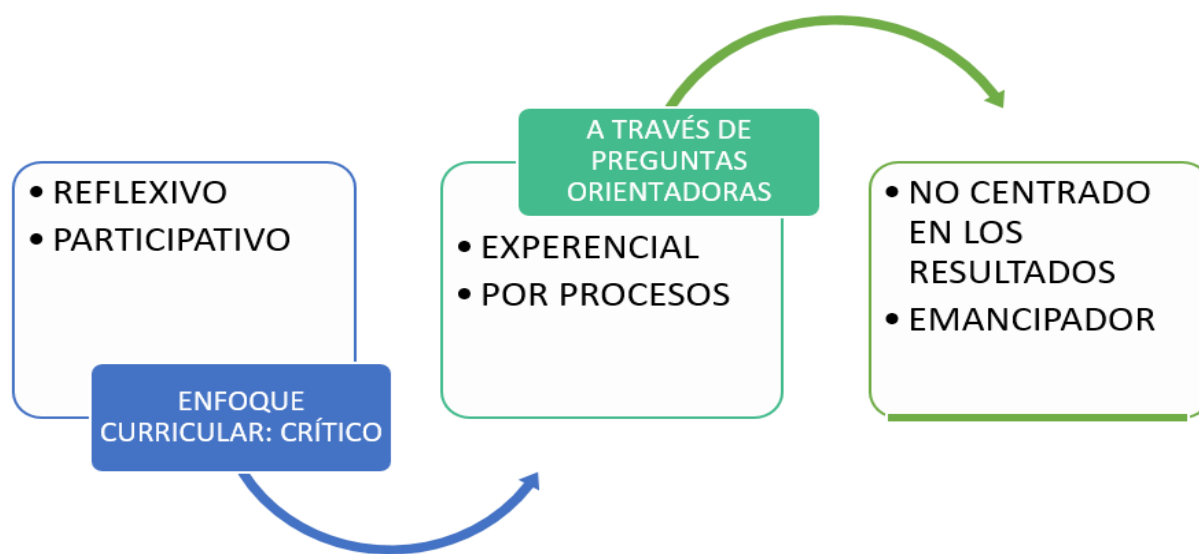
Componente Humanístico

Manuel Sergio (1933) licenciado en filosofía y doctor en motricidad humana, propone una ciencia de la motricidad, como teoría de desarrollo humano, donde la misma se convierte en una forma de conocimiento y aprendizaje, integra el movimiento corporal, reconocimiento de su cuerpo y espíritu. El cuerpo no es una máquina, se ve como un sujeto lleno de sentido, cada movimiento del cuerpo, es una manera de comunicar, cultural y físicamente, por medio de experiencia y el lenguaje. Trascender para Manuel Sergio, es superar y superarse, el ser humano es estudiado en movimiento intencional, y esto es posible solamente si el sujeto está en sociedad solidaria, de lo contrario no es posible la trascendencia individual.

Diseño e implementación

El diseño curricular que se propone, permite la integración de los anteriores capítulos desarrollados, donde responda al propósito formativo, al enfoque curricular, modelo pedagógico a utilizar, el concepto de currículo y todo esto da paso a la creación del macro currículo, meso currículo y micro currículo. Se empiezan nombrando las características del mismo en la siguiente figura:

figura 1. *Características del currículo*



Macro-curriculum

Estas características del estudiante se quieren cumplir durante la implementación del currículo donde el estudiante sea reflexivo con la capacidad de pensar y reflexionar a partir de las acciones realizadas, cumpliéndose la percepción nombrada anteriormente, participativo, el estudiante será activo para la participación en el currículo, para que este currículo sea una construcción tanto del docente como del estudiante, durante la evaluación el estudiante dará una

evaluación a la profesora donde luego en análisis, se permitirá el cambio o reestructuración del currículo, experiencial, la realización del currículo le permitirá construir experiencias individuales y colectivas, para que se cumpla la categoría de ‘trascender’, las experiencias colectivas son claves, por procesos donde el estudiante aprenderá progresivamente al ritmo que sea conveniente.

