UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN

LA DESCOLONIZACIÓN DEL CUERPO: UN ANÁLISIS DESDE LA EDUCACIÓN CORPORAL POR MEDIO DE LA DANZA Y EL DEPORTE

ASTRID YINETH RAMÍREZ

DIRECTORA

AMANDA ROMERO

BOGOTÁ-COLOMBIA

2017

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN

LA DESCOLONIZACIÓN DEL CUERPO: UN ANÁLISIS DESDE LA EDUCACIÓN CORPORAL POR MEDIO DE LA DANZA Y EL DEPORTE

ASTRID YINETH RAMÍREZ

CÓDIGO 2013287631

TESIS PARA OPTAR AL TÍTULO DE MAGISTER EN EDUCACIÓN

DIRECTORA

AMANDA ROMERO, PHD EN EDUCACIÓN

BOGOTÁ-COLOMBIA

2017

1. Información General	
Tipo de documento	Tesis de maestría
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Titulo del documento	LA DESCOLONIZACIÓN DEL CUERPO: UN ANÁLISIS DESDE LA EDUCACIÓN CORPORAL POR MEDIO DE LA DANZA Y EL DEPORTE.
Autor(es)/(as)	Ramírez Cruz Astrid Yineth
Directora	Amanda Romero Medina, PhD Educación UPN
Publicación	Universidad Pedagógica Nacional, 2017. 137 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional
Palabras Claves	DECOLONIALIDAD, DESCOLONIZACIÓN, CUERPO, EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES, DANZA, ESTEREOTIPOS, GÉNERO, COLONIALIDAD DEL PODER, COLONIALIDAD DEL SER.

2. Descripción

Trabajo de grado para optar el título de Magister en educación. El tema de la tesis se enfoca en el análisis de las posibilidades de la decolonización del cuerpo que ofrece la práctica del deporte y la danza (como deporte). La tesis corresponde al Énfasis en Educación Comunitaria, Interculturalidad y Ambiente, grupo de investigación sobre Filosofía, Educación y sociedad. Se trazó como objetivo analizar la danza y el deporte como una forma de descolonizar el cuerpo, respecto de los estereotipos creados culturalmente como producto de la colonialidad del poder y la del ser. Se realizó con una perspectiva decolonial, en el sentido de que la colonización y colonialidad tienen un significado distinto: colonizacion es un momento específico de la historia y colonialidad es un discurso que se mantiene vigente y que se trasforma. Para ello, la tesis dialoga –pricipalmente con los planteamientos de Michel Foucault sobre la biopolítica y los de Zandra Pedraza, respecto de las implicaciones de la *corpopolítca* en el disciplinamiento del cuerpo. Sin embargo, el trabajo rescata las posibilidades de acción dentro de prácticas de aula que dejan en estudiantes (hombres y mujeres) preguntas sobre la centralidad del cuerpo en la vida actual y los modos como pueden desafiarse los estereotipos corporales.

3. Fuentes

Alcaldía de Bogotá. (2014). Constitución Política de Colombia 1991. Obtenido de Asamblea Constituyente: http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=4125

Amigot Leache, P. and Pujal i Llombart, M. (2006). Ariadna danza: lecturas feministas de Michel Foucault. *Athenea Digital. Revista de pensamiento e investigación social*, [en línea] (9), pp.100 - 130. Disponible en: http://atheneadigital.net/issue/view/n9 [Acceso: 17 Aug. 2016].

Araya Espinoza, A. (2006). El Castigo Físico: El Cuerpo como Representación de la Persona, Un Capítulo En La Historia Dela Occidentalización De América, Siglos Xvi-Xviii. *Historia. Instituto de Historia Pontificia Universidad Católica de Chile.*, 2(39), pp.349 - 367.

Baudrillard, J., Bixio, A. and Alonso, L. (2012). *La sociedad de consumo*. 1st ed. Madrid: Siglo Veintiuno de

España.

Benjumea, E. (2016). *Mi cuerpo fue un territorio de guerra*. [Video] Montes de María, Bolívar, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=3W7mlFWG4sk [Acceso: 12 Mar. 2017].

Bermúdez López, E., Cañas Vélez, S., Sogamoso, F., Velázquez Castillo, P. and Salazar Roncancio, B. (2008). *Bogotá, Cuerpo territorio de decisiones*. [Video] Bogotá: IED - Institución Educativa Distrital. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=Sg9Jb61xmSA [Acceso: 12 Mar. 2017].

Blasco, T (1996). *Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios.* Revista de Psicología del Deporte. Vol 5, Núm 2 (pág 51 – 63). Obtenido de: http://www.rpd-online.com/article/view/46/46

Bourdieu, P., & Passeron, J. (1998). *La Reproducción* (1a Ed.). México, D.F.: Fontamara.

Buster, F. (2012). *La Educación Física hace parte de los programas educativos*. [Figura]. Obtenido de http://educacionfisicafmg.blogspot.com.co/2012/09/linea-del-tiempo-de-la-historia-de-la.html

Campaña contra la obesidad. (2014). [Video] Strong4Life.com. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=Z3GdX_pELos [Acceso: 10 nov. 2016].

Castañer. M. (2001). *El potencial creativo de la danza y la expresión corporal*. Instituto avanzado de Creatividad Aplicada Total. Santiago de Compostela, España. http://educreate.iacat.com/Biblioteca/Educreate.%20Marta%20Casta%C3%B1er%20Balcells.%20El%20potencial%20creativo.pdf?cPath=2_19&products_id=60

Castro-Gómez, S. (2005) *La hybris del punto cero* ciencia, raza e ilustración de la nueva granada (1750 - 1816) Editorial pontificia universidad javeriana, 2005.

Castro-Gómez, S. (2012). El análisis del poder: Foucault y la teoría decolonial. *Tabula Rasa*, (16).

Cortéz, D. Et. al. (2016). Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes. En *Revista Mexicana de Trastornos* alimentarios. Vol. 7 No. 2 jul/dic. 2016.

De Rueda. B & López. C. (2013). Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones. *Revista Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, Nº 24, pp. 141-148.

Deleuze, G (1991). *Posdata sobre las sociedades de control.* El lenguaje literario, Tº 2, Ed. Nordan, Montevideo, 1991. Obtenido de:

http://www.fundacion.uocra.org/documentos/recursos/articulos/Posdata-sobre-las-sociedades-de-control.pdf

Deleuze, G (2006). *Post-scriptum sobre las sociedades de control*. Polis [En línea], 13 | 2006, Publicado el 14 agosto 2012, consultado el 05 mayo 2017. URL: http://polis.revues.org/550

Díez Mintegui, Carmen (1996). *Deporte y construcción de las relaciones de género.* Gazeta de Antropología, Nº 12, 1996, Artículo 10. Obtenido de: http://hdl.handle.net/10481/13591

Dussel, E (1998). *Ética de la liberación en la edad de la globalización de la exclusión*. Editorial Trotta, SA. Madrid. Obtenido de: http://enriquedussel.com/txt/Textos_Libros/50.Etica_de_la_liberacion.pdf El canon de belleza a través del tiempo. (2014). [Video] Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=QCyh7ox-yrM [Acceso: 11 nov. 2016].

El Espectador. (2013). Niegan tutela contra cuadernos con portadas de mujeres semidesnudas. [Figura]. Obtenido de http://www.elespectador.com/noticias/judicial/niegan-tutela-contra-cuadernos-portadas-de-mujeres-semi-articulo-408780

Escalada, L (2014). *Zumba*. [Figura]. Obtenido de: http://sivarit.tumblr.com/post/68873933517/zumba

Escallón, J. (2016). *Los huérfanos de la guerra*. [Video] Montería, Córdoba, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=MHEUVOaUo7E&spfreload=10 [Acceso: 12 Mar. 2017].

Escudero, M. (2013). *Cuerpo y danza: Una articulación desde la educación corporal*. Tesis para optar por el grado de Magíster en Educación Corporal. Universidad Nacional de La Plata.

Fanjul, C. (N/F). El estereotipo somático del hombre en la publicidad de estñetica y su influencia en la vigorexia masculina. En *Actes Congénere: ña re`resentació de género a la publicitat del segle XXI*.

Fanon, F. (2009). *Piel negra, máscaras blancas* (1ª Ed.). Madrid: Akal.

Foucault, M. (2009). *Vigilar y castigar* (1ª Ed.). México: Siglo Veintiuno.

Freire, P. (1996). *Pedagogía del oprimido*. 1ª Ed. México: Siglo Veintiuno.

Fuentes, A. (2006). *El valor pedagógico de la danza.* Universitat de Valencia. Departamento de Educación Física y Deportiva. Servei de Publicacions.

García López, Á. and Ruiz España, J. (2010). *La Educación Física en la historia del mundo contemporáneo*. [Figura]. Diplomado en Educación Física. Universidad de Murcia, España. Obtenido

de: http://www.efdeportes.com/efd148/la-educacion-fisica-en-la-historia.htm

García Sánchez, et. al. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual. Aspectos metodológicos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.* No. 20. pp. 33-36.

Grosfoguel, R., & Castro-Gómez, S. (2007). *El Giro decolonial*. Bogotá: Siglo del Hombre.

Hernández, N.F.; Carballo, C. G. (2002-2003) Acerca del concepto de deporte: alcance de su(s) significado(s). En: *Educación Física y Ciencia*, año 6. Pp. 87-102. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de La Plata [En línea] Disponible en: http://www.fuentesmemoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.87/pr.87.pdf

Hernández, V. (2016). *La misma violencia con diferentes nombres*. [Video] Buenaventura, Valle del Cauca, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=-Q-x8jhxBzI [Acceso: 12 Mar. 2017].

Identidad de género y orientación sexual - Amor propio. (2011). [Video] Secretaría Distrital de Salud de Bogotá - Colombia: Canal Capital. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=yTNiHsag6fA [Acceso: 12 Mar. 2017].

Impacto Publicitario. (2010). [en línea] México: Cacto Producciones. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=AbeppbG1IrE [Acceso: 11 nov. 2016].

Jacoby, E., Bull, F. and Neiman, A. (2003). Cambios acelerados del estilo de vida obligan a fomentar la actividad física como prioridad en la Región de las Américas. *Revista Panamericana Salud Pública*, [en línea] 14(4), pp.223 - 225. Disponible en: http://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v14n4/18120.pdf [Acceso: 5 mayo 2017].

Jimeno, M. (2007). Cuerpo personal y cuerpo político. Violencia, cultura y ciudadanía neoliberal. *Universitas Humanística. Facultad de Ciencias Sociales de la Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia.*, (63), pp.15 - 34.

La manipulación del cuerpo de las mujeres en la publicidad. (2014). [Video] planeta dorado-TV. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=z_ApLcH82gg [Acceso: 11 nov. 2016].

Lavielle Sotomayor, P., Pineda Aquino, V., Jáuregui Jiménez, O., & Castillo Trejo, M. (2014). Actividad física y sedentarismo: Determinantes sociodemográficos, familiares y su impacto en la salud del adolescente. *Revista De Salud Pública*, *16*(2), 161-172. http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v16n2.33329

Lavielle Sotomayor, P., Pineda Aquino, V., Jáuregui Jiménez, O., & Castillo Trejo, M. (2017). *Actividad física y sedentarismo: Determinantes sociodemográficos, familiares y su impacto en la salud del adolescente*.

Le Breton, D. (2017). *"Pensar el cuerpo es pensar el mundo"*. *Topía*. Retrieved 5 May 2017, from https://www.topia.com.ar/articulos/david-le-breton%E2%80%9Cpensar-el-cuerpo-es-pensar-el-mundo%E2%80%9D

López, D. & Bermúdez, W. (2012). *Diseñar una propuesta pedagógica para la clase de educación física de grado once donde se involucren las expresiones artísticas en los campos de la danza y el teatro.* Universidad Libre de Colombia, Facultad de Educación.

McLaren, Peter. Pedagogía crítica, resistencia cultural y la producción del deseo. Aique Editor, Buenos Aires, 1994.

Maldonado Torres, N. (2007). *"Sobre la colonialidad del ser: contribuciones al desarrollo de un concepto". En: Santiago Castro-Gómez y Ramón Grosfoguel (eds.), El giro decolonial. Reflexiones para una diversidad epistémica más allá del capitalismo global*. 1st ed. Bogotá: Iesco-Pensar-Siglo del Hombre Editores, pp.127 - 167.

Males Erazo, V., Díaz, A., & Estrada, F. (2014). Propuesta pedagógica de formación físico artística para fortalecer los procesos de aprendizaje de la danza folklórica. *Boletín Informativo CEI. Universidad Mariana.*, *1*(1).

Mandell, R. (1986). Historia Cultural del Deporte.

Martín, E. (2009). *El impacto de las TIC en el aprendizaje*. Buenos Aires: Lecture

Ministerio de Educación Nacional (2014). *Educación Física, Recreación y Deporte*. Bogotá, Colombia: Lineamientos curriculares, pp. http://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-339975_recurso_10.pdf.

Mora, A. (2008). *Cuerpo, género, agencia y subjetividad*. V Jornadas de Sociología de la UNLP. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Sociología, La Plata. Obtenido de: https://www.aacademica.org/000-096/414.pdf

Mora, A. (2010). *El cuerpo en la danza desde la antropología. Prácticas, representaciones y experiencias durante la formación en danzas clásicas, danza contemporánea y expresión corporal.* (Doctorado en Ciencias Naturales (orientación Antropología). Facultad de Ciencias Naturales y Museo, Universidad Nacional de La Plata.

Morales L, Espinosa A (2014). *Videojuegos: Causa del sedentarismo en adolescentes*. [Figura]. Obtenido de: https://es.slideshare.net/chelyespinn/sedentarismo-41631273

Museo de la Educación "Gabriela Mistral" (1939). *Cómo se enseñaba la gimnasia en Chile*. [Figura]. Obtenido de: http://www.museodelaeducacion.cl/648/w3-article-28882.html

Ocho personas obsesionadas y locas por tener un cuerpo perfecto | cirugías plásticas. (2016). [Video] Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=gi9oLTQdf1o [Acceso: 11 nov. 2016].

Ortiz, V. (2013). *Modelos estéticos hegemónicos, subalternos o alternativos: una perspectiva étnico-racial de clase y género.* Revista Tabula Rasa No. 18, enero-junio 2013. Bogotá-Colombia. https://www.scielo.org.co/pdf/tara/n18/n18a08.pdf

Packer, M., (2013) M. *La ciencia de la investigación cualitativa* (1st ed.). Bogotá: Uniandes

Padilla. C. & Hermoso. Y. (2003). *Siglo XXI: perspectivas de la Danza en la Escuela*. Tavira Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Cádiz 18 (2003), pp.: 9-20.

Pedraza Gómez, Z. (2011). *En cuerpo y alma* (1st ed.). Bogotá: Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales, Departamento de Lenguajes y Estudios Socioculturales-CESO.

Peñalva. B. (2014). La importancia de la Expresión Corporal y la danza y su inclusión en el contexto escolar. Trabajo de fin de grado. Facultad de Educación y Trabajo Social. Universidad de Valladolid.

Piaget, Vigotsky, Groos (2012). Teorías del Juego. Obtenido de: https://actividadesludicas2012.wordpress.com/2012/11/12/teorias-de-los-juegos-piaget-vigotsky-kroos/

Piedrahita Vásquez, J. (2008). *La Danza Como Medio Potenciador Del Desarrollo Motriz Del Niño En Su Proceso De Formación Deportiva En Las Escuelas De Fútbol*. Especialización En Educación Física: Entrenamiento Deportivo. Instituto Universitario De Educación Física, Medellín, Colombia.

Prensa Hispano-Arte. (2017). *Lizzy Howell derriba los estereotipos de la danza clásica*. Obtenido de http://hispanoarte.com/lizzy-howell-derriba-los-estereotipos-de-la-danza-clasica/

Primeras clases de Educación Física - Cultura, Patrimonio y Género. (2017). *Cultura, Patrimonio y Género*. Acceso: 5 mayo 2017, En: http://patrimonioygenero.dibam.cl/651/w3-article-30581.html

Publicidad engañosa de alimentos saludables. (2014). [Video] Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=yemuXhmUi5Q [Acceso: 11 nov. 2016].

Restrepo, E. (2010). *Inflexión decolonial* (1st ed.). [Bogotá]: Instituto de Estudios Sociales y Culturales Pensar, Maestría en Estudios Culturales, Universidad Javeriana.

Revista Semana (2017). *El mensaje de los deportistas al gobierno por el recorte a su presupuesto para 2018.* Revista Semana. Obtenido de: http://www.semana.com/deportes/articulo/el-mensaje-de-los-deportistas-al-gobierno-por-el-recorte-a-su-presupuesto-para-2018/535507

Reyes, N. (2016). *Cuerpos marcados por la guerra*. [Video] La Hormiga, Putumayo, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=molCPe84M1E [Acceso: 12 Mar. 2017].

Roberts E (2017). *Teen ballerina Lizzy Howell's amazing twirl in viral video inspires others*. [Figura]. Obtenido de: http://www.today.com/series/love-your-body/teen-ballerina-lizzy-howell-s-amazing-twirl-viral-video-inspires-t107210

Rodríguez Gil, C (2015). *La desigualdad en la asignación de presupuesto para deportes no destacados en Colombia: un análisis al poder y la corrupción deportiva*. Trabajo de investigación para optar al título de especialista en Derecho Sancionatorio. Universidad Militar Nueva Granada. Bogotá, Colombia. Obtenido de: http://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/10654/13837/2/LA%20DESIGUALDAD%20EN%20LA%20ASIGNACI%C3%93N%20DE%20PRESUPUESTO%20PARA%20DEPORTE..pdf

Rodríguez Giménez, R. (2013). Educación del cuerpo y políticas educativas: de la formación superior al patio escolar. *Revista Iberoamericana de Educación*, (62), pp.107 - 117.

Rodríguez Suárez, J y Agulló, E (1999). *Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios.* Psicothema, 1999. Vol. 11, nº 2, pp. 247-259.

Sainz Varona R (1992). *Historia de la Educación Física.* Cuadernos de Sección, Educación 5 (pp. 27 – 47). Obtenido de: http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wp-content/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf

Saliba Manske, G. and Sacchi Dos Santos, L. (2015). Cuerpo, deporte y biotecnologías: un ensayo inspirado en Peter Sloterdijk. *Nómadas, Universidad Central, Instituto de Estudios Sociales Contemporáneos (IESCO), Bogotá, Colombia*, [en línea] (42), pp.76-87. Disponible en: http://nomadas.ucentral.edu.co/index.php/8-articulos/817-imaginacion-cientifica-o-imposturas-de-la-tecnociencia-nomadas-42 [Acceso: 5 Mayo 2017].

Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo - ¿Qué cambiarias? (2014). [Video] Disponible en:

https://www.youtube.com/watch?v=2IKlpD37CPI [Acceso: 11 nov. 2016].

Scharagrodsky, P. (2003) *Entre machos y no tan machos: El caso de la educación física escolar argentina.* Educación Física y Deportes. No 72 (pp. 41 a 48). Obtenido de: http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=326

Schutz, A (1973). *Las estructuras del mundo de la vida*, Vol. 1. Buenos Aires: Amorrortu editores.

Sossa Rojas, A. (2012). Análisis desde Michel Foucault referentes al cuerpo, la belleza física y el consumo. *Polis. Revista Latinoamericana [En línea]*, 28. Disponible en: http://polis.revues.org/1417 [Acceso: 4 mayo 2017].

Suriá, R. (2010). *Psicología social. Estereotipos y prejuicios*. Curso 2010/11. Obtenido de: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/14289/1/TEMA%205.%20ESTEREOTIPOS%20Y%20PREJUICIOS..pdf

Trujillo, D. (2016). *El valor de resistir*. [Video] San Carlos, Antioquia, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=fdBeBf04JHM [Acceso: 12 Mar. 2017].

Vargas Macías, A (2009). *Danza y condición física.* Revista del Centro de Investigación Flamenco Telethusa. Vol 2, No 2 (pp.16 – 24).

Vasco, F. & Pineda, R. (2015). *La danza herramienta pedagógica de formación.* Universidad Libre de Colombia. Facultad de Ciencias de la Educación.

Virchili, E. (2008). *La influencia de la industria de la belleza en la constitución de la identidad de género de las niñas y adolescentes españolas*. Universitat Jaume. Disponible en: http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/78090/forum_2008_33.pdf?sequence=1 [Acceso: 12 Mar. 2017].

4. Contenidos

Analizar la danza y el deporte como una forma de descolonizar el cuerpo de los estereotipos creados por la colonialidad del poder y del ser, hizo necesario pensar un orden teórico para su desarrollo. Fue clave hacer una mirada a la forma como la historiografía tradicional narra la educación física, como surgió, cómo se fue perfeccionando, la importancia de la expresión corporal, la danza, todo aquello que tuviera que ver con el cuerpo enfocado al deporte. En ese sentido, el trabajo resalta que el concepto de educación física no existía antes del siglo XVIII, pero que, en la actualidad, su apropiación remite a la noción de biopolítica (como gobierno de la vida) y, mediante los procesos de las “sociedades de control”, cómo se instituye la corpo-política, siendo ahora apropiada en los procesos educativos; esto se refiere a identificar estereotipos, por ejemplo, a la forma como se discrimina por el género en las escuelas y en la clase de educación física, para cuestionar qué relación tienen el deporte, la recreación y la educación física en los programas educativos, con la reproducción de dichos estereotipos. El trabajo prosigue con una revisión

que da cuenta de cómo son los programas educativos en la educación superior, si incluyen o no actividades deportivas y artísticas en su pensum – para explicar la relación del sedentarismo con los comportamientos estereotipados o el deseo de muchas personas de no hacer prácticas físicas, desde qué escenarios se pueden observar prácticas de discriminación social y cómo esto influye en la educación; así mismo, qué modelos de consumo existen para la satisfacción de los estereotipos. Principalmente en este trabajo se hacen aportes sobre una experiencia de aula que dialoga con temas como: el disciplinamiento de los cuerpos y la cuestión de los estereotipos corporales, para hacer un análisis pedagógico sobre los espacios que se pueden abrir para la decolonización corporal en las clases impartidas de danza, zumba, aeróbicos y baile latino, en un escenario de educación física en la educación superior.

5. Metodología

La estrategia metodológica buscó hacer uso de la genealogía (para analizar cuándo surgen las formas de disciplinamiento del cuerpo, según Foucault) y poder mirar el proceso historiográfico de la educación física); posteriormente, se efectuó una mirada a distintos autores/as mediante una arqueología sobre el tratamiento de los cuerpos en la educación física, enfocado en tres aspectos: las relaciones de poder y la colonialidad, en especial en su dimensión de colonialidad del ser (relativa a la forma como se instauraron, desde la imposición de categorías racialistas, en el siglo XVI, discriminaciones, diferencias y estereotipos corporales, sobre la base de un cuerpo deseable). En ese sentido, la tesis hace una revisión documental de trabajos diversos sobre el cuerpo (con enfoque especial en la Educación física, la danza y la escuela). Posteriormente, se contrastó la información con lecturas con enfoque decolonial, mientras que, como práctica de aula, se procedió a realizar talleres con los/las estudiantes de una universidad privada en Bogotá, que toman clases de aeróbicos y danza deportiva (zumba, baile latino), abriéndome espacio a la investigación, para posteriormente dar inicio a la escritura. Esta es una investigación de tipo cualitativo basada en los aportes de Martín Packer (2013), quien aporta sobre la importancia de la etnografía y la recuperación de perspectivas crítico-sociales para poder indagar cómo hacer “una ontología de nosotros mismos”.

6. Conclusiones

Es importante resaltar que existe una proliferación de estereotipos corporales, que lleva a que mucha gente utilice distintas estrategias para lograr un cuerpo ideal, basado en modelos promovidos como deseables por la sociedad de consumo, preocupada por un mercado variado de productos, incluyendo cirugías y formas de acceder sin esfuerzos mayores, al estándar considerado aceptable. Esto lleva a la pérdida de la capacidad reflexiva sobre la importancia del ejercicio físico, como la danza deportiva, a graves problemas de salud y el refuerzo de estereotipos que derivan en una falta de autoestima y -así mismo- al deterioro de la dignidad.

De igual forma, la historiografía tradicional da cuenta del hecho de que los cuerpos se han ejercitado desde siempre, pero con objetivos distintos. Una mirada genealógica indica, al contrario, que la educación física no fue reconocida sino hasta el siglo XVIII y que tampoco se le daba la importancia que tiene para la formación integral (cognitiva, emocional y corporal) del ser humano. La educación física se convierte en una asignatura obligatoria en programas educativos desde finales del siglo XIX, desde planteamientos universalistas cuyo resultado es el rechazo de muchos sectores de la sociedad, por ser una actividad que exige esfuerzo físico, sinónimo de cansancio y poca inteligencia intelectual.

Dentro de categorizaciones que otorgan roles distintos a hombres y mujeres, durante la práctica de las

actividades deportivas, históricamente las mujeres han sido víctimas estereotipadas, prohibiéndoseles o alentándoseles a practicar solamente ciertos deportes y actividades físicas. Esto pudo hacer que, de alguna forma, la apertura que se viven en las últimas décadas para que las mujeres puedan practicar deporte y, en particular, la danza deportiva sea la puerta a la posibilidad de inducir una postura crítica a relaciones que denotan la colonialidad del ser y del poder, posibilitando así que los estereotipos influyan directamente en los estilos de vida y pueden ser abordados y superados.

Desde los análisis críticos de la pedagogía, los planes y programas de estudio se pueden emplear para descubrir y trasformar comportamientos que afectan a la sociedad, en ellos, se debería considerar la posibilidad de que la educación física esté presente en procesos de formación superior con el fin de trascender los procedimientos de selección en donde los futuros/as maestros y las maestras son medidos, no por sus habilidades, sino por su género.

En ese sentido, la tesis concluye que la corpo-política es la directa responsable de crear estereotipos corporales, que, generalmente, reproducen la colonialidad del ser en nuestro estudiantado. Entonces de igual forma el Estado y sus políticas educativas pueden ser objeto de análisis para instaurar nuevas prácticas que contribuyan positivamente en los procesos de formación en la escuela.

Epistémicamente, desde mi perspectiva y desde lo que fue el recorrido durante la formación de maestría en educación, hasta llegar a la reflexión que puedo hacer hoy, puedo ver y analizar sistemas de relaciones de poder que intervienen directamente en la formación no sólo académica, sino también la del ser de los y las estudiantes, disciplinando y estereotipando su identidad, sus cuerpos, mostrando así una realidad inexistente de belleza y cuerpos perfectos, cuyo efecto es impedir la liberación y descolonización del cuerpo.

Sin embargo, el proceso desarrollado durante la construcción de esta tesis pudo lograr mostrar a mis estudiantes, durante cada clase, opciones de estilos de vida sanos que pueden llevar y, teniendo como posibilidad las electivas de aeróbicos, danza, rumba aeróbica, o zumba, entre otras, valorar este espacio no como una opción de mejorar o cambiar físicamente, conforme a modelos que mantienen la colonialidad del ser y del pode,r sino como la posibilidad de trasformar el ser, construyendo un proceso que, a pesar de ser largo y lento, da la oportunidad de formar personas que logren hacer un desprendimiento real de lo que hasta hoy ha sido el disciplinamiento y emanciparse en este camino.

Lo talleres efectuados, en los que se combine la crítica con el ejercicio físico, son una propuesta que permite impartir clases de danzas como práctica deportiva de una forma distinta, desde una teoría no vista como conocimiento único, sino como un escenario de reflexión y análisis que dé inicio a modos distintos de entender y ver el cuerpo.

Además de permitir no sólo desde la aplicación de talleres de aula, sino desde el inicio de la investigación, reflexionar respecto de los saberes disciplinares de la educación física, hizo que se pudieran identificar esas formas de colonialidad del ser, enmarcadas desde relaciones de poder patriarcales y jerárquicas, para comprender que, desde un escenario como las aulas, puede tomarse un punto de partida para un proceso académico distinto, que no forma desde el “único conocimiento del/la educador/a”, sino que da la oportunidad de considerar y aplicar la educación en danzas como una práctica deportiva liberadora.

El proceso buscó “dejar ser” a mis estudiantes, permitir que hagan propuestas que irrumpan en su formación “cuadriculada”, como personas, que la danza no sea -en este caso en específico- una disciplina estructurada en la que sea más importante marcar los conteos, exhibir movimientos coordinados, entre otras aptitudes necesarias para el desempeño de la danza profesional, y al contrario, que se convierta cada clase -tanto práctica como teórica- en una forma de diversión, recreación y valoración de lo que somos y podemos ser y hacer; para que, desde allí, reconozcamos un estilo de vida en el que no esté

involucrado el disciplinamiento y moldeamiento corporal, enfocado al cumplimiento de los estereotipos de belleza existentes en Colombia.
Escuchar las voces de mis estudiantes fue un ejercicio que me dio la posibilidad, además, de tener resultados para la investigación que estaba haciendo, de obtener respuestas y confirmar que la colonialidad del ser y del poder son las responsables del seguimiento a los estereotipos de belleza. Adicionalmente, fue posible reflexionar sobre la idea planteada por Martín Packer sobre la de la reflexividad, la cual significa una mirada crítica a la propia praxis o práctica pedagógica y -de esta forma- dialogar con los distintos autores y con la teoría planteada, logre ver cómo, por medio de la reflexión efectuada en esta tesis, se recupera un lugar para la teoría de la danza como práctica deportiva y, por supuesto, de la educación física; solo así fue posible hacer esta aproximación. Por este motivo, impacta en los/las estudiantes que la enseñanza de la educación física tenga lugar únicamente dentro de actividades extra-escolares o electivas, ya que no se logra obtener grupos en la cantidad ideal para las prácticas.

Todo lo anterior hace que pueda formularme más preguntas, que requerirán un trabajo posterior, dirigido a trascender este ejercicio investigativo inicial, desarrollado en esta tesis:

¿Cómo sería posible cambiar desde la danza y el deporte el pensamiento occidental estereotipado que cada día se observa en todas las actividades que realizamos?

¿Cuáles son las razones que hacen que los estereotipos corporales se asuman como un estilo de vida que hace más feliz a quien los siga?

¿La educación física al igual que la danza está colonizada por el poder y el saber debido a que somos los maestros y maestras quienes le damos entrada a esta tendencia?

¿De qué modos el disciplinamiento corporal continuará siendo parte de la educación en Colombia? ¿será posible una educación emancipadora donde se eduque sin necesidad de seguir patrones de comportamiento exigidos por la institución escolar desde paradigmas universales?

¿Por qué razones el sedentarismo es parte de la cultura colombiana? o ¿se aprende a ser sedentario por los estilos de vida que llevamos?

¿Los distintos estilos de vida, son el reflejo de los sistemas de relaciones de poder?

Elaborado por:	Astrid Yineth Ramirez Cruz
Revisado por:	Amanda Romero

Fecha de elaboración del Resumen:	Día 27	Mes Agosto	Año 2017

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN **5**

CAPÍTULO I **15**

CUERPOS QUE SE EJERCITAN, DANZA Y CORPO-POLÍTICA **15**

1.1. Cuerpo y educación física: historia genealógica *15*

1.1.1. Educación física en Europa medieval y Moderna 18

1.1.2. Educación física contemporánea 21

1.1.3. Orígenes de la Educación Física en Colombia 24

1.2. La danza como expresión corporal *29*

1.2.1. La educación desde la danza y la educación física 42

1.2.2. La corpo-política y el disciplinamiento de los cuerpos 48

1.2.3. El rol de la corpo-política y el disciplinamiento de los cuerpos en la educación del deporte 51

CAPÍTULO II **63**

EDUCACIÓN FÍSICA Y ESCUELA **63**

2.1. División de género en la Educación Física *63*

2.1.1 Estereotipos creados en el desempeño de los profesionales de la educación física 69

2.1.2. Patrones de género y colonialidad en estudiantes y educadores 71

2.2. Interrelación entre deporte, recreación y educación física en los programas educativos universitarios *74*

2.3 Problemas actuales de sedentarismo, la práctica física y su impacto en los jóvenes *82*

2.3.1. La educación corporal 83

2.3.2. El sedentarismo 87

CAPÍTULO III **91**

DISCRIMINACIONES, DIFERENCIAS Y ESTEREOTIPOS CORPORALES EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE Y LA DANZA EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR **91**

3.1. Modelos de la estética y la salud en la escuela y estereotipos *91*

3.1.1 La educación en la danza y el deporte y la cibercultura 95

3.3.2 Los estereotipos y la danza 96

3.1.2 Modelos corporales estereotipados en la educación superior. Propuesta metodológica para la impartición de la danza deportiva 99

3.2 Respuesta práctica actual de la educación física y la danza en la escuela a los modelos de consumo *106*

3.3. La danza como posibilidad de crítica al consumo cultural del cuerpo *110*

CONCLUSIONES **112**

REFERENCIAS Y BIBLIOGRAFÍA **121**

ANEXOS **130**

INTRODUCCIÓN

El cuerpo es el medio que tenemos de expresar sentimientos, salud o belleza interna; sin embargo, en éste han sido inscritas unas significaciones determinadas, a partir de las cuales se construyen distintos estereotipos y jerarquías sociales entre las personas y dentro de ellos, el más absurdo de todos, "la belleza externa", aquella que, para algunos -o quizás la mayoría- es la llave que abre todas las puertas, la que nos hace felices, la que permite que seamos aceptados por la sociedad, la que nos da empleo, nos hace exitosos(as), etc. Estos, entre muchos otros, son los motivos que impulsan a mujeres y hombres a practicar la danza[1] y el deporte, como medio para alcanzar tal belleza física y no por convicción de alcanzar un estado de bienestar integral, por goce o por salud, es decir, las razones reales para ejercitarse.[2]

Empero, las personas somos esclavas de formas que revelan, como se explica en este trabajo, modos de colonialidad[3] (en sus dimensiones del poder, del saber y del ser), en tanto ésta se refiere a la manipulación que sufren los cuerpos a través de las relaciones que los seres humanos establecen consigo mismos y con la sociedad, a través de dispositivos[4], cuyo fin es someterlos, subyugarlos, reducirlos, para cumplir con unos estándares físicos determinados y creados histórica y socialmente y que manifiestan, así, formas de *colonialidad del poder* construidas a través del discurso occidental del comportamiento y de la actitud, los

[1] Una advertencia preliminar es que este trabajo no se refiere a la danza clásica, folclórica o contemporánea, sino a la danza como modalidad deportiva.

[2] Los estereotipos, seguidos tanto por hombres como por mujeres, están determinados por elementos económicos, sociales, culturales e incluso medio-ambientales, en una sociedad influenciada por patrones de consumo. En la contemporaneidad, los medios de comunicación tienen un alto grado de responsabilidad en la formación y seguimiento de estereotipos.

[3] Colonialidad: Concepto que se refiere a la actitud originada a partir de la conquista de América y la subsecuente hegemonía planteada por Europa, la cual se basa en la clasificación social jerárquica de la población mundial y un sistema de explotación que consiste en la articulación de todas las formas conocidas de expropiación del trabajo, conocidas en una única estructura hegemonizada por el capitalismo. La colonialidad es uno de los elementos constitutivos del patrón global capitalista. (Quijano, 2000b)

[4] Michel Foucault introduce el término *dispositivo* dentro del campo filosófico, utilizándolo como un concepto general y en otras ocasiones, para hacer referencia a instituciones de encierro (cárcel, escuela, hospital, entre otras) y discursos, procedimientos, reglamentos, artefactos o formas de subjetividad (por ejemplo el dispositivo de la sexualidad). Véase: Luis García *A parte Rei* Nº 74, marzo 2011, pág. 1, 2.

cuales producen prácticas discursivas basadas en estereotipos que nos niegan como seres humanos auténticos y autónomos.