El conocimiento se construye a partir de la interacción con otros, lo que implica que la escuela sea un espacio propicio para el dialogo, cooperación y reflexión, por medio del enfoque constructivista, ya que este dice que el estudiante debe ser el protagonista de su propio aprendizaje, que sea explorador de la realidad que lo rodea constantemente. El ser humano, en tanto ser social, requiere interactuar con otros para generar nuevas experiencias y vivencias que se constituyen en procesos de aprendizaje y transformación. Dichas interacciones posibilitan la realización de acciones concretas orientadas a la construcción de una sociedad más justa y empática. En este marco, la persona se reconoce en el otro como sujeto de dignidad, actúa en comunidad y ejerce su autonomía, configurando así una reflexión que articula la dimensión individual con la colectiva.

La definición del currículo es tomada del libro, producto o praxis del currículo de Grundy el cual aporta un concepto muy importante:

hablar del currículo constituye otra manera de hablar de las prácticas educativas de determinadas instituciones. Esto significa que hemos de buscar el curriculum, no en la estantería del profesor, si no en las acciones de las personas inmersa en la educación (...) es decir, pensar en el curriculum es pensar en cómo actúa e interactúa un grupo de personas en ciertas situaciones

El currículo es abierto, con opción de adaptarse a diferentes contextos, atendiendo a necesidades, oportunidades o problemáticas, donde el juego será mediador para poder privilegiar la enseñanza de un ser humano y empático. Así mismo, se crean propósitos formativos, el cual da pie a el meso currículo y son los siguientes:

Propósito general: Implementar estrategias metodológicas motrices que permitan el reconocimiento de sí y del otro, generando procesos de formación integra para el desarrollo personal y colectivo.

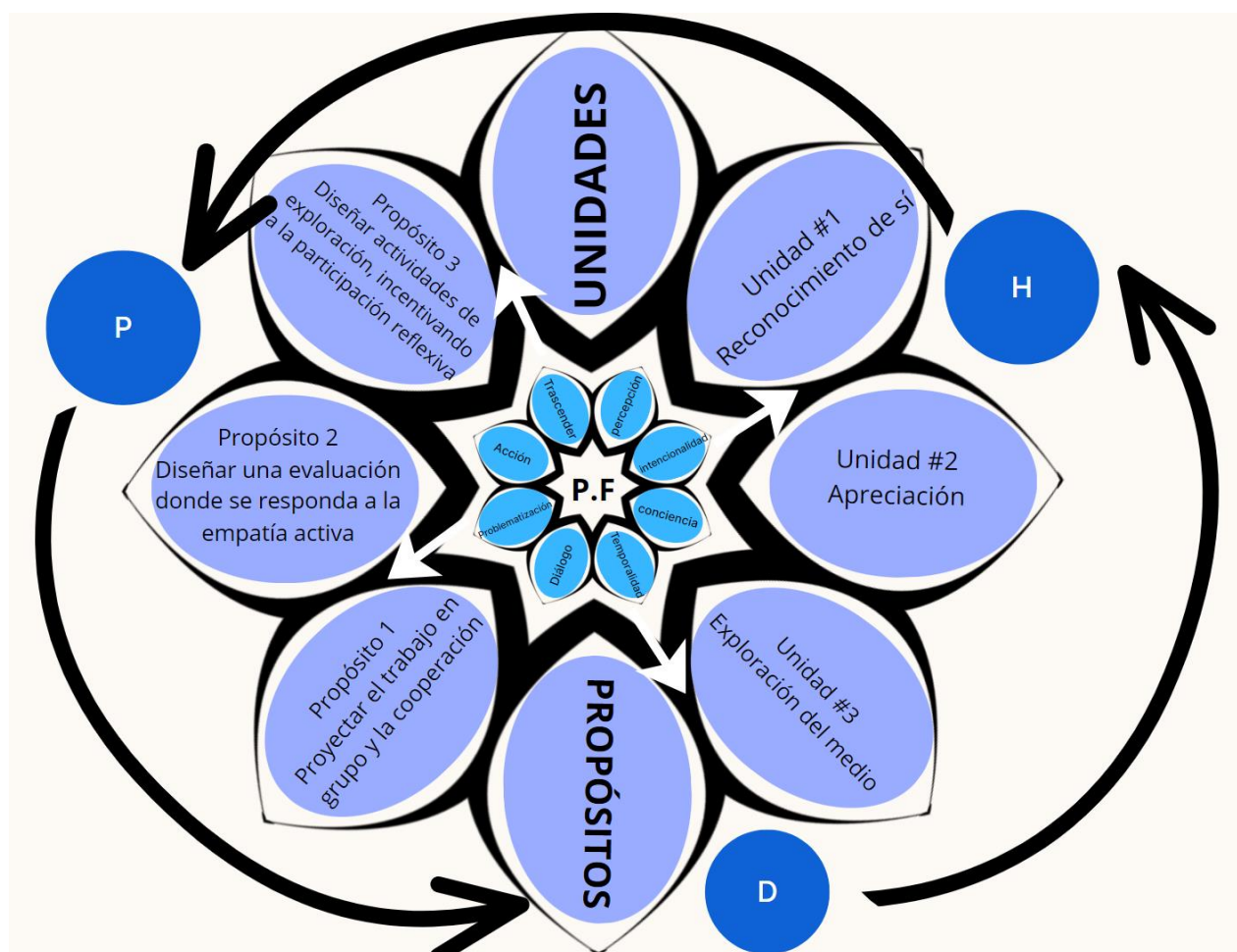
Propósitos específicos

- Proyectar el trabajo en grupo y la cooperación mediante las experiencias motrices y reflexivas de los estudiantes a partir de la capacidad de autoconciencia que les permitan identificar sus valores y potencialidades.
- Diseñar una evaluación donde se responda a la empatía activa y el respeto por la diversidad a través de actividades cooperativas y expresivas de motricidad, donde los estudiantes aprendan formas de comunicación corporal de sus compañeros, construyendo vínculos solidarios y comunitarios.
- Diseñar actividades que integran la exploración del espacio físico, incentivando a la participación reflexiva y conciencia social mediante prácticas motrices para la construcción de la realidad compartida.

A continuación, se presenta una figura donde se encuentras conceptos clave, las unidades y los propósitos:

Figura 2. *Metáfora de la flor*





Meso-curriculum

Para este diseño se proponen tres unidades para las planeaciones de clase, cada una con un propósito específico, para entrelazar, y dar lugar a el formato de planeación. En la primera unidad ‘reconocimiento de sí’ el sujeto es capaz de reconocer sus capacidades para poder transmitir su conocimiento. La segunda unidad que tiene por nombre ‘apreciación’ el sujeto es capaz de reconocer a el otro como ser humano que siente y piensa diferente, con la capacidad de compartir dichas experiencias por ultimo una tercera unidad llamada ‘exploración del medio’ el sujeto es capaz de reconocer el medio en que se encuentra, con el objetivo de explorar la realidad en la que está inmerso.

Durante estas implementaciones se utiliza dos instrumentos de recolección, el diario de campo creado por la docente en formación y una evaluación diseñada para dar una posible solución a la pregunta problema que inicialmente se planteó. En una silueta que se entrega a los estudiantes, deben da respuesta a la evaluación que se compone de tres preguntas, ¿con qué emoción se identifica a diario?, ¿Qué habilidades reconoció en él durante la clase? Y ¿Qué habilidad reconoció en su compañero?, plantilla a trabajar.

Micro-curriculum

Donde se puede evidencia la institución del colegio Nueva Zelandia sede B, atiende a estudiantes entre 5 y 9 años, en la zona del primer piso se encuentra preescolar, en el segundo se encuentra grados primero, segundo y tercero, y se realizan diferentes sesiones de implementación a partir de planeaciones de clase, respondiendo a la problemática de los estudiantes. La metodología se da a partir de algunas preguntas orientadores que luego ayudan a el análisis de la experiencia:

Tabla 1. Preguntas orientadoras del currículo.

Nº	Pregunta
1	Cómo se manifiesta la empatía en las interacciones cotidianas y qué papel cumple en el desarrollo humano?
2	¿De qué manera la empatía puede ser estimulada a través de experiencias corporales y motrices?
3	¿Cómo la motricidad humana trasciende lo físico para convertirse en un medio de expresión y comunicación?