Cuando tenemos la oportunidad, en cualquier escenario de la vida, de hacer algún tipo de deporte o practicar la danza *como deporte*, podría decirse que, en la mayoría de los casos, este ejercicio busca tener un cuerpo que cumpla con las normas creadas por la sociedad, en determinado momento histórico, para ser aceptado/a y no para superar nuestro sedentarismo actual que acarrea, entre otros, problemas de salud que, seguramente, a través de prácticas corporales activas que tengan que ver con el ejercicio terminarían; o, si por el contrario, al ejercitarnos acabamos siendo dominados por el disciplinamiento, la vigilancia y el consumismo creados por la colonialidad del poder y del saber, haciéndonos ver las prácticas del cuerpo como comportamientos "normales" y adecuados a un ideal de ser humano heredero de la Modernidad.

Las diferentes experiencias adquiridas durante mi labor como educadora de esta especialidad también me llevan a preguntarme ¿por qué somos las mujeres más prisioneras de estos estereotipos? Una primera respuesta llevaría a pensar, que, muchas, estamos más preocupadas por estar delgadas, por tener una piel hermosa, ser altas, y otros atributos del cuerpo físico; y dado que noté, durante mis sesiones de danzas, aeróbicos o gimnasio, que son las mujeres quienes damos mayor acogida a estos modelos y su presencia en los espacios de ejercicio físico es mucho mayor que la de los hombres, ello podría obedecer a dos factores: el primero, referido a las estesias del cuerpo (Pedraza, 2011)[5], en cuanto al vínculo no tan visible entre los usos del cuerpo y las emociones, inteligencias e ideas instaladas en nuestro medio, por el machismo, que prevalece en la sociedad patriarcal en la que vivimos, en la medida que ésta considera que uno de los papeles de la masculinidad caracteriza a los hombres naturalmente hábiles para practicar más deportes, en nuestro medio, específicamente, el fútbol. Ellos creen

[5] "Las estesias constituyen experiencias organizadas a partir de las sensaciones fisiológicas, pero cuyo verdadero alcance estriba en sus dimensiones histórico-antropológicas, porque responden a la forma como los discursos explican y ordenan práctica y simbólicamente tales sensaciones y las interpretan como necesarias o no para un ideal de humanidad" (Pedraza, Z., 2011, pág.289).

que, danzar o hacer aeróbicos no son actividades muy varoniles, basados en el presupuesto de que el baile (así sea deportivo), es una actividad para mujeres y que ellos tienen cosas "más importantes" que hacer y en qué pensar; y el segundo, como lo he mencionado anteriormente, porque somos –aparentemente- siempre nosotras las más preocupadas por la belleza externa y casi nunca imaginamos terminar siendo alguien que desea dejar de ser sedentario o sedentaria[6].

Lo desafortunado, además de los factores dichos, es que el surgimiento de estos estereotipos no es algo que corresponda sólo a modos de ser de las mujeres o los varones recientemente, sino que el asunto se registra desde mucho tiempo atrás.

La historia que conocemos, la que nos enseñan en las escuelas, nos menciona casos de dos o tres destacadas deportistas campeonas en el pasado reciente, gracias a su propio esfuerzo; por ejemplo, los de Ximena Restrepo, medalla de bronce en la especialidad de atletismo en las Olimpíadas de Barcelona, en 1992 o María Isabel Urrutia, medallista olímpica, en Sidney, 2000, en la especialidad de levantamiento de pesas.

Pero en la danza, en particular en disciplinas occidentales ya no deportivas, sino clásicas, a pesar de ni siquiera ser mencionadas en la historia que se enseña en la asignatura de Educación Física en los centros educativos, existen personas colombianas que sí han pasado por las escuelas y academias de danza más reconocidas del mundo, practicando danzas como el ballet; entre ellos, podemos citar a los hermanos Joan Sebastián y Fernando Montaño, quienes alcanzaron altos estudios, gracias a las becas obtenidas por sus méritos propios.

[6] Así lo demuestra, por ejemplo, un estudio publicado por el Instituto de la Mujer en España, que cubrió el período 1990-2005: "Respecto a las diferencias de sexo en el seguimiento de distintos deportes, se presenta una mayor preferencia de las mujeres hacia el tenis, la natación, la gimnasia, el patinaje o los deportes asociados, ya que son los más practicados por las mujeres, datos similares a los obtenidos en el estudio del año 1990". Véase: Telecyl Estudios (2006). *Actitudes y prácticas deportivas en España (1990-2005)*. Madrid: Instituto de la Mujer (Ministerio del Trabajo y Asuntos Sociales).

Esta situación indicaría que la colonialidad del poder (Quijano, 1999), es decir, las formas de clasificación social por género (o sexo), que inferiorizan a las mujeres, desde la lógica de la productividad capitalista, se han encargado de dejar – para ellas- la práctica del deporte de lado y que ha sido sólo hace unos pocos años cuando el deporte, y no la danza, ha crecido en Colombia, siendo más apoyado por las grandes empresas deportivas, aunque con un objetivo prioritario, como es el de suplir sus propios intereses de incrementar su riqueza.

En ese contexto, por supuesto que, si existieran hombres deportistas que no hayan tenido reconocimiento, se considera no hacen parte de la historia; pero esta situación afecta mucho más a las mujeres; sin tener triunfos deportivos y danzarios plenamente reconocidos, la situación hace que, en la actualidad, sigamos subyugadas a distintos estereotipos y nos comportemos como siervas de una supuesta única verdad, del poder patriarcal y la disciplina. Y por ello, las personas estamos condicionadas a una sola visión del cuerpo, que poseen tanto hombres como mujeres, dentro de la sociedad de consumo, como afirma Peter McLaren (1994):

> Al colocar al sujeto dentro del significado superficial de la imagen y volviendo a nuestras subjetividades tan maleables, la cultura posmoderna contribuye, sin querer, a la muerte y a la despolitización del sujeto histórico…succionando literalmente su obrar crítico y llenando después la machacada cáscara con deseo de consumo (pág.83).

Otro aspecto que permite analizar este fenómeno de estereotipia sobre el cuerpo físico aceptable se refiere a que, en el pensamiento racionalista moderno, el cuerpo se convirtió en objeto de dominación y opresión. Así, la visión ilustrada, que se remonta a Descartes y su modo de percibir la dicotomía entre cuerpo y alma, se trasladará a América durante la época del dominio de las colonias españolas, en el siglo XVI, cuando el cuerpo era utilizado para castigar tanto a hombres como a mujeres aborígenes (y luego africanos y afrodescendientes), con el fin de demostrar el poder imperial en todo contexto social.

De igual forma, siglos después, el sistema aristocrático, social y político de Francia, pondría al cuerpo humano en el centro del análisis social; un aporte

principal de las ideas en circulación en el mundo Ilustrado europeo-norteamericano, herederas de la Revolución Francesa, en especial a finales del siglo XIX y comienzos del XX, darían lugar en varias disciplinas, en particular el psicoanálisis, a la idea de que los patrones de pensamiento se encarnan en el cuerpo; así que, como se dijo al inicio, el cuerpo expresa lo que sentimos y lo que estamos pensando -nuestro cuerpo es "un libro abierto"-, que puede ser leído desde diversos ángulos; por lo tanto, es necesario reconocer que éste también ha sido víctima de experimentos, exámenes, indagaciones, pruebas y, por supuesto, objeto de violaciones y abusos, tanto por parte de nosotros mismos, como de agentes externos, como desarrollaría a finales del siglo pasado, Michel Foucault.

Al lado de la división en clases, explicada desde el marxismo de mediados del siglo XIX, también existen divisiones en apariencia invisibles a primera vista, que hacen que actuemos de diferentes maneras y establezcamos relaciones de poder jerárquicas; estas divisiones podrían ser por causa del género, la religión, la posición ideológica o política, las cosmológicas y, por supuesto, las ético-morales.

Por eso, con este proyecto de investigación busqué efectuar un análisis global de las prácticas discursivas existentes sobre los cuerpos que se ejercitan, no inclusivas o enfocadas únicamente en las mujeres, ya que -de alguna forma- todos y todas hemos sido víctimas de los abusos y estereotipos corporales identificados y aceptados, en muchos casos, por la sociedad, en los que hacer ejercicio físico comporta valores que refuerzan o rechazan dichas clasificaciones estereotipadas; sin embargo, por el modo permanente e histórico en que la sociedad patriarcal se constituye y reproduce, sí hago la diferencia sobre las mujeres como las mayores víctimas de formas de violencia cultural y simbólica, reforzada y empeorada cuando se produce la combinación de intersecciones entre el género, la etnia/raza, la clase social o el lugar geográfico de residencia o procedencia.

De lo anteriormente dicho, entonces, este trabajo de tesis piensa la práctica de *la danza como deporte* y las distintas modalidades del deporte, en sus diversas ramas de práctica, como formas contemporáneas de ejercitar el cuerpo, y sobre las cuales efectúo una reflexión que busca descolonizar los cuerpos sometidos y

sojuzgados, no como una labor más, ejecutada para cumplir con los estándares de vida dictados por la colonialidad del poder y del saber, sino para mostrar que no somos cuerpos que se toman y se moldean a semejanza de quienes se han apoderado de nuestro ser, sin siquiera notarlo (colonialidad del ser) para convertirnos en los fenómenos de consumo de belleza física, sino que en estas relaciones se establecen tensiones, resistencias y posibilidades de transformación, propiciadas por escenarios educativos.

El camino a este trabajo de tesis que presento aquí, se fue abriendo, gracias a las charlas y seminarios con mi tutora, Amanda Romero; fue ella quién me ayudó a descubrir la importancia que tenía el cuerpo en la vida de las personas, pero más aún, en los procesos educativos enfocados en el deporte y la danza, que dependen en gran medida de la capacidad crítica que pueden desplegar los maestros (y maestras) mismos.

Así, entonces, inicié a indagar cómo lograr establecer un objetivo para mi investigación, para analizar de qué forma sería posible pensar el cuerpo decolonizado desde la educación del deporte.

En esa ruta, encaminada a delimitar el tema y definir el objetivo de mi trabajo, me encontré con dificultades; pero, más que todo, retos que me impulsaban a introducirme en la investigación a partir de unos supuestos de inicio con mi bagaje profesional, para lo cual pude ir construyendo referentes de diálogo con autores decoloniales, como Aníbal Quijano, Enrique Dussel, Nelson Maldonado, entre otros y, por supuesto, buscando efectuar una articulación con distintas formas de análisis de las prácticas pedagógicas, planteadas por autores como el sociólogo francés Pierre Bourdieu o el pedagogo brasileño Paulo Freire.

Sin embargo, el trabajo se ocupa de discutir no solamente los aspectos sobre cómo nos vemos respecto de nuestros cuerpos, sino también cómo operan los estereotipos heredados de miradas coloniales del cuerpo. Descolonizar el cuerpo fue algo que pude comenzar a comprender con la lectura de Zandra Pedraza, quien escribe acerca del tema y todo lo que el cuerpo encierra, haciendo especial alusión a las relaciones entre la historia y la cotidianidad que afectan los cuerpos.

Uno de los autores en esta construcción de referentes teóricos que no puede faltar es Michael Foucault, pues fue él quien –teóricamente- me enseñó que los cuerpos fueron y son disciplinados, entre otras instituciones, por la escuela.

Para desarrollar una articulación metodológica entre los aportes decoloniales, los relativos a las pedagogías críticas y los estudios del cuerpo foucaultianos, por último, menciono a Martín Packer con su libro *La ciencia de la investigación cualitativa* (2013), quien me permitió organizar, proponer y desarrollar mi trabajo, gracias a sus aportes sobre la necesidad de desarrollar una *ontología de nosotros mismos*, es decir, que metodológicamente, era necesario ver de qué modo la educación física, la danza y el deporte que enseño en la universidad, contribuyen o no a configurar sujetos que siguen modelos o patrones de relaciones de poder/saber de modo que nos constituimos a partir de la historia inscrita en el cuerpo .

Me propuse, desde el principio, analizar la danza y el deporte como una forma de descolonizar el cuerpo, para de-construir los estereotipos creados por la colonialidad del poder y del ser. Para ello, fue necesario pensar un orden argumentativo para su desarrollo; era importante iniciar conociendo la historia de la educación física, y de qué modo mi indagación usaba herramientas de la historia para entender cómo se fue configurando la educación física como disciplina, cómo se entendía el entrenamiento y educación del cuerpo desde las narrativas de la modernidad y cómo podía ir respondiendo a mis preguntas investigativas, formando un hilo lógico que le diera sentido a mis búsquedas.

El análisis crítico realizado conllevó a la posibilidad de realizar una propuesta metodológica para la enseñanza de la danza como estrategia descolonizadora, en base a las experiencias obtenidas y aplicada de forma experimental con los estudiantes de la electiva: danza “rumba aeróbica”, de la Universidad Monserrate entre los años 2016 y 2017.

En el diseño metodológico de clases de danza como práctica deportiva propuesto, confluyen elementos tanto del ámbito teórico como práctico, a partir de las experiencias de los/las estudiantes, aspecto que permite estimular la

creatividad, al tiempo que la reflexión crítica y propositiva de los mismos, sobre la cuestión de los estereotipos y la propia calidad de vida y bienestar integral.

Al realizar los talleres que conforman la propuesta metodológica, tomé distancia del mero ejercitar los cuerpos, para generar un espacio de reflexión colectiva, problematizando e interrogando las formas como nos vemos y perseguimos cuerpos ideales, mediante los cursos de extensión que toman estos/as estudiantes.

El enfoque investigativo de este trabajo se refiere, así, a los estereotipos de belleza, sin dejar de reconocer que existen infinidad de modelos que hoy en día se apoderan de los cuerpos y de las personas como una totalidad. Existen estereotipos que son parte de culturas propias de un territorio que están relacionados con lo que para ésta es un tipo o forma de belleza. Por ejemplo, las culturas en las que se sobreponen los cambios corporales como las expansiones, los tatuajes o formas de vestir muy particulares, con trajes tradicionales.

Culturalmente, mientras para la sociedad de algunos países europeos e incluso latinoamericanos, el prototipo de mujer hermosa puede ser de poco busto, robusta o gorda, con grandes caderas por genética, no por la práctica constante de ejercicio físico, para otros, como Colombia el caso puede ser todo lo contrario: mujeres con gran busto, glúteos fortalecidos y muy delgadas, entre otras características. De esta forma, vemos representados no sólo estereotipos corporales, sino también culturas que involucran al cuerpo como medio elemental de cada caracterización.

Un ejemplo de ello es recogido en el estudio hecho por la revista *Glamour* titulado “Percepciones de la Perfección”, publicado en marzo de 2015 y realizado en 18 países de los 5 continentes, el cual demostró que el ideal de cuerpo se configura según la ubicación geográfica; es decir, lo que puede ser bello en España, puede resultar poco esbelto en Italia y así, según cada país; sin embargo, estás tendencias no están presentes en las sociedades únicamente por asuntos culturales; también se dan influenciados por el sistema hegemónico y patriarcal que domina y forma a las personas según el momento histórico.

De ese modo, el **primer capítulo** de este trabajo da cuenta de cómo surgió, cómo se fue perfeccionando el ejercicio físico y luego, la importancia de la expresión corporal, incluyendo a la danza, así como todo aquello que tuviera que ver con el cuerpo, pero enfocado al deporte.

La reflexión me llevó posteriormente a analizar cómo influye la corpo-política en los procesos educativos, para pasar en el **segundo capítulo** a estudiar la forma como se discrimina por razones que tienen que ver con el género en las escuelas y en la clase de educación física; en particular, qué relación tienen el deporte, la recreación y la educación física en los programas educativos, cómo son los programas educativos en la educación superior, si incluyen o no actividades deportivas y artísticas en su pensum.

Así, en el **capítulo tres** hago una somera aproximación a los modos como se enfrenta un grave problema social contemporáneo, relacionado al sedentarismo y los comportamientos estereotipados o la costumbre de no hacer prácticas físicas, desde qué escenarios se observa la presencia de acciones de discriminación social y cómo esto influye en la educación, referidos a los modelos de consumo existentes para la satisfacción de una cultura del cuerpo y su relación con nuevas formas de estereotipos.

Mi aproximación metodológica usa la "caja de herramientas" que explica Miguel Morey (1987), en el prólogo al libro de Deleuze, "Foucault" (1987), es decir, la genealogía (para dar cuenta de la configuración histórica del sentido y las relaciones de poder/saber en la cuestión del cuerpo y la educación física); la arqueología (respecto de los modos de disciplinamiento de los cuerpos que tienen lugar en la educación física, tomando algunos textos y ejemplos para utilizar en este trabajo), y la articulación de estos dos aspectos para analizar las relaciones de poder/saber que terminan produciendo una ontología del ser que es afectada por las discriminaciones, las diferencias y los estereotipos corporales.

Y, por supuesto, las aproximaciones al tratamiento del cuerpo en la disciplina de la Educación física; pero, de modo específico, en lo que enseño, danza como deporte y escuela, me permitieron realizar un enlace de estos temas con las

lecturas de enfoque decolonial. Ello tiene lugar cuando, al realizar los talleres con mis estudiantes, tomé distancia del mero ejercitar los cuerpos, para generar un espacio de reflexión colectiva, problematizando e interrogando las formas como nos vemos y perseguimos cuerpos ideales, mediante los cursos de extensión que toman estos alumnos y alumnas.

Al revisar la bibliografía consultada, fui abriéndome más espacio a la investigación, para posteriormente dar inicio a la escritura del trabajo que ahora presento, que constituyó una nueva experiencia profesional, porque, gracias a ella, fui comprendiendo -mientras la hacía- que existen distintas formas de escritura académica y que para ello, es necesario leer, discutir, reflexionar sobre la práctica pedagógica y releerse constantemente, manteniendo el apoyo de quien sabe y conoce de una buena escritura, en este caso, mi directora.

CAPÍTULO I

CUERPOS QUE SE EJERCITAN, DANZA Y CORPO-POLÍTICA

1.1. Cuerpo y educación física: historia genealógica

Durante millones de años, el ser humano ha tenido un proceso evolutivo manifestado en el desarrollo de su cerebro, postura, movimientos y lenguaje. Al observar nuestra pre-historia, por ejemplo, observamos que el "Australopitecos", el "Homo Habilis," o el "Homo Erectus" ya efectuaban actividades físicas, algunas de las cuales se mantienen en la actualidad. En esa época de la evolución del ser humano se llevaban a cabo labores como la caza, la pesca y la lucha contra otros animales, en defensa propia, pues los factores del medio obligaban a realizarlas, ya que esto -de alguna manera- garantizaba su supervivencia; todos sus movimientos estimulaban el desarrollo de su cuerpo y dicha evolución provocaba nuevos movimientos. Este tipo de acciones se ejecutaba de una manera inconsciente, pues los primeros seres humanos vivían permanentemente en contacto con la naturaleza y en constante relación de dependencia. Sin embargo, a pesar de que esto demuestra que la actividad física es muy antigua, ésta no es reconocida como tal sino hasta mucho tiempo después.

Durante el periodo en el que aparecen las primeras civilizaciones reconocidas por Occidente (2.500 A.C. hasta 1.200 D.C.), como la civilización china, encontramos que ésta fue la primera en hacer un uso consciente de los ejercicios físicos, pues eran los chinos quienes practicaban los deportes de una forma responsable, sana, y muy "patriota", ya que los deportes estaban agrupados por rama y lo que los hacía aún más interesantes, es que eran utilizados para educar físicamente. Es el caso del Kung fu, por ejemplo, éste consistía en una práctica muy similar a la gimnasia, pero enfocada mayormente al aspecto religioso. No obstante, éste no fue practicado por todo el pueblo chino, ya que era considerado un privilegio de las grandes élites gobernantes, acordes con los linajes dinásticos.

En Egipto, a diferencia de China, existieron distintas dinastías que practicaban ejercicios corporales, como la lucha con palos, a modo de ejercicios destinados al entrenamiento de los soldados, sin ánimo de competición. Desde allí es donde se adelanta una formación que podríamos dominar de “Educación Física”, en el sentido escolarizado, pues se crean escuelas para el entrenamiento de soldados, básicamente concentradas en la preparación para natación, lucha, fuerza, velocidad de reacción, agilidad y equilibrio, elementos indispensables en el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades motrices básicas, y en este caso, para la formación de militares fuertes físicamente. A pesar de ellos, en Egipto la Educación Física también era una actividad de castas, que discriminaba porque pocos hombres egipcios tenían acceso a ella.

> Practicaban ejercicios físicos por motivos religiosos para desarrollar su fortaleza muscular y tolerancia y resistencia a los esfuerzos. El deporte formaba parte de la vida cotidiana y su principal finalidad era mejorar la salud del ser humano (Sáinz Varona, 1992, sp).

En la antigua Grecia, por su parte, como consecuencia del predominio de Esparta y Atenas, la educación del cuerpo o Educación Física siguió unos lineamientos completamente militaristas; su diferencia con Egipto consistió en que este régimen incluía tanto a hombres como a mujeres. Esta disciplina era vista como un entrenamiento del pueblo para la guerra y no como un plan educativo, en el sentido de educar al cuerpo, no disciplinarlo para un interés de control de cuerpos (figura 1).

Figura 1. Prácticas corporales antiguas, lucha y supervivencia.

En contraste, no era posible concebir a las mujeres como activistas de la guerra, si bien ellas también se entrenaban y se preparaban físicamente, lo hacían para ser madres, amas de casa de aquellos guerreros que luchaban por su "patria", básicamente porque los pueblos que pertenecían a Grecia no formaban una única nación, sino que estaba más bien conformada por una "polis" (ciudades de Estado) de las cuales sobresalían Esparta y Atenas.

A esto se le suma que vivían de una manera no muy distinta a la actual, donde se mantenía al pueblo estratificado, en la que sólo unos pocos eran nombrados como ciudadanos y los demás como agricultores o esclavos. Esto generaba que las prácticas físicas y entrenamientos fueran sobrevaloradas, a pesar de que se utilizaran únicamente con fines del fortalecimiento militar; pero de alguna manera, la gimnasia también era utilizada como patrón y eje de la buena higiene y la buena salud.

Gran parte de la cultura en Grecia es heredada por la romana, Sin embargo, otro tipo de actividades físicas eran practicadas por habitantes del campo tales como en los bailes y las distintas danzas, aunque no eran tan admiradas como las competencias atléticas.

Es importante mencionar que fue en Grecia donde se le da inicio por primera vez a unas justas atléticas, las cuales se celebraban en honor a los dioses y eran llevadas a cabo de manera periódica. Estos juegos incluían distintas especialidades físicas, entre ellas el pentatlón, saltos, lanzamientos y lucha, los primeros juegos se realizaron en el año 776 a.C. y 393 d.C. en la ciudad de Olimpia; de allí el nombre de los juegos olímpicos que en la actualidad se realizan, aunque los primeros juegos contemporáneos de la llamada era moderna se realizaron en el año de 1896 y a partir de ese momento, se llevan a cabo cada 4 años en distintos lugares del mundo.

Estas justas son consideradas como el evento de mayor trascendencia mundial para el deporte, ya que participan atletas de todo el mundo en distintas categorías.

Las estructuras físicas o plantas físicas donde se realizaban las justas se fueron cambiando y perfeccionando.

1.1.1. *Educación física en Europa medieval y Moderna*

Siguiendo en Europa

Durante el régimen feudal fue muy poco lo que se desarrolló la educación física; se impone el régimen cristiano (católico y luego protestante), impidiendo de alguna manera la práctica de las distintas actividades físicas a causa de los conceptos y creencias religiosas, que consideraban que el cuerpo era el motivo del pecado, lo que ocasionó un retroceso en lo logrado para la Educación Física durante la época de la esclavitud inmediatamente anterior.

Durante la Edad Media, debido al predominio del cristianismo como religión para lograr "la salvación del alma", los practicantes debían someterse a prohibiciones, como en el vestido o en su forma de vestir, no tomar ningún tipo de licor y en esa serie de controles, el cuerpo se dejó de lado, porque, para muchas comunidades adoctrinadas por el cristianismo, sus danzas fueron limitadas, ya que eran consideradas como "paganas" y por ende, no podían practicar cualquier clase de baile tradicional a ellos/as y mucho menos aquellos que eran considerados diabólicos, morbosos y vulgares.

Puede afirmarse que, en general, las religiones suelen restringir comportamientos de los feligreses, en algunas, incluso, se prohíben por medio de amenazas o mostrándolas como pecados, incluyendo también a las prácticas deportivas. Sin embargo, destaca que, desde hace algunos años, ha sido notoria la participación en olimpiadas de mujeres procedentes de países donde predomina la religión musulmana, caracterizada por una sociedad que las margina de muchos eventos de la vida pública.

Durante los siglos XIII a XVI época de las Cruzadas y las guerras intra-europeas, muchas de ellas instigadas por cuestiones religiosas, la educación física

se enfocó principalmente hacia la formación del hombre fuerte y desarrollado corporalmente y, por tanto, otra parte también - la Educación física era utilizada especialmente para la formación militar, pues su objetivo era la guerra y el combate cuerpo a cuerpo y, por consiguiente, era de vital importancia que los militares tuvieran una muy buena condición física.

En la contemporaneidad, sigue existiendo una fuerte influencia de las religiones en el comportamiento social. A partir de mi experiencia personal, durante mi formación como Licenciada en Cultura Física y Deporte en la Escuela Internacional de Educación Física y Deporte (EIEFD), de Cuba, pude constatar este patrón. Por ejemplo, dado el carácter internacional de la Escuela, había más de mil estudiantes de diferentes regiones del mundo: latinoamericanos, caribeños, africanos y asiáticos. Ello hacía que se manifestaran -durante la vida académica- diversas religiones y prácticas culturales, que no en pocas ocasiones entraron en controversia.

Es el caso de Naimah Nila Kusuma, estudiante de Yakarta (Indonesia), quien siempre estaba completamente cubierta con ropas tradicionales de su país, a pesar de los 36 grados de temperatura en la isla. Vestida de esta forma, practicaba los deportes que hacían parte de nuestra preparación física. Su pareja, Walid Saidi Soukra, de Túnez, sometía constantemente a Nila a mantener la tradición musulmana; ella siempre debía cubrirse; jamás se dejó ver el cabello, ni de sus compañeras de habitación, y, sin embargo, mientras esto sucedía con ella, él mantenía otras relaciones con mujeres al mismo tiempo que estaba con Nila, la golpeaba y le prohibía salir, Walid siempre manifestaba en sus comentarios: “las mujeres latinas provocan a los hombres con su vulgar forma de vestir, mostrando todo su cuerpo, el cuerpo de la mujer es un templo al que sólo tiene derecho de ver y tocar el esposo de cada una”, pese a esa situación, juntos terminaron su carrera y, en la actualidad, son Licenciados en Educación Física y Deporte, se casaron y tienen dos niños.

Las distintas religiones han tenido, así, una fuerte influencia en los procesos y desarrollo de la actividad física y de la educación física, en los comportamientos

de cada ser humano, en la decisión de exhibir el cuerpo o no, en lo que está mal o está bien, no tanto para el individuo, sino para la sociedad.

Renacimiento, Ilustración y América

El Renacimiento, como corriente de pensamiento o movimiento cultural, surgido en Italia y que se expandió por otros países de Europa, fue el puente de paso entre la Edad Media y la Edad Moderna. Contribuyó a elevar el valor de las distintas actividades físicas. En él tiene lugar un movimiento que inicia el crecimiento de la Educación física, al considerarla un medio a través del cual se podían adquirir distintos beneficios para el cuerpo, como el mejoramiento de la salud, la fuerza, distintas destrezas y habilidades, entre otros, por lo cual se podría sacar un buen provecho, no sólo personal, sino también comunal.

M. Sc. Osmani Mena Rodríguez (de la facultad de cultura física de Cuba) señala que algunos filósofos a los que se les atribuye la creación y fundación de la pedagogía moderna son: Vitorino de Feltre (1378 – 1446), Jerónimo Merculiares (1530 1606), Juan Comenius (1592-1671), John Locke (1632-1704), Jean Jacques Rousseau (1712-1778) y Juan Enrique Pestalozzi (1745-1827), quienes además incorporaron la Educación Física y el proceso de aprendizaje en la educación integral del individuo ilustrado Sin embargo, ésta continuó siendo una actividad elitista.

Durante el periodo colonial (1538-1810), en América estaba vedada cualquier tipo de práctica relacionada con la educación física y el deporte de forma directa, para los cuerpos colonizados; sin embargo, las prácticas físicas se hacían evidentes cuando se realizaban trabajos de esfuerzo corporal como la construcción o trabajo en las minas o en el campo, en un contexto en el que no existía algo que pudiera llamarse “educación física”.

En Europa, la Educación física moderna hace su aparición en el siglo XVIII, gracias al alemán Juan Cristóbal Gutsmuths (1759-1839), quien afirmaba que: “fortaleciendo al cuerpo, se garantizaría una mayor estabilidad y firmeza muscular, lográndose más fortaleza y actividad, y al unísono también se fortalecerá el

cerebro" (Martínez de Osaba, 2003, p. 238). También contribuyen sus sucesores para que la educación física fuera llevada a las aulas e hiciera parte del programa educativo en Alemania.

Entre los siglos XVIII y XIX la influencia de Europa fue determinante en el desarrollo de la educación física y el deporte en América. Las influencias sueca y alemana incidieron en que el interés por estas prácticas estuviera enfocado principalmente en el desarrollo físico, por medio de distintos métodos de educación y recreación, entre otros. De igual manera, la influencia del deporte británico se hizo presente al ser incorporado en el programa académico de algunas escuelas, haciendo prácticas deportivas por medio de juegos y competencias.

Así, en el periodo comprendido entre 1784 y 1861, en América se empieza a dar -de manera progresiva- mayor importancia a la educación física. Adquirió relevancia no sólo en los escenarios escolares, sino también fuera de ellos, mayormente en la gimnasia. Básicamente, se practicaban dinámicas deportivas después de las actividades académicas. Se desarrollaban así, en orden de importancia para la época y por dicho motivo, la educación física no hacía parte del programa académico, pues era asumida como una actividad extra-escolar.

Sin embargo, desde el año 1802 cuando es fundada la Academia Militar en los Estados Unidos, se empieza a impartir entrenamiento físico, el que -hasta la fecha- se lleva a cabo para la formación militar.

1.1.2. Educación física contemporánea

En el siglo XX en América, las escuelas de primaria impartían en promedio 15 minutos de *gimnasia*, a diferencia de las escuelas de secundaria, que lo hacían por periodos semanales. Paulatinamente, se remarca la importancia de la educación física y el deporte pues, durante este periodo, aparecen los gimnasios y un porcentaje mayor de estudiantes estaba relacionado con algún deporte. No

obstante, seguía existiendo algún tipo de rechazo a la práctica femenina de actividades relacionadas directamente con el deporte.

Los colegios y universidades fueron creando, en todo el continente, las cátedras o departamentos de educación física; de igual manera, se empieza a notar el progreso con la creación de lugares de juego y parques para la práctica de la recreación.

Entre los años 1920 y 1929, en América se hace una reestructuración a la educación física y el deporte, al desaparecer la idea de la gimnasia como única forma de educación física.

La nueva forma de practicarla estaba basada en el juego recreativo y los deportes, aboliendo la forma tradicional de educar el cuerpo únicamente desde la mal llamada "gimnasia", nombre con el que se denominaba a cualquier ejercicio físico, pero que hoy en día responde a una categoría deportiva (que, además corresponde a más de diez tipos de práctica gimnástica, entre ellos, la rítmica, la aeróbica, la acrobática, etc.). Se decía, por demás, que la educación corporal aportaba al buen desarrollo mental de cada persona, destacando -por medio de distintas publicaciones- la influencia de las prácticas deportivas en el desarrollo psicomotor y cognitivo del ser humano. Se comienza a estimular y destacar el trabajo en grupo y las virtudes físicas de cada persona por separado.

En cuanto al desarrollo histórico de las disciplinas en la escuela -específicamente en las clases de educación física- los varones eran quienes practicaban fútbol y las niñas gimnasia; es decir, la enseñanza era específica, disciplinada y esto hacía que el comportamiento se enseñara según el rol de género deseable y según lo requería la sociedad como ideal a alcanzar.

Lo anterior representó, de alguna manera, que también se educara el carácter o forma de ser de cada individuo, porque no se hablaba de *educación física*, sino de *cultura física*. Hacia la década de los años 30 y 40 del siglo XX se educaba en la escuela corporalmente para aprender las distintas formas de desplazarse o de moverse. Por esta razón, se reproducen formas de disciplina en contextos distintos a los escolares, lo cual es también el objetivo. Se podía y se puede

enseñar a todos y todas lo mismo y al mismo tiempo, independientemente de si se busca hacerlo por medio de las sociedades disciplinares en espacios de encierro (como la escuela, la fábrica, la familia, el hospital o la cárcel, según Foucault) o de las sociedades de control (como señala Deleuze, 1992[7]); lo primero, sería mostrar las distintas formas de hacer los ejercicios físicos, es decir, que cada persona sepa cómo hacerlos, cuál es la forma correcta de moverse y ejercitarse, según lo estipulado por un canon establecido.

La importancia de la educación física se observa no sólo referida a la escolaridad, sino que, también, representa para la vida –en general- una forma de libertad, que debe poseer cualquier persona, ya que todos los seres humanos tenemos el derecho a elegir qué estilo de vida queremos seguir por convicción (de tipo espiritual, intelectual, deportivo, entre otros), y no por influencias del entorno, por problemas de dependencia debido a vacíos emocionales, o tendencias sociales (sedentarismo, alcoholismo, drogadicción), las cuales se hacen presentes al momento de abordar una formación escolarizada.

Esta libertad se ve promovida en diversos instrumentos internacionales, por ejemplo, la Declaración Universal de Derechos Humanos de las Naciones Unidas de 1948, cuando en su Artículo 2° señala el vínculo entre calidad de vida y práctica de ejercicios y deportes:

> …el reconocimiento histórico y universal de que la Educación Física es uno de los medios más eficaces para la conducción de las personas a una mejor Calidad de Vida; algunos organismos relacionados con él deporte expresa que - La Educación Física, por sus valores, debe ser comprendida como uno de los derechos fundamentales de todas las personas; Que los organismos internacionales ligadas a la Educación Física promuevan sistemáticamente importantes eventos científicos, los cuales han contribuido para la evolución del conocimiento en el área de la Educación (UNESCO, 2015)

Así mismo, la relación entre calidad de vida y educación física es considerada un derecho humano, tal como se establece en la Carta Internacional de la

[7] Gilles Deleuze, "Post-scriptum sobre las sociedades de control", *Polis* [En línea], 13 | 2006, Publicado el 14 agosto 2012, consultado el 05 mayo 2017. URL: http://polis.revues.org/550

Educación Física y del Deporte (UNESCO/1978), que en su artículo 1° señala que "La práctica de la Educación Física y del Deporte es un derecho fundamental de todos"; por tanto, plantea que éste debe ser ofrecido, a través de condiciones particulares adaptadas a las necesidades específicas, a las personas jóvenes, así como a los niños y niñas de edad preescolar, a las personas adultas mayores y aquellas con discapacidades, permitiendo el desarrollo integral de su personalidad.

A finales de las décadas de 1920, 1960 y 2000, respectivamente, se lanzó y actualizó el documento titulado *Nuevo* Manifiesto *Mundial de la Educación Física, una Educación para la Salud y para el ocio*, a través del desarrollo de estilos de vida activos de las personas (figura 2).

Figura 2. La educación física hace parte de los programas educativos

1.1.3. Orígenes de la Educación Física en Colombia

El desarrollo de la educación física en Colombia es similar, con algunas particularidades, a su avance a escala latinoamericana y global, en un proceso

que va de la ejercitación de los cuerpos en el trabajo, a la educación de los mismos, propiamente dichos.