4 | ¿De qué manera la educación puede favorecer un desarrollo humano que articule lo cognitivo, lo emocional y lo corporal?

Autoría propia

Esta planeación se da en tres momentos especiales de las clases, la primera parte tiene por nombre conexión donde se evidencia el calentamiento, en seguida está la parte central que lleva por nombre viaje y por último intercambio de ideas. Cada unidad está compuesta por seis sesiones, para un resultado de 18 sesiones, seis sesiones con un propósito específico diferente, como se ve en la siguiente tabla:

Tabla 2. Unidades y sesiones de la planeación.

Unidades	Sesiones	Propósitos específicos
Reconocimiento del sí	6	Proyectar el trabajo en grupo y la cooperación mediante las experiencias motrices y reflexivas de los estudiantes a partir de la capacidad de autoconciencia que les permitan identificar sus valores y potencialidades.
Apreciación	6	Diseñar una evaluación donde se responda a la empatía activa y el respeto por la diversidad a través de actividades cooperativas y expresivas de motricidad, donde los estudiantes aprendan formas de comunicación corporal de sus compañeros, construyendo vínculos solidarios y comunitarios.
Exploración	6	Diseñar actividades que integran la exploración del espacio físico, incentivando a la participación reflexiva y conciencia social mediante prácticas motrices para la construcción de la realidad compartida

Sistematización de la propuesta

Para finalizar este proyecto curricular particular, se pone a prueba el análisis de los instrumentos de recolección de información en este caso, la evaluación y el diario de campo, para poder dar una síntesis de todo lo trabajado a partir de las observaciones participativas, la implementación piloto, y directamente la implementación, iniciaremos con los resultados de la evaluación, teniendo en cuenta el tiempo en que se realizó estos fueron los análisis. De 31 estudiantes a los que fue aplicada la evaluación de la silueta, 26 respondieron la emoción que los representa es la felicidad, uno indicó la tristeza, uno aburrido y tres que no respondieron a las preguntas.

Por otro lado, la segunda pregunta ¿Qué habilidades reconoce en él mismo? El cual respondieron tres estudiantes, donde dos de ellos indican que cuidaron a su compañero al momento de la actividad, ya que la actividad trataba de guiar al compañero que tenía los ojos cerrado y luego cambiar de roles, otro estudiante escribe, ‘no deje que se callera’, para la tercera pregunta que es ¿Qué habilidades reconozco en mi compañero? Dos estudiantes respondieron, uno escribe ‘no tropezarnos’ y otro escribe ‘ubicarnos’.

La evaluación que se desarrolló en este curso 101, permite ver la emoción que sobresale la felicidad, como reacción principal de los estudiantes, durante la ejecución de la segunda y tercera pregunta, los estudiantes no lograron plasmar en la hoja las habilidades que reconocieron en ellos y en el otro, sin embargo en el momento de la clase, cuando se hace la pregunta mucho de ellos responden ‘yo sí cuido a mi compañero’, otros dicen ‘a mí me dejaron chocar con otro niño’, se necesita de comunicación de maestro-estudiante para que se den momentos de reflexión y poder reconocer al otro como ser humano que siente y piensa y así cumplir el ser humano ideal

‘seres empáticos’. En la siguiente imagen se puede evidenciar la evaluación realizada por los estudiantes del colegio nueva Zelandia sede b de 101.

Tabla 3. Resultados de las evaluaciones respuesta de los estudiantes.

N° de estudiantes	Emoción
26	Felicidad
1	Triste
1	Aburrido
3	No responden

Diario de campo

Para el diario de campo, se tienen en cuenta diferentes preguntas, las cuales son: La primera pregunta se basa en el desarrollo de la clase, se hace una descripción de la realidad la cual es ¿Qué actividad se realizó?, se explica el paso a paso de lo que sucede en la clase, para luego recuperar esto en las preguntas más adelante.

La segunda sección llamada, observaciones, en la cual, se realizan cuatro preguntas a desarrollar, la primera ¿Qué comportamientos llamaron la atención? Con el objetivo de identificar cómo se comporta el estudiante frente a situaciones emergentes que pasan durante la clase de EF, la segunda pregunta ¿Cómo interactuaron los estudiantes? Permite ubicar interacciones puntuales que dan paso para evidenciar como por medio de la motricidad se puede fomentar la empatía y que los estudiantes trasciendan en su desarrollo, la tercera pregunta es ¿Qué actitudes fueron importantes?, se evidencia durante la clase actitudes de los estudiantes que llaman la atención de la profesora en formación, actitudes que transforman las actividades, y dan otro camino a seguir, ¿Qué elementos influyeron en el entorno? Esta pregunta permite analizar que se puede cambiar para el futuro, que se analiza para las clases a largo plazo.

En la sección interpretación y análisis, se responden tres preguntas, las cuales son ¿qué significa lo que se observa? Dando a entender una respuesta que supla la pregunta problema inicial del proyecto, la segunda pregunta es ¿Cómo se relaciona con los objetivos? Durante todas las planeaciones se plantea un propósito específico que va de la mano con cada unidad, esta pregunta permite la relación que se da entre las acciones del ser humano y el propósito al que se quiere llegar a través de la clase, la tercera pregunta ¿Qué temas o categorías emergen? Lo que permite que en las próximas clases se pueda tener en cuenta para actuar frente a dichas actividades emergentes.

En seguida está la sección reflexiones personales, donde se encuentran tres preguntas, se plantean para los análisis de todo lo que se ha ido desarrollando a través de la implementación y observaciones realizadas de las clases de EF, la primera pregunta ¿Qué siento y qué aprendo? En este espacio se escribe todas las percepciones que se tienen como profesora, el cual deja ver las retroalimentaciones para la docente que ha realizado la clase, en seguida ¿Qué preguntas surgen? Necesarias para transformar las planeaciones de las siguientes clases, ¿Qué hipótesis se puede plantear? A partir de las respuestas surgen hipótesis que afirman suposiciones necesarias que se nombran

En la última sección llamada proyección, compuesta por tres preguntas, estas son claves para que el maestro pueda tener en cuenta para sus otras clases que vienen, ¿Qué observa para el futuro? Donde se plantean nuevas opciones del desarrollo de la clase a largo plazo, ¿Qué recomendaciones se plantea? A partir de la actividad ejecutada que recomendaciones son necesarias para que en la próxima clase de EF supla las necesidades tanto en materiales como en relación con los propósitos iniciales, que responda al propósito formativo, a la pregunta problema y cumpla con todo el diseño planteado por último ¿Qué ideas nacen a partir de la

experiencia? Donde se identifica y se pone a prueba la relación que hay entre las preguntas del diario del campo y se queda para la reflexión de los profesores.

Análisis de la experiencia

Aportes a la educación Física: durante toda esta experiencia enriquecedora, el primer aporte que se encuentra es la evaluación para los niños de primero, ya que es un instrumento que permite muchas respuestas y saber cuál es la percepción de los estudiantes frente a todas las situaciones que pasan a diario, esta evaluación se puede realizar con niños y niñas de todo el bloque de primaria es decir de primero a quinto. Los estudiantes al ser tan pequeños, son subestimados por sus profesores, al pensar que no responde algo lógico o que de un resultado, sin embargo no se trata del resultado, sino de toda la reflexión que hay detrás de este instrumento y cuanto se puede analizar sobre el pensamiento que tuvieron ellos en el momento de responder, desde esta edad, con este tipo de evaluaciones se forma al sujeto para que sea una persona crítica, capaz de reconocerse a sí mismo y a los demás, aunque faltó mucho tiempo para poder ejecutar correctamente la evaluación, lo poco que se hizo fue fructífera para la formación del sujeto.

El currículo creado en este PCP, debe estar diseñado a partir del juego, después de realizar la practicas, se concluye que los niños y niñas de primaria en especial de primero, necesitan todo el tiempo estar en relación con colores, juegos, música, secuencias, etcétera, que desarrollen tanto física como emocionalmente a lo largo de su formación.