En los inicios de la Colonia se tenían como referencia las prácticas corporales y algunos juegos de los pueblos indígenas referidos a rituales que realizaban para controlar los cambios climáticos, celebrar las cosechas o adorar a sus dioses, algunas de ellas relacionadas con la salud y la supervivencia. Algunos rituales involucran distintas danzas durante largo tiempo; así mismo, hacen parte de ello, la caza y sacrificio de animales, la labor de correos humanos (*chasques* en la cultura inca), lo que obliga a quienes hacen parte de acciones dirigidas a mantener un buen estado físico para realizar cualquiera de las prácticas físicas que hacían parte de su cultura y cosmovisión.

Posteriormente, por la influencia europea, los criollos instauran, con la independencia de España, la educación física, practicada en las escuelas militares como parte de los procesos de formación corporal y espiritual, enfocados en el adiestramiento para la preparación de los futuros gobernantes y mandatarios. En el año 1871, por ejemplo, es emitido el *Decreto orgánico de instrucción pública*, que incluye este tipo de actividades. En él se establecía, como cita la Universidad de Pamplona que,

> Las escuelas tienen por objeto formar hombres sanos de cuerpo y espíritu, dignos y capaces de ser ciudadanos y magistrados de una sociedad republicana y libre. La enseñanza en las escuelas no se limitará a la instrucción, sino que comprenderá el desarrollo armónico de todas las facultades del alma, de los sentidos y de las fuerzas del cuerpo.
>
> La gimnástica y calisténica, como parte indispensable de un sistema completo de educación, serán enseñadas en todas las escuelas, en las horas destinadas a la recreación, según reglas sencillas y favorables al desarrollo de la salud y de las fuerzas de los niños. En las escuelas de varones, se agrega a los ejercicios gimnásticos prácticas de carácter militar, hecho que se explica por el ambiente de permanentes guerras que se vivía en el país y que, además, tenían en las escuelas sus principales escenarios (Universidad de Pamplona, N/F).

La ley 80 de 1925 consolida la educación física como política de Estado, argumentando que ésta produce -de alguna manera- sensaciones de felicidad y bienestar en las personas; sin embargo, la asignatura era llamada *gimnasia*, manteniendo el énfasis europeo respecto de este tipo de educación física.

En Colombia, las prácticas físicas, así como la educación física, estaban dirigidas solamente a los varones, ya que quien realizaba la preparación de las actividades, las clases o los objetivos trazados para fines exclusivamente físicos, planeaba sus sesiones con una exigencia primordialmente militar; la mujer era considerada como el "sexo débil", e incapaz de participar de estas prácticas. Por este motivo, era ella quien debía encargarse de tareas consideradas exclusivas de su condición física.

Este hecho revela que, de distintas formas, la mujer ha sido víctima de discriminación, la cual se manifestaba –también- en la realización de este tipo de actividades. Aproximadamente entre los años 1930 y 1950, desde el ámbito social y educativo, se resaltó que la mujer estaba destinada exclusivamente a realizar labores del hogar y debía mostrar una abnegación total con respecto a su pareja y a sus hijos e hijas, sin darle la oportunidad de desempeñarse en roles distintos a los que marcaba la sociedad como *normales para la mujer durante esta época.*

Posteriormente, la situación cambiaría. Por ejemplo, en 1941 se crea la Asociación Nacional de Profesores, que aportaría al mejoramiento del área de la educación física, dirigida a mujeres y hombres.

Para el año 1951 se incluye un programa de educación física en los diferentes grados de formación, de los que hacían parte prácticas atléticas como: softbol, voleibol y atletismo, entre otros deportes. Sin embargo, la enseñanza de distintos ejercicios, dentro de la práctica de la gimnasia y las danzas, quedaba exclusivamente limitada a las mujeres.

En 1970, se crea una institución estatal que se ocupará –específicamente- de la educación física y los deportes: COLDEPORTES. A través de ella, se empieza a ver las escuelas deportivas como un lugar de privilegio e inicio para la práctica de la educación física y para detectar los posibles talentos y figuras del deporte

nacional. Sin embargo, considero que este propósito se ha quedado sólo en buenas intenciones, pues el apoyo a las prácticas deportivas, los procesos de iniciación y el aporte económico para su desarrollo sigue siendo insuficiente en el país. Además, la educación física y corporal son vistas en las escuelas como una asignatura de relleno y de poca importancia, puesto que no se reconoce a la educación del cuerpo como parte de la formación del ser humano, sino más bien, como una manera de obligar a las personas a realizar "algún tipo de actividad atlética".

Tampoco se observan procesos claros de formación a atletas de élite que puedan obtener resultados a nivel nacional y mundial, para su participación en eventos de alto rendimiento deportivo. Por el contrario, existe el abandono al/la deportista no se cuenta con aportes económicos para infraestructura adecuada, no hay formación de entrenadores, ni se cuenta en las escuelas convencionales con el material necesario para una formación básica del cuerpo, desde una perspectiva del cuidado la salud y como parte de un estilo de vida armónico y no como sinónimo únicamente de un estereotipo de belleza predominante centrado en la sociedad de consumo.

El estado colombiano determina, en la Constitución política de 1991, (artículo 52) que:

> El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano" (…) "El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social", "Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre" y ,"El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas." (Alcaldía de Bogotá, 2014),

El pasado 6 de agosto de 2017 en la revista semana fue publicado un artículo donde se informa sobre la nueva decisión del ministerio de Hacienda de disminuir el presupuesto para el deporte en un 65% para el año 2018, lo cual implicaría que el rubro bajaría según cifras publicadas por esta revista de 530 mil millones de

pesos a 183 mil millones de pesos, lo cual comprueba que la disposición del estado para apoyar el deporte independientemente de que en los dos últimos años los resultados durante las distintas participaciones de Colombia haya mejorado considerablemente, esta varía, según la disposición económica que el gobierno considere entre muchos otros aspectos.

Aunque no es posible desconocer el mejoramiento que ha tenido el deporte en Colombia en los últimos años, dentro de éste podemos hablar de disciplinas que tienen mayor éxito y mayor apoyo, como el fútbol, el ciclismo, e incluso, el atletismo, aunque por el sacrificio y esfuerzo de otros deportistas de alto rendimiento, el país logra triunfos en deportes como: el boxeo, clavados en natación o judo.

Existe falta de atención por parte del gobierno de Colombia con respecto al deporte: por ejemplo, el programa *Supérate*, que se lleva a cabo únicamente en los colegios del Distrito Capital, lo cual limita la participación de deportistas de otros lugares del país.

> A pesar de que el deporte es un derecho que aparece en la Constitución de 1991, las organizaciones deportivas en el país, por ser organizaciones privadas, tienen que auto financiarse un 80% ellas mismas, que por lo general esa financiación proviene del bolsillo y actividades que hagan los padres de familia de los muchachos y muchachas deportistas. Se supone que parte del 20% restante lo tiene que aportar los organismos oficiales, y es aquí donde Coldeportes haría su aparición, ya que el presupuesto nacional (que es el 2% de impuestos de la telefonía celular, y también otros impuestos) para esta actividad, estaría regulada a través de esta institución (Rodriguez Gil, 2015, p. 8).

En la actualidad, la educación física en Colombia hace parte de los programas del Ministerio de Educación como una asignatura obligatoria, que debe ser impartida dos veces por semana a las/los estudiantes de primaria y secundaria. Sin embargo, no es tenida en cuenta como asignatura de formación obligatoria en la universidad, donde es promocionada únicamente desde departamentos

encargados de las actividades deportivas de la institución y propuesta en algunos casos como materias electivas.[8]

Lo ideal sería que toda sociedad considerara estas prácticas deportivas como un hábito para mantener una buena higiene corporal, salud y estilo de vida armoniosos y no como una obligación, derivada de un decreto determinado, un currículo escolar o universitario, dándole la importancia que se merece; pero tampoco como medio exclusivo de lograr un paradigma de belleza inexistente que propone la sociedad de consumo.

1.2. La danza como expresión corporal

El cuerpo es el medio que tiene el ser humano para expresar sentimientos, acciones, sensaciones, deseos y esto es, básicamente, imposible de hacer si no realizamos distintos movimientos con manos, brazos, ojos, labios, las piernas y el cuerpo, en su totalidad. Estos movimientos, combinados unos con otros, facilitan la comunicación con el medio; son los gestos corporales los que nos permiten actuar y ser nosotras y nosotros mismos, representando así lo que sentimos en determinado momento en un lugar dado.

Son dos los movimientos que acompañan la expresión corporal realizada por el cuerpo. Uno de ellos es el equilibrio estático, que tiene que ver con la postura, la manera como se está parado(a), sentado(a); de esta forma, proyectamos nuestro centro de gravedad dentro del área que delimitan los pies y es de allí entonces -cuando podemos decir que expresamos con el cuerpo, a partir de un movimiento estable con el que representamos si nos sentimos satisfechos con lo que ocurre o no en ese momento. El segundo movimiento importante es el dinámico, que se da cuando realizamos movimientos de manera continua y pueden llegar a ser reversibles, modificando -de alguna manera- su centro de gravedad, logrando la capacidad de mantener una posición corporal adecuada.

[8] En países con un mayor desarrollo deportivo como Cuba, se imparte la educación física no sólo en la educación básica primaria y secundaria, sino que también durante los dos primeros años de la carrera universitaria, sin importar cuál sea ésta.

El ritmo interno, por su parte, es un método de expresión corporal y de comunicación que va acompañado por la mímica, la danza y la dramatización. Estos movimientos son permitidos por la coordinación óculo-manual la cual determina la coordinación mano- ojo y apoya el desarrollo de la lateralidad durante la práctica de la educación física, y la coordinación óculo-pédica, que se refiere a la coordinación ojo-pie. Los pies son el elemento clave para cualquier tipo de desplazamiento.

El deporte, la recreación y la educación física son actividades estrechamente relacionadas; se entrelazan y se in-corporan de manera que permiten el desarrollo de distintos estilos de vida. Su conceptualización resulta una tarea compleja, toda vez que existen en la literatura científica múltiples definiciones y perspectivas, algunas de las cuales, en mi consideración, podían ser complementarias, ya que son producto del avance de la teoría en este ámbito del conocimiento, en correspondencia con el desarrollo histórico-social y el enfoque a partir del cual se establecen dichos conceptos, cuestión que permite tomar posturas al efectuar un análisis crítico de las mismas.

Por ejemplo, Hernández & Carballo (2003, p.5), explican que el concepto *deporte* debe interpretarse atendiendo a tres dimensiones teóricas: a) El universo de prácticas sociales que involucran una destacada participación del cuerpo y la motricidad; b) El contexto socio-histórico en el cual se desarrollan dichas prácticas, y, c) Los contenidos considerados por la Educación Física como propios.

Asimismo, se reconoce junto a esta postura que, el deporte es una práctica que posee un doble carácter: el lúdico, establecido a través de la competencia, y el ritual, que se condensa en sus reglas. Ese doble carácter es reforzado por su valor de aliviar las tensiones sociales y reforzar el orden comunitario (Mandell, 1986), algo que cobra mucha importancia en el ejercicio práctico de la danza deportiva, como la que desarrollo en el aula escolar.

En otra línea, José María Cogigal (1959), citado por José Hernández Moreno (1994:14), recupera el sentido altruista de la práctica deportiva, cuando –al calificarlo- dice que el deporte es “diversión liberal, espontáneo, desinteresado, en

y por el ejercicio físico entendido como una superación propia o ajena y más o menos sometido a reglas", es decir, que en un momento determinado el aspecto ritual podría pasar a ser secundario para dar lugar al lúdico y placentero.

Añade a esta última definición José Hernández Moreno (1994: 15) que el deporte "es una situación motriz de competición, reglada, de carácter lúdico e institucionalizada", en la medida en que su construcción histórico-social va afirmando en los cuerpos determinadas instituciones, como, por ejemplo, los coliseos deportivos, las canchas de juego o los gimnasios.

Fernando Sánchez Bañuelos (1992), por su parte, rescata los aspectos de construcción subjetiva en el libre desarrollo de la personalidad, basada en el esfuerzo personal, cuando define el deporte como "toda actividad física, que el individuo asume como esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación de metas, compromiso que, en un principio, no es necesario que se establezca más que con uno mismo", elemento que deja, sin embargo, de lado el aspecto relacional del deporte, porque su sentido no se basa sólo en la resolución individual de practicarlo, sino en la posibilidad de hacerlo con otras personas.

Dicha práctica se constituye mediante la combinación de una serie de condiciones, como lo afirma Francisco Javier Castejón (2004), quien dice que el deporte "es un juego reglado, pues tiene esas características que lo detallan: parte como juego, hay actividad física, competición y tienen una serie de reglas para los participantes, todos estos elementos se interrelacionan".

Se puede observar, de las definiciones anteriormente expuestas, que existe coincidencia entre los autores citados en que el deporte es una actividad motriz que está reglada de forma determinada y que contiene elementos competitivos. Este tipo de normatividad o reglas permiten diferenciar al deporte de aquellos juegos cuyas reglas tienen mayor movilidad y no tienen por finalidad una competencia basada en la productividad del esfuerzo físico.

Sin embargo, Hernández y Carballo (2003. p. 3) apuntan que deporte también puede entenderse como lo que la gente significa como tal, independientemente de los elementos que consiguen diferenciarlos de otras formas de ejercitación,

asociando -de este modo- el deporte a las más variadas formas de actividad corporal. Estos autores llegan a afirmar que el deporte es la especie de juego universalmente aceptada e incluso profundizan en aspectos del dominio hegemónico global cuando afirman:

> La presencia permanente del deporte en diferentes organismos del estado (nacional, provincial o municipal) y en los medios masivos de comunicación (prensa, radio y sobre todo televisión) parecen dar cuenta de ello. Seguramente sea esta cuestión la que permita pensar al deporte como el juego del adulto en la sociedad capitalista, dado su carácter de vehículo del ideario del mercado (oferta y demanda, competitividad, récord, disciplina, eficiencia, etc.) (Hernández y Carballo, 2003. p. 3)

Además, puede diferenciarse entre el deporte como práctica y el deporte como actividad física, comprendiendo esta última más enfocada a la propia recreación. Ella puede definirse según Michael Argyle (1996) como: “aquellas actividades que la gente hace en su tiempo libre, porque quiere, en su interés propio, por diversión, entretenimiento, mejora personal o cualquier otro propósito voluntariamente elegido que sea distinto de un beneficio material”.

Pero la recreación, desde un punto de vista de la animación socio-cultural, conformada como un paradigma de cambio de actitud, un comportamiento, puede, según Jaume Trilla (1998) ser algo que tiene lugar durante el tiempo libre (o durante la educación) y que no importa tanto lo que se haga, sino cómo se haga y cuyo desarrollo resulte satisfactorio o placentero para el individuo.

El papel de la escuela en orientar la actividad deportiva, según Carlos Vera (1999) se puede realizar en la medida en que, desde los centros educativos se inste a los alumnos y alumnas al uso correcto de su tiempo libre, de forma educativa y saludable. Para lograrlo, adquiere valor la trasmisión del grado de importancia que se otorgue a la práctica deportiva con fines recreativos; entendida como una actividad libre, divertida, lúdica, no obligatoria, rígida, dolorosa…

En ese sentido, existe también, dentro de la disciplina de la educación física, lo que se conoce como *recreación dirigida*, mediante la cual se busca la regeneración, renovación o estímulo de las capacidades humanas a través de la

implicación lúdica en actividades en grupo, guiadas por un animador o animadora. Estas actividades han de cumplir la condición de "re-crear", es decir, literalmente, "volver a crear" o de "regenerar" divirtiendo, mediante una actitud activa y participativa (Camerino, 2000; 2008 y García Montes, 2001).

De ese modo, se amplían, profundizan y se enriquecen, las definiciones de educación física, para comprender que estas tres categorías (deporte, recreación y educación física propiamente dicha), trabajan en una misma dirección y que, aunque tengan planeaciones o componentes distintos, una no puede trabajar sin la otra.

Esta mirada más compleja de la Educación física lleva a que ésta sea definida por distintos autores como un concepto vasto, que trata del desarrollo amplio y la formación de una dimensión básica del ser humano, el cuerpo y la motricidad. Dimensión que no se puede desligar de los otros aspectos de su desarrollo, evolución – involución. Por lo tanto, no se debe considerar que la educación física esté vinculada exclusivamente a unas edades determinadas, ni tampoco a la enseñanza formal, sino que representa una clase de educación formativa sobre unos aspectos concretos del cuerpo cuya práctica influye en el ciclo de la vida del individuo; es decir, constituye un elemento importante de lo que Sánchez Buñuelos (1966) denomina concepto de educación física continua de la persona.

En esa línea, se recupera la importancia de la cinética en la configuración social, como lo plantea Calzada (1996, p.123) "La educación física es el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento". El término integral se refiere –según ese autor- a todas las dimensiones del ser humano, a saber: física (cuerpo) mental (inteligencia), espiritual y social.

La educación física como disciplina escolar se convierte en una pedagogía de las conductas motrices, en la medida que trata de optimizar o mejorar las conductas motrices de los/las educados/as. El profesor o profesora de Educación física se torna una persona experta y observadora de las conductas motrices de sus alumnos o alumnas, frente a las cuales, una vez catalogadas y sistematizadas, trata de sugerir o plantear, como lo sugiere Lagartera, (2000),

nuevas condiciones, acciones y posiciones motrices que provoquen la optimización de las conductas observadas en función de un determinado proyecto pedagógico y de aquello que sea de mayor interés y congenie para el bienestar físico y emocional de la persona observada.

El deporte es, en suma, una actividad integradora de la actividad física, la recreación y la educación física, en la medida que se constituyen mutuamente, aunque -de alguna manera- se puedan trabajar por separado, no de forma deliberada, sino como una división que emerge en el quehacer de cada una estas definiciones de categorías, al involucrar de forma directa al cuerpo y todo movimiento que con él podamos realizar.

La educación física -como expresión corporal- apoya procesos de enseñanza y formación, a partir de actividades recreativas que contribuyen a las diversas maneras de educar el cuerpo. A través de ellas, las personas que participan perciben formas de aprender, compartir y disfrutar. Igualmente, facilita descubrir las bondades del ejercicio para el cuerpo y su salud física y mental. Para su desarrollo, es necesario mantener una mirada que dé cuenta de su armonización en varios aspectos, como: los estéticos, corporales, comunicativos y éticos, entre otros.

Asimismo, las actividades que se realizan en la educación física son básicamente lúdicas, porque divierten, entretienen y educan corporalmente a quienes las practican de manera voluntaria. Podríamos decir, entonces, que lo lúdico está directamente relacionado con el pasatiempo, con la diversión, la expresión o la actividad en donde se muestren las habilidades corporales, o donde se aprendan habilidades corporales. Estas actividades están hechas para personas de todas las edades, y se realizan según las preferencias de quienes están involucradas; un ejemplo de ello son las materias electivas (entre ellas las relacionadas directamente con el deporte), impartidas en las universidades como actividades opcionales, donde las/los estudiantes tienen la posibilidad de seleccionar aquellas las prácticas que más sean de su agrado.

Estas actividades se realizan con el fin de dar algún aprovechamiento al tiempo libre o tiempo de ocio, visto como actitudes y actuaciones de libertad del individuo y quienes lo rodean, ya que es el momento en el que la persona hace lo que desea, es decir, un tiempo en el que no debe ser productivo, ni siquiera para sí mismo, en términos del trabajo e, inclusive, de las labores de reproducción social. Para Dumazedier (1962) el ocio tiene las siguientes condiciones: diversión, desarrollo de la persona, descanso, sociabilidad, educación del tiempo libre, percepción de libertad, calidad de vida, creatividad e ingenio.

La educación física, de igual manera, está relacionada con la danza y con el desarrollo expresivo corporal; cada movimiento, cada gesto, cada manifestación de lo que ocurre o de lo que sentimos, hace parte de nuestra expresión corporal, de la interpretación que le damos a cada instante de nuestras vidas.

La danza, como forma de expresión corporal muestra, en su desarrollo como categoría del arte y parte esencial del ser humano, una evolución del concepto que ha sido adecuado y modificado por la teoría, en tanto categoría que expresa características y tendencias en un momento histórico dado. De modo que los múltiples conceptos sobre la danza reflejan interrelaciones que se establecen desde diferentes ámbitos, como el antropológico, el psicológico, el pedagógico, el sociológico, el artístico o el musical, de acuerdo al enfoque o perspectiva con que se crea el propio concepto.

Castañer (2001), señala que Marrazzo (1975. p. 16) define la danza como:

> …la coordinación estética de movimientos corporales. La danza recoge los elementos plásticos de los movimientos utilitarios de los hombres y sus grandes posturas corporales y los combina en una composición coherente y dinámica animada por el espíritu, lo que hace de la danza una obra artística. Danza es creación de belleza valedera en sí misma (p. 9).

La perspectiva anterior se enfoca, entonces, en la danza como arte. Pero, algunos autores, como Peñalva (2014. p.14) coinciden con que la danza es una actividad artística y patrimonio de todos seres humanos y que ésta nace de la

expresión corporal, en la medida que la danza contribuye al desarrollo del individuo, al permitirle crear y ser consciente de una gran diversidad de elementos como la actitud corporal, la mirada, los gestos, entre otros.

Aunque la danza deriva de la expresión corporal, esto último no sólo se refiere a la cinética de la cotidianidad, sino -más bien- a la expresión de movimientos del cuerpo como forma del lenguaje artístico, que se logra, justamente, a través de ésta, utilizando el cuerpo de modo creativo, expresivo y comunicativo. Así, Peñalva (2014. p.15) afirma que, la danza puede ser entendida desde tres ámbitos:

- Como lenguaje, al ser un sistema articulado de códigos de comunicación y símbolos compartidos por un grupo social;
- Como actividad, al comprender una serie de acciones encadenadas y organizadas, que responden a estímulos procedentes tanto del interior como del exterior del propio cuerpo, creando productos culturales que determinan diversas funciones sociales del ser humano;
- Como arte, ya que permite desarrollar la capacidad de internalizar la realidad de forma sensible, además de reflejarla en su aspecto perceptivo, emotivo e imaginativo.

Esta misma autora señala que, la danza es motora, al utilizar diferentes técnicas corporales; es también polimórfica, porque se manifiesta de diferentes formas; compleja, porque relaciona factores biológicos, psicológicos, sociológicos, históricos, estéticos, morales, políticos, técnicos, etc.; y, por último, polivalente, porque tiene diferentes campos de intervención.

Batalha (1983) y Zarez et. al. (1992), según cita Peñalva (2014. p.15), distinguieron cuatro dimensiones que abarca la danza: el arte, la educación, el ocio y la terapia. Dado el objetivo de nuestra investigación, los ámbitos educativos y de ocio, resultan de gran relevancia, sin desconocer las sistémicas interconexiones existentes entre todos los demás ámbitos mencionados.

Coincido, en línea con el tema que me ocupa, de la danza deportiva o la danza como deporte, con Padilla (2003. p.2), cuando afirma que la danza como actividad física, regularmente es asimilada al deporte y esto es así porque son actividades

estrechamente relacionadas por los ámbitos en que se desarrollan y las formas en que se manifiestan. Incluso, puede afirmarse que se retroalimentan. El componente artístico de la danza puede complementar sistémicamente a la educación física y al deporte[9].

Para resumir, se puede afirmar que, la educación física puede, por tanto, ser abordada desde distintos ámbitos: el saber, la disciplina, la ciencia, la biomecánica, uno de cuyas expresiones es la danza, puesto que su abordaje compete a múltiples disciplinas (aunque a veces no dialogan entre sí), por lo que es considerada como la forma de acceso a una vida sana, a un cuerpo sano.

Sin embargo, como veremos enseguida, la idea de educar el cuerpo está aún atravesada por *estereotipos* creados por la sociedad capitalista contemporánea, como una forma de lograr cuerpos esbeltos y bellos para alcanzar la aceptación social; de allí el propósito que me animó, de diseñar una propuesta metodológica para la enseñanza de la danza, que contribuya a superar dichos estereotipos y permitir ofrecer una herramienta para el desarrollo integral del ser humano.

De acuerdo con Ashmore y Boca (1981), citado por Suriá (2010, p.2), diversos autores coinciden al afirmar que los estereotipos resultan ser: "constructos cognitivos que hacen referencia a los atributos personales de un grupo social y en que, aunque éstos sean más frecuentemente rasgos de personalidad, no son, desde luego, los únicos". Asimismo, sostiene que McCauley, Stitt y Segal (1980) indican que: "los estereotipos son aquellas generalizaciones acerca de una clase de personas que distinguen esa clase de otras"- atribución diferencial de rasgos o predicción diferencial de rasgos basada en la información de pertenencia al grupo" (Suriá 2010, p.3).

[9] Diversos especialistas han trabajado en torno al valor pedagógico de la danza y realizado propuestas pedagógicas y metodológicas para introducir la danza en la educación física como estrategia metodológica para el desarrollo de un proceso de formación que integre el desarrollo físico con factores cognitivos, socio-afectivos e intelectuales. Es el caso de Castañer (2001), del instituto de Creación Integral de Santiago de Compostela; Fuentes (2006) de la Universidad de Valencia; García, et.al. (2011), López & Bermúdez (2012) y Vasco & Pineda (2015), de la Universidad Libre de Colombia y de Peñalva (2014), de la Universidad de Valladolid, entre otros.

El concepto de estereotipo puede entenderse así mismo, desde tres enfoques, principalmente: el psicoanalítico, que se refiere a la utilización de los estereotipos para la satisfacción inconsciente; el socio-cultural, que señala que los mismos surgen del medio social, como reflejo histórico y cultural y –además- sirven para adecuarse a normas sociales y el socio-cognitivo, que define al estereotipo como estructura cognitiva que contiene conocimientos, creencias y expectativas (Suriá, 2010, pp. 5-6).

En mi criterio, los estereotipos resultan ser referentes a seguir derivados de un patrón creado por un sistema de aspectos y factores sociales y culturales e incluso económicos de una sociedad en un momento histórico dado, que condicionan las relaciones de otredad. La adecuación a dicho patrón implica para quien sigue uno u otro estereotipo, su aceptación o rechazo en un colectivo, medio o grupo determinado.

En este sentido, la educación física se ha convertido en un medio para alcanzar modos de vida basados en estereotipos que surgen en etapas históricas del desarrollo de una sociedad dada y, dentro de este marco, la danza en su intrínseca relación social, también reproduce y obedece a dichos patrones de comportamiento.

Otros autores como Subirats (1999) citado por Verchili (2009, p.3), con el cual coincido, vinculan la cuestión del estereotipo con el género, como producto social e histórico referido a los roles y las identidades, entendiéndolo como:

> esa construcción cultural que determina la identidad de hombres y mujeres, como ese sistema de identidades y comportamientos que, al prescribir lo que deben hacer los individuos sea cual sea su sexo, introduce una fuerte limitación en sus posibilidades de desarrollo humano y les fuerza a adaptarse a patrones que no siempre corresponden a sus capacidades y a sus deseos.

Sobre los aspectos culturales, e incluso étnico-raciales en la conformación de estereotipos, Ortiz (2013, p.3) advierte que, como el género, estos son construidos socialmente y se transforman de acuerdo a la época y la cultura, basándose en el ideal del “cuerpo bello”. Dicha construcción socio-cultural es atravesada por categorías étnico-raciales, pero también de clase y de género los que, al estar al

mismo tiempo en un contexto de patrón hegemónico, contribuyen a la construcción de desigualdades sociales.

Por ejemplo, al citar a Canessa (2008), Ortiz (2013, p.9) señala que las imágenes de blancura de la piel son representativas de aspiraciones de progreso y de atractivo estético-corporal, desde la Colonia hasta la actualidad, no obstante la superación del colonialismo, ya que esta blancura se presenta como objeto deseado que se conecta con el sentido de superioridad y con el ideal de clase social, como bien lo desarrolla la perspectiva decolonial.

Al abordar algunos aspectos de la danza y del deporte y las formas como se relacionan en el espacio educativo, pretendo reconocer los estereotipos corporales que han surgido –justamente- desde el inicio del colonialismo y que, en gran medida, a la fecha se siguen dando desde contextos y escenarios distintos.

Por ello, destaco que la danza y la condición física están estrechamente interconectadas; su relación con el cuerpo, el movimiento, la preparación física y la expresión están remarcados por las condiciones sociales y ambientales que producen sujetos corporizados distintos.

En ese sentido, la práctica de la danza, a nivel profesional no es posible si no se cuenta con un buen entrenamiento físico; incluso, en las escuelas donde se realizan ensayos para presentaciones de danzas folclóricas o modernas, se requiere de un buen estado físico, ya que las jornadas de ensayo son frecuentes y de larga duración.

Para las personas profesionales de la danza el entrenamiento aerobio es de alta importancia; sin embargo, en nuestro medio no se les entrena teniendo en cuenta el desarrollo de la fuerza y la flexibilidad, entre otras habilidades esenciales básicas que debe desarrollar el bailarín o bailarina para lograr el máximo en su especialidad, en el caso de distintas modalidades como la danza contemporánea o el ballet. Por ello, Alfonso Vargas Macías (2009) sobre la danza y la preparación física nos dice:

> En la danza, la preparación física siempre ha estado subordinada a la preparación técnica. Pensamos que el entrenamiento de la condición física del bailarín debe tener

> presencia por sí misma, sin que ello suponga un detrimento del trabajo técnico. Más bien, todo lo contrario, porque optimizaría el tiempo de trabajo, disminuyendo el esfuerzo desarrollado durante los ensayos y actuaciones. Esto -a su vez- reduciría las horas de trabajo, ya que, al estar más sistematizado, se conseguirían objetivos en menos tiempo. Y también ayudaría a reducir y prevenir lesiones, mejorando con ello la calidad de vida personal y profesional de los bailarines (p.22).

El deporte, así como la danza, proporcionan a quienes lo practican, distintas sensaciones, tanto de placer como de felicidad, al igual que de incertidumbre o desilusión. Pero -por lo general- son prácticas que nos ayudan a relacionarnos con otras personas, a intercambiar movimientos corporales, a adaptarlos al medio, entrenarlos y preparar el cuerpo en función de una actividad que da tranquilidad; de igual manera, relaja los músculos, disminuye las preocupaciones y abre la mente para razonar de manera inteligente, todo en función del cuerpo.

A estos beneficios y placeres que conseguimos por medio de las prácticas físicas, se les puede dar inicio desde la infancia, porque hacen un aporte importante a la formación de los niños y niñas no sólo a nivel psicomotor, como las habilidades motoras y coordinativas, permitiendo un control corporal y de esta manera adaptando el cuerpo al medio; sino –también- cognitivo; disminuyendo el comportamiento agresivo en los casos especiales, estimulando las relaciones interpersonales, las capacidades mentales de cada individuo y el desarrollo de valores de reciprocidad, solidaridad, colaboración aceptación humilde de las derrotas, emulación y deseo de superarse entre otras.

Según Lesse (1982), citado por José Alberto Piedrahita Vásquez (2008) “Por medio de la expresión, le damos la oportunidad al individuo de salirse de ese camino que le lleva hacia el adiestramiento, hacia el ser enseñado como un objeto”. Tanto en el deporte como en la danza, el ser humano tiene la oportunidad de expresarse de forma libre, a diferencia de otras disciplinas que someten y controlan las formas de comunicación y expresión; desde una perspectiva acrítica de la ciencia desde una perspectiva crítica de la ciencia, algunas prácticas disciplinares son estrictos en su desempeño y no existe la oportunidad de plantearla de forma distinta, porque son ciencias exactas. En cambio, es posible

por medio de estas prácticas deportivas o de danza, expresar corporalmente lo que -muchas veces- verbalmente no nos atrevemos a decir, porque se desarrolla la creatividad como habilidad cognitiva.

La experiencia humana alrededor de este tema nos indica que, por medio de la práctica de la danza y el deporte, se puede lograr un desarrollo integral de cada individuo y, por consiguiente, ello le permite respetar, y aceptar su cuerpo en todo contexto y sin convertirse en esclavo/a de la sociedad de consumo.

Por otra parte, Escudero (2014) se refiere a la educación corporal y a los elementos del código técnico que ofrecen la danza -clásica, la danza contemporánea o moderna– las que, gracias a su práctica, trabajan con pautas de improvisación, creación coreográfica. De esta manera, si estas mismas pautas son utilizadas sin que se circunscriban a formas meramente técnicas, en función de la educación del cuerpo, se obtiene un sentido distinto y -por consiguiente- otra forma de producción de saber.

Una buena posibilidad para distintos escenarios donde se trabaje el cuerpo como las escuelas, universidades, gimnasios o escuelas de danza), tener en cuenta estas formas que incorporen, pero trasciendan críticamente las técnicas de concebir el saber y proporcionar opciones para la descolonización del cuerpo, del ser. [10] El concepto de "colonialidad del ser es introducido por el debate contemporáneo latinoamericano sobre los efectos de largo plazo derivados de la clasificación social en "razas" o "castas" superiores e inferiores, introducida por la colonización europea en América: "*La colonialidad del ser introduce el reto de conectar los niveles genético, existencial e histórico. Donde el ser muestra de forma más evidente, su lado colonial y sus fracturas*". (Maldonado Torres, 2007: 130-131).

Maldonado plantea que "*La colonialidad del ser se refiere a la experiencia vivida de la colonización y su impacto en el lenguaje*". Al analizar esta experiencia en el

[10] El concepto de *colonialidad del ser* surgió en conversaciones sobre las implicaciones de la colonialidad del poder, en diferentes áreas de la sociedad, según explica Nelson Maldonado-Torres, de su lectura particular de Walter Mignolo y Enrique Dussel. Véase: Maldonado-Torres, 2007: 130-131.

caso de la danza folclórica y del cuerpo, por ejemplo, podría decirse, entonces que aquella necesidad de relacionar cuerpos esbeltos y armoniosos con la danza, deja de ser una responsabilidad cultural, sobre todo si ésta es practicada profesionalmente, ya que se pone de lado la búsqueda de la propia identidad a través de la recuperación de saberes tradicionales de danzas, para pasar a ser ésta solamente un reflejo relacionado por la sociedad de consumo, situación que hace notar -de alguna manera- que no hay ningún conocimiento prescriptivo con respecto a la propia cultura, porque, necesariamente, no deberíamos "adquirirla" académicamente, sino que deberíamos serla, vivirla, sentirla y así, evitaríamos ser condicionados por formas rígidas de ser y de habitar los lugares de lo que constituiría, según la Modernidad, nacionalidad o la tradición nacional.

1.2.1. La educación desde la danza y la educación física

Pensar acerca de la danza como recurso educativo para promover estilos de vida más sanos y bienestar, requiere de la consideración de elementos que le den no únicamente un viraje metodológico a su enseñanza, sino –además- un cambio esencial en la forma de concebir la danza no sólo como forma de expresión corporal artística, sino como herramienta para lograr la armonía en la salud del ser humano, entendida desde las perspectivas biológica, física, psicológica, social y cultural.

Padilla, et al. (2003) explican una serie de elementos (con los cuales coincido) a ser tomados en cuenta en la enseñanza de la danza, que difieren del modelo tradicional, orientado hacia la repetición y memorización de patrones de movimiento centrado en un trabajo de reproducción:

> Dentro de la educación, proponemos para este S. XXI una forma de danza divergente, donde la creatividad predomina sobre el modelo (la técnica). Una danza donde destaca la improvisación, entendiendo por improvisación la búsqueda "sobre la marcha" de nuevas y personales respuestas motrices, ante un estímulo o premisa de partida, común a todos los componentes de la clase. Se trata, por tanto, de una improvisación estructurada" (p.4).

Sobre esta cuestión coinciden De Rueda & López (2013) de la Universidad de Granada al afirmar que: “La improvisación como recurso para desarrollar la espontaneidad y libertad de expresión de nuestras ideas o emociones es otro de los recursos utilizados por la danza que permite manifestar las potencialidades y creatividad del sujeto”.