Para concluir, este trabajo deja una proyección social de la educación física donde deja ver, que las clases no solo están estrechamente relacionadas con lo que hace el estudiante y el maestro, si no como reflexiona sobre eso que hizo, y se hace retroalimentación durante el desarrollo de la clase de EF en la institución, se pensó realizar una evaluación docente, donde los niños evalúen a la profesora, cómo fue su proceso durante toda la práctica que realizo, sin embargo, la profesora del colegio, no permitió que se realizara este tipo de evaluaciones, porque los niños están muy pequeños para pensar ese tipo de evaluaciones, pero la duda que queda es, si

en verdad ellos no son capaces de evaluar a un profesor o profesora, según la experiencia vivida, ellos si pueden realizar este tipo de procesos, después de ver las evaluaciones que ellos mismos respondieron, claro que sí pueden ubicar lo que piensan de su profesor o profesora.

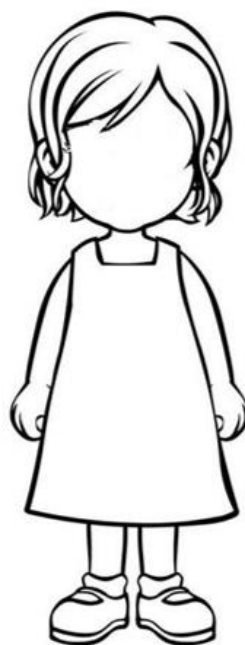
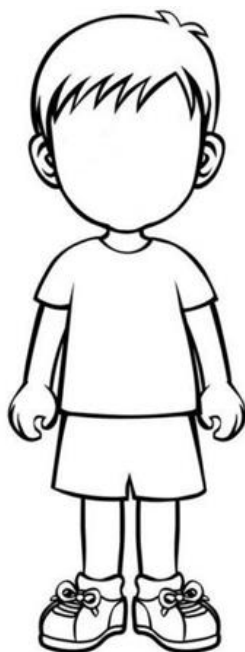
Referencias

- Benjumea, M. (2010). La motricidad humana como dimensión humana- un abordaje transdisciplinar. Léeme.
- Castañer, M. y Camerino, O. (2001) La educación física en la enseñanza primaria: Una propuesta curricular para la reforma. Inde.
- Congreso de la República de Colombia. (2024). Ley 2383 de 2024: Por la cual se promueve la educación socioemocional en todos los niveles educativos. Diario Oficial de Colombia.
- Congreso de la República de Colombia. (1991). Constitución Política de Colombia. Diario Oficial de Colombia.
- Congreso de la República de Colombia. (1994). Ley 115 de 1994: Por la cual se expide la Ley General de Educación. Diario Oficial de Colombia.
- Correa Gil, E, Díaz Leal, B, Ossa Montoya, A y Molina Bedoya, V. (2003). Nuevos retos de formación. Maestría en motricidad y desarrollo humano. Universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación Física y Deportes.
- Duarte, J. Gómez, A. Marín, M. Saldarriaga, J. Galeano, M. Marín, M. Saraza, S. López, L. Cadavid, F. Machado, M. Ramírez, L. Mejía, D. Monsalve, D. Acosta, P. Carmona, M. Ortiz, V. Pérez, J. Gallego, T. Cabas, A. y Costa, G. (2019). Emociones políticas en niños y niñas. Editorial Universidad de Antioquia.
- Grundy, S (1998). Producto o praxis del currículo. Morata.
- Martínez, S. R. (2023). La importancia de la empatía desde la clase de Educación Física.
- Maturana, H. (2001). Emociones y lenguaje en educación y política. Dolmen Ediciones.
- McConnell, M. (2019). Emociones en educación: como las emociones, cognición y motivación influyen en el aprendizaje y logro de los estudiantes.
- Organización de las Naciones Unidas. (2025). La importancia de la educación emocional para el bienestar y el desarrollo de los individuos y las sociedades. Naciones Unidas.
- Organización Mundial de la Salud. (2025). Promoción de la salud mental y emocional en la educación: infancia y adolescencia. OMS
- Paulo Freire (1969). Pedagogía del oprimido. Siglo XXI editores.
- Ponty, M, (1970). Fenomenología de la percepción. Gallimar.