Con base en Batalha y Zarez (1999:54), citados por Padilla (2003, p.5), la enseñanza de la danza debe abarcar los aspectos histórico-culturales, estético-artísticos, así como los llamados “grandes dominios de la danza”, como son la coreografía y los bailarines y bailarinas, organizados de acuerdo a diferentes fines.

La expresión corporal, la educación deportiva y la educación en danzas, son, básicamente, educación corporal, ya que -en todos estos casos- su objeto de trabajo es el cuerpo y su finalidad es transformarlo e incidir en él de alguna manera. En este sentido, podría llegar a ser un cuerpo que se identifica con su cultura y que es el reflejo y el producto de ella.

Escudero (2014) se refiere a Behares & Rodríguez Giménez (2008), cuando plantean que la educación puede definirse como *un acto de palabra.* Si analizamos esta propuesta desde la danza o la educación física, se nos diría que se trata de dos especialidades que no tendrían cabida en la educación, desde el punto de vista académico, sustentado en la construcción de un discurso propio, ya que su forma de enseñanza es -en gran parte- práctica, en apariencia sin capacidad de reflexión teórica.

Pero, contrario a esta idea, la danza y la educación física constituyen un lenguaje corporal y ambas pueden llegar a ser un saber que nos lleva al camino del respeto propio, no sólo desde mi saber cómo profesional de esta especialidad, sino también, desde el momento en que la maestra o el maestro son parte de ese proceso dialógico con sus estudiantes, produciendo conocimientos en situaciones en donde son ellos/ellas quienes tienen la oportunidad de crecer culturalmente, de valorar todos los matices de este campo de la educación, sin importar cuáles sean las influencias que surjan a su alrededor, porque esta modalidad educativa les entrega herramientas que no condicionan procesos pedagógicos de otras

disciplinas, sino que, por el contrario, permiten ser y enseñan a ser, no siguiendo patrones extranjeros, sino recuperando nuestra mirada crítica latinoamericana al complejo de inferioridad que hemos heredado, producto del mestizaje:

> ¿Cómo alcanzar con cuerpos tan defectuosos el ansiado progreso, pragmático como el estadounidense, encantador como el francés, eficiente como el alemán, cortés como el inglés, sobrio y señorial como el castellano? Higiene, alimentación, deporte, educación, vestido y modales, además de habilidad ingenio, sensibilidad y técnica, conjurarían la maldición del mestizaje colombiano. (Pedraza, 2011, pág.8)

La educación, desde el punto de vista humano, considero es –al mismo tiempo- un proceso y un resultado de la combinación de un conjunto de factores. Desde el momento en que se nace, somos influenciados por los lugares y las personas en la sociedad que nos corresponde; por ejemplo, en ese sentido, la educación representa un aspecto cultural central, y nos remite a los lugares donde ésta tiene expresión; nuestros comportamientos -por lo general- son el resultado de lo que hemos aprendido, ya sea en la familia, en la comunidad de la que hacemos parte, o de los mensajes que provienen de los distintos medios de comunicación a los que tenemos acceso, entre otros aspectos, y la apropiación particular o el uso de estos factores (De Certau, 2000:XLII), son los que hacen de cada uno y una lo que somos, sin dejar de un lado la postura de lo que queremos ser y cómo queremos ser.

Cuando ya somos conscientes de nuestros actos y podemos decidir sobre nuestro propio ser, es posible que -en algunos casos- decidamos ser “diferentes” a lo que dicta la norma. Al respecto plantea Zandra Pedraza (2011):

> …por diversas vías, le serán trasmitidos conocimientos, formas de hacer y de pensar, sentimientos y un ethos, que lo harán miembro de su comunidad. Como hecho antropológico, la educación es uno de los más ricos abrevaderos para comprender lo que en cada sociedad abarca el sentido de lo humano: las facultades y rasgos que conviene o es necesario aprender para alcanzar o realizar la condición humana con todos los deberes, las características, los principios y los sentidos que le son propios” (Pedraza, 2011:15-16).

En ese sentido, la educación corporal a través de la danza y la educación física, es posible cuando se logra comprender el valor de dichas especialidades y su práctica, no desde el único deseo de obtener cuerpos disciplinados y dóciles (Foucault, 2002), sino desde el deseo de ser profesionales de estas prácticas, conocedores de cada elemento que configura este campo educativo y como se dice popularmente, “por el amor al arte”.

> A estos métodos que permiten el control minucioso de las operaciones del cuerpo, que garantizan la sujeción constante de sus fuerzas y les imponen una relación de docilidad-utilidad, es a lo que se puede llamar las "disciplinas” (Foucault, 2003: 83).

Sin embargo, esta perspectiva de la totalidad que encierra la educación física no ha sido completamente asumida en la escuela o en la sociedad en general. A causa del avance paulatino de lo que Giles Deleuze (1991) denomina “sociedades de control”[11], la actividad deportiva y dancística se ha convertido en sinónimo de esbeltez y belleza y no se ve como una forma de educación corporal, en la que no seamos esclavos disciplinados de las tendencias occidentales, o de la sociedad de consumo estereotipada, que nos obliga a comportarnos de una o de otra manera, según parámetros mediados por el mercado.

En esa línea de pensamiento, Zandra Pedraza, cuando se refiere a gimnasia, desarrolla la idea del control de los cuerpos, la medición de los tiempos, la forma como se realizan los ejercicios o el deporte mismo, estableciendo reglas y normas fijas como una forma de disciplinamiento de dichos cuerpos.

Esta idea de disciplinamiento nos lleva a aceptar que existen distintas disciplinas deportivas, las cuales no entrañan un significado de prácticas nocivas para el cuerpo, sino que se refiere a los modos como muchos deportes van introduciendo medidas, grados de complejidad y otros aspectos que terminan permitiendo a los sujetos desarrollar formas de control sobre sus propios cuerpos.

[11] En efecto, en su texto “Posdata a las sociedades de control”, Deleuze señala cómo se pasó de la sociedad disciplinar estudiada por Foucault, a una donde no se requieren espacios de encerramiento para controlar los cuerpos, sino que, él mismo se autocontrola, dentro de la sociedad que le constriñe: “El hombre de las disciplinas era un productor discontinuo de energía, pero el hombre del control es más bien ondulatorio, en órbita sobre un haz continuo. Por todas partes, el *surf* ha reemplazado a los viejos deportes” (Deleuze 1999:278).

En la acepción positiva de disciplina, como práctica discursiva, la deportiva es una opción para quienes deciden tomarla y practicarla, como un estilo de vida, respecto de la necesidad de encontrar en el deporte una práctica que disciplina y forma personas profesionales en determinada especialidad, independientemente del sacrificio o las distintas consecuencias que esto pueda traer, como lesiones o afectaciones que estén relacionadas directamente con el cuerpo[12].

Si bien en la enseñanza de la danza como práctica deportiva se instruye para hacer unos pasos, ritmos y tiempos específicos, ello no quiere decir que quien se niegue a su práctica no tenga aptitud para la danza, pues el objetivo de impartir clases de danza como asignatura electiva en la educación superior no está enfocada a la competencia o la especialización de la práctica, ni es medible para buscar talentos, en este caso en específico, sino que es una práctica opcional, para adquirir o mejorar los hábitos corporales y estilos de vida.

En ese contexto, impartir clases electivas de educación física en instituciones de educación superior, me ha permitido advertir la interrelación y vínculo entre las danzas y la educación física, al combinar los aeróbicos con la zumba (figura 3). Se educa desde las distintas actividades de estas dos modalidades del ejercicio físico, teniendo en cuenta el movimiento, la coordinación, la expresión corporal (indispensables para la buena realización de cada uno de los movimientos), la concentración y memoria dirigidas, por medio de conteos que ayudan a mantener el buen ritmo y el entusiasmo, para continuar con la actividad, sin importar el cansancio o la fatiga, siempre y cuando éstas no afecten nuestra salud.

Este tipo de actividades motoras están enfocadas a mantener una vida saludable y no a lograr una belleza entendida como estereotipo de imagen exterior. Están, al contrario, enfocadas a la belleza como expresión de salud corporal y mental e, inclusive, al simple acto de diversión y esparcimiento, en contradicción con prácticas en que esta disciplina, en la mayoría de los casos, es

[12] Sin embargo, recordemos que esta investigación no se enfoca en el deporte, sino en la danza como práctica deportiva.

utilizada en la sociedad para realizar actividad física y, de esta manera, lograr mayores beneficios corporales visibles.

Ahora bien, no es secreto que la danza es una práctica que ha sido ignorada por el pensamiento Ilustrado. Aunque no existe mucha información al respecto, Mora (2010) dice que Lewin se inclina por atribuirle esa responsabilidad al carácter patriarcal de la sociedad Moderna; quiere decir que es una práctica a la que se adscribe en un gran porcentaje el sexo femenino.

Otra razón para que sea ignorada la danza se refiere al hecho de las distintas formas de violentar los cuerpos, que suprimen el goce del movimiento dancístico; pero esto ha sido fruto de razones éticas y religiosas esgrimidas por Occidente; y, por último, dice la autora que muchos filósofos se han dedicado únicamente a la crítica racional, ignorando la percepción estética.

Por otro lado, aporta que:

> En una revisión de su definición de danza, de 1969-1970, Keali Nohomoku afirmó que: “se entiende que la danza es un modo afectivo de expresión que requiere del tiempo y del espacio. Emplea el comportamiento motor de patrones repetitivos que están enlazados íntimamente con las características definitivas de la música” (1972:387); (Mora, 2010, p.97)

Figura 3. Sesión de zumba donde se incluye la danza y el deporte.

1.2.2. La corpo-política y el disciplinamiento de los cuerpos

La actividad física, deportiva e incluso dancística, se muestran a la sociedad como una práctica corporal en términos comerciales, que generan rentabilidad económica, debido a los grandes esfuerzos de los seres humanos por obtener un cuerpo bello, estético, que es aceptado y admirado por la sociedad, debido a que subsiste un modelo productivo predominante conocido por todos: el del sistema capitalista que, históricamente, promueve como valor supremo la existencia de la sociedad de consumo, enfocada básicamente en mantenerse y perpetuarse con base en la explotación del trabajo ajeno, ¿De qué manera afecta esto al cuerpo? Generando consumos irreflexivos, inadecuados y desenfrenados de lo que se produce y se comercializa a nivel local, homogeneizando el tipo de consumo mundial, sin tener en cuenta las consecuencias negativas que esto puede generar en el planeta, las comunidades y las personas.

Asimismo, a la par que este tipo de modelo económico y social produce sujetos alienados, al enajenar tanto a hombres como a mujeres, ejerce presión en la propia sociedad de consumo, promoviendo estereotipos, paradigmas o figuras a seguir, promocionando el "cuerpo perfecto", donde todo gira alrededor del objetivo de lograr una belleza física estereotipada, estéticamente aceptada, según un único modelo, convirtiendo a quienes conforman la sociedad en esclavos de su cuerpo.

Sobre la base de dicho concepto de belleza, se promueven distintos tipos de cirugías, principalmente estéticas, la compra de alimentos dietéticos y medicamentos con componentes que tienen efectos secundarios para bajar de peso y eliminar la ansiedad de comer e, incluso, efectuar visitas constantes al gimnasio, entre muchos otros métodos de consumo sociales, que prometen obtener la figura que –aparentemente- permitirá alcanzar todo aquello que se desea: fortuna, trabajo, amor. Sin embargo, la salud no resulta ser el centro de la

preocupación humana, en este contexto, ya que un cuerpo delgado no es sinónimo de buen estado de salud, sino más bien, de belleza exterior, incluso, a costa de sacrificar la propia salud; una delgadez extrema, en no pocas ocasiones, está relacionada con enfermedades sumamente graves, como la anorexia.

Sin embargo, es relevante reiterar que, aunque el estereotipo predominante de belleza responde a un patrón impuesto por el sistema socio-económico hegemónico, las identidades culturales también desempeñan un papel significativo al marcar el seguimiento de uno u otro modelo de belleza, si bien éstas, al mismo tiempo, están influenciadas por estereotipos hegemónicos, como ha sido señalado con anterioridad.

La promoción de paradigmas o estereotipos de belleza en Occidente, como se ha anotado con anterioridad, responde a una cultura cuyos patrones de consumo son promovidos por la gran industria. Corporaciones transnacionales de la industria de los cosméticos, de productos alimenticios energizantes, de medicamentos, de máquinas de ejercicios o de complementos dietéticos, entre otros, impulsan este tipo de consumo en estrecho inter-vínculo con los medios de comunicación, bajo la premisa de alcanzar el "cuerpo perfecto", aunque su objetivo fundamental sea la ganancia y la expansión del mercado.

De acuerdo a un estudio realizado en España, por la Universitat Jaume, en 2008, titulado *La influencia de la industria de la belleza en la constitución de la identidad de género de las niñas y adolescentes españolas,* se dice:

> La llamada 'industria de la belleza' está introduciendo patrones de comportamiento que no sólo perpetúan los roles y estereotipos asociados a la feminidad normativa, sino que los refuerza y asigna precozmente a niñas desde edades cada vez más tempranas.

Hombres y mujeres latinoamericanos y colombianos son también víctimas de lo que puede denominarse disciplinamiento, pues se nos moldea de acuerdo a los intereses económicos de la gran industria, para convertirnos en eternos consumidores de sus productos.

En ese marco – sin embargo- es la mujer la mayor víctima, al ser minimizada en su ser, al punto de ser convertida en objeto sexual. Un claro ejemplo son las imágenes que se utilizan en la publicidad de cualquier tipo de producto, en la mayoría se observa a una mujer delgada con un cuerpo atlético, promocionando el artículo en cuestión, lo cual permite, según los publicistas, atraer la atención de los consumidores, incluso si el objetivo de la publicidad no está necesariamente enfocado a un producto relacionado con la belleza (figura 4).

Ese mismo modelo se sigue en la escuela, donde constantemente se rechaza a las personas que tienen unas corporeidades distintas, por ejemplo, porque tienen sobrepeso, no son "agradables" físicamente, no cumplen con los estereotipos y la cultura generalizada de corporeidades que se relacionan y nominan de maneras diferentes, rompiendo con los discursos normalizadores propuestos por las sociedades de control.

En esa línea, los roles de género y los modos culturalmente aprendidos hacen que, inclusive, las mismas madres se encarguen de llevar a sus hijas a concursos de belleza, o a cursos de modelaje, en los que las impulsan a seguir la moda desaforadamente, en lugar de abrir otras perspectivas culturales distintas y más productivas, como escuelas de música, de danza, de pintura o la práctica del disfrute del deporte. Y esto se ha convertido, poco a poco, en algo culturalmente aceptado pues es visto como *normal* y que hace parte de nuestras vidas.

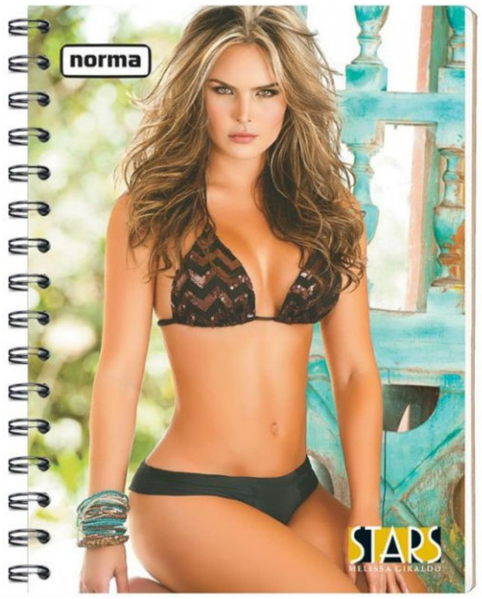

Figura 4. Venta de cuadernos con imágenes de mujeres.

1.2.3. El rol de la corpo-política y el disciplinamiento de los cuerpos en la educación del deporte

Puede considerarse, según Michael Foucault (2003), que el disciplinamiento tuvo sus orígenes hacia el siglo XVII, época en que hospitales, cárceles y colegios eran utilizados como instituciones para el sometimiento de los cuerpos de hombres y mujeres. Para el logro del disciplinamiento de esos cuerpos, el abuso se convirtió en el medio por excelencia para lograr la docilidad necesaria, llegando a ser considerado como parte *normal* del proceso para obtener los resultados deseados socialmente, en función del gobierno de la población.

Estas conductas se convirtieron en una necesidad y, muy posiblemente, en un placer para aquellos que hacían parte de ese sistema esclavista, deseoso de obtener poder y riqueza mediante el disciplinamiento de otros. En el sistema penal francés, por ejemplo, narra Foucault, se ejercían las fuerzas física y psicológica contra los reos, las cuales podían ser calculadas y violentas, haciéndolas convenientes y provechosas siempre por el precepto del control corporal. Según el caso, el objetivo era convertir al cuerpo en una fuerza útil haciéndolo productivo y subyugado.

Esencialmente, se trata de analizar de qué modos las relaciones de poder sujetan el cuerpo al disciplinamiento y -al mismo tiempo- explican que dicho sometimiento facilite su utilización como una fuerza de producción.

Dichas relaciones constituyen, adicionalmente, otra forma de relación entre poder y saber, referida a la forma de ejercer dominio sobre el conocimiento, que es, a su vez, el que determina el dominio del cuerpo, en el que están involucrados distintos sucesos, transformaciones y pugnas que determinan el poder-saber controlado, según cada momento de la historia, en el que existe una relación donde,

> El poder produce saber (y no simplemente favoreciéndolo porque le sirva o aplicándolo porque le sea útil); que poder y saber se implican directamente el uno al otro; que no existe relación de poder sin constitución correlativa de un campo de saber, ni de saber que no suponga y no constituya al mismo tiempo relaciones de poder. (Foucault, 2013: 37)

Ello deriva en una reflexión sobre corpo-política. Así, una definición de corpo-política se construye a partir de la combinación del concepto de biopolítica que, para Michael Foucault, se refiere al gobierno de la vida, ligado al contexto histórico en el que se efectúa el cuidado de la vida, gracias al análisis de los procesos biológicos del ser humano-especie, asegurando su regulación, la regulación del cuerpo y sus mecanismos internos, no como su disciplina, como se hace en la corpo-política.

En efecto, mientras que podemos decir que corpo-política es el gobierno del cuerpo y sus formas de disciplinarlo o moldearlo, según los intereses económicos de poder y el momento histórico actual, que no tiene en cuenta las consecuencias positivas o negativas del ejercicio de dicho control, conforme a lo planteado por Deleuze en “Post-data a las sociedades de control”, en donde los centros de poder no están localizados en lugares de encierro, necesariamente, sino que residen incluso en decisiones aparentemente autónomas de las personas, para responder a las presiones del mercado globalizado y neoliberal.

Por lo tanto, con respecto y en consideración de la corpo-política y la configuración de la lógica sobre el cuerpo, mi postura se refiere a nuevas formas, invisibles, que manipulan las emociones, las actitudes, las percepciones, las acciones que tenemos sobre nuestros cuerpos. Ello, en relación a mi estudio, en específico, relativo a la danza como práctica deportiva, materializa formas de corpo-política que requieren ponerse en evidencia, como observo durante mis clases de danza, rumba aeróbica, zumba, o aeróbicos.

En el actual contexto, como propone Deleuze

(1999), retomando a Paul Virilo "*el control no se aplica únicamente en los lugares de encierro; también se origina al aire libre*". Si bien ya no hay encierros idénticos a los existentes en Europa al inicio del capitalismo, se mantienen otras formas de encierro para controlar conductas basadas en normas que tienden al disciplinamiento, como es el uso de uniformes en las escuelas y colegios o la escasez o inexistencia de instrumentos y espacios que les permitan a los educadores desarrollar con mayor creatividad pedagógica y metodológica el proceso educativo y, por el contrario, deban someterse a estrictos parámetros para la impartición de los programas educativos.

Aunque resultan aún pertinentes el establecimiento de principios, valores y objetivos a seguir por un modelo educativo, la innovación de nuevas formas de enseñanza, ajustadas a las características y necesidades particulares de las/los estudiantes permiten el desarrollo y el avance del proceso al facilitar las relaciones de saber-poder en la escuela.

En consonancia, son la concepción situada de ser humano, sus principios y valores los que generan formas de hacer escuela, en donde los horizontes que se persiguen, de modo sistémico, fundamentarán una crítica a los modelos educativos y, en ese sentido, permitirán o no crear perspectivas que proporcionen instrumentos, mecanismos y espacios que faciliten el trabajo innovador y libre de maestras y maestros en una perspectiva de descolonización del saber, y que

propendan por relaciones democráticas de poder, en una perspectiva heterárquica, como la que propone Foucault.

Una perspectiva emancipatoria, en este sentido, se funda en asumir la categoría de corpopolítica como perspectiva decolonial que reconoce críticamente la importancia de des-cubrir los modos de control sobre los cuerpos y sus actuaciones, de modo que la persona pueda arriesgarse a narrar su vivencia del propio cuerpo, como algunos sectores feministas, por ejemplo, lo nominan, como espacio de resistencias, al asumir al cuerpo como primer territorio de respeto y autonomía, más allá de una versión de homogenización de cuerpos colectivos.

La conformación de espacios creativos para los educadores y educadoras, en los que puedan, a partir del intercambio dialógico, participativo y reflexivo, diseñar programas considerando diferentes criterios y las condiciones de posibilidad de realizarlo, aun cuando estén coordinados o inmersos en una institución convencional. En este sentido, son más relevantes la participación, la interpretación, la creatividad, pero son claves las estrategias, los espacios, los mecanismos, los instrumentos que se creen para facilitar dicha participación.

Se pretende -de algún modo- reformar ese disciplinamiento que aún persiste en distintos escenarios educativos que también buscan, de algún modo, producir cuerpos como objeto de poder manipulables, moldeables y mejorados, que se puedan educar para obedecer, en otras palabras, producir *cuerpos dóciles*.

El cuerpo se moldea de manera individual y por partes, y así, se obtienen mayores resultados, en la medida en que se logren acciones, actitudes e incluso gestos de modo mecánico, para lograr un objetivo determinado, que puede ser el de lograr tener una sociedad de consumo, más que de producción, mediante escalas de control, cada una de las cuales pasan a ser, a su vez, objeto de control.

En este caso, nos referimos al control sobre el cuerpo, pues lo que más importa ya no son las conductas del mismo, sino su capacidad de desplazamiento, de

movimiento, en distintas "posiciones de sujeto"[13] (Foucault, 1971). Se impone a los cuerpos una fuerza que les obliga a actuar de una misma manera, sin siquiera notarlo, llegando a ser más importante la forma como se hace que los resultados que se alcanzan, ya que estos -por su propia lógica y proceder- son los que van dando frutos a favor de modos de ser y estar en el mundo alienados.

Esto puede ser visto en los cuerpos y sus distintas formas de moldearlos; por ejemplo, podría decirse que el Estado es quien se hace cargo del control de los cuerpos y los cuerpos son educados mediante la demostración; es decir, si antes se utilizaban en las escuelas de Colombia modelos de disciplinamiento corporal, como los utilizados en la Armada Nacional, hoy en día también se utilizan modelos o imágenes para lograr este objetivo, como el cine, los programas de televisión, los anuncios, las danzas, la música, entre otros, todos desplegados en distintos escenarios; la casa, la escuela, el entorno con los amigos y amigas, la empresa, la universidad, etc., y su éxito se debe a que trasmiten explícitamente obedeciendo a una escala de control; haciéndolo de una forma "divertida" y "dinámica", viéndonos como el objeto de control y motivándonos para que cambiemos nuestra imagen corporal por medio del consumo, del sacrificio corporal y, de esta manera, encajar con los estereotipos creados para una sociedad de consumo.

Entre más seamos personas deseosas de estar en línea con el "prototipo corporal ideal" de un momento dado, aumentarán las cifras de "éxito" en el consumo, el gasto, las relaciones de poder opresivas y estaremos más sometidos y enceguecidos por una idea de felicidad inexistente; seremos seres cuyo interés principal es lograr que el dominio ejercido por nosotros mismos o mismas sobre nuestro propio cuerpo, vaya en aumento.

[13] "El momento histórico de las disciplinas es el momento en el que nace un arte del cuerpo humano que no tiende únicamente al aumento de sus habilidades ni tampoco a hacer más pesada su sujeción, sino a la formación de un vínculo que, en el mismo mecanismo, lo hace tanto más obediente cuanto más útil, y viceversa. Se conforma entonces una política de las coerciones que constituye un trabajo sobre el cuerpo, una manipulación calculada, de sus elementos, de sus gestos, de sus comportamientos" (Foucault, 2013:160).

Se constituye así, una “anatomía política” que refleja el deseo por superponer un poder que tiene la facultad de capturarnos, captarnos, y separarnos, con el fin de lograr que actuemos u obremos tal como el sistema desee que lo hagamos; por consiguiente, la disciplina transforma los cuerpos en dóciles, manipulándolos, dominándolos y adiestrándolos.

Foucault afirma: “si la explotación económica separa la fuerza y el producto del trabajo, la coerción disciplinaria establece en el cuerpo el vínculo de coacción entre una aptitud aumentada y una dominación acrecentada” (2003 p.127).

Lo anteriormente dicho hace que me remonte a una época de mi vida en la que mi padre trabajaba en la Compañía Nacional de Vidrios, Conalvidrios. Su horario laboral giraba en turnos diurnos y/o nocturnos de 8 horas y su trabajo consistía en operar y controlar hornos de fundición, con altas temperaturas para obtener el punto exacto de densidad del vidrio para hacer botellas. En la empresa le daban el desayuno, el almuerzo o la comida, según el turno que tuviera; le entregaban los uniformes, zapatos y protectores para los oídos, porque había bastante contaminación auditiva. El transporte de la empresa siempre lo recogía unas cuadras más adelante de nuestra casa y, allí mismo, lo dejaba: era toda una rutina, un cuerpo totalmente moldeado para producir y no pensar, no saber.

Sin embargo, tenía más garantías laborales que las que hoy en día tienen factorías similares; mi padre tenía prestaciones sociales, contrato a término indefinido, préstamos concedidos a bajos intereses; su salario le permitía asumir los gastos del hogar y ahorrar, con lo que mis padres compraron un lote para construir nuestra casa; mi hermana y yo estudiábamos y mi madre atendía su propio salón de belleza, lo cual también ayudaba con los gastos del hogar. Adicionalmente, mi padre pertenecía al sindicato de la empresa y era uno de los líderes, por lo que, tiempo después fue despedido, aunque trabajó allí durante 14 años y, un día cualquiera, le dijeron que debía irse, era un cuerpo “descartable”.

Hoy en día, las relaciones laborales son distintas; por ejemplo, mi esposo que es Ingeniero en telecomunicaciones, trabaja desde nuestro apartamento, con una empresa cuya casa matriz está ubicada en Estados Unidos; tiene un contrato por

prestación de servicios, por lo que sólo le pagan su sueldo mensual básico, es decir, sin beneficios sociales; es vigilado durante las 8 horas laborales por una cámara, que está conectada directamente con alguien contratado para estar al tanto de cualquier movimiento de los empleados, y si se retira por un momento, lo sacan de la sala de trabajo y le descuentan de su salario el tiempo perdido… por ende, esta relación laboral a la que está sujeto, se trata de un poder que aplica mecanismos neoliberales, convirtiendo a los empleados en cuerpos controlados y auto-controlados, en una sociedad de control (Deleuze, 1991).

Ahora, quien dirige toda la operación empresarial, quien tiene el control sobre estos cuerpos trabajadores, son aparentemente entes que actúan como fetiches (como afirma Marx respecto de las mercancías en *El Capital*); las ventas, los productos, y nosotros, como seres humanos, estamos al servicio de ellos.

Trasladado este análisis al ámbito de la escuela, como ejemplo, nos dicen qué libros debemos utilizar y, por ende, los que los padres o acudientes deben comprar, qué parte de la cultura debemos enseñar, y quiénes están aptos para mostrarse, ya sea en un concurso matemático, en una danza, o un campeonato de porrismo, donde el cuerpo debe ser apto a los ojos de quienes tienen la posición de espectadores(as).

Foucault plantea que la escuela moderna existe como la posibilidad de crear ciudadanos libres, pero libres en la medida en que se ilustran, son educados académicamente y se hacen dueños de su destino, respecto de lo que hayan escogido como carrera; todo esto, en la proporción en que la escuela permite la emancipación para la erradicación de la pobreza y la “incultura”, entre otros.

No obstante, el autor critica la idea de constituir ciudadanos libres, al decir que ello tal vez está relacionado con un sistema de fragmentación que se produce desde la misma escuela, en la forma como se establece una serie de desigualdades, a la que se le atribuye, también, el proceso de inclusión actual y, de esa misma escuela, que permite hablar de las necesidades sociales, que persisten en todo momento

Sin embargo, la relación entre Estado y ciudadanos (independientemente del escenario del que se ha observado, escuelas, fábricas, hospitales, etcétera), es posible si hay un punto de encuentro, una convicción compartida. Por ejemplo, podría mencionarse la necesidad de proteger a la raza humana cuidando al cuerpo, como *bios,* vida, en la que absolutamente todos y todas estamos involucrados de cualquier manera y en donde se debe, evidentemente, hacer un trabajo colectivo para obtener los resultados deseados para el bienestar común; en este caso en específico, de modelos sociales basados en la competencia y el "libre" mercado, no se trata de protegernos todos y todas; en este momento de crisis y dificultad mundial, se hacen más evidentes las diferencias.

La misma escuela moderna neoliberal se caracteriza por una serie de mecanismos de control directamente relacionados con dispositivos de exclusión, clasificación y distribución. Como ejemplo, podríamos citar la exclusión, la cual también se da con respecto al cuerpo, expresada en las actitudes y prejuicios respecto de la forma como me veo, si soy o no aceptada por la sociedad que me rodea, etc. En este sentido, la exclusión se convierte en una manera de disciplinar, pues ella define lo que es verdadero, falso, normal o anormal, y así, crea un método de apropiación de los sujetos. "La disciplina [es el], arte del rango y técnica para la trasformación de las combinaciones. Individualiza los cuerpos mediante una localización que no los implanta, pero los distribuye y los hace circular en un sistema de relaciones". (Foucault, 2003:169)

La clasificación, ordenación y distribución tienen que ver con la forma como se ha hecho de la escuela una organización institucional del saber, la cual está directamente relacionada con las directrices, órdenes y orientaciones que surgen de las distintas instituciones educativas; en este sentido, las pedagogías contemporáneas están trabajando en la noción de autoría y en el hecho de permitir la construcción de distintos modelos educativos, donde la escuela se relacione con la disciplina para crear procesos de subjetivación y objetivación, de construcción como sujetos, auto-gobernables, ya que se genera un doble papel desde cualquier disciplina.

Algo muy similar ocurre con el término “ser educado para ser libre”, una idea que nos venden para plantear formas de superioridad/inferioridad en las relaciones con las demás personas, pues la escuela y más exactamente, la pedagogía, sería la vía que permite instalar ese pensamiento basado en la falsa idea de libertad abstracta, en la que la modernidad se soporta para mantener el poder y controlar.

En la *Pedagogía del Oprimido*, Freire expone una pedagogía sobre todo crítica y liberadora, en la cual “el sujeto” de la educación es el mismo oprimido, cuando por la “conciencia crítica” se vuelve reflexivamente sobre sí mismo y descubriéndose oprimido en el sistema, emerge como sujeto histórico que es el “sujeto pedagógico” por excelencia” (Dussel, 1998:428).

Explica, claramente que, a partir del momento en el que logremos ser críticos de nuestra propia educación y descubramos que estamos siendo oprimidos desde ese lugar de disciplinamiento podremos reflexionar y ser nosotros mismos quienes decidamos un camino pedagógico, abierto a distintas experiencias de construcción de saberes.

Pero he de notar que, sobre esa misma postura freiriana, se tiene en cuenta -de igual forma- la postura pedagógica de José Martí en *Nuestra América* (1891), en la que dice, textualmente:

> El libro importado ha sido vencido en América por el hombre natural. Los hombres naturales han vencido a los letrados artificiales. El mestizo autóctono ha vencido al criollo exótico. No hay batalla entre civilización y barbarie, sino entre la falsa erudición y la naturaleza (1853-1895/2001c:17).

Expresándonos así que la educación no debe ser ideológica y mucho menos, basarla en códigos fijos que determinen su forma y contexto, que no debe ser específica de modo unilateral, sino que por el contrario debe ser liberadora del ser.

Entonces ¿cómo se educa el cuerpo?, ¿cómo se educa el cuerpo mediante la demostración? ¿Cómo, a través de lo que se muestra permanentemente como lo adecuado y normal, se educa el cuerpo? O, simplemente, ¿cómo la educación, desde el sentido estético, se puede transformar en un sentido político de crítica a las relaciones de poder?

A la educación corporal o somática siempre se le ha dado sentido desde la actividad física y en particular, en la escuela, desde la educación física, puesto que allí se ven plasmados los discursos políticos y diversas formas de educación estética que se consideran válidas y legítimas; por supuesto, en esta perspectiva también está implicado todo lo que tiene que ver con los roles de género, al enseñarse, por medio de las imágenes o demostraciones, los parámetros a seguir, de cómo ser hombre o cómo ser mujer.

El fenómeno escolar donde el educador se limita a demostrar y sus estudiantes a reproducir estrictamente lo que le trasmitió el maestro o la maestra de educación física, la forma de desplazamiento, de mover las piernas, los brazos, etc., son aún la norma en algunas instituciones educativas, en las que se observa una educación reproductiva, no solo académicamente, sino corporalmente; acaso ¿no sería una educación liberadora si yo como maestra le doy la oportunidad al/la estudiante de que inicialmente realice su ejercicio según la indicación del maestro o maestra como él/ella consideraría que debe hacerlo y, posteriormente, el/la maestro/a podría dar las herramientas prácticas o teóricas que mejorarían esa técnica?

Por otro lado, existen formas educativas únicamente visuales que son tendencias utilizadas de muchos años atrás, se enseñan técnicas de baile, deportivas según la especialidad, pero este tipo de saberes, de no ser llevados a la práctica, no obtienen buenos resultados; así mismo, se enseña desde la diferenciación de género permanentemente, pues no se enseña lo mismo o con la misma intensidad a hombres que a mujeres. Por ejemplo, la tendencia de enseñar a desfilar se da más hacia las mujeres que hacia los hombres y algo similar ocurre con la danza, cuestión que plantea la existencia de dos problemas: el primero -y ya mencionado- ¿Cómo aprender alguna práctica corporal si lo hago de forma pasiva, en este caso, únicamente visual?, y el segundo problema es, ¿Por qué se hace diferencia de género en estas prácticas? “Como es mujer, se le debe enseñar a desfilar”, “Como es hombre, se le deben enseñar actividades fuertes, que requieran gran esfuerzo físico”, eran los argumentos esgrimidos por la academia convencional que aún se dan en distintas culturas.

Podríamos poner como ejemplo la película de Chaplin, *Tiempos Modernos,* producida en el año 1936, pues en ella se contempla el modo de disciplinamiento y docilidad de los cuerpos que deben actuar para ejercer el trabajo; los empleadores controlan cada movimiento de los empleados y, constantemente, impulsan a la continua producción, sin tener en cuenta los momentos de descanso o de alimentación, entre otras necesidades humanas; además, se observa que esos modos de control sobre el trabajo son ejercidos, mayormente sobre los hombres que sobre las mujeres, lo cual ayuda a suponer las maneras distintas de disciplinamiento de los cuerpos según su género.

En ese sentido, como plantea Zandra Pedraza,

> Desde orillas distantes se invoca el cuerpo como lugar y entidad en la que cobran vida y particular coloración procesos de construcción de la subjetividad y de la identidad cultural. En él se ponen en evidencia los desequilibrios en la acumulación de capital social y simbólico, las sensibilidades modernas y contemporáneas tienen su razón de ser y pueden ser identificadas, anida el proceso de civilización, los estilos de vida se realizan y las diferencias de género se debaten. En fin, el cuerpo ofrece posibilidades trasversales para la comprensión de una colorida paleta de asuntos atinentes a los estudios políticos, sociales y culturales, y a la dilucidación de procesos históricos. (Pedraza, 2004:9).