- Rodríguez, S. (2024). ¿Cómo se siente una emoción? Aportes pedagógicos para el reconocimiento, la identificación y la regulación emocional por medio del arte con los niños y niñas de la Escuela Primaria el Pueblito en el resguardo de Guambia.
- UNESCO. (2025). Integrar el aprendizaje social y emocional en los sistemas educativos: bienestar, convivencia y ciudadanía global. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.
- Vieira, M. (1986). Para uma epistemologia da motricidade humana. Compendium
- Vintimilla, P. (2023) Atención temprana por medio del juego y el arte en niños de 4 a 5 años.
- Vygotsky, L. S. (1943). Pensamiento y lenguaje. Editorial Lautaro.

Anexos

Anexo A. Silueta de la evaluación



Anexo B. Formato de las planeaciones

ASIGNATURA: A:	Educación Física				
PERIODO ACADÉMICO :	primer periodo	Grupo	primero		
HORARIO:	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
HORA DE INICIO:	7:20 a. m	HORA FINALIZACIÓN:	8:15 a. m.		
PROFESOR:	Ana Maria Muñoz Ayala (docente en formación)				
Nombre de la institución	Nueva Zelandia (IED)	Dirección:	Cl. 187 #49-42 Bogotá		
Número de población a intervenir	35	Rango de Edad:	entre 7 y 9 años		
Unidad:	#1	Reconocimiento de sí			

Propósito específico	Proyectar el trabajo en grupo y la cooperación mediante las experiencias motrices y reflexivas de los estudiantes a partir de la capacidad de autoconciencia que les permitan identificar sus valores y potencialidades.		
SESION No.	1	Fecha	28/04/2026
ITEMS	Actividad		Duración
Conexión	El calentamiento, los estudiantes deben estar corriendo por la cancha, al sonido del silbato deben correr y ubicarse en los aros que están repartidos y dentro del aro sostenerse en un solo pie		10 min.
Viaje	- primera actividad: se realiza un camino en el suelo con tiza, que el estudiante debe recorrer subido en los zancos - segunda actividad: se disponen los zancos formando un camino, en parejas deben tomarse de la mano y caminar paso a paso sobre todo el camino de los zancos sin caerse. - Tercera actividad: el estudiante debe realizar diferentes desplazamientos subido en los zancos, por ejemplo, lateral, adelante, diagonal, en círculos, entre otras		30 min.
Intercambio de ideas	Estiramiento, Respiración, estiramiento (de prioridad las piernas), mientras se realiza el estiramiento, se hacen las reflexiones pertinentes.		5 min
Recursos y/o materiales:	Tiza, zancos, aros		
Evaluación del grupo			
OBSERVACIONES			
cuales			

Anexo C. Diario de campo

 REGISTRAR Y REFLEXIONAR 	
DATOS GENERALES	
Ana Maria Muñoz Ayala	
clase de educación física	
hora:	
colegio Nueva Zelandia	
DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN	DESCRIPCIÓN
¿Qué actividad se realizó?	
Estudiantes (grados)	
Material	
Desarrollo de la clase	
OBSERVACIONES	DESCRIPCIÓN
¿Qué comportamientos llamaron la atención?	
¿Cómo interactuaron los estudiantes?	
¿Qué actitudes fueron importantes?	
¿Qué elementos influyeron en el entorno?	
INTERPRETACIÓN Y ANÁLISIS	DESCRIPCIÓN
¿Qué significa lo que se observa?	
¿Cómo se relaciona con los objetivos?	
¿Qué temas o categorías emergen?	
REFLEXIONES PERSONALES	DESCRIPCIÓN
¿Qué siento y qué aprendo?	
¿Qué preguntas surgen?	
¿Qué hipótesis se puede plantear?	
PROYECCIÓN	DESCRIPCIÓN
¿Qué observa para el futuro?	
¿Qué recomendaciones se plantea?	
¿Qué ideas nacen a partir de la experiencia?	

Anexo D. Fotos de los estudiantes (nota: no se ven los rostros)





Anexo E. evaluación realizada por los estudiantes de primero.