Así, dentro de esa transversalidad, la educación escolar también exhibe una genealogía exclusiva que hace que los términos “educación” y “escolar” esté dirigida a los hombres pero, en caso de serlo para mujeres, se hacía la especificación “educación femenina” (figura 5); por lo tanto, si las prácticas pedagógicas eran implementadas para hombres, se mencionan sólo como *educación*, pero si eran para mujeres, sí se hace la aclaración, como si se diera por hecho que, cuando se habla de educación ésta fuera únicamente para varones.

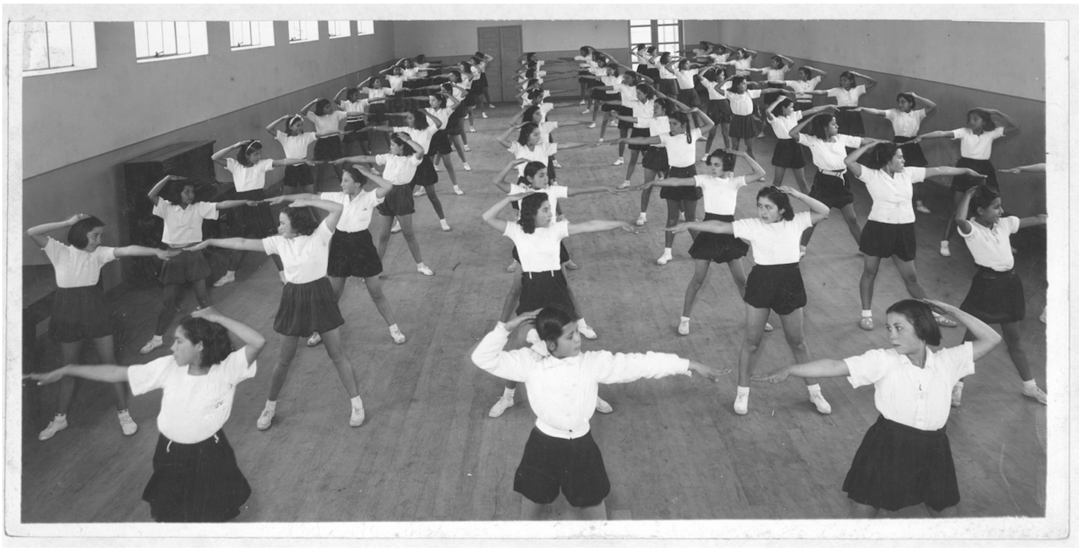

Figura 5. Actividades físicas escolares, disciplinamiento de los cuerpos.

CAPÍTULO II

EDUCACIÓN FÍSICA Y ESCUELA

2.1. División de género en la Educación Física

La problemática del sexismo en las relaciones de género en la enseñanza de la educación física resulta trascendental para la cuestión que se analiza. En la actualidad, se mantiene la tendencia en las escuelas de un manejo diferenciado entre hombres y mujeres para la enseñanza de la educación física, implementando diferentes modalidades, actividades y ejercitaciones con disímiles fines en dependencia de su género, en busca de la formación del cuerpo masculino y el cuerpo femenino. (Scharagrodsky, N/F, p.1).

El propio disciplinamiento que ocurre en las escuelas, también refleja dicha tendencia. Por ejemplo, en las escuelas denominadas mixtas, una de las primeras indicaciones de control y diferenciación de género consiste en la obligación del estudiantado de formar filas, una de niñas y otra de niños, como parte del proceso de la "formación" de niños y niñas.

> Entre el maestro que impone la disciplina y aquel que está sometido a él, la relación es de señalización: se trata no de comprender la orden sino de percibir la señal, de reaccionar enseguida, de acuerdo con un código más o menos artificial establecido de antemano. Situar los cuerpos en un pequeño mundo de señales a cada una de las cuales está ligada una y solo una respuesta obligada: técnica de la educación que "excluye despóticamente en todo la menor observación y el más leve murmullo"; el soldado disciplinado "comienza a obedecer mándesele lo que se le mande; su obediencia es rápida y ciega. La educación de los escolares debe hacerse de la misma manera: pocas palabras, ninguna explicación. (Foucault, 2013:193).

La diferenciación de género se materializa también en la cultura escolar, creada por la colonialidad del ser y del poder, en la que se observan conductas que se rigen al control y manipulación -en este caso de los y las estudiantes- para

determinar comportamientos a semejanza de las exigencias del sistema, donde todos son víctimas de leyes y decretos que dan forma a la educación escolar y universitaria, como manera de moldear al ser humano. Son también las llamadas jerarquías escolares las que dan pie a una refutable formación que el sistema capitalista moderno les da a los pueblos que denomina "tercermundistas"[14].

Dentro de las divisiones de género se pueden encontrar entre otras, la división por sexos para el desarrollo de distintas actividades o juegos: las niñas juegan con muñecas y los niños lo hacen con carros o armas de juguete. En el margen de los usos corporales, el hecho cultural deportivo reafirma que los niños juegan fútbol y las niñas a las rondas. Desde la infancia, a través de la educación recibida, se controla nuestro comportamiento, tanto corporal como psicológico, se nos enseña a comportarnos dentro de unos cánones determinados, desde cómo saludar, a qué debemos jugar, qué deportes practicar de acuerdo al género, es así como de cualquier forma y en cualquier momento de la vida de las personas, sin importar su edad o condición social, se disciplina esos cuerpos, logrando obtener comportamientos determinados que combinen la necesidad con el deseo de obtener lo que se quiere, así en realidad no sean nuestros propios deseos, sino los de un sistema que coloniza por medio del poder y del ser.

> La disciplina fabrica, a partir de los cuerpos que controla, uno de ellos es combinatoria (por la composición de fuerzas). Para lo cual, utiliza una técnica, que garantiza la combinación de fuerzas, dispone "tácticas". La táctica, arte de construir, con los cuerpos localizados, las actividades codificadas y las aptitudes formadas, aparatos donde los productos de las fuerzas diversas se encuentran aumentando por su combinación calculada, es sin duda la formación más elevada de la práctica disciplinaria". (Foucault, 2013:195).

Una expresión de las diferencias que emergen sobre cada sexo ocurre durante la enseñanza de la educación física. La filósofa Carmen Díez Mintegui (1996) plantea que a los varones se les inicia en marcos de referencia mucho más amplios que a las mujeres. A los hombres se les hace mayor énfasis en el

[14] Una crítica al concepto lo desarrolla Arturo Escobar (2005). *Más allá del Tercer Mundo. Globalización y Diferencia".* Bogotá: Instituto Colombiano de Antropología e Historia.

desarrollo de habilidades para un deporte en específico, se les presta mayor atención en el trabajo de la movilidad física y las prácticas de iniciación en general.[15]

Los juegos, por su parte, desempeñan un rol fundamental en el desarrollo físico y psicológico del ser humano. A través de estos, durante las actividades que se realizan en la educación física se enseñan valores, trabajo en grupo, se estimulan habilidades motoras básicas, se depende de ellos para lograr una formación vital para nuestro desempeño corporal y psíquico futuro.

> El mundo que constituye los juegos infantiles es un espacio interesante para su observación, ya que esa experiencia, social e individual, está en estrecha relación con la creación de identidades genéricas y con el desarrollo de una serie de actitudes que permiten familiarizarse con las claves y experiencias que serán necesarias para la interrelación social y humana". (Díez Mintegui, 1996, p.10).

Sin embargo, considero que, aunque los juegos son parte del desarrollo del ser humano, es importante hacer una trasformación en el desempeño de quienes los dirigen y en la ejecución de los mismos, donde -de alguna manera- no se haga ningún tipo de diferencia entre géneros, ya que "el juego es social desde el principio" y sirve para orientar al sujeto hacia su propia conducta" (Maldonado 1987).

Según Jean Piaget (1956), los juegos en las distintas etapas del desarrollo psicológico y emocional del niño o la niña, están ligados a un objetivo común cual es el de apropiarse del conocimiento y el desarrollo moral. Como muestra de ello, tenemos al futbol, porque si éste fuera un deporte que también se le enseñara a las mujeres de manera abierta, los varones no se sentirían tan identificados con este deporte como una práctica "única" que solo ellos desarrollarían bien; es decir, existe una relevancia social que infiere en el comportamiento de los hombres hacia este deporte y de esto se encarga no sólo la escuela, sino los medios de

[15] La filósofa Diez Mintegui llega a esta conclusión como resultado de un estudio realizado en la Universidad del País Vasco titulado "*Deporte y construcción de las relaciones de género*". En: Gazeta de Antropología, 1996, 12, Artículo 10, en: http://www.ugr.es/~pwlac/G12_10Carmen_Diez_Mintegui.html

comunicación, la sociedad, con afirmaciones corrientes como: “este sí es un deporte importante”; “este es un deporte rudo, sólo para varones”.

En varias otras actividades es notoria la separación que existe entre hombres y mujeres en el medio social; sin embargo, en la educación física es más que evidente este desacierto, el cual se le puede atribuir a los educadores y educadoras en gran medida. No obstante, también debe destacarse que las condiciones de posibilidad para que ello ocurra es responsabilidad que la sociedad patriarcal ha instalado en las propias mujeres, que tiene como efecto que los hombres nos subestimen y nos vean como el *sexo débil*.

Lo anterior no afirma que las mujeres no puedan realizar las mismas actividades de fuerza o corporales que realizan los hombres, porque pueden existir diferencias biológicas; me refiero específicamente al momento en el que las mujeres solemos quejarnos por algún esfuerzo físico en “exceso” o cansarnos más rápido que los hombres, al realizar cualquier impulso o práctica físico, referente al deporte.

Si bien La preocupación por el aspecto físico, la autoimagen y la sobrevaloración del cuerpo afecta tanto a hombres como mujeres, es en estas últimas sobre las que se ejercen mayores presiones sociales. De acuerdo a un estudio realizado por especialistas de la Universidad Adolfo Ibáñez y la Universidad de Valparaíso, ambas de Chile, acerca de la influencia de factores socioculturales en la imagen corporal, los principales factores identificados fueron los medios masivos de comunicación, que portan y construyen cánones de belleza; las amistades, y la familia.

> Los principales hallazgos de esta investigación dan cuenta de la existencia de una sobrevaloración del aspecto físico, principalmente en las mujeres y de un ideal de delgadez, reforzado por la influencia de los medios masivos de comunicación, la familia y los pares (Cortez, et. al. 2016).

No obstante, autores como Fanjul (N/F, p.2) consideran que en la actualidad: “En los varones, el estereotipo culturalmente establecido y transmitido por los medios de comunicación de masas ejerce una mayor presión social hacia un ejercicio físico que propicie una imagen de fuerza y potencia (meso-morfo)”.

De otra parte, como mencioné con anterioridad, los juegos en la educación física son vitales para el desarrollo del ser humano, pero -de la misma forma- contienen estereotipos que se encargan de separar a la mujer de una vida igualitaria en su relación de poder (desde la diferencia y la equidad) con los hombres, en donde, por consiguiente, la sociedad nos ve como el "sexo débil" –que no puede obtener los mismos logros que un hombre-.

Por lo tanto, en la actualidad, las mujeres obtenemos menor remuneración por realizar las mismas labores que los hombres que perciben mayor salario. Así mismo, los hombres obtienen mayores reconocimientos deportivos. O (como es mi caso), hallamos situaciones en que varias entidades favorecen más a los hombres en la contratación que a las mujeres, porque ellos" se desempeñarían mejor", ejecutando actividades deportivas, o porque simplemente, su apariencia corporal es mucho más atractiva a los ojos de las usuarias de prácticas como los aeróbicos y la zumba.

Aunque actualmente se observa cada vez una mayor participación de las mujeres en deportes de contacto, en específico el fútbol, no deja de ser cierto que falta aún mejorar las condiciones existentes dentro de las escuelas, universidades y por supuesto, dentro de la sociedad, para incorporar un pensamiento abierto a las posibilidades del cambio educacional, crítico de prácticas estereotipadas.

Los factores económicos, así como los de género –los cuales podríamos decir que son parte de la construcción imaginaria del ser humano– inciden en su formación y en la creación y profundización de estereotipos y diferencias entre los géneros.

Como ejemplo, traigo el análisis de una clase de aeróbicos, donde yo era la docente, a la que se inscribieron 23 mujeres de distintas carreras y 1 hombre en el horario de la mañana -es decir, que son estudiantes a los que, por lo general, sus padres o un familiar les subsidia sus estudios universitarios, ya que ellos no trabajan- y, además, son muy jóvenes.

En la clase, el estudiante siempre se ubicaba en la parte de atrás y en el momento en el que intentaba involucrarlo más activamente en la actividad él se negaba, hasta que, en un momento, se acercó a mí y me dijo:

- *"Profe, ¿será posible cambiarme de grupo?".*

A lo que yo contesté con otra pregunta: - *"¿por qué, acaso no estás cómodo con el contenido de la clase?*".

Posteriormente, él simplemente me dijo algo que realmente yo no esperaba:

- "¡Claro que sí, profe!; el problema no es ese, el problema es que pensé que en esta clase habría más hombres y me he dado cuenta que es una actividad solo para mujeres".

Claramente, se trata de un problema de estereotipos creados por la sociedad, ya sea en la escuela, en su casa, con su familia o en la misma universidad; seguramente, este estudiante inicialmente tenía un único interés y era hacer algo de deporte, ya que la universidad le daba esa oportunidad, pero cuando se vio rodeado únicamente de mujeres, enseguida hizo una negación de su propio ser y actuó como se lo indicó su ego machista, colonizado por el poder.

De la misma forma, en mi clase se observan comportamientos que dan muestra de la naturalización de diversos tipos de violencia contra la mujer, ya que se escuchan comentarios discriminatorios como, "*mi empleada no limpió mis tenis*" o "*las niñas no pueden hacer ese ejercicio físico, ya que conlleva mayor esfuerzo*". También algo como "*mi mamá es quien puede venir a las reuniones, porque ella no trabaja, en cambio mi papá sí".*

Esto demuestra la prevalencia de los estereotipos con respecto al género, creados tanto por los/las estudiantes, como por los educadores/as y así mismo por las familias, es decir, el entorno en general tiene gran responsabilidad en la problemática en cuestión y produce sujetos de género determinados.

2.1.1 Estereotipos creados en el desempeño de los profesionales de la educación física

Existen estereotipos de género creados alrededor del desempeño de profesionales del deporte, lo cual representa así mismo una manifestación de la colonialidad del poder, del ser y del saber, como explicaré enseguida.

El hecho de que se tenga más en cuenta a los hombres en una selección laboral para realizar actividades que aumentarían el capital económico de determinado lugar, como por ejemplo, clases de aeróbicos o de fortalecimiento corporal en un gimnasio, donde la demanda por inscritos en el caso de los aeróbicos es mayor para las mujeres, hace que sus expectativas estereotipadas de contar con un instructor varón, físicamente atractivo, no con una instructora, deseche las oportunidades laborales para mujeres profesoras de esta modalidad de la disciplina física; de igual forma ocurre con actividades de fortalecimiento corporal en el que se subestima a las mujeres, por no verse físicamente tonificadas, lo que conlleva a desestimar sus capacidades, además de su conocimiento teórico y técnico por su formación en la disciplina de la educación física.

Precisamente, al desarrollar un taller con los estudiantes de octavo semestre de carreras como Estadística, Trabajo Social, Finanzas, Licenciatura en pre-escolar, y Administración de la Fundación Universitaria Monserrate, se observó que no sólo puede ser una limitante el hecho de ser mujer en el momento de una contratación cuyo propósito sea desarrollar actividades relacionadas con el deporte, sino que también la obesidad (en estudiantes de cualquiera de los dos géneros), es un problema para quienes reciben las clases y, por tanto, se convierte en un problema para el educador o la educadora. (Anexo No. 1)

En un ejercicio de aula, después de exponer al alumnado a distintas imágenes de hombres y mujeres con diferentes características corporales, proyectadas en la televisión, se plantea una pregunta y desde allí se genera un debate:

- *"¿Qué les agrada más, un instructor o una instructora de zumba o aeróbicos?"*

La mayor parte del estudiantado respondió (teniendo en cuenta que en este caso todas las participantes eran mujeres):

- *"¡Un instructor de raza negra! ¡Porque los negros se mueven mejor, porque los hombres son más acuerpados!"*

A lo que yo pregunté: "¿Es decir que yo, como educadora, no les agrado porque soy mujer?"

Y ellas contestaron: - "¡Claro que sí, después de estar en tus clases cambiamos de opinión con respecto a ti!"

Lo que quiere decir que, a pesar de disfrutar de mis clases, continuaban teniendo un pensamiento estereotipado.

Sin embargo, posteriormente pregunté si esta norma la aplicarían a un instructor o educador de cualquier otra especialidad, si debían cumplir con unas determinadas cualidades físicas, a lo que ellas respondieron:

- *"¡Nooooo!",*

Entonces pregunté

- *"¿Por qué?"*

A lo que una de ellas respondió

- *Porque yo necesito algo para motivarme, en el caso del educador deportivo, la motivación es visual*.

Con otro grupo de estudiantes, en el que la mayor parte era hombres, ocurrió algo similar, pues ellas y ellos hacían mención al hecho de esperar a un instructor y no a una instructora, porque manifestaban que, físicamente podrían estar mejor preparados y que tampoco debía ser gordo o gorda, porque no cumplía con las expectativas de estereotipos de corporeidad de los estudiantes.

Por el contrario, respecto de la danza (ya sea folclórica o moderna), al preguntarles a los estudiantes sobre sus preferencias por un instructor o instructora, en su gran mayoría coincidían en que sus expectativas eran el tener una educadora, no un educador, sin darse cuenta que la relación que existe entre las danzas, la actividad deportiva, la zumba y los aeróbicos, es directa e

indivisible, pues en cada una se hace fortalecimiento físico, cardiovascular, desarrollo de las habilidades coordinativas, lateralidad, entre otras.

2.1.2. Patrones de género y colonialidad en estudiantes y educadores

Los patrones o modelos son formas utilizadas en las escuelas para moldear los cuerpos y los comportamientos de los niños y niñas, según las condiciones que llevan a la producción de estos como sujetos escolares y, de esta manera, crear estereotipos difíciles de romper.

Códigos y técnicas como el ordenamiento en filas por edades, género, tamaño, u otros, como la utilización de uniforme según la actividad del día, el uso de la campana o el timbre para cambiar de clase o indicar el inicio o final del recreo o descanso, son patrones basados en condicionamientos que debe manejar la comunidad estudiantil como requisito para ser parte de la escuela como institución de reglas.

Puede afirmarse que dichas técnicas configuran una clara y exitosa práctica de disciplinamiento, que se fabrica desde la perspectiva de cuerpos muy controlados, y aunque cada uno es totalmente distinto, presentan el mismo nivel de manipulación. Foucault (2013) señala que los cuerpos, para ser disciplinados, deben tener características determinadas; por ejemplo, pueden ser *orgánicos*– según la valoración de las actividades– también puede ser de tipo *celular*, por la forma como se realizan las distintas distribuciones de poder para ser organizados, *combinados*, por los tipos de fuerza que pueden realizar los cuerpos y *genéticos,* por la capacidad de acopio del tiempo que se puede extraer de cada uno.

Por lo tanto,

> …el alumnado nuevo, está más pendiente de cumplir la norma del adulto (sin dejar de observar el comportamiento del resto de sus compañeros y compañeras) de igual forma que las niñas siguen más esas pautas que los niños. Estos últimos intentan

compaginar el cumplimiento de la norma vertical con sus interacciones y jugueteos (algo similar ocurre en el aula). (Rodríguez y García: 2008)

Mi experiencia como educadora en un colegio privado católico, de alto nivel económico de la ciudad de Bogotá, me mostró durante cada clase impartida, las diferencias de género que podrían existir entre niños y niñas, independientemente de la edad. El colegio inicialmente era femenino; posteriormente, fue convertido en una institución mixta, y ese momento fue cuando pude notar una significativa diferencia en los comportamientos de cada uno según el género.

Al observar los juegos que practicaban unos y otras, noté que los niños se divertían con golpes, se empujaban, se halaban, se perseguían corriendo, etcétera. Las niñas, por su parte, permanecían mucho más atentas a las indicaciones, eran más ordenadas y jugaban de forma "más pasiva", actividades que no tuvieran tanto desplazamiento ni esfuerzo físico; sin embargo, cuando el colegio era femenino, el comportamiento de las niñas de todas las edades desde segundo a once grado, era en un gran porcentaje todo lo opuesto; su comportamiento era tosco, no se limitaban tanto en sus actividades y prácticamente casi nada les avergonzaba.

Lo anterior reflejaría la poca transformación que los patrones de género han tenido a lo largo de la historia en nuestro medio. Sandra Pedraza en su libro *En Cuerpo y Alma* cita al literato y político del siglo XIX Rufino José Cuervo, quien alude a estereotipos de género propugnados por la educación decimonónica que:

> La educación que se da a las mujeres, les hace diferenciarse casi enteramente del hombre. Siendo de una constitución más débil y más irritable, tienden a tener enfermedades nerviosas. El régimen alimenticio de ellas se acerca al de la juventud, ningún alimento difícil de digerir, ni estimulantes, especias, café ni licores, sino carnes blancas, vegetales, etcétera (Pedraza, 2011, p.11).

Esta cita refleja esa colonialidad del poder que aún se encuentra arraigada en algunos hombres y mujeres, en el que su postura con respecto al sexo femenino es sinónimo de debilidad, comportamientos nerviosos, ansiedad de juventud eterna, por lo tanto cirugías estéticas, largas horas de gimnasio, dietas, e incluso

siguen con la convicción de que la mujer no debe trabajar y ganar dinero por ello sino que por el contrario debe encargarse de las necesidades que surjan en el hogar a los hijos y su pareja.

De esta forma, se evidencia en este texto que, en un momento de cambios que transitan de la Colonia a la República, el sistema educativo asumía que la educación que recibía la mujer en algún momento, era muy distinta a la del hombre, mostrándolas como débiles, mal humoradas, enfermas, psicológicamente, y siempre en la búsqueda de una vida de juventud, buena alimentación y buenas costumbres, para mantener un cuerpo hermoso; por lo tanto, también son débiles para aprender y desenvolverse profesionalmente.

Cuervo se refiere a los hombres como el *sexo dominante*, fuerte, que se desenvuelve perfectamente con las matemáticas y los números, en general; es el "sexo" que realiza muy bien cualquier actividad física, el que es bueno para ejecutar cualquier oficio y, de esta manera, le deja al varón toda la responsabilidad del desarrollo de una sociedad patriarcal en la que la mujer no tiene posibilidades de ascender pues es el hombre –según Cuervo- quien hace de la mujer lo que ella es.

Y ello era coherente con la educación que recibían las mujeres, muy distinta a la de los hombres, pues a ellas se les enseñaban las labores del hogar, a cocinar, planchar, lavar, incluso a cuidar a sus hijos, preparar la leche, cambiar un pañal, entre otros oficios; por otra parte, a los hombres se le daban entrenamientos físicos fuertes al estilo militar, se les inculcaba, de esta manera, su deber con el hecho de mantener su hogar en todos los sentidos.

En efecto esta norma no se aplicaba de la misma forma a todas las mujeres. Las mujeres de clase alta, como señala Pedraza (2011), tenían la oportunidad de recibir como enseñanza la cultura física; sin embargo, seguían siendo atacadas y violentadas desde la opinión y comentarios de sus entornos sociales y así se da "el surgimiento de la antropología – el edificio de la ciencia de las mujeres (…)"

El primer rasgo mencionado por Cuervo, la debilidad, aconsejaba limitar toda actividad física; el segundo, la irritabilidad, podría domesticarse con una adecuada

educación. Por eso, al tratar el esfuerzo físico, se dijo rápidamente que, a las mujeres, les venía bien no agitarse demasiado y abstenerse de juegos que pudieran producir contusiones y caídas, y que se consideraban más favorables para ellas la sobriedad y el ejercicio metódico". (Pedraza, 2011:238).

2.2. Interrelación entre deporte, recreación y educación física en los programas educativos universitarios

Existen distintos estilos de vida saludable. Ayerdi (1994) aborda los estilos de vida como "Un concepto de la teoría social con propiedades integrativas y sinópticas que posee un carácter multidimensional y tiene tanto o más valor explicativo que cualquiera de las variables simples que ayudan a configurarlo" (Rodríguez Suarez y Agulló, p.250 1999).

Es indispensable iniciarse en estos estilos de vida saludable desde edades tempranas; se podría decir que se debe involucrar a los niños y niñas en la recreación y el deporte desde sus primeros años de vida, en los que se realicen distintos tipos de actividades extra-curriculares, además de las que se practican durante las clases de educación física en los colegios, siempre y cuando los niños y niñas sientan agrado, felicidad y satisfacción al realizar dichas tareas, porque ellas son parte del proceso de formación cognitivo, físico y psicológico de cada uno y cada una.

Por otro lado, en la educación superior, la práctica de algún deporte, de actividades de recreación o de educación física es relativamente baja. Principalmente tienen acceso a este tipo de actividades quienes se forman como profesionales del deporte o aquellos estudiantes de otras especialidades en universidades donde el departamento de Bienestar Universitario le otorga mayor relevancia a este tipo de formación; y también en instituciones que ofrecen diversas actividades electivas, como asignaturas enfocadas al ejercicio físico y la recreación. Dentro de este grupo, también se encuentran aquellos que, por convicción pertenecen a equipos deportivos o grupos de danzas, conformados en

estas instituciones educativas, para representarlas en eventos deportivos y culturales.

En las instituciones colombianas de educación superior, si bien la promoción y práctica del deporte, la recreación y la educación física no tienen mayor relevancia para la formación integral de futuros/as profesionales, sí puede inferirse a partir del estudio de algunos programas ofrecidos por un conjunto de universidades, que las mismas vienen adquiriendo importancia.

Aunque muchas universidades no enfocan ninguna de sus ofertas académicas hacia el deporte, sí se esfuerzan por ofrecer por medio del departamento de Bienestar Universitario, actividades que encaminan a estudiantes y trabajadores/as a desarrollar actividades que aporten a la formación del cuerpo, tanto física como espiritualmente, con el propósito de estimular buenos hábitos para una vida más saludable, más que el mero deseo de obtener "cuerpos perfectos" a través de su práctica.

Algunas de esas instituciones son:

Nombre de la Universidad	Actividades
Fundación Universitaria Monserrate	Aeróbicos, Danza Rumba Aeróbica, Danza ritmo latino, Fortalecimiento corporal, gimnasio, Pilates.
Fundación Tecnológica Autónoma de Bogotá	Danza baile latino, Pilates y yoga, artes marciales, fútbol.
Universidad Minuto de Dios	Fútbol, baloncesto, voleibol, artes marciales.[16]
Universidad de Santander UDES	Danza baile latino, Pilates y yoga, artes marciales, fútbol.

Fuente: Elaboración propia

En el anterior cuadro se observa la oferta de distintas actividades, enfocadas al desarrollo corporal –en las que se tienen en cuenta las danzas- como actividades de entrenamiento desde el trabajo físico aeróbico.

[16] Esta universidad además de enfocar actividades extracurriculares al deporte, también tiene el pre-grado en educación física, deporte y recreación.

Estas electivas son una oportunidad para que los/las estudiantes realicen prácticas deportivas desde el escenario que son de su agrado, con el fin de llamar su atención y cumplir con los objetivos. El educador o educadora tiene la responsabilidad de impartir una clase en la que dicho trabajo físico no sea enfocado a la consecución de cuerpos estereotipados, cuestión deseada por muchos, sino que está orientado a una educación de la corporeidad donde participen, de la misma manera, todo el estudiantado, independientemente de sus características físicas, desarrollando valores que no promuevan el disciplinamiento de los cuerpos.

Con base en mi ejercicio de reflexión y análisis de mi experiencia como maestra en este campo, es importante hacer aportes a la educación corporal y deportiva desde las prácticas pedagógicas, teniendo en cuenta los ritmos de aprendizaje, y también, en este caso, las habilidades de corporeidad de cada persona. El objetivo de la clase o la sesión, debería estar enfocado hacia una transformación social, por medio de prácticas sociales o políticas, siguiendo el planteamiento de que vivimos en un mundo colectivo, interconectado:

> El mundo intersubjetivo no es un mundo privado, es común a todos. Existe porque vivimos en él como personas entre personas con quienes nos vinculan influencias y labores comunes, comprendiendo a los demás y siendo comprendidos por ellos. (Schutz, 1973:10).

Mas no se trata tan solo de impartir una clase donde el profesor o la profesora esté un escalón “más arriba” que los y las estudiantes; se trata de conocer y comprender las realidades de quienes están en el aula de clase, como sujetos de la escuela, socializando acciones y valores que los orienten hacia una emancipación y liberación corporal, que les dé la oportunidad de ser quienes son por su calidad de sujetos producidos histórica y espacialmente, más no por su presentación física y en la que todos participen de forma integrada.

De modo que el problema no está realmente en las personas, hombres o mujeres, como sujetos de la educación, sino más bien radica en el hecho de negar que somos producidos por relaciones de poder-saber, atravesadas –en nuestro

medio por la visión eurocéntrica moderna/colonial, que nos impide ver quiénes somos por las enseñanzas recibidas desde la niñez, los mensajes constantes directos o no, que disponen de nuestras mentes y cuerpos para fabricarnos para el consumismo y fortalecimiento de los estereotipos corporales.

Por ejemplo, una estudiante de 27 años de la universidad Monserrate, en una oportunidad me dijo:

- *Profe, quiero saber cuánto peso*.

Esto me lo preguntó porque durante las clases de aeróbicos y zumba, donde siempre controlamos el peso, además de enseñar a los/as estudiantes herramientas para hacer actividad física en casa y se incluyen propuestas básicas de buenos hábitos alimenticios, buscando el fortalecimiento de valores, ya que se les manifiesta que si bien existen unos rangos de peso que oscilan entre pequeño, mediano y grande, no podemos determinar quién tiene un cuerpo "perfecto", porque –sencillamente- todos tenemos un cuerpo que es nuestro y es único.

La cuestión que su pregunta suscitó es: ¿qué quería realmente saber esta estudiante? Ellas, posteriormente dice:

- *Quiero saber en qué rango de peso me encuentro*.

A lo que respondí:

- *Y ¿Cuál es tu interés*?

Ella replica:

- *Profe, lo que pasa es que voy a ir a un centro de estética porque me voy a mandar hacer una lipo-escultura*

  Entonces yo le pregunté:

- *¿Y por qué?, ¿acaso no te sientes cómoda con tu cuerpo, o de repente estás pensando en lucirle a alguien más tu cuerpo?*

  Ella me dice;

- *¡¡¡Noooooooo!!!, es por mí, es para mí.*

La verdad, no le creí, me bastó solo con verla, para darme cuenta que lo hacía pensando en alguien más, y pensé que es una lástima que ello ocurra, porque es

una mujer físicamente muy agradable, con un gran carisma. Realmente, esto me desilusionó, pero -de igual manera- me demuestra que no es suficiente la labor como educadora para lograr desaprender en la sociedad de estereotipos y de esta colonización del ser que ha estado presente en el ser humano contemporáneo.

La aceptación compartida de una educación democrática y los procesos de los que hace parte son asunto de todos; esta perspectiva plantea que las acciones en la escuela no deben quedarse en pedagogías reproductoras, sino promover acciones y actitudes reflexivas y analíticas, rompiendo así con la escuela convencional basada en una única verdad epistemológica, que limita su visión de la interacción entre escuela y sociedad y atribuye a la primera toda la responsabilidad en la formación del individuo. Es muy posible que, desde un escenario crítica, las prácticas como educadores/as se desarrollen desde nuestras propias experiencias, siempre y cuando medie una postura reflexiva de las prácticas pedagógicas, del entorno y las condiciones que hacen posible la educación en nuestro entorno.

Dentro de este marco, han de considerarse también las instituciones de educación superior que se dedican a la formación de profesionales del deporte para lo que me permito citar las páginas web de ofertas en esta especialidad educativa.

Por ejemplo, la universidad Santo Tomas de Bogotá toma en cuenta los siguientes lineamientos para el ingreso de estudiantes a esta carrera en específico:

Pruebas Físicas

"Son un procedimiento realizado bajo condiciones estandarizadas, de acuerdo con criterios científicos para la medición de una o más características delimitables empíricamente del nivel individual de la condición. El objetivo de la medición es una información lo más cuantitativa posible a cerca del grado relativo de manifestación individual de facultades motrices condicionantes (Grosser y Starischka, 1998).

El ingreso al programa de Cultura Física Deporte y Recreación requiere la superación de pruebas de ingreso. Dichas pruebas son determinadas por el Comité

Curricular y son susceptibles de ser revisadas periódicamente por dicha instancia. Se trata de una serie de pruebas y test que miden diferentes capacidades físicas, conocimientos y competencias básicas y condiciones personales que se evalúan con la calificación de APTO o NO APTO. Los aspirantes con la calificación de APTO pueden continuar con el proceso de matrícula que la USTA determina para todos sus programas" http://facultadculturafisica.usta.edu.co/index.php/cultura-fisica-deporte-y-recreacion/plan-estudios-pregrado.

Prueba escrita:

Teniendo en cuenta las condiciones previas de los aspirantes, esta prueba busca identificar el nivel de desarrollo de las competencias comprensivas, interpretativas y argumentativas de textos escritos relacionados con temáticas propias del programa. De igual forma, la segunda parte de la prueba exige la construcción y argumentación en forma de un corto escrito argumentativo en donde se establece una relación con los intereses de vinculación al programa.

Entrevista

Adicionalmente se realiza una entrevista que busca identificar las motivaciones de los aspirantes para estudiar la carrera.

Así mismo, observé los requisitos de otras instituciones de educación superior como las Universidades: INCCA, Pedagógica Nacional o la de Cundinamarca, la Universidad Libre, UDCA, cuyos requisitos de ingreso son muy similares, en los que la prueba práctica se realiza contra reloj y se tienen en cuenta las habilidades motoras de cada estudiante.

El análisis sobre estas instituciones de educación superior, se refieren específicamente a las exigencias utilizadas por cada una para el ingreso a la universidad y los procedimientos para obtener un cupo para realizar los estudios en licenciatura en educación física y no es, desde ningún punto de vista, un análisis profundo del programa académico de cada una.

Considero necesario hacer esta mención debido a que es, desde mi punto de vista y por la forma como se realizan las pruebas prácticas para dichos ingresos, una forma de diferenciación de género y, en otros casos, de habilidades físicas, debido a que, por estas exigencias, se limita el ingreso a dichas universidades, al

no tener en cuenta en el momento de la creación de las pruebas físicas, por ejemplo, a las personas (hombres o mujeres) que tengan discapacidades físicas, lo cual deja en entredicho su proceso de inclusión, si es que lo tienen y, así mismo, se puede pensar que se considera que no es posible que una persona se dedique al estudio y la práctica del deporte y la educación física por tener limitaciones físicas o por no realizar de forma efectiva y a la velocidad esperada, las pruebas físicas.

A pesar de no estar en total desacuerdo con la existencia de ciertos requisitos, sí considero que estos generan una limitante para aquellas personas que no cuentan con las condiciones físicas exigidas para continuar con el proceso de admisión, ya que ello no significa que no tienen habilidades para formarse como profesionales de la cultura física.

Es decir, si no cuentas con habilidades físicas, o si tienes sobrepeso, bajo peso, incapacidad física, claramente no tendrás ninguna opción de aprobar; entonces, parece claro que estamos frente a un círculo crítico donde, si bien las condiciones de ingreso responden a unas determinadas prácticas, también es cierto que es la universidad y el educador/educadora quienes tienen *su verdad* frente a la intención de excluir o admitir al postulante, sin darle la oportunidad de demostrar qué habilidades físicas tiene, además de las exigidas por la institución educativa, transformando así los contextos pedagógicos.

En el año 2000, decidí presentarme a la Universidad Pedagógica Nacional ya que mi deseo siempre había sido estudiar licenciatura en educación física. Realicé, paso a paso, cada tarea para poder inscribirme; después de hacerlo, debíamos empezar, como lo mencioné antes, con una prueba práctica (primer filtro). Estaba preparada, o por lo menos, eso era lo que creía, ingresé al salón de pruebas y debía realizar allí pruebas físicas contra-reloj, superando cada obstáculo, incluidas las de gimnasia, a pesar de que nunca había practicado algo ni siquiera parecido.

Me presenté y –por supuesto- no pasé y como yo, muchos otros quedamos por fuera. Mi estatura tampoco me ayudaba; parece que esas pruebas estaban

hechas para personas que midieran más de 1,60, lo que quería decir que no eran aptas para mí, ni tampoco para nadie que fuera de estatura baja, como yo. Se exigía un rendimiento igual a hombres y a mujeres; se debían realizar exactamente las mismas pruebas, algo que también me pareció muy injusto, tomando en cuenta las diferencias biológicas. Al parecer, la mayoría de la gente confunde la *liberación femenina*, o conceptos como la igualdad de género, con el hecho de que siempre un hombre físicamente va a ser mucho más fuerte, mucho más hábil para ciertas tareas o actividades, que una mujer; por ello, los rangos de medición en una prueba física siempre se manejan de forma distinta. A esto debemos agregar que el valor de la matrícula por semestre también es una limitante para convertirse en un(a) profesional del deporte.

Al verme sin oportunidades para estudiar cultura física, ya que tampoco contaba con los recursos económicos para pagar la carrera en una universidad privada (eso en el caso de poder aprobar las pruebas prácticas), acepté una beca en Cuba, inicialmente para estudiar medicina, para luego cambiarme de carrera y estudiar licenciatura en educación física y deporte.

Si bien los programas académicos son muy similares en ese país, porque se maneja una estructura pedagógica constructivista, en el que se ven asignaturas como morfología, fisiología, entrenamiento deportivo, recreación, rehabilitación, masaje deportivo, kinesioterapia, primeros auxilios, pedagogía, preparación física, pruebas funcionales, entre otras, el proceso de ingreso es totalmente distinto.

Quien se presenta para estudiar la carrera de educación física no debe tener en cuenta el factor económico, ya que los estudios son completamente gratuitos. En mi caso (y el de otras personas que me acompañaban), viajamos en calidad de becarios, motivo por el que el gobierno cubano nos proporcionaba la manutención en su totalidad (vivienda, útiles escolares, aseo, aulas de clase, alimentación, estipendio económico) …

Así mismo, habría que decir que la única exigencia para obtener la oportunidad de estudiar educación física y deporte es que la persona exprese el interés de hacerlo; no importa la condición física (siempre que sea óptima para las prácticas

físicas); no hay estereotipos, no importa la *raza*, el género o la edad; la única condición es estar allí y cumplir con las labores que se le asignan a cada persona en calidad de estudiante.

Es significativa la importancia que tienen las condiciones en las que se lleva a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje para la calidad de la formación profesional. Tener garantizadas un conjunto de factores como la alimentación apropiada para las exigencias físicas de la carrera o no tener la preocupación del pago de matrícula, difiere de la realidad colombiana, porque las exigencias de pago de derechos educativos es una situación que -en muchas ocasiones- conlleva a la necesidad de trabajar y estudiar simultáneamente. En el caso relatado, la gratuidad facilita la dedicación del/la estudiante a su formación, incidiendo positivamente en su rendimiento académico y por ende en la calidad de su formación.

2.3 Problemas actuales de sedentarismo, la práctica física y su impacto en los jóvenes

En la actualidad padecemos en la etapa escolar, de problemas que disminuyen el buen rendimiento físico y académico de los/las estudiantes, uno de esos problemas graves es el sedentarismo (figura 6), este impacta de forma negativa cualquier proceso que se inicie con los/las jóvenes, es importante reconocer que así mismo, los sistemas educativos, podrían ser la posibilidad para poder intentar descolonizar, no solo la educación, sino todo lo que ella implica, en mi caso específico el cuerpo; sin embargo, los programas educativos se encargan únicamente en su gran mayoría de “fortalecer” la parte académica de forma más notoria en la educación superior, sin darle lugar a las actividades deportivas, a la educación física, es en estas instituciones, a las que no obliga el Ministerio de Educación como en la primaria y secundaria en Colombia, a prácticas deportivas y artísticas, que permitirían de alguna forma disminuir esa influencia estereotipada occidental.

Figura 6. Descripción del sedentarismo.

2.3.1. La educación corporal

Conviene distinguir los conceptos de educación física y educación corporal. La primera, educa sobre la concepción de un cuerpo fisiológico, al que cada individuo debe desarrollar por medio de distintas prácticas, habilidades motoras específicas, siendo así una manera de disciplinar los cuerpos, ya que -para este fin- se siguen distintos parámetros que llevan a cada persona a desarrollar las mismas habilidades motoras casi de igual manera.

Algo distinto es la educación corporal. En ésta se debe tener en cuenta la relación que existe entre cuerpo y persona (o sujeto), además de reconocer qué tanto dependen uno del otro y cómo, según los estereotipos creados por la sociedad, se idealiza un prototipo de corporeidad para cada sujeto, según "sus necesidades", y qué tanto la cultura contribuye en esta idea colonial de cuerpo.

Los comportamientos, así como las creencias, formas de expresarse, de vestirse de ser, son parte de la cultura de cada país, sin embargo se plantea también que de cada sociedad subyacen otras culturas que son propias de cada lugar, algo que no está mal planteado, por ejemplo en Colombia cada departamento tiene su cultura, sin embargo, en Cundinamarca, los bogotanos no

tienen exactamente las mismas costumbres que las personas que viven en Girardot que también pertenece al departamento de Cundinamarca, de igual forma esto también se observa en los grupos indígenas, a esto se le podría llamar diversidad de culturas ya que existe una relación entre dos culturas las cuales están muy relacionadas.

La diferencia cultural por el contrario es la referencia de uno mismo con otra persona, por ejemplo, el tono de la piel, acentos, idiomas y hasta gustos o gestos. Es aquello que me diferencia de las demás personas pero que me hace único/a pero que de alguna manera también nos une.

> Desde su constitución a fines del siglo XIX y durante la primera mitad del siglo XX, la antropología definió cultura como todo aquello que hacen los humanos como miembros de una sociedad. (Mora, Ana Sabrina, 2008: 59-73).

Se concibe la antropología evolucionista como la existencia de una cultura universal dividida, explicando de esta forma las diferencias entre las sociedades como expresiones de las distintas etapas en la evolución unilineal de La Cultura.

> La antropología clásica (de la cual son exponentes, entre muchos otros antropólogos y antropólogas, Franz Boas y Branislaw Malinowsky), respondió a esto con un énfasis en la diversidad cultural, entendiendo que cada cultura particular tenía su propia historia y desarrollo, y que, por ende, cada sociedad tenía su propia cultura, existiendo entonces no una sola cultura con estadios, sino Diversas Culturas. (Mora, Ana Sabrina, 2008: 59-73).

Por lo que se continuaba creyendo que, a cada sociedad le correspondía su propia cultura. La cultura ha sido vital para darle continuidad a los procesos de colonización y el cuerpo no ha escapado a ello. Desde el siglo XX, esta idea de cuerpo perfecto ha venido en aumento, en la medida que la sociedad se ha encargado de fortalecer ciertos estereotipos de corporeidad, haciendo que las personas deseen tener un “cuerpo hermoso” exteriormente - no por la práctica de actividad deportiva y una sana alimentación, sino por caminos fáciles, que lejos de motivar a los individuos a mantenerse sanos, procuran el sedentarismo, vendiendo la idea de cuerpos esbeltos por medio de cirugías, pastillas o tratamientos “milagrosos” que no contribuyen en nada a un proceso descolonizador.

Los cambios en la cultura producen transformaciones en la sociedad. Los procesos de transculturación si bien pueden representar una evolución, dejan también ver que la influencia de una cultura sobre otra no siempre es positiva porque responde a un determinado ideal al que todas las demás deben llegar.

Durante el siglo XX,

> …la cultura fue definida como una dimensión particular unida a las múltiples dimensiones que conforman una sociedad, con fines analíticos, intentando transformar el concepto de cultura en una noción operativa, se la definió a partir de los procesos sociales de significación, como un conjunto de estructuras de significación o como un "sistema de interacción de signos interpretables" (Geertz, 1997:27).

Por ello, el discurso de la interculturalidad da la oportunidad a la colonialidad de irrumpir en todas las culturas, las cambia y moldea, arrancándoles su esencialismo, dejando así de ser la cultura de cada sociedad exclusiva o la "mejor" al pasar a ser una amalgama cultural, en la que cada cultura aporta algo a la otra, pero los sujetos las adaptan, adoptan, traducen, interpretan, resignifican transgreden o utilizan, de acuerdo con sus intereses, sus lugares de enunciación o sus posiciones dentro del conjunto de dichas sociedades. Ello va conformando lo que Pierre Bourdieu denomina *habitus.*[17]

Parte de los *habitus* que caracterizan actualmente nuestra cultura, en el caso de Colombia es el sedentarismo: somos cuerpos esclavos del trabajo, del dinero y de la necesidad de obtener riqueza material, más no espiritual. La principal motivación de ese modo de vida es el hecho de presumirle a una sociedad que exige estándares de comportamiento y estilos de vida y, para eso, adquirimos hábitos en función de este tipo de cultura, sin que impliquen una mejor calidad de vida, como pueden ser la práctica del deporte y la recreación.

[17] Habitus: Pierre Bourdieu ha desarrollado la noción de *habitus* para conceptualizar el modo en que los individuos incorporan en su estructura psicológica toda una serie de valores culturales pertinentes a su "condición de clase" y que le identifican, de forma indefectible, como miembro de un determinado grupo social. La profesión, la vestimenta, el uso del lenguaje, el tipo y lugar de la vivienda, el modelo de relación familiar, son una especie de "huella digital" que indica el lugar que ocupan los agentes en el espacio social y el modo en que se posicionan estratégicamente frente a otros agentes (Bourdieu, 1996: 134-135; 1998: 172).

El cuerpo no es solo materia, es más que eso, hace parte de una cultura que transforma para bien o para mal.

> Los estudios fundacionales de la antropología y sociología del cuerpo como los de Hertz y los de Mauss tomaron al cuerpo como objeto de estudio, destacando su carácter socialmente construido y su variabilidad cultural. La visibilización de las interrelaciones entre el cuerpo y la sociedad, la historia y la cultura, y el reconocimiento de que el cuerpo no es sólo un objeto natural, han sido grandes aportes para las ciencias sociales. Numerosas y diferentes líneas de investigación fueron abiertas partiendo de su carácter culturalmente diverso y socialmente construido (Mora, 2008: 59-73).

Podríamos decir que el análisis filosófico de Hegel de *cuerpo sano en mente sana* es irrealista, pues muchas veces nos puede hacer pensar que aquel que tienen un cuerpo esbelto, delgado, bello, es porque está sano internamente y para lograrlo, debe ser una persona que se alimenta sanamente, práctica yoga, pilates, deporte, nunca padece de estrés, nunca tiene dificultades, y entonces pensaría que si esto es así; entonces, todo aquel que no tenga un cuerpo "sano" es decir que sea físicamente todo lo contrario a lo esperado por la sociedad de consumo, que no cumpla con los estereotipos, automáticamente no puede ser alguien que viva tranquilo, feliz, que se alimente bien, etcétera.

Para nosotros/as, el cuerpo tiene un encausamiento dicotómico que divide o separa uno del otro; en este caso la mente del cuerpo; no es igual la manera como vemos nuestro cuerpo, como vemos el de los demás, como pensamos en nuestro cuerpo, como quisiéramos que fuera nuestro cuerpo, por lo que el hecho de verlo de forma holista, analizado y entendido conjuntamente, no por partes sería relevante y contribuiría a cambios hegemónicos.

El cuerpo produce sensaciones, comunica lo que la persona está sintiendo, transforma culturas y sociedades. El cuerpo es un conjunto de materia, alma y espíritu, que da la opción a las personas de tener su propia esencia, su propio ser; sin embargo, nos dejamos llevar por la colonialidad que disciplina y moldea cultural y socialmente para provocar cambios negativos.

2.3.2. El sedentarismo

La actividad deportiva es una forma determinante para mantener una buena salud, desde cualquier punto de vista. Siendo así, se comprende que las actividades deportivas que más beneficios traen al cuerpo son aquellas que están enfocadas al trabajo aeróbico. Éste consiste en prácticas corporales que, después de 30 minutos, producen resultados más satisfactorios; se inicia un proceso de quema de calorías más acelerado, es decir, se refiera al momento en el que el cuerpo empieza a realizar un gasto energético mayor, por lo que se quema grasa que –aparentemente- está demás en nuestro cuerpo, proporcionando así, beneficios completamente saludables.

La actividad física, como realizar tareas corporales diarias, por ejemplo, subir escaleras, hacer las labores del hogar, caminar o montar en bicicleta hacia el trabajo, son maneras de combatir el sedentarismo, pero no son actividades deportivas. Sin embargo, sirven para mantener activo el cuerpo –beneficiando la calidad de vida y la autoestima-, cuestión que mejora el rendimiento académico, disminuye el insomnio, entre muchos otros aspectos fundamentales para las labores diarias.

A pesar de que la mayor parte de la población del mundo conoce de estos beneficios por la práctica física o deportiva, se siguen manteniendo estilos de vida que condicionan las ventajas que se obtendrían si se ejercitaran los cuerpos, convirtiéndose la gente en personas sedentarias que se niegan a cualquier práctica que lleve un mayor esfuerzo físico que el que hacen diariamente. Las personas mueren a menudo por enfermedades no transmisibles, prevenibles, porque son ocasionadas por el sedentarismo.

Pero este no es el único inconveniente. Si le echamos un vistazo a las labores diarias de las personas, notamos que las mismas son un fuerte contribuyente del hecho de convertir a la población en sedentaria, debido, entre otros, a horarios laborales y educativos que no dejan espacios de tiempo libre para realizar actividades recreativas y deportivas, cuyo efecto es caer en estilos de vida

perjudiciales, tanto para la salud física, como mental. Las personas estudian (quienes pueden hacerlo), para lograr un mejor empleo, ganar más dinero y así cubrir sus necesidades materiales, pagar sus deudas, tener una casa, un carro, mantener a los hijos o hijas y quizás pagarles sus estudios; todo gira en torno al modo de vida del capitalismo, a esa esfera humana que se convierte en un círculo vicioso, llevándonos básicamente a la muerte, los individuos prefieren pasar su vida pagando intereses a un banco que tener una forma de vida tranquila.

Si bien, estar quieto enferma los cuerpos, esto también depende en gran parte de la profesión u oficio que se tenga. Todas aquellas labores enfocadas a la quietud como las realizadas en oficinas, trabajando en un computador, las cajeras o personas que se dedican a atender público y están obligadas en algunos casos a permanecer de pie más de ocho horas, entre muchas otras actividades, obligan indirectamente a un estilo de vida menos activo, al sedentarismo. Pese a la actividad física de las personas en su cotidianidad para llevar a cabo distintas labores, ninguna está enfocada a la práctica de movimientos de tipo deportivo-recreativo.

Nos pasamos gran parte de nuestras vidas transportándonos de un lado a otro, queriendo llegar a tiempo al trabajo, o a la universidad; en esto invertimos varias horas del día que jamás son recuperadas y mucho menos remuneradas, horas que tampoco se aprovechan en alguna actividad deportiva. Todo lo contrario, nos producen estrés, un estado de ánimo bajo que genera cansancio físico, lo cual hace que terminemos llegando a cumplir con nuestras labores más desgastados físicamente de lo que estábamos. Al llegar el fin de semana, lo más que deseamos es dormir, y lo menos, hacer alguna actividad que requiera esfuerzo físico.

> América Latina y el Caribe han llegado a convertirse en la región del mundo subdesarrollado que tiene la mayor urbanización, puesto que más de 60% de la población habita en centros urbanos. Este acelerado crecimiento de la población urbana ha avanzado con más rapidez que el desarrollo de la infra-estructura social y física, el nivel de empleo, los servicios de salud y la vivienda. En conjunto, estas diversas tendencias han contribuido a la insuficiencia de los sistemas de transporte, al aumento de los embotellamientos de tránsito y de la contaminación ambiental, a un

descenso de los niveles de actividad física tanto en el trabajo como en horas libres y a cambios del panorama físico y social en las zonas urbanas (Jabocy, Bull & Neimann, 2003).

Adicionalmente, las tecnologías también hacen un aporte al problema del sedentarismo; es común que, tanto personas jóvenes como adultas, hagan uso indiscriminado de las redes sociales; cada una las utiliza para fines distintos; están quienes quieren mejorar sus relaciones interpersonales, laborales, para obtener información de distintos tipos según el interés de cada uno e incluso, para hacerle daño a otra persona o personas, la necesidad y el deseo de querer revisar constantemente estas redes, impide en gran parte que queramos realizar otro tipo de actividad, cada "tiempo libre" es aprovechado para esta práctica, ser parte de la sociedad de consumo también implica precisamente, que estemos deseosos de tener en nuestros celulares un plan de datos, para poder ingresar a la internet sin limitaciones

De igual forma mientras nos mantenemos interactivos con todo lo que esté relacionado con la Internet, las posturas corporales no son las más adecuadas, es decir, entre más tiempo permanezcamos viendo en el celular o el computador, lo que sea de interés para nosotros, más maltratamos de alguna manera nuestro cuerpo, la visión, la espalda, el peso, entre otros, se ven seriamente afectados, es así como de esta manera también nos podemos llegar a convertir es cuerpos disciplinados por las redes sociales.

Pero no solo las redes sociales, los video juegos, con los que nos venden la idea de hacer ejercicio mientras manejas unos controles porque sencillamente haces algún tipo de movimiento y la internet en general, que con su uso indiscriminado, la posibilidad de pagar facturas por esta vía o comunicarse con sus amistades, limitan el desplazamiento de un lugar a otro, logramos hacer distintas cosas que son necesarias sin tener que salir de mi zona de comodidad, estas tendencias también cumplen una función importante en este desastre social, de cualquier manera, le hacen la vida a quienes hacen uso de ellas, "mucho más fácil", la población en general desde muy pequeños caen en el ciberespacio siendo víctimas de las prácticas molares creadas para este fin.

El sedentarismo contribuye a una mala calidad de vida, y a la esclavitud laboral, el que precisamente podemos asociar con la pérdida de la identidad o con la manera de relacionarse, se generalizan aspectos que no están presentes y que es transformada según las necesidades. El ser humano es una fuerza de trabajo que emerge unas necesidades específicas.

CAPÍTULO III

DISCRIMINACIONES, DIFERENCIAS Y ESTEREOTIPOS CORPORALES EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE Y LA DANZA EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR

Figura 7. Mujeres de distintas nacionalidades jugando al fútbol.

3.1. Modelos de la estética y la salud en la escuela y estereotipos

David Le Breton, durante una conferencia dictada en México, en octubre de 2015, titulada “Adiós al cuerpo”, se basa en su libro homónimo y advierte acerca del balance que debemos asegurar frente a una ideología que toma el cuerpo como “un lugar de sospecha”, el cual es necesario rehabilitar.

Esta idea de que el cuerpo es un lugar de sospecha y que, por lo tanto, es necesario rehabilitarlo, coincide también con la noción de que los cuerpos estereotipados generan diferencias y discriminaciones entre grupos escolares y, en general, en la sociedad; las personas, en lugar de aceptarse unas a otras como son, no lo hacen, pero son sus cuerpos los que deben adaptarse, siguiendo un modelo exigido por la sociedad, para poder ser aceptados y esto es lo que debe ser rehabilitado, cambiado.

Tanto en las escuelas, como en cualquier grupo social, los comportamientos son circunstanciales y se adaptan a lo que ocurre en cada momento (figura 7), según “la moda” lo indique: debemos vestirnos, peinarnos, escuchar determinada música y, por supuesto, nuestro cuerpo también termina siendo el reflejo de esa moda, (un cuerpo delgado, esbelto, mujeres con poco o mucho busto, glúteos firmes y cintura pequeña; hombres con cuerpos con un apropiado tono muscular, etcétera).

De no ser así, estaríamos fuera de época y seríamos rechazados(as); pero ¿por quienes? Por todo aquel/aquella que esté -de alguna manera- colonizado/a en su ser porque sigue el modelo occidental acríticamente, que nos traza lineamientos de comportamiento, nos indica constantemente cómo debemos ser, cómo debe verse mi cuerpo, qué debo comer, qué maquillaje utilizar, a qué lugares ir, entre muchas otras cosas y, con solo cumplir estos requisitos, estaríamos más cerca del prototipo que, supuestamente, nos llevaría directo a la aceptación en sociedad, a la felicidad.

Esta forma de disciplinamiento corporal nos indica que, a pesar de que es a las mujeres a las que más se les exige en nuestro medio un estándar de perfección y belleza corporal, también -en parte- lo sufren los hombres, aunque hacia ellos esta conducta es mucho menos marcada; por ejemplo, en la universidad Monserrate, al preguntarle a un grupo de estudiantes mujeres si, en el momento de elegir a su pareja tenían en cuenta el cuerpo y, más explícitamente, cuál era su posición si éste era gordo o delgado, de 21 chicas, 17 dijeron que no y 5 dijeron que sí; posteriormente, se le hizo la misma pregunta a 7 hombres y todos los 7 respondieron sí y que las preferían delgadas.

Seguidamente, se les pregunta si -al pasar el tiempo- les importaría la apariencia física de sus parejas, específicamente si de ser delgadas pasaron a ser personas con algo de sobrepeso, todos los hombres respondieron que sí les importaría y que no les gustaría que su pareja fuera gorda; sin embargo, las mujeres respondieron todas que no les importaba y que predominaban sus sentimientos por encima del aspecto físico.

Al hacer una tercera pregunta, se les mencionó pensar en la posibilidad de que sus parejas los/las podrían engañar con otra persona. De ser así ¿le importaría como se ve esta persona físicamente? ¿Si es gorda o delgada? ¿Vieja o joven? Todas las mujeres respondieron que sí les importaría, pero de los hombres, 5 dijeron que no y dos que sí.

Con esto, podemos percibir que los seres humanos, hombres y mujeres, están preocupados por alcanzar niveles muy altos de aceptación por su físico, el cual puede llegar a cambiar la imagen positiva o negativa que tenemos de alguna persona y que, del cumplimiento de estos estereotipos de corporeidad dependen algunas decisiones afectivas que son trascendentales para la vida de las personas. Pero es más preocupante aun cuando los resultados arrojan que son las mujeres las que más seguimos estos estereotipos y, por consiguiente, somos las que más nos dejamos afectar en caso de no lograr el ideal esperado y ver que otra mujer sí lo hace. Sin embargo, esto no afecta los sentimientos hacia la pareja; por tanto, se confirma que, “el individuo toma cuerpo en su cultura”.

En las escuelas y universidades, los jóvenes siguen conductas que les permiten marcar su cuerpo, haciéndoles “diferentes” de otros, no perfectos. Me refiero a los tatuajes, a las cabezas rapadas, a los piercings y hasta las expansiones en distintas partes del cuerpo. Ello no refleja una mala práctica -al contrario-, estas marcas hacen de cada quien alguien distinto.

Existen muchas personas con estas características que son –a la vez- deportistas de alto rendimiento, bailarines y personas tan comunes y corrientes como cualquiera de nosotros/as. Más bien, veo estas marcas como una forma distintiva de embellecer el cuerpo, lejos de las cirugías, los implantes, los gimnasios, etcétera.

Sin embargo, en cualquiera de los casos, ya sea con los cambios estéticos o con tatuajes, piercing y demás, la intención es cambiar lo que, por genética, somos; es dar una impresión distinta para “lograr ser otro” /a, o, también, ser el otro/la otra y -sobre todo- ser aceptado en el grupo social al que desea pertenecer.

Se trata de estilos de vida adoptados desde la infancia; sin embargo, es en esa edad en la que más nos gusta ser, sin importar cómo, sólo ser. Jugamos, sonreímos, comemos lo que nos gusta sin limitarnos, hablamos, sentimos, gritamos y lloramos, sin detenernos a pensar qué van a decir los que están a nuestro alrededor. Pero, con el tiempo, nos vamos convirtiendo -por medio del disciplinamiento- en eso que la sociedad llama "cuerpos bellos para ser felices"; en ese sentido, me permito citar un comercial de televisión en Argentina, que dice:

> "*La sociedad de consumo intenta convencerte de que existen productos milagrosos, que prometen solo la belleza perfecta. Seamos honestos: todo el mundo sabe que la belleza no es perfecta, ni única, existen varias, miles, imperfectas, viví tu verdad, viví tu esencia, viva tu belleza viva, la belleza que acurre ahora, porque la vida sucede ahora, viva la belleza que inspira otras bellezas, la belleza de no esconder la edad, de enorgullecerse de ser quién sos".*

Si bien el mensaje es lo que todas las mujeres queremos escuchar, el comercial promociona una línea de tratamiento facial para obtener "los mejores resultados en la piel, ahora" y al final dice, "renová el pacto con tu belleza".

Cambiar el cuerpo es una decisión que cada persona puede tomar; pero, seguramente, no lo hace por una necesidad real, sino por el deseo de complacer a los demás, creyendo que se complace a sí mismo, cambiando sus rasgos físicos culturales y autóctonos.

Soy una de las personas que cree que nos formamos académica y moralmente en la escuela y en el hogar. Y, en ese orden de ideas, pienso que se empieza a dar la discriminación corporal, tanto en las escuelas y las universidades, como en los procesos deportivos y dancísticos, y que se hace más difícil aún, en la medida en que algún estudiante no cumpla con normas estereotipadas de corporeidad, no porque no logre desarrollar los contenidos trabajados en clase, sino porque el grupo del que hace parte en estos procesos, se encarga de rechazar a aquellos que consideran son "distintos" físicamente: me refiero a personas gordas, muy

delgadas, negras, o con discapacidades físicas, como la falta de alguna extremidad, visión desviada, etcétera.

El 3 de abril de 2017, impartí la segunda clase de danza en la modalidad de "ritmo latino", en la Universidad Monserrate, para el grupo dos del primer semestre del año. Cuando estaba llamando la lista de asistencia, ingresó a la clase una estudiante con una limitación física; casi todo el grupo la observó y lo noté porque cuando ella entró, yo levanté la mirada y la salud. Minutos después, inicié la clase; al indicar que se debía hacer un ejercicio práctico en parejas, ella quedó sola, pero al otro extremo del salón quedaba un chico sin pareja y sólo cuando lo volteé a mirar dijo: "yo bailo con ella" …

En el salón se escucharon unas risas entre dientes, y yo dije: "cálmense, supérenlo y respeten"; la clase continuó, la estudiante se aprendió los pasos y bailaba con una seguridad que muchos que no tenían ninguna limitación, no lo lograban. A pesar de esto, su parejo hacía gestos de desagrado, mientras bailaba con ella; al final, ella -sin cruzar una sola palabra con nadie y sin que nadie se la dirigiera a ella- salió del salón sin siquiera preguntar su nota por el ejercicio realizado en clase. Se había sentido discriminada, por tener una discapacidad física.

Algo muy similar ocurre con las personas que tienen sobrepeso, que no tienen habilidades con la danza o con el deporte, que son negras (afrodescendientes), o "físicamente desagradables" para algunas personas…

3.1.1 La educación en la danza y el deporte y la cibercultura

Otra forma de aprender y practicar la danza y el deporte, aunque a algunos nos parezca increíble, son los tutoriales por Internet. Ese tipo de cibercultura se ocupa también de la educación, convirtiéndola en educación virtual, pero carece de contacto corporal. No se trata -a mi juicio- de decir que la tecnología afecta cien por ciento de manera negativa a la sociedad.

Sin embargo, considero que en lo que atañe a la educación en campos como la danza y el deporte sí afecta los procesos educativos en los que es muy necesario el contacto corporal, además, como sostiene Le Breton, la virtualidad tiende a obliterar el cuerpo:

> No se aplica el principio de la realidad al ciberespacio, y todos están dispuestos a creer en la información que se les da, la identidad se disuelve. Es la desaparición del otro, el texto reemplaza al sexo, la pantalla reemplaza al cuerpo. (Davis Le Breton, 2015).

Si bien la discriminación no se registra en este caso, en el mundo de la cibercultura debido a que, por supuesto, nadie tiene contacto real y físico con ninguna persona, porque no se ven o no se conocen, también entiendo que los jóvenes y quienes hacen parte del modelo occidental de vida siguen patrones que se observan en los mismos como cuerpos esbeltos, de aquellas personas consideradas "bellas", cambiando por completo el objetivo inicial de realizar algún tipo de práctica corporal que ejercite y coopere con una buena salud, con pocas posibilidades de avanzar en obtener un cuerpo saludable.

3.3.2 Los estereotipos y la danza

Por lo anterior, entro a responder la siguiente pregunta: ¿Han acentuado los problemas de género la influencia de los estereotipos o de las pautas culturales[18] de conducta que pueden ser positivas o negativas sobre los estilos de vida Occidentales en la enseñanza de la danza y el deporte en la educación superior?

Quisiera entonces hablar sobre un estereotipo en concreto, el del género, el cual influye por completo en nuestra vida y, por supuesto, en la educación superior. Los estereotipos de género se interponen en los procesos sociales,

[18] Los patrones o pautas culturales tienen una función muy importante para la socialización del individuo: son configuraciones socio-culturales que adoptan criterios racionales o no, estas se vuelven específicas y moldean los entornos culturales, sociales, religiosos, moral ético entre otros, facilitan la identidad social, la conciencia de pertenecer a un grupo social, ya que, el aceptar o identificarse con los estereotipos dominantes en dicho grupo, es una manera de permanecer integrado en él.

impiden que se tengan en cuenta tanto a mujeres como hombres, en pie de igualdad para el desempeño de cualquier oficio o labor profesional, puesto que en el mundo contemporáneo latinoamericano se estigmatiza a la mujer, al normalizar los roles de género, haciendo mención a que es ella la que debe siempre realizar determinadas tareas, como las del hogar, a diferencia del hombre, que no carga con la misma responsabilidad, impidiendo así el desarrollo de las niñas y las mujeres de acuerdo con sus intereses, deseos y capacidades.

Este estereotipo está directamente relacionado con la discriminación y la doble moral de la sociedad machista, que le impide tanto a hombres como a mujeres realizar distintas actividades por igual, porque sobreponen a sus necesidades los prejuicios [19] que justifican dichos comportamientos de desprecio y señalamiento ante el buen desempeño en distintas tareas - no sólo domésticas - sino también las que hacen parte del mundo laboral, profesional, artístico, deportivo entre otros.

> Los estereotipos no son en definitiva más que el reflejo de una cultura, de una historia y, como tales van a nacer, mantenerse, porque responden a las necesidades que tiene tal contexto de mantener y preservar unas normas sociales ventajosas para él (González Gabaldon, 1999:83).

A pesar de que ha sido la mujer la que más ha sufrido con el estereotipo de género, también existen hombres víctimas del mismo. Por ejemplo, en las universidades donde se preparan jóvenes para ser profesionales en artes, por lo general son discriminados aquellos hombres que practican dazas, algo que podría llegar a influir en el proceso académico de los estudiantes varones.

Entonces, todas las actividades educativas que están relacionadas con la danza, podrían ser un foco de discriminación social. O, todo lo contrario, podrían ser un puente para conectar y ejercer la igualdad de género entre mujeres y hombres, con los estilos de vida y las prácticas dancísticas que contribuyen a un proceso libre de corporeidad no disciplinada.

[19] Los prejuicios son un conjunto de juicios y creencias de “carácter negativo con relación a un grupo social, son considerados como fenómenos compuestos de conocimientos, juicios y creencias y como tales están constituidos por los estereotipos. (González Gabaldón, 1999:79).

Figura 8. Mujer venciendo los estereotipos corporales en la danza clásica.

Podemos ver la danza y el deporte como un medio de expresión, de cambio, rebeldía, una actividad fundada en el deseo de querer ser personas distintas y lograr ser y estar en el mundo de una forma determinada; el cuerpo es integral, cada movimiento tiene su propio sentido de acuerdo a su cultura (figura 8).

Las danzas no hacen parte únicamente del arte o de la cultura folclórica o representativa de un lugar. Las danzas son un camino que aporta al desarrollo del cuerpo, de la mente, del ser; pero las danzas son también deporte, en tanto reflejan felicidad al practicarlas, sin importar si estamos o no coordinados rítmicamente, porque su práctica como opción de un estilo de vida le abre el campo a la educación corporal de modo integral.

La educación no sólo en la danza, sino también en el deporte, desplaza lo evidente y da paso a lo importante; enriquece y satisface al ser humano, pues lo importante no es aprender un paso o hacer un giro, incluso mantener el ritmo; lo importante es que lo haces porque te gusta, no porque quieres cambiar tu esencia o tu cuerpo, sino porque quieres realizar una actividad distinta, que te proporcione libertad y tranquilidad respecto de quien eres, de lo que deseas ser.

A pesar de que los estilos de vida en los jóvenes universitarios estén mediados por lo que Dussel (año) llamaría la “razón moderna occidental” “de esta manera, la razón moderna es trascendida (pero no como negación de la razón en cuanto tal, sino de la razón violenta eurocéntrica, desarrollista, hegemónica). Se trata de una “Trans-Modernidad” (Dussel: Europa, Modernidad y Eurocentrismo, en Lander (1999),… (p.50) porque se han adoptado entre ellas y ellos costumbres ociosas

que impiden superar estas prácticas, la idea es que pueden dejar de ser discriminatorios, clasificatorios y clasistas, porque pueden des-sujetarse y no determinarse por la economía, la moda, las disciplinas de corporeidad, o un deseo físico de cambio por conquistar o avasallar a otras personas.

Los factores que deben determinar qué tipo de actividades queremos realizar y el motivo por el que queremos hacerlo está en la capacidad que tengamos de crear las condiciones de posibilidad para transformar nuestro ser, de modo que no esté influenciado, ni marcado por un régimen disciplinario cuyo único deseo es llevarnos al consumismo, sin importarle si nos podría o no formar íntegramente; básicamente, lo que interesa a la sociedad de consumo es el fin sin ver los medios. Por tanto, a las personas nos debería importar nuestra calidad de vida, la educación que tengamos para lograrla pero -sobre todo- tener claro qué es calidad de vida, la que -desafortunadamente para muchos- tiene significados vacíos de un sentido transformador.

3.1.2 Modelos corporales estereotipados en la educación superior. Propuesta metodológica para la impartición de la danza deportiva

Las culturas mediática y de consumo son las que poseen el poder de hacer que las personas sigan los distintos estereotipos corporales en nuestra sociedad y son las sensaciones las que estimulan las emociones que las impulsan a querer ser físicamente mejores; si se tiene en cuenta que hay modelos de vida para todas las edades, siempre se tiene un solo patrón que sobresale a los demás y es el de rostros con pieles tersas, cuerpos sin celulitis, estrías, moldeados, cabellos sedosos, etcétera; cualquiera que sea el producto que ofertan, a las mujeres, por ejemplo, siempre nos enseñan a desear ser aquella mujer perfecta que se ve muy bien gracias al uso de una determinada marca de ropa, un champú, una crema…

Por lo tanto, es ese mismo modelo el que siguen las personas jóvenes (como las que son mis estudiantes) y el motivo por el que se inscriben en electivas que estén relacionadas con prácticas deportivas o de gasto energético y, por supuesto,

el que -en algunos casos- les impulsa a someterse a cirugías estéticas que, actualmente, son un fenómeno creciente, gracias a que seguimos el modelo occidental, aunque se registran ya docenas de casos de jovencitas muertas por cirugías mal practicadas.

Cada vez son más las personas que se quieren someter a tratamientos para verse más jóvenes o físicamente mejores y, de esta manera, consideran que aumentan su autoestima, algo que, seguramente, sí ocurre así en algunos casos, pero la cirugía se trata de una solución a corto plazo ya que, posteriormente, por lo general, los cuerpos vuelven a su forma inicial, genéticamente hablando; porque, al final, no logramos nada con hacernos cirugías estéticas que mejoren nuestros cuerpos si no hacemos algún tipo de actividad física que apoye estos procesos, si no mejoramos nuestra alimentación o si no somos conscientes de que nuestro cuerpo no es así, originalmente, y que si personalmente no contribuyo de alguna manera a cuidarlo, los resultados nunca serán los esperados.

La crítica a “la sociedad de consumidores” radica en el deseo de cambiar lo que nos convierte en esclavos(as), a entender que somos parte de esa colonialidad del ser y, finalmente, estudiamos para hacernos profesionales y trabajar en función de ese deseo de ser mejores, pero no por nuestros conocimientos, sino por lo que poseemos, nuestras “riquezas” corporales y materiales. Mas lo que nos hace diferentes, mejores a los demás, no es el conocimiento intelectual, sino la envidia que produzcamos y los halagos que recibamos de los demás por lo que poseemos, por lo que se ve, no por lo que se percibe.

El diseño metodológico de los talleres realizados como parte del programa de las electivas de Bienestar Universitario de la Fundación Universitaria Monserrate pueden contribuir a una nueva forma de impartición de la danza no solamente como una actividad práctica deportiva, sino también, desde una perspectiva analítica, crítica y reflexiva que permite al estudiante, comprender la danza no solo como una actividad física que facilita la consecución de un estereotipo dado, sino en su verdadera dimensión de actividad deportiva decolonizadora del cuerpo. (Tablas 1, 2, 3 y 4) (Ver Anexos 1, 2, 3 y 4)

TABLA 1: TALLER 1 - RECONOCIMIENTO HISTÓRICO DE LOS CAMBIOS EN LA IDEA DEL CUERPO PERFECTO"

Evento: Taller #1 Aproximación al diálogo sobre la evolución histórica y el disciplinamiento de los cuerpos	**Objetivo Experiencial** Compartir las experiencias, sentimientos y esperanzas sobre las formas como nos vemos, sentimos y valoramos nuestros cuerpos.	**Objetivo de la actividad** Reconocer los estereotipos que han surgido desde el inicio del colonialismo
Producto o resultado esperado: Los estudiantes logran identificar, problematizar y cuestionarse sobre los estereotipos acerca del cuerpo que aún mantienen.		**Metodología:** En plenaria, presentación de diapositivas y análisis de cada imagen. Debate a partir de preguntas realizadas por la profesora.

TABLA 2: TALLER 2 - EL CUERPO CONTEMPORÁNEO: PRÁCTICAS DE NUTRICIÓN, CONSUMO, SEDENTARISMO, PROBLEMAS DEL PESO EN LA IDEA DEL CUERPO PERFECTO"

Evento: Taller # 2 Aproximación al diálogo sobre el disciplinamiento de los cuerpos.	**Objetivo Experiencial** Compartir las experiencias, sentimientos y esperanzas sobre las formas como nos vemos, sentimos y valoramos nuestros cuerpos.	**Objetivo de la actividad** Reconocer los estereotipos que han contribuido a una sociedad de consumo en busca de un cuerpo "perfecto".
Producto o resultado esperado: Las y los estudiantes logran identificar, problematizar y cuestionarse sobre los métodos utilizados por la sociedad de consumo para llegar a alcanzar el ideal del cuerpo estereotipado.		**Metodología:** En plenaria, se hará inicialmente una actividad rompe hielo. Presentación de videos. Para el análisis y debate a partir de preguntas realizadas por la profesora.

TABLA 3: TALLER 3 - LOS CUERPOS VIOLENTADOS: VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO, VIOLENCIA CONTRA LAS NIÑOS Y NIÑAS (DESNUTRICIÓN O SOBREPESO INFANTIL); TORTURA; RECLUTAMIENTO FORZADO

Evento: Taller # 3 Aproximación al diálogo sobre el disciplinamiento de los cuerpos.	**Objetivo Experiencial** Compartir las experiencias, sentimientos y esperanzas sobre las formas como nos vemos, sentimos y valoramos nuestros cuerpos.	**Objetivo de la actividad** Reconocer los cuerpos violentados, incluso si los estudiantes de alguna forma han violentado su cuerpo o el de otra persona.
Producto o resultado esperado: Las y los estudiantes logran identificar, problematizar y cuestionarse sobre los métodos utilizados por la sociedad de para violentar los cuerpos desde distintos escenarios, distintas		**Metodología:** En plenaria, la educadora presenta los videos y les pide que los analicen.

formas con objetivos diferentes.	

TABLA 4: TALLER 4 - APARIENCIA FÍSICA: ESTEREOTIPOS CORPORALES SEGUIDOS PARA MANTENER DETERMINADOS COMPORTAMIENTOS Y PARA LA SELECCIÓN DE UNA PAREJA

Evento: Taller # 4 Aproximación al diálogo sobre el disciplinamiento de los cuerpos.	**Objetivo Experiencial** Compartir las experiencias, sentimientos y esperanzas sobre las formas cómo nos vemos, y cómo valoramos a nuestra pareja.	**Objetivo de la actividad** Identificar si los/las estudiantes mantienen estereotipos corporales para elegir a su pareja o para juzgar algún tipo de situación vivida con la misma.
Producto o resultado esperado: Las y los estudiantes logran identificar, problematizar y cuestionarse sobre los estereotipos que mantienen para relacionarse con las personas.		**Metodología:** En plenaria, la educadora presenta los videos y les pide que los analicen.

Sobre el tema 4, en el grupo de la electiva danza “rumba aeróbica”, se realizó un taller en el que se mostraron a las y los estudiantes distintas imágenes o modelos corporales y se les planteaban tres preguntas, que debían responder individualmente, de modo confidencial, para que, de esta forma, se sintieran más libres de elegir la imagen que desearan. La primera pregunta era: Corporalmente, ¿con cuál de estas imágenes se siente identificado? La segunda pregunta era: ¿Cómo cuál de estas imágenes quisiera que fuera su cuerpo?, y, por último, si pudieras cambiar algo de tu cuerpo, ¿cuál cambiarías?

Las respuestas, a mi parecer, no están tan lejos de lo que imaginaba: en la primera pregunta, las respuestas estuvieron muy variadas, pues cada persona se veía según su realidad corporal, como realmente lucían; sin ningún inconveniente, lo reconocieron, independientemente de cómo fuese su aspecto físico.

Las respuestas a la segunda pregunta fueron muy sorprendentes, pues cada uno de ellos -tanto hombres como mujeres- se inclinaron hacia los cuerpos “perfectos”, moldeados y trabajados.

Para la tercera pregunta, en el grupo de 27 estudiantes (19 mujeres y 8 hombres), todas las mujeres dijeron que cambiarían alguna parte de su cuerpo fuese el busto, los glúteos, el abdomen, las orejas, la nariz, entre otros. De los

hombres, por su lado, 3 dijeron que cambiarían alguna parte de su cuerpo - específicamente de la cara (nariz y orejas), o que desearían ser más acuerpados.

A pesar de no ser una muestra considerable como para determinar que la tendencia de los jóvenes universitarios es cambiar su cuerpo y mejorarlo de cualquier modo - según su consideración - según lo que sea su comprensión de cuerpos mejorados, perfectos o bellos, sus repuestas sí son un motivo para pensar que, definitivamente, la tendencia de la sociedad y -en este caso- de los jóvenes, es al disciplinamiento corporal de forma consciente, y digo consciente, porque son ellos/ellas quienes toman la decisión de ser o no como lo dictan los lineamientos de la colonialidad del ser occidentalizada.[20]

Al respecto, dice Santiago Castro Gómez en su libro *Descolonizar la universidad, la hibrys del punto cero y el dialogo de saberes*, citando a Lyotard (1999, p.63) que, "la universidad debe ser capaz de formar ingenieros, constructores de carreteras, administradores, funcionarios, toda una serie de personajes dotados de capacidades científico-técnicas para vincularse al progreso material de la nación". (Castro-Gómez, 2007:80). Sin embargo, enseguida plantea que como el progreso moral de la humanidad debe aumentar, entonces ya no se trataría de educar únicamente en los aspectos académicos, sino de formar la condición humana de cada individuo, para que sean moralmente ejemplares, seres de bien, que contribuyan a los procesos de cambio y mejoramiento cultural.

Ahora bien, me voy a referir en este caso –específicamente- al verdadero interés del poder por educar académicamente y la importancia de educar para humanizar a la sociedad. La colonialidad del saber es constitutiva de la colonialidad del ser, y es así como lograr el control de una llevaría al control de la otra. Si analizamos el tipo de educación que se imparte en la mayoría de las universidades en Colombia, podemos observar que, lejos de ser al menos constructivista[21] y (ojalá) crítica[22], que implique que los procesos de conocimiento

[20] Comportamientos que se rigen a tendencias occidentales como el consumo de métodos corporales invasivos, para sentirse mejor con su propio ser y con los demás, lograr físicamente una mayor aceptación.

[21] "Podría decirse que, de forma intuitiva, desde los niveles más primarios e implícitos, los seres humanos somos realistas. Creemos que la realidad que conocemos es una copia exacta de la realidad. Pero esta

escolar sean trasformadores, se trata más bien de una educación reproductora de contenidos académicos que preparan a las personas para ser competitivas donde memorizan contenidos.

No se trata de medir la inteligencia desde la repetición de textos o discursos, es que ni siquiera debería ser medida ya que cada persona tiene distintos tipos de inteligencia como por ejemplo (musical, corporal y cenestésica, lingüística, lógico-matemática entre otras), es como si estuvieran en una carrera de atletismo en la que gana quien sea más veloz, pero sin técnica, sin el análisis de las distintas formas de correr y llegar a la meta, sin ética, donde el objetivo principal es el éxito económico y donde no se comparten conocimientos o ideas, porque ni siquiera en el atletismo (especialidad velocidad) el campeón es quien corra siempre igual y no mejore su técnica, todo lo contrario, después de horas de entrenamiento físico, la aplicación de distintas técnicas y normas, el ganador debe ser quién físicamente esté mejor preparado.

La educación por competencias incentiva al análisis, la construcción, no sólo laboral, sino de un buen estilo de vida o proyecto de vida, con deseos de estar indagando y buscando respuestas a sus dudas y solución a la diversidad de situaciones que encontraremos, ubicar y reconocer ese lugar de enunciación donde lo único importante no seamos cada uno y nuestro propio interés.

La pedagogía crítica no reduce la práctica educativa al dominio de las metodologías, sino que enfatiza, en cambio, la importancia de comprender lo que realmente ocurre en las aulas y en otros contextos educativos a través de preguntas tales como ¿cuál es la

afirmación entra en confrontación profunda con la única idea del constructivismo, una posición epistemológica que sostiene que lo que nosotros conocemos es la construcción que podemos hacer de la realidad, que, por definición es una reconstrucción, “un mapa del territorio”, y considera también que, en el hecho de conocer, nos construimos nosotros mismos durante el proceso. Si uno está de acuerdo o no con esta posición determina cómo uno actúa en el aula. Porque quien así piensa tiene la certeza de la importancia de la opinión del otro, está convencido de que existen varias perspectivas posibles sobre una misma realidad y considera, además, que tiene que enseñar a sus estudiantes a tomar conciencia de ello, a superar el realismo” (Martín, Elena, 2008, p.60).

[22] La “Pedagogía crítica, enfatiza la reflexión crítica, generando un puente entre aprendizaje y vida diaria, comprendiendo el vínculo entre poder y conocimiento difícil y extendiendo derechos e identidades democráticas, a través del uso de recursos de la historia”. (Giroux, 2013 , p. 16)

> relación existente entre el aprendizaje y el cambio social?, ¿qué tipo de conocimiento tiene más valor?, ¿qué significa saber algo? (Giroux, 2013, p. 15)

La apuesta es a lograr preguntarnos si es realmente cierto o no aquel conocimiento práctico o teórico impartido y retarlo, estimulando de alguna manera aquella conciencia que puede hacerme dudar de lo que creeríamos saber o no, es saber algo desde el propio sentido del análisis, como diría Giroux, desde la conciencia crítica.

Es posible cuestionar aquella educación que, de forma muy sutil, en muchas ocasiones es represiva, que no da pie a dar respuestas propias y mucho menos cuando estás podrían ser liberadoras. Podríamos dejar de ser aquel sujeto, que tiene sus normas de comportamiento, como un robot, o una máquina de trabajo, del que su creador hace lo que desee, con unas características y formas determinadas, siempre al servicio específico del algo o alguien.

Franz Fanon, por ejemplo, le apostaba a distintos métodos diría yo, educativos, con respecto a lo acontecido con millones de personas africanas llevadas a la fuerza a América en la época de la esclavitud y lo hacía aportando a la identificación de las distintas formas de racismo y de colonialidad. Fanon, desde su lugar de enunciación, trasgredía cada disciplina, él planteaba la necesidad de cambiar las formas de pensar sobre la manera como se usaban las ciencias occidentales, la propuesta era ganar espacios donde se pudiera pensar y actuar diferente, de una forma descolonizadora.

Sin embargo, hoy en día ni educadores ni estudiantes reconocemos las formas contemporáneas de sujeción o esclavitud, ni sus formas de operar, dentro de las “sociedades de control” que señalaba Deleuze; simplemente, somos nuevamente esclavos intelectuales que reproducimos conocimientos que impiden el análisis de la totalidad social y la superación personal, académica y corporal, en una mirada desde horizontes más amplios sobre la educación física, específicamente.

3.2 Respuesta práctica actual de la educación física y la danza en la escuela a los modelos de consumo

Quisiera empezar este apartado planteando la siguiente pregunta: ¿Qué paradigmas orientan los estilos de vida que mantienen una influencia en la educación superior?

Si bien existen distintos estilos de vida, no influyen todos de la misma manera en la educación superior; podríamos mencionar algunos rasgos distintivos de ellos, como el consumo de distintas sustancias como el tabaco, el alcohol o los estupefacientes; la acción centrada en la autoimagen, las rutinas que construyen la cotidianidad de la vida escolar; la afición o deseo de desarrollar una actividad deportiva, el enfoque en la labor académica, la manera sedentaria de pasar la vida; las prácticas de sexualidad e, incluso, las relaciones con las demás personas, entre otros. Todos ellos van cambiando, según la edad; cuando estamos entre los 11 y 13 años es muy posible que aún la tendencia sea seguir las instrucciones de los padres/madres o personas adultas y el deseo de estar en casa y salir con ellos. Sin embargo, entre los 14 y los 16 años, las cosas van cambiando y queremos salir con nuestros amigos/as a tener nuevas experiencias.

Es, en ese momento, donde son vitales la formación, los valores y costumbres que hayamos adoptado desde casa, pues somos muy vulnerables a permitirle la entrada a otros estilos de vida que nos podrían perjudicar (o no), para siempre. Estos chicos y chicas son una muestra de lo moldeable que puede ser un cuerpo y, por supuesto, el ser, según los lugares o personas que frecuenten, sus entornos y formas de construcción como sujetos, así será su comportamiento en un futuro.[23]

Este proceso continúa durante la juventud y, al ingresar a la educación superior, la tendencia es a cambiar ese estilo de vida escolar, para pasar a llevar uno que podría ser muy similar al que teníamos anteriormente, o cambiarlo por completo,

[23] La etapa de estas chicas y chicos estudiantes de colegio se caracteriza por cambios drásticos y rápidos en el desarrollo físico, metal, emocional y social, que provocan ambivalencias en el proceso de búsqueda de equilibrio consigo mismos y con la sociedad a la que desea incorporarse. (Relaciones padres/madres e hijos/as y estilos de vida en la adolescencia).

dependiendo de factores nuevos que entran en juego: las y los jóvenes universitarios adquieren más responsabilidades, de echo en su mayoría, muchos estudiantes de universidades públicas y privadas trabajan para lograr pagar su educación. Pero si lo consideran mejor, también optan por relacionarse con otras personas, con quienes se continúa o se incrementa -en algunos casos- el consumo de tabaco, alcohol y quizás drogas. Otros, en cambio, por sus responsabilidades académicas y laborales, se convierten en personas 100% sedentarias, quedándose sólo con el recuerdo de la participación en sus actividades deportivas y artísticas durante su etapa escolar y, en el mejor de los casos, están quienes sí practican algún deporte o realizan la práctica de alguna actividad extra que puede ser parte también de su vida académica, según el pensum universitario.

Ahora bien, podemos entonces preguntarnos ¿cuál es el aporte de la educación física y la danza, en específico, para llevar en aumento los estilos de vida sanos, que proporcionen calidad de vida?

En Cuba, por ejemplo, durante cualquier proceso académico superior, asignaturas relacionadas con el deporte, específicamente la educación física hacen parte del pensum. Ésta tiene que ser impartida y recibida durante los 2 primeros años de toda carrera, de forma obligatoria y de no ser aprobada, retrasaría los estudios de cualquier estudiante, lo que quiere decir que, se le da tal importancia a la práctica del deporte, que hace parte de todos los programas académicos, sin excepción.

Por otro lado, en Colombia se opta por ofrecer algunas actividades enfocadas al deporte y la danza casi siempre como espacios electivos, en los que es el/la estudiante quien escoge recibir o no este tipo de clases, lo que hace que sea muy difícil lograr una respuesta positiva a invitaciones para realizar este tipo de práctica y contribuir así a los cambios de los distintos estilos de vida.

Lo complicado, entonces, es lograr que el estilo de vida de estos/as jóvenes sea activo, en relación con una estrategia que involucre cualquier tipo de actividad física que conlleve a un esfuerzo mayor al que se hace diariamente, que les aporte

herramientas para lograrlo y que, finalmente no se convierta necesariamente en una asignatura obligatoria, sino que sea parte de sus vidas.

Quizás la respuesta que realmente corresponde es que, si bien a los/las jóvenes les causa pereza desarrollar cualquier práctica relacionada con algún esfuerzo físico (danza o deporte), también todos/as tienen muy claro que, no hacer este tipo de prácticas, determina o no mantener estilos de vida activos y sanos, por lo que es indispensable vincular este tipo de actitudes con la psicología del ejercicio y descubrir -de alguna manera- que su negación también está relacionada con la forma de ver este tipo de prácticas. Es decir, el ejercicio les produce sensaciones de cansancio físico y no ven resultados a corto plazo; todo lo contrario, se ven, a largo plazo, que ello no les proporciona ganancias económicas y consideran que les "quita tiempo" para trabajar o estudiar en algo enfocado con su carrera que sí les produciría algún beneficio económico.

En algunos casos no realizar ejercicio físico se debe a que estos/as alumnos/as tienen algún tipo de lesión física, aunque ello crea un tabú que los hace considerar que no serían aptos físicamente para la danza o la educación física. Y, por último y sin poderlo dejar de lado, existe la motivación que proviene del propio cuerpo, puesto que es él quien juega un papel muy importante, para estar o no dispuestos a ejercitarse o para trazarse objetivos, tales como adelgazar o aumentar el tono muscular, ya que todo ello puede aumentar o disminuir el deseo de cambiar o mejorar el estilo de vida.

En un estudio efectuado en la Universidad Autónoma de Barcelona a 192 estudiantes (93 mujeres y 102 hombres), los resultados asombrosamente arrojaron que las mujeres son más sedentarias que los hombres, debido a que no les gusta la competición y porque -por lo general- buscan resultados a largo plazo, como bajar de peso o mejorar su aspecto corporal. Con los hombres, ocurre lo contrario según esos resultados, debido a que ellos, al ser más competitivos, disfrutan el ejercicio, lo que les permite aumentar el deseo de practicarlo y obtener resultados que no han sido, desde el inicio, su principal objetivo. (Blasco T., et al, 1996:18).

Aunque el estudio se realizó hace 21 años, sus resultados no están muy lejos de lo que pasa en la actualidad, en nuestro medio. Por ejemplo, podemos observar que algunos hombres realizan prácticas deportivas en su tiempo libre, juegan al fútbol, baloncesto, se inscriben en torneos de barrio, siendo estos los deportes más comunes en nuestra sociedad y porque, en cualquier lugar, podemos encontrar canchas donde se puede hacer este tipo de actividades. Sin embargo, la mayoría de varones rechaza actividades que están relacionadas con el baile o la danza, incluso cuando están adscritas a prácticas deportivas, como la zumba[24] o los aeróbicos, por causa de pensamientos machistas, que impiden que se sientan libres de realizarlas.

Por consiguiente, el resultado de este tipo de estudios señala a las mujeres como personas que no realizan ningún tipo de actividad deportiva. Pero allí es donde estoy en desacuerdo, porque hay un término que se confunde: el de actividad física con deporte (ver capítulo uno). En ese sentido, las mujeres diariamente realizamos tantas actividades como nos sea posible, repartiendo el tiempo entre el trabajo, el estudio, la educación de los hijos o hijas y los quehaceres de la casa, en las que quemamos tantas calorías como si realizáramos una sesión aeróbica diaria de 45 min aproximadamente (entre 50 y 200 calorías).

Lo anterior quiere decir que somos mucho más activas que los hombres, que, por lo general, trabajan o estudian únicamente (en una sociedad patriarcal). Por lo tanto, podemos afirmar que las mujeres no somos sedentarias, en general. Sin embargo, la mayoría de nosotras no hacemos actividades deportivas, las cuales tienen otro objetivo distinto del que tienen las responsabilidades diarias, por lo que sus resultados son completamente distintos.

Lo interesante sería modificar estos estilos de vida, que la práctica de actividades deportivas o dancísticas, fueran parte de nuestra vida, que activen nuestro cuerpo, sin importar los objetivos de corporeidad estereotipados que con

[24] Zumba es una disciplina *fitness* creada a mediados de los noventa por un colombiano, enfocada, por una parte a mantener un cuerpo saludable y, por otra, a desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo, mediante movimientos de baile, combinados con una serie de coreografías aeróbicas, con ritmos latinoamericanos.

el tiempo -cada vez más- han modificado nuestro propósito y el significado de calidad de vida.

3.3. La danza como posibilidad de crítica al consumo cultural del cuerpo

Las dudas y preguntas sobre el cuerpo han estado presentes desde siempre, y se han relacionado con la sexualidad, la estructura corporal, la forma del cuerpo, sus movimientos; todo ello siempre ha girado alrededor de un paradigma social que, en muchos casos, ha llevado a que el manejo de los cuerpos sea un tabú. Sin embargo, antropológicamente, como dice Ana Sabrina Mora (2011), los cuerpos han estado más presentes en el debate académico desde finales del siglo XIX.

Son dos los aspectos fundamentales que, desde la antropología, han sido determinantes para abordar el tema del cuerpo desde la modernidad; uno de ellos es la disputa epistemológica sobre el origen de la especie humana y, por otro lado, las relaciones entre la naturaleza y la cultura, lo que constituye -de alguna forma- la relación cuerpo-danza que nos ocupa aquí, la cual hace parte de cualquier cultura.

Pero, recapitulando, podríamos decir que el cuerpo es historia, cultura y sociedad, porque desde la existencia del ser humano es su esencia, cuenta la historia de la evolución, adaptación y episodios de destrucción del ser humano hasta nuestros días, a la par que representa la cultura, con sus movimientos e interpretaciones y, por medio del cuerpo, podemos observar las diferencias sociales existentes en una comunidad determinada.

El cuerpo se amolda a su momento histórico. Influenciado o no, es adaptable y disciplinado y su comportamiento es la representación de esas tendencias accidentales que contribuyen al desgaste o trasegar cultural.

En ese sentido, Mora (2011), afirma –retomando palabras de Judith Butler- que: “Los cuerpos no sólo tienden a indicar un mundo que está más allá de ellos mismos; ese movimiento que supera sus propios límites, un movimiento fronterizo

en sí mismo, parece ser imprescindible, para establecer lo que los cuerpos son" (2005.11).

Los cuerpos están sujetos a taxonomías; es decir, están siendo constantemente clasificados; sin embargo, si se le da una mirada desde lo que ha representado para América Latina la colonialidad del poder y del ser, se observa que las tendencias de esos cuerpos disciplinados no son más que el objeto mismo de las modas, las dietas, el consumismo, la economía y la esclavitud no solo laboral, también estética.

CONCLUSIONES

Cuando inicié este trabajo, me preguntaba ¿por qué la enseñanza de la danza y el deporte en la educación superior estaban influenciados por estereotipos de la cultura occidental, pero más que la enseñanza, observaba constantemente que las personas que desean realizar alguna práctica enfocada a alguna de estas especialidades (que pueden ir de la mano), llevan en sus objetivos y comportamientos la misma influencia predominante de un tipo occidental de cuerpo?

El trabajo aquí presentado me hizo descubrir que mucha gente vive idealizando estereotipos corporales que, de modo imperceptible, deterioran la dignidad del ser humano, convirtiéndoles, llevándoles, al servicio del consumo. Por tanto, pensé en trazarme como objetivo analizar este fenómeno y, desde mi lugar de enunciación, indagar cómo podría intentar descolonizar los cuerpos de mis estudiantes, para que, de modos críticos, ellas y ellos mismos reconozcan y descubran que son seres humanos que comportan estereotipos corporales, los cuales no son naturales respecto de unos atributos fijos, sino que se *incorporan* en sus formas de ser y estar, por causa de la colonialidad del poder y del ser.

Para hacerlo, empecé desarrollando las distintas formas como se produjo la ejercitación de los cuerpos históricamente, y anotar que, por la evolución del ser humano, estos se han ejercitado con objetivos distintos, bien fuera para la supervivencia, para estar preparados y actuar en defensa propia contra los animales silvestres, cuando los factores del medio les obligaban a realizar este tipo de actividades y ello -por supuesto- justificaba la preparación física, realizada de forma no consciente. Sin embargo, dichas actividades no eran reconocidas como educación física, porque esa denominación como tal se produciría mucho tiempo después, como parte de las narrativas de la modernidad occidental.

Así, de acuerdo al relato precursor de Occidente, cuando ya era reconocida la importancia de la educación corporal o física, sin usarse este nombre (algo que ocurriría siglos después), diversos lugares, según sus necesidades políticas, económicas, sociales o culturales, fueron aportando técnicas, tácticas y

especialidades distintas a la educación física; por ejemplo, en China, Esparta, Atenas, Grecia e inclusive, en América, se daba una relevancia distinta a este tipo de formación, al lado de otros aspectos vitales.

Sin embargo -en mi opinión- estos entrenamientos físicos se aprovecharon de forma negativa en épocas de la historia -hasta cuando se configuraron los Estados-nacionales, debido a que se enfocaban en la preparación para las guerras, la destrucción de la naturaleza, para generar relaciones de poderío en función siempre de un bien económico.

Este enfoque de educar cuerpos para la guerra fue cambiando y, poco a poco, se distinguen prácticas *deportivas* del entrenamiento militar. Ahora bien, el deporte se utilizaba de forma extra-escolar, algo positivo, porque -de alguna manera- permitía a las personas realizar actividades que aportaban a la formación de social de sujetos activos.

Más tarde, al convertirse en una actividad obligatoria en los programas educativos, el deporte dejar de ser una práctica más recreativa, para pasar a ser una asignatura, ante lo cual ese objetivo, lejos de crear un hábito por quienes lo practicaran, logró que la sociedad -en su mayoría- la rechazara y pensara que todo aquello que exija esfuerzo físico es sinónimo de cansancio y poca inteligencia intelectual, sin tener en cuenta que existe una gran variedad de disciplinas deportivas y que, por lo tanto, para realizar cualquier labor física, se necesita específicamente de un tipo de inteligencia distinto; por ejemplo, para practicar deportes o actividades artísticas, es necesario tener una inteligencia corporal cinestésica.

En desarrollo de estas actividades, desafortunadamente, las mujeres también han sido víctimas de abusos y exclusiones, por ser catalogadas como “el sexo débil” para desempeñarse en este tipo de prácticas, motivo por el cual se remarcan diferencias en el ejercicio deportivo; por ejemplo, se naturaliza que son las mujeres las que practican de modo principal la danza, rol que, a la vez se les asigna como quienes se encargan del hogar, de los hijos e hijas y que el hombre es quien hace los trabajos difíciles y lleva el dinero al hogar.

A pesar de que esta creencia ha ido cambiando en cuanto a la ampliación de los campos de actuación de hombres y mujeres, gracias a las luchas por la equidad entre los géneros, aún observamos en distintas culturas el arraigo a estos comportamientos estereotipados.

Ahora bien, las danzas -al igual que el deporte- son la forma que tenemos para ejercitar el cuerpo, realizando actividades placenteras de interés personal y de sociabilidad; son una forma de expresión que está relacionada con el diario vivir, puede ser utilizada para experimentar distintas sensaciones y del mismo modo, mostrarlas a los demás. Cuando se relacionan el deporte y la danza como parte de él, encontramos que, definitivamente las dos son maneras de divertirse mientras preparamos nuestro cuerpo físicamente.

Por mi experiencia en el trabajo docente y lo que descubrí respecto de las definiciones de cada una de estas dos ramas de la educación física, me atrevo a corroborar que la danza y el deporte entrañan en conjunto la expresión corporal como una sola dimensión interrelacionada y que las dos se trabajan conjuntamente.

De hecho, una interactúa con la otra, de manera complementaria y armónica; por ejemplo, cuando en mis clases trabajo los aeróbicos, zumba, danza ritmo-latino, me doy cuenta que quienes son parte del grupo ejercitan su cuerpo, mejoran su salud, se divierten, expresan con su cuerpo los ritmos que son de su agrado y los que no y dan muestra de la relación estrecha que tienen con la actividad física, deportiva y la danza.

Este tipo de actividades deben ser utilizadas en las escuelas no para arraigar o reforzar estereotipos de género y sobre el cuidado del cuerpo, sino, todo lo contrario, para que los/las estudiantes descubran que el disfrute y la felicidad no está en lograr cuerpos bellos; que no es necesario que la sociedad nos acepte cuando nosotros/as mismos/as, ya nos aceptamos y reconocemos al otro/la otra como distinto/a físicamente, sino como igual -en el respeto de la diferencia cultural-, frente a las posibilidades de relacionarse y lograr los objetivos de socializar, interactuar y ampliar el horizonte de las relaciones entre personas.

Puede sonar a frase de cajón, pero el deporte y la danza que se practica como tal, es la puerta que se abre a la posibilidad de construir estrategias para afrontar la colonialidad del ser y del poder que se ha arraigado en las personas, las culturas y las sociedades y cuya crítica contribuye a cuestionar, con miras a cambiar sus formas de actuar y ejercer poder sobre otras personas.

Maldonado Torres fue, de ese modo, uno de los autores que me inspiraron a reconocer y enfrentar esa colonialidad del ser; su hipótesis y argumentos corroboran que, desde la pedagogía, se pueden descubrir y trasformar comportamientos que tienen impactos negativos en la sociedad.

Pero no sólo los educadores y educadoras; los planes y programas de estudio están relacionados con la educación del cuerpo; la política lo está de forma más directa, en tanto modos de gobierno de sí y de los otros, en lo que Foucault denomina biopolítica, que termina convirtiéndose en corpo-política, que es la encargada de re-crear los estereotipos.

En este trabajo, he explicado cómo dicha corpo-política convierte al deporte y a la danza en una práctica comercial, que genera rentabilidad económica, promoviendo estándares homogeneizantes sobre la belleza, obtenida en gimnasios, o mediante dietas para alcanzar medidas únicas, ropas “apropiadas”, y que, para lograrlo, se puede (o se debe) recurrir a cirugías, fajas, y otros elementos. En ese contexto, la educación física, los aeróbicos, la danza, son dispositivos que ofrece también el mercado con el fin de generar un consumo indiscriminado, sin importar las consecuencias negativas que esto pueda traer en la vida y el bienestar de las personas.

Caemos en este juego, sin pensar en la afectación a nuestra salud. A la sociedad de consumo -por lo general- sólo le importa la apariencia física, y si alguien está lejos de ese prototipo para que realmente sea aceptado/a, se encontrará excluido, porque en la cultura neoliberal no será posible satisfacer las necesidades de la sociedad consumista, dado que su principal objetivo es vender, consumir, desechar; es como si no lográramos saciar ese deseo de belleza perfecta; entre más nos acerquemos a ese estereotipo corporal, más lejos

estaremos de alcanzar el bienestar, porque cada vez será más distante de la autenticidad de los cuerpos.

Foucault enseñó en el camino recorrido en este trabajo, que estamos dominados, controlados, disciplinados corporalmente; solo cuando lo leí, reconocí que -desde siempre- he estado envuelta en un mundo que educa a imagen y semejanza de sus necesidades mercantiles: el hecho de educar exigiendo uniformes y horarios estrictos, formas y estructuras detalladas que dan muestra de ese disciplinamiento del que somos víctimas cada día, no permitir que sean los estudiantes quienes aporten a las clases en el caso específico de la danza y el deporte, ser cómplices de una formación sesgada que no libera, sino que está al tanto de un comportamiento determinado, porque es el que -según cada institución educativa- da el conocimiento necesario para ser *competitivos* laboralmente; somos esclavos de las necesidades económicas del poder corporativo y esto hace que trasformemos al ser, no permitiéndole ser auténtico.

Es necesaria una emancipación educadora que permita la conformación de espacios en los que los maestros y maestras le den posibilidad a la creación de planes y programas para la impartición de sus clases que no excluya ni diferencie.

Epistémicamente, desde mi perspectiva y desde lo que fue el recorrido durante la formación de maestría en educación, hasta llegar a la reflexión que puedo hacer hoy, puedo ver y analizar sistemas de poder que intervienen directamente en la formación no sólo académica, sino también la del ser de los y las estudiantes, disciplinando y estereotipando su identidad, sus cuerpos, mostrando así una realidad inexistente de belleza y cuerpos perfectos, cuyo efecto es impedir la liberación y descolonización del cuerpo.

Sin embargo, lograr mostrar a mis estudiantes, durante cada clase, opciones de estilos de vida sanos que pueden llevar y, teniendo como posibilidad las electivas de aeróbicos, danza rumba aeróbica, zumba entre otras, alcanzar a valorar este espacio no como una opción de mejorar o cambiar físicamente, sino como la posibilidad de trasformar el ser, construyendo un proceso que, a pesar de ser largo y lento, da la oportunidad de formar personas que logren hacer un

desprendimiento real de lo que hasta hoy ha sido el disciplinamiento por esa colonialidad del ser y del poder.

Talleres en los que se combine la crítica con el ejercicio físico, son una propuesta que permite impartir mis clases de danzas como práctica deportiva de una forma distinta, desde una teoría no impartida como conocimiento único, sino como un escenario de reflexión y análisis que dé inicio a formas distintas de entender y ver el cuerpo, además de permitir no sólo desde la aplicación de estos talleres, sino desde el inicio de la investigación, reflexionar respecto de mis saberes, lograr identificar esas formas de colonialidad del ser, enmarcadas desde relaciones de poder patriarcales y jerárquicas, para comprender que, desde un escenario como las aulas puede identificarse un punto de partida para un proceso académico distinto, que no forma desde el "único conocimiento del/la educador/a", sino que tengo la oportunidad de considerar y aplicar la educación en danzas como una práctica deportiva liberadora.

Dejar ser a mis estudiantes, permitir que hagan propuestas que irrumpan en su formación "cuadriculada", como personas, que la danza no sea -en este caso en específico- una disciplina estructurada en la que sea más importante marcar los conteos, exhibir movimientos coordinados, entre otras aptitudes necesarias para el desempeño de la danza profesional, sino que, por el contrario, se convierta cada clase -tanto práctica como teórica- en una forma de diversión, recreación y valoración de lo que somos y podemos ser y hacer; que, desde allí reconozcamos un estilo de vida en el que no esté involucrado el disciplinamiento y moldeamiento corporal, enfocado al cumplimiento de los estereotipos de belleza existentes en Colombia.

Escuchar las voces de mis estudiantes fue un ejercicio que me dio la posibilidad, además, de tener resultados para la investigación que estaba haciendo, de obtener respuestas y confirmar que la colonialidad del ser y del poder son las responsables del seguimiento a los estereotipos de belleza. Adicionalmente, fue posible reflexionar sobre la idea planteada por Martín Packer sobre la de la reflexividad, la cual significa una mirada crítica a la propia praxis o

práctica pedagógica y -de esta forma- dialogar con los distintos autores y con la teoría planteada, logré ver cómo, por medio de la reflexión efectuada en esta tesis, se recupera un lugar para la teoría de la danza como práctica deportiva y. por supuesto, de la educación física; solo así fue posible hacer esta aproximación.

La división de género se observa directamente en las clases de educación física; en repetidas ocasiones, el maestro diferencia las actividades de las mujeres con las de los hombres, se forman filas separadas de mujeres de hombres. Se diferencian los ejercicios; por ejemplo, algunos como las flexiones las hacen distintas los hombres que las mujeres. La educación es jerárquica y en las edades escolares iniciales se ve cómo, según el sexo, se corresponde el juego o el elemento con el que se juega, y el deseo de los padres/madres es que sus hijos varones jueguen al futbol o un deporte de contacto rudo y las mujeres hagan ballet, danza contemporánea, folclórica o -en el peor de los casos- que sean modelos. Los juegos y estas tendencias deberían ser trasformadas, tanto a niños como a niñas debería permitírseles jugar con el juguete que quieran, sin pensar que –posteriormente- eso los hará homosexuales/lesbianas y los hombres no deben ser discriminados porque tengan tendencia a la práctica de la danza o la instrucción aeróbica.

Un rasgo de la sociedad patriarcal es la discriminación sexual y la asignación de roles fijos de género a las personas; al mismo tiempo esa misma sociedad hetero-patriarcal es la que impulsa y promueve estereotipos basados en el género y la orientación sexual, haciendo ver a la mujer como el “sexo débil”, y esto se hace de igual forma evidente en la contratación de profesionales del deporte. Por lo general, las instituciones educativas y de formación deportiva prefieren al hombre para dirigir actividades como ejercicios de gimnasio, fortalecimiento corporal, entrenador físico e incluso profesor de educación física y a la mujer para dirigir danzas o aeróbicos.

Considero que las habilidades de una maestra o maestro de educación física no deberían ser medidas por el género, sino a cambio, se deben hacer las pruebas

necesarias tanto a hombres como a mujeres para conocer quién tiene mayor conocimiento y quien se desempeña mejor, según sus capacidades.

Los sistemas educativos no contribuyen mucho a la descolonización del cuerpo; por el contrario, en la mayoría de nuestras instituciones educativas se mantienen y fortalecen tendencias que estereotipan los cuerpos desde el mismo momento de la creación de los programas, hasta la impartición de la clase, incluso se estereotipa al cuerpo para la contratación de profesionales del deporte, como lo mencioné anteriormente, cuando quien tiene sobrepeso, es estigmatizado(a) y automáticamente se le niega la posibilidad de desempeñarse en determinado cargo enfocado a la práctica deportiva.

Con respecto a los programas de educación física en la educación superior, considero que no son suficientes, las prácticas deportivas y artísticas no son variadas, y que en ello influye mucho el estilo de vida de los/las estudiantes. La preocupación por los resultados académicos sobrepone la necesidad de llevar una vida físicamente activa; tampoco se da a estas actividades la importancia que requieren, diferente sólo en el caso de prepararse un/a estudiante como profesional del deporte, donde por convicción se estudia esta especialidad y se cumple con el pensum de la universidad.

Por este motivo, impacta en los/las estudiantes que la enseñanza de la educación física tenga lugar únicamente dentro de actividades extra-escolares o electivas, ya que no se logra obtener grupos en la cantidad ideal para las prácticas.

El deporte (y la danza), no se ven como un hábito corporal, sino en algunos casos, como requisito para obtener un título universitario. El sedentarismo también es una problemática grave, que influye de manera negativa en los comportamientos de los/las estudiantes y quienes asisten a las clase o prácticas por lo general tienen como objetivo meramente mejorar su aspecto físico.

En lugar de disminuir con cada actividad, los problemas de género por la influencia de nuevos y antiguos estereotipos van en aumento, ya que los paradigmas neoliberales se encargan de fortalecer aspectos de la banalidad y la

superficialidad del consumo; seguimos creyendo en la apariencia y el cuerpo perfecto, en que es aquella la que vende y me hace exitoso/a.

Todo lo anterior me permite formularme más preguntas, que requerirán un trabajo posterior, dirigido a trascender este ejercicio investigativo inicial desarrollado en esta tesis:

1. ¿Cómo sería posible cambiar desde la danza y el deporte el pensamiento occidental estereotipado que cada día se observa en todas las actividades que realizamos?
2. ¿Cuáles son las razones que hacen que los estereotipos corporales se asuman como un estilo de vida que hace más feliz a quien los siga?
3. ¿La educación física al igual que la danza está colonizada por el poder y el saber debido a que somos los maestros y maestras quienes le damos entrada a esta tendencia?
4. ¿De qué modos el disciplinamiento corporal continuará siendo parte de la educación en Colombia? ¿será posible una educación emancipadora donde se eduque sin necesidad de seguir patrones de comportamiento exigidos por la institución escolar?
5. ¿Por qué razones el sedentarismo es parte de la cultura colombiana? o ¿se aprende a ser sedentario por los estilos de vida que llevamos?
6. ¿Los distintos estilos de vida, son el reflejo de los sistemas de poder?

REFERENCIAS Y BIBLIOGRAFÍA

Alcaldía de Bogotá. (2014). Constitución Política de Colombia 1991. Obtenido de Asamblea Constituyente: http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=4125

Amigot Leache, P. and Pujal i Llombart, M. (2006). Ariadna danza: lecturas feministas de Michel Foucault. *Athenea Digital. Revista de pensamiento e investigación social*, [en línea] (9), pp.100 - 130. Disponible en: http://atheneadigital.net/issue/view/n9 [Acceso: 17 Aug. 2016].

Araya Espinoza, A. (2006). El Castigo Físico: El Cuerpo como Representación de la Persona, Un Capítulo En La Historia Dela Occidentalización De América, Siglos Xvi-Xviii. *Historia. Instituto de Historia Pontificia Universidad Católica de Chile.*, 2(39), pp.349 - 367.

Baudrillard, J., Bixio, A. and Alonso, L. (2012). *La sociedad de consumo*. 1st ed. Madrid: Siglo Veintiuno de España.

Benjumea, E. (2016). *Mi cuerpo fue un territorio de guerra*. [Video] Montes de María, Bolívar, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=3W7mlFWG4sk [Acceso: 12 Mar. 2017].

Bermúdez López, E., Cañas Vélez, S., Sogamoso, F., Velázquez Castillo, P. and Salazar Roncancio, B. (2008). *Bogotá, Cuerpo territorio de decisiones*. [Video] Bogotá: IED - Institución Educativa Distrital. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=Sg9Jb61xmSA [Acceso: 12 Mar. 2017].

Blasco, T (1996). *Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios.* Revista de Psicología del Deporte. Vol 5, Núm 2 (pág 51 – 63). Obtenido de: http://www.rpd-online.com/article/view/46/46

Bourdieu, P., & Passeron, J. (1998). *La Reproducción* (1a Ed.). México, D.F.: Fontamara.

Buster, F. (2012). *La Educación Física hace parte de los programas educativos*. [Figura]. Obtenido de http://educacionfisicafmg.blogspot.com.co/2012/09/linea-del-tiempo-de-la-historia-de-la.html

Campaña contra la obesidad. (2014). [Video] Strong4Life.com. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=Z3GdX_pELos [Acceso: 10 nov. 2016].

Castañer. M. (2001). *El potencial creativo de la danza y la expresión corporal*. Instituto avanzado de Creatividad Aplicada Total. Santiago de Compostela, España. http://educreate.iacat.com/Biblioteca/Educreate.%20Marta%20Casta%C3%B1er%20Balcells.%20El%20potencial%20creativo.pdf?cPath=2_19&products_id=60

Castro-Gómez, S. (2005) *La hybris del punto cero* ciencia, raza e ilustración de la nueva granada (1750 - 1816) Editorial pontificia universidad javeriana, 2005.

Cortez, D. Et. al. (2016). Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes. En *Revista Mexicana de Trastornos* alimentarios. Vol. 7 No. 2 jul/dic. 2016.

De Rueda. B & López. C. (2013). Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones. *Revista Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, Nº 24, pp. 141-148.

Deleuze, G (1991). *Posdata sobre las sociedades de control.* El lenguaje literario, Tº 2, Ed. Nordan, Montevideo, 1991. Obtenido de: http://www.fundacion.uocra.org/documentos/recursos/articulos/Posdata-sobre-las-sociedades-de-control.pdf

Deleuze, G (2006). *Post-scriptum sobre las sociedades de control*. Polis [En línea], 13 | 2006, Publicado el 14 agosto 2012, consultado el 05 mayo 2017. URL: http://polis.revues.org/550

Díez Mintegui, Carmen (1996). *Deporte y construcción de las relaciones de género.* Gazeta de Antropología, Nº 12, 1996, Artículo 10. Obtenido de: http://hdl.handle.net/10481/13591

Dussel, E (1998). *Ética de la liberación en la edad de la globalización de la exclusión*. Editorial Trotta, SA. Madrid. Obtenido de: http://enriquedussel.com/txt/Textos_Libros/50.Etica_de_la_liberacion.pdf

El canon de belleza a través del tiempo. (2014). [Video] Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=QCyh7ox-yrM [Acceso: 11 nov. 2016].

El Espectador. (2013). Niegan tutela contra cuadernos con portadas de mujeres semidesnudas. [Figura]. Obtenido de http://www.elespectador.com/noticias/judicial/niegan-tutela-contra-cuadernos-portadas-de-mujeres-semi-articulo-408780

Escalada, L (2014). *Zumba*. [Figura]. Obtenido de: http://sivarit.tumblr.com/post/68873933517/zumba

Escallón, J. (2016). *Los huérfanos de la guerra*. [Video] Montería, Córdoba, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=MHEUVOaUo7E&spfreload=10 [Acceso: 12 Mar. 2017].

Escudero, M. (2013). *Cuerpo y danza: Una articulación desde la educación corporal*. Tesis para optar por el grado de Magíster en Educación Corporal. Universidad Nacional de La Plata.

Fanjul, C. (N/F). El estereotipo somático del hombre en la publicidad de estñetica y su influencia en la vigorexia masculina. En *Actes Congénere: ña re`resentació de género a la publicitat del segle XXI*.

Fanon, F. (2009). *Piel negra, máscaras blancas* (1ª Ed.). Madrid: Akal.

Foucault, M. (2012). El análisis del poder: Foucault y la teoría de colonial. *Tabula Rasa*, (16).

Foucault, M. (2009). *Vigilar y castigar* (1ª Ed.). México: Siglo Veintiuno.

Freire, P. (1996). *Pedagogía del oprimido*. 1ª Ed. México: Siglo Veintiuno.

Fuentes, A. (2006). *El valor pedagógico de la danza.* Universitat de Valencia. Departamento de Educación Física y Deportiva. Servei de Publicacions.

García López, Á. and Ruiz España, J. (2010). *La Educación Física en la historia del mundo contemporáneo*. [Figura]. Diplomado en Educación Física. Universidad de Murcia, España. Obtenido de: http://www.efdeportes.com/efd148/la-educacion-fisica-en-la-historia.htm

García Sánchez, et. al. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual. Aspectos metodológicos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.* No. 20. pp. 33-36.

Grosfoguel, R., & Castro-Gómez, S. (2007). *El Giro decolonial*. Bogotá: Siglo del Hombre.

Hernández, N.F.; Carballo, C. G. (2002-2003) Acerca del concepto de deporte: alcance de su(s) significado(s*).* En: *Educación Física y Ciencia*, año 6. Pp. 87-102. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de La Plata [En línea] Disponible en: http://www.fuentesmemoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.87/pr.87.pdf

Hernández, V. (2016). *La misma violencia con diferentes nombres*. [Video] Buenaventura, Valle del Cauca, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=-Q-x8jhxBzI [Acceso: 12 Mar. 2017].

Identidad de género y orientación sexual - Amor propio. (2011). [Video] Secretaría Distrital de Salud de Bogotá - Colombia: Canal Capital. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=yTNiHsag6fA [Acceso: 12 Mar. 2017].

Impacto Publicitario. (2010). [en línea] México: Cacto Producciones. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=AbeppbG1IrE [Acceso: 11 nov. 2016].

Jacoby, E., Bull, F. and Neiman, A. (2003). Cambios acelerados del estilo de vida obligan a fomentar la actividad física como prioridad en la Región de las Américas. *Revista Panamericana Salud Pública*, [en línea] 14(4), pp.223 - 225. Disponible en: http://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v14n4/18120.pdf [Acceso: 5 Mayo 2017].

JIMENO, M. (2007). Cuerpo personal y cuerpo político. Violencia, cultura y ciudadanía neoliberal. *Universitas Humanística. Facultad de Ciencias Sociales de la Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia.*, (63), pp.15 - 34.

La manipulación del cuerpo de las mujeres en la publicidad. (2014). [Video] planeta dorado-TV. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=z_ApLcH82gg [Acceso: 11 nov. 2016].

Lavielle Sotomayor, P., Pineda Aquino, V., Jáuregui Jiménez, O., & Castillo Trejo, M. (2014). Actividad física y sedentarismo: Determinantes sociodemográficos, familiares y su impacto en la salud del adolescente. *Revista De Salud Pública*, *16*(2), 161-172. http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v16n2.33329

Lavielle Sotomayor, P., Pineda Aquino, V., Jáuregui Jiménez, O., & Castillo Trejo, M. (2017). *Actividad física y sedentarismo: Determinantes sociodemográficos, familiares y su impacto en la salud del adolescente*.

Le Breton, D. (2017). *"Pensar el cuerpo es pensar el mundo". Topía*. Retrieved 5 May 2017, from https://www.topia.com.ar/articulos/david-le-breton%E2%80%9Cpensar-el-cuerpo-es-pensar-el-mundo%E2%80%9D

López, D. & Bermúdez, W. (2012). *Diseñar una propuesta pedagógica para la clase de educación física de grado once donde se involucren las expresiones artísticas en los campos de la danza y el teatro.* Universidad Libre de Colombia, Facultad de Educación.

MCLAREN, Peter. Pedagogía crítica, resistencia cultural y la producción del deseo. Aique Editor, Buenos Aires, 1994.

Maldonado Torres, N. (2007). *"Sobre la colonialidad del ser: contribuciones al desarrollo de un concepto". En: Santiago Castro-Gómez y Ramón Grosfoguel (eds.), El giro decolonial. Reflexiones para una diversidad epistémica más allá del capitalismo global*. 1st ed. Bogotá: Iesco-Pensar-Siglo del Hombre Editores, pp.127 - 167.

Males Erazo, V., Díaz, A., & Estrada, F. (2014). Propuesta pedagógica de formación físico artística para fortalecer los procesos de aprendizaje de la danza folklórica. *Boletín Informativo CEI. Universidad Mariana.*, *1*(1).

Mandell, R. (1986). Historia Cultural del Deporte.

Martín, E. (2009). *El impacto de las TIC en el aprendizaje*. Buenos Aires: Lecture

Ministerio de Educación Nacional (2014). *Educación Física, Recreación y Deporte*. Bogotá, Colombia: Lineamientos curriculares, pp. http://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-339975_recurso_10.pdf.

Mora, A. (2008). *Cuerpo, género, agencia y subjetividad*. V Jornadas de Sociología de la UNLP. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Sociología, La Plata. Obtenido de: https://www.aacademica.org/000-096/414.pdf

Mora, A. (2010). *El Cuerpo En La Danza Desde La Antropología. Prácticas, Representaciones Y Experiencias Durante La Formación En Danzas Clásicas, Danza*

Contemporánea Y Expresión Corporal. (Doctorado en Ciencias Naturales (orientación Antropología). Facultad de Ciencias Naturales y Museo, Universidad Nacional de La Plata.

Morales L, Espinosa A (2014). *Videojuegos: Causa del sedentarismo en adolescentes*. [Figura]. Obtenido de: https://es.slideshare.net/chelyespinn/sedentarismo-41631273

Museo de la Educación "Gabriela Mistral" (1939). *Cómo se enseñaba la gimnasia en Chile*. [Figura]. Obtenido de: http://www.museodelaeducacion.cl/648/w3-article-28882.html

OCHO PERSONAS OBSESIONADAS Y LOCAS POR TENER UN CUERPO PERFECTO | CIRUGIAS PLASTICAS. (2016). [Video] Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=gi9oLTQdf1o [Acceso: 11 nov. 2016].

Ortíz, V. (2013). *Modelos estéticos hegemónicos, subalternos o alternativos: una perspectiva étnico-racial de clase y género.* Revista Tabula Rasa No. 18, enero-junio 2013. Bogotá-Colombia. https://www.scielo.org.co/pdf/tara/n18/n18a08.pdf

Packer, M., Cera, C., & Packer, M. *La ciencia de la investigación cualitativa* (1st ed.).

Padilla. C. & Hermoso. Y. (2003). *Siglo XXI: perspectivas de la Danza en la Escuela*. Tavira Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Cádiz 18 (2003), pp.: 9-20.

Pedraza Gómez, Z. (2011). *En cuerpo y alma* (1st ed.). Bogotá: Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales, Departamento de Lenguajes y Estudios Socioculturales-CESO.

Peñalva. B. (2014). La importancia de la Expresión Corporal y la danza y su inclusión en el contexto escolar. Trabajo de fin de grado. Facultad de Educación y Trabajo Social. Universidad de Valladolid.

Piaget, Vigotsky, Groos (2012). Teorías del Juego. Obtenido de: https://actividadesludicas2012.wordpress.com/2012/11/12/teorias-de-los-juegos-piaget-vigotsky-kroos/

Piedrahita Vásquez, J. (2008). *La Danza Como Medio Potenciador Del Desarrollo Motriz Del Niño En Su Proceso De Formación Deportiva En Las Escuelas De Fútbol*.

Especialización En Educación Física: Entrenamiento Deportivo. Instituto Universitario De Educación Física, Medellín, Colombia.

Prensa Hispano-Arte. (2017). *Lizzy Howell derriba los estereotipos de la danza clásica*. Obtenido de http://hispanoarte.com/lizzy-howell-derriba-los-estereotipos-de-la-danza-clasica/

Primeras clases de Educación Física - Cultura, Patrimonio y Género. (2017). *Cultura, Patrimonio y Género*. Acceso: 5 mayo 2017, En: http://patrimonioygenero.dibam.cl/651/w3-article-30581.html

Publicidad engañosa de alimentos saludables. (2014). [Video] Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=yemuXhmUi5Q [Acceso: 11 nov. 2016].

Restrepo, E. (2010). *Inflexión decolonial* (1st ed.). [Bogotá]: Instituto de Estudios Sociales y Culturales Pensar, Maestría en Estudios Culturales, Universidad Javeriana.

Revista Semana (2017). *El mensaje de los deportistas al gobierno por el recorte a su presupuesto para 2018.* Revista Semana. Obtenido de: http://www.semana.com/deportes/articulo/el-mensaje-de-los-deportistas-al-gobierno-por-el-recorte-a-su-presupuesto-para-2018/535507

Reyes, N. (2016). *Cuerpos marcados por la guerra*. [Video] La Hormiga, Putumayo, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=molCPe84M1E [Acceso: 12 Mar. 2017].

Roberts E (2017). *Teen ballerina Lizzy Howell's amazing twirl in viral video inspires others*. [Figura]. Obtenido de: http://www.today.com/series/love-your-body/teen-ballerina-lizzy-howell-s-amazing-twirl-viral-video-inspires-t107210

Rodríguez Gil, C (2015). *La desigualdad en la asignación de presupuesto para deportes no destacados en Colombia: un análisis al poder y la corrupción deportiva*. Trabajo de investigación para optar al título de especialista en Derecho Sancionatorio. Universidad Militar Nueva Granada. Bogotá, Colombia. Obtenido de: http://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/10654/13837/2/LA%20DESIGUALDAD%20EN%20LA%20ASIGNACI%C3%93N%20DE%20PRESUPUESTO%20PARA%20DEPORTE..pdf

Rodríguez Giménez, R. (2013). Educación del cuerpo y políticas educativas: de la formación superior al patio escolar. *REVISTA IBEROAMERICANA DE EDUCACIÓN*, (62), pp.107 - 117.

Rodríguez Suárez, J y Agulló, E (1999). *Estilos de vida, cultura, ocio y tiempo libre de los estudiantes universitarios.* Psicothema, 1999. Vol. 11, nº 2, pp. 247-259.

Sainz Varona R (1992). *Historia de la Educación Física.* Cuadernos de Sección, Educación 5 (pp. 27 – 47). Obtenido de: http://bicentenariotalagante.cl/archivos/wp-content/uploads/2015/06/historia-de-la-educacion-fisica-segundo-medio.pdf

Saliba Manske, G. and Sacchi Dos Santos, L. (2015). Cuerpo, deporte y biotecnologías: un ensayo inspirado en Peter Sloterdijk. *Nómadas, Universidad Central, Instituto de Estudios Sociales Contemporáneos (IESCO), Bogotá, Colombia*, [en línea] (42), pp.76-87. Disponible en: http://nomadas.ucentral.edu.co/index.php/8-articulos/817-imaginacion-cientifica-o-imposturas-de-la-tecnociencia-nomadas-42 [Acceso: 5 Mayo 2017].

Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo - ¿Qué cambiarias? (2014). [Video] Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=2IKlpD37CPI [Acceso: 11 nov. 2016].

Scharagrodsky, P. (2003) *Entre machos y no tan machos: El caso de la educación física escolar argentina.* Educación Física y Deportes. No 72 (pp- 41 a 48). Obtenido de: http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=326

Schutz, A (1973). *Las estructuras del mundo de la vida*, Vol. 1. Buenos Aires: Amorrortu editores.

Sossa Rojas, A. (2012). Análisis desde Michel Foucault referentes al cuerpo, la belleza física y el consumo. *Polis. Revista Latinoamericana [En línea]*, 28. Disponible en: http://polis.revues.org/1417 [Acceso: 4 Mayo 2017].

Suriá, R. (2010). Psicología social. Estereotipos y prejuicios. Curso 2010/11. Obtenido de: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/14289/1/TEMA%205.%20ESTEREOTIPOS%20Y%20PREJUICIOS..pdf

Trujillo, D. (2016). *El valor de resistir*. [Video] San Carlos, Antioquia, Colombia. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=fdBeBf04JHM [Acceso: 12 Mar. 2017].

Vargas Macías, A (2009). *Danza y condición física.* Revista del Centro de Investigación Flamenco Telethusa. Vol 2, No 2 (pp.16 – 24).

Vasco, F. & Pineda, R. (2015). *La danza herramienta pedagógica de formación.* Universidad Libre de Colombia. Facultad de Ciencias de la Educación.

Virchili, E. (2008). La influencia de la industria de la belleza en la constitución de la identidad de género de las niñas y adolescentes españolas. Universitat Jaume. Disponible en: http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/78090/forum_2008_33.pdf?sequence=1 [Acceso: 12 Mar. 2017].

ANEXOS

TABLA 1: TALLER 1 - RECONOCIMIENTO HISTÓRICO DE LOS CAMBIOS EN LA IDEA DEL CUERPO PERFECTO"

Evento: Taller #1 Aproximación al diálogo sobre la evolución histórica y el disciplinamiento de los cuerpos	**Participantes:** 25 mujeres y hombres del curso electiva danza rumba aeróbica.	**Lugar y fecha**: Fundación Universitaria Monserrate, jueves 10 de noviembre de 2016, de 2 pm a 6 pm
Objetivo Experiencial Compartir las experiencias, sentimientos y esperanzas sobre las formas como nos vemos, sentimos y valoramos nuestros cuerpos.	**Objetivo de la actividad** Reconocer los estereotipos que han surgido desde el inicio del colonialismo	**Producto o resultado esperado:** Las y los estudiantes logran identificar, problematizar y cuestionarse sobre los estereotipos acerca del cuerpo que aún mantienen.

Primer grupo (2 a 6 pm):

Hora	Duración	Tema	Objetivo	Metodología	Requisitos
02:00 p.m.	Media hora	Presentación del tema y las participantes	Socializar los objetivos de la sesión y los acuerdos para el trabajo a desarrollar	En plenaria, las personas presentan (formando dos filas enfrentadas y pasando por debajo del arco) y luego se presenta la agenda de trabajo	Adhesivos para el nombre Marcadores
02:30 p.m.	15 minutos	Evolución del concepto del ideal de cuerpo humano	Reflexionar sobre las transformaciones de la imagen corporal a nivel histórico, para problematizar las diferencias en la valoración de la belleza a lo largo del tiempo y según cada cultura, asociada al ejercicio físico.	En plenaria, la educadora presenta las diapositivas y les pide que analicen cada imagen, en silencio.	Presentación en diapositivas con unas imágenes de hombres y mujeres (escultura y pintura) seleccionadas
02:45 p.m.	15 minutos	Evolución del concepto del ideal de cuerpo humano	Reflexionar sobre las transformaciones de la imagen corporal a nivel	En grupos, en este caso solo mujeres, les preguntaré: ¿Cómo nos	Papel y lápiz.

			histórico, para problematizar las diferencias en la valoración de la belleza a lo largo del tiempo y según cada cultura, asociada al ejercicio físico como medio para obtener el estereotipo de belleza deseado.	parecen estos cuerpos?, ¿Por qué? ¿Qué características tienen? ¿Cómo logran estas personas mantener su estado físico? (en este caso no hay hombres que hagan parte del grupo de trabajo, sin embargo, las dividiré por grupos para que cada uno haga su análisis y posteriormente lo exponga en clase.)	
03:30 p.m.	Media hora	**R e c e s o**			
04:00 a.m.	Una hora y media	Trabajo físico			
05:30 p.m.	Media hora	Conclusión	Recoger las impresiones sobre la actividad teórica y práctica desarrolladas. Pensar si ¿es posible lograr el cuerpo deseado, bello y esbelto por medio del ejercicio? ¿es necesario para vivir tranquilas y satisfechas con su corporeidad? ¿Es eso lo que en realidad desean? ¿Lo que las hace sentirse mejor consigo mismas?	Diálogo con las estudiantes, formulando cada una de las preguntas, y de ser posible, que las mismas respuestas o conclusiones las lleven a plantearse distintas hipótesis.	

TABLA 2: TALLER 2 - EL CUERPO CONTEMPORÁNEO: PRÁCTICAS DE NUTRICIÓN, CONSUMO, SEDENTARISMO, PROBLEMAS DEL PESO EN LA IDEA DEL CUERPO PERFECTO"

Evento: Taller # 2 Aproximación al diálogo sobre el disciplinamiento de los cuerpos.	**Participantes:** 25 mujeres y hombres del curso electiva de danza ritmo latino.	**Lugar y fecha**: Fundación Universitaria Monserrate, viernes 11 de noviembre de 2016, de 6 pm a 8 pm.
Objetivo Experiencial Compartir las experiencias, sentimientos y esperanzas sobre las formas como nos vemos, sentimos y valoramos nuestros cuerpos.	**Objetivo de la actividad** Reconocer los estereotipos que han contribuido a una sociedad de consumo en busca de un cuerpo "perfecto".	**Producto o resultado esperado:** Las y los estudiantes logran identificar, problematizar y cuestionarse sobre los métodos utilizados por la sociedad de consumo para llegar a alcanzar el ideal del cuerpo estereotipado.

Segundo grupo (6 a 8 pm)

Hora	Duración	Tema	Objetivo	Metodología	Requisitos
06:00 p.m.	20 minutos	Presentación del tema.	Socializar los objetivos de la sesión y los acuerdos para el trabajo a desarrollar.	En plenaria, se hará inicialmente una actividad rompe hielo "las esculturas" y luego se presenta la agenda de trabajo	Disposición para la actividad.
06:20 p.m.	60 minutos	Prácticas colonizadoras del ser y el poder, utilizadas para convertirnos en una sociedad de consumo, a causa de los estereotipos de la corporeidad.	Reflexionar sobre las prácticas de nutrición, consumo, sedentarismo, problemas de sobre peso para problematizar las diferencias en la valoración de la belleza en la actualidad asociada al ejercicio físico.	En plenaria, la educadora presenta los videos y les pide que los analicen.	Presentación de videos donde se observan distintas situaciones publicitarias que incitan al consumo, la esbeltez, la mala o buena alimentación etc.
07:20 p.m.	40 minutos	Concepto del ideal de cuerpo humano, prácticas para conseguirlo.	Reflexionar sobre las prácticas de nutrición, consumo, sedentarismo, problemas de sobre peso para problematizar las diferencias en la valoración	En grupos, en este caso mujeres y hombres por separado les preguntaré: si ¿han realizado o quisieran realizar alguna de estas prácticas para obtener	Papel y lápiz.

			de la belleza en la actualidad asociada al ejercicio físico.	mejores cuerpos? ¿Desean tener alguno de estos cuerpos y si considera que el tenerlos les haría la vida más fácil o serían más felices? ¿Qué nos reflejan estas escenas?, ¿Por qué?, Diálogo con las estudiantes, formulando cada una de las preguntas, y de ser posible, que las mismas respuestas o conclusiones las lleven a plantearse distintas hipótesis. Los dividiré por grupos para que cada uno haga su análisis y posteriormente lo expongan en clase.)	

TABLA 3: TALLER 3 - LOS CUERPOS VIOLENTADOS: VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO, VIOLENCIA CONTRA LAS NIÑOS Y NIÑAS (DESNUTRICIÓN O SOBREPESO INFANTIL); TORTURA; RECLUTAMIENTO FORZADO.

Evento: Taller # 3 Aproximación al diálogo sobre el disciplinamiento de los cuerpos.	**Participantes:** 27 mujeres y hombres del curso electiva de aeróbicos.	**Lugar y fecha**: Fundación Universitaria Monserrate, lunes 13 de marzo de 2017, de 6 pm a 8 pm.
Objetivo Experiencial Compartir las experiencias, sentimientos y esperanzas sobre las formas como nos vemos, sentimos y valoramos nuestros cuerpos.	**Objetivo de la actividad** Reconocer los cuerpos violentados, incluso si los estudiantes de alguna forma han violentado su cuerpo o el de otra persona.	**Producto** o resultado esperado: Las y los estudiantes logran identificar, problematizar y cuestionarse sobre los métodos utilizados por la sociedad de para violentar los cuerpos desde distintos escenarios distintas formas con objetivos diferentes.

Tercer grupo (6 a 8 pm)

Hora	Duración	Tema	Objetivo	Metodología	Requisitos
06:00 p.m.	20 minutos	Presentación del tema.	Socializar los objetivos de la sesión y los acuerdos para el trabajo a desarrollar.	En plenaria, se hará inicialmente una actividad rompe hielo “las esculturas” y luego se presenta la agenda de trabajo	Disposición para la actividad.
06:20 p.m.	60 minutos	Prácticas colonizadoras del ser y el poder, utilizadas para convertirnos en una sociedad de consumo, a causa de los estereotipos de la corporeidad.	Reflexionar sobre las prácticas que incitan a violentar los cuerpos y posteriormente sobre la violencia padecida en distintos casos, indagando si en algún momento ellos han sido víctimas o verdugos de violencia de algún tipo.	En plenaria, la educadora presenta los videos y les pide que los analicen.	Presentación de videos donde se narran distintas situaciones de cuerpos violentados como desplazamiento forzado, cirugía, abuso sexual, agresión por distinción racial, etcétera.
07:20 p.m.	40 minutos	Concepto de violencia, tipos de violencia,	Reconocer y reflexionar sobre las prácticas que violentan los cuerpos para problematizar sobre los	En grupos, en este caso mujeres y hombres por separado les preguntaré: si reconocen de cerca algún	Papel y lápiz.

			tipos de violencia de los que han sido víctimas y sobre los que han caído y de alguna forma a violentado su cuerpo u el de otra persona. Físico.	tipo de violencia corporal según las identificadas en los videos, ¿Han sido víctimas directas de violencia? ¿Han reconocido violentar a alguna persona? ¿Denuncian cuando observan violencia en su entorno? ¿Violentarían su cuerpo con cirugías si consideran que esto los/los hace ver aparentemente mejor físicamente? ¿Han violentado su cuerpo con dietas estrictas, fajas, entre otros para tener una mejor apariencia física para los demás?	

TABLA 4: TALLER 4 - APARIENCIA FÍSICA: ESTEREOTIPOS CORPORALES SEGUIDOS PARA MANTENER DETERMINADOS COMPORTAMIENTOS Y PARA LA SELECCIÓN DE UNA PAREJA.

Evento: Taller # 4 Aproximación al diálogo sobre el disciplinamiento de los cuerpos.	**Participantes:** 28 mujeres y hombres del curso electiva Danza Rumba Aeróbica.	**Lugar y fecha**: Fundación Universitaria Monserrate, lunes 27 de marzo de 2017, de 9 am a 11 am.
Objetivo Experiencial Compartir las experiencias, sentimientos y esperanzas sobre las formas cómo nos vemos, y cómo valoramos a nuestra pareja.	**Objetivo de la actividad** Identificar si los/las estudiantes mantienen estereotipos corporales para elegir a su pareja o para juzgar algún tipo de situación vivida con la misma.	**Producto o resultado esperado**: Las y los estudiantes logran identificar, problematizar y cuestionarse sobre los estereotipos que mantienen para relacionarse con las personas.

Cuarto grupo (6 a 8 pm)

Hora	Duración	Tema	Objetivo	Metodología	Requisitos
06:00 p.m.	20 minutos	Presentación del tema.	Socializar los objetivos de la sesión y los acuerdos para el trabajo a desarrollar.	En plenaria, se hará inicialmente una actividad rompe hielo “las esculturas” y luego se presenta la agenda de trabajo	Disposición para la actividad.
06:20 p.m.	60 minutos	Prácticas colonizadoras del ser y el poder, utilizadas para convertirnos en una sociedad de consumo, a causa de los estereotipos de la corporeidad.	Reflexionar los estereotipos que tienen los/las estudiantes para relacionarse con las personas.	En plenaria, la educadora presenta los videos y les pide que los analicen.	Presentación de videos donde se narran distintas situaciones de pareja, donde se ven reflejados distintos estereotipos corporales.
07:20 p.m.	40 minutos	Concepto de estereotipos	Reconocer y reflexionar sobre los estereotipos creados por la sociedad, que los/las impulsan a mantener un comportamiento determinado con las demás personas y con su pareja.	En grupos, en este caso mujeres y hombres por separado les preguntaré: En el momento de elegir a su pareja ¿tenían en cuenta el cuerpo? y, más explícitamente, ¿cuál era su posición si éste era gordo o delgado? Si al pasar el tiempo, ¿les	Papel y lápiz.

				importaría la apariencia física de sus parejas, específicamente, si de ser delgadas pasaron a ser personas con algo de sobrepeso? Piensen en la posibilidad de que sus parejas los/las podrían engañar con otra persona. ¿Le importaría como se ve esta persona físicamente? ¿Si es gorda o delgada? ¿Vieja o joven?	