

EDUCACIÓN FÍSICA EN AMBIENTES NATURALES PARA FORTALECER LOS  
PROCESOS DE ASCESIS

JENNIFER ALECXIS MONCADA POVEDA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA  
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA  
Bogotá D.C- Junio 2015

EDUCACIÓN FÍSICA EN AMBIENTES NATURALES PARA FORTALECER LOS  
PROCESOS DE ASCESIS

Estudiante: Jennifer Alecxis Moncada Poveda

Asesora: Angélica Larrota Cruz

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Bogotá D.C- Junio 2015

## RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN, RAE

1. Información General	
<b>Tipo de documento</b>	Trabajo de Grado
<b>Acceso al documento</b>	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
<b>Título del documento</b>	Educación Física en ambientes naturales para fortalecer los procesos de ascesis.
<b>Autor(es)</b>	Moncada Poveda, Jennifer Alecxis
<b>Director</b>	Larrota Cruz, Angélica Magister Desarrollo Social Educativo.
<b>Publicación</b>	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2015 .77p.
<b>Unidad Patrocinante</b>	Universidad Pedagógica Nacional UPN
<b>Palabras Claves</b>	ASCESIS; AUTOCONOCIMIENTO; VOLUNTAD; AUTOGOBIERNO.

2. Descripción
Trabajo de grado que se propone abordar la Educación Física en ambientes naturales, como forma y medio de incidencia sobre los seres humanos y los procesos de ascesis que se desarrollan a lo largo de su vida (sociales, familiares, políticos, económicos, educativos entre otros) que permiten la construcción de la individualidad de cada ser y ayudan a fortalecer sus dimensiones (cognitiva, afectiva, física, social, espiritual y sexual), para llegar a ser libre y conseguir la felicidad tan anhelada. Aspectos que la educación física como disciplina académica en esta apuesta educativa pretende reconstruir a través del movimiento movilizado en pro de la voluntad, ejercicio y autogobierno de los sujetos.

3. Fuentes
------------

- Adamson H. (1973) el estudio del hombre, Hombre, cultura y sociedad, cap. 2. Barcelona; Omega S.A
  - Castillo Viera E, José Antonio Rebollo Gonzales, (abril 2009) “expresión y comunicación corporal en educación física”. revista Wanceulen E.F. digital número 5 (editorial deportiva Wanceulen)
  - De Zubiría, M (2005) Enfoques pedagógicos y didácticas contemporáneas. Bogotá: copyright 2004
  - Constitución nacional de Colombia. Decreto 1743, “del proyecto ambiental escolar” ley 99 de 1993, ley 115 de 1994.
  - Gallo luz Elena, Educación, cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales Medellín Colombia (2007) Editorial: funámbulos
  - Grean y Jhons (1969 ) “Introducción a la sociología “ editorial labor, S.A Calabria 235-239 Barcelona
  - Instituto Alberto Merani Los modelos pedagógicos
  - Manfred M, Elizalde A, Hopenhayn M. (1993) “desarrollo a escala humana” editorial: Nordan-comunidad,12900 Montevideo, Uruguay
  - Ortega F (2010) “El cuerpo incierto. Corporeidad, tecnologías médicas y cultura contemporánea” editorial consejo superior de investigaciones científicas
- Pere Solá, G.,” Un modelo humanizador”, en pedagogías del siglo XX, Cispraxis, Barcelona, 2000, p 45

#### 4. Contenidos

1. **Caracterización contextual.** Se traza la génesis de la propuesta, plasmando la necesidad y oportunidad que brinda la educación física dentro de una población para fortalecer su individualidad, voluntad, disciplina y autogobierno por medio de las prácticas corporales donde el movimiento intencionado juega en pro de esta construcción.  
Además la utilización del ambiente, la integración cultural, e intercambio de conocimiento entre los actores como miembros de una sociedad, las concepciones en cuales se sustenta el documento legal y teóricamente para luego dar cabida a la definición de conceptos claves de ascesis, cultura, sociedad, educación y ambiente natural
2. **Perspectiva educativa.** En este capítulo se desarrolla la estructura teórica que brinda veracidad y validez al PCP junto a la idea novedosa del mismo. Se encontraran aspectos humanísticos, pedagógicos y disciplinares como la teoría de desarrollo humano en cual está basado el proyecto, e ideal de ser humano que se pretende formar precisando aspectos humanísticos, el modelo pedagógico, sus principios didácticos, rol docente-alumno y estilo de enseñanza, el concepto de educación física y posteriormente la tendencia de la educación física adoptada que permiten el desarrollo curricular para especificar las temáticas y su respectiva implementación.

- 3. Teoría curricular.** Realiza la descripción, derivación y adecuación del modelo curricular a utilizar, los fundamentos y principios bajo los cuales se desarrollara el PCP y la metodología.
- 4. Implementación.** Macro estructura: precisa la justificación, objetivo general, propósito del currículo, junto a los temas y subtemas a desarrollar.  
Micro estructura: presenta el esquema, general de los ambientes de aprendizaje diseñados para la ejecución del micro diseño, características y materiales.  
Micro diseño: concreta las sesiones de clase desarrolladas a partir de los ambientes de aprendizaje diseñados, los temas, subtemas y actividades realizadas.  
Micro contexto: Muestra el cronograma de las prácticas realizadas, desde el horario de las sesiones, objetivos y acciones, ubicación y descripción del lugar de implementación, el contexto socio-antropológico, la planta física, los recursos didácticos y presencia institucional.
- 5. Evaluación:** Manifiesta la forma de evaluación que se adoptó para evidenciar el aprendizaje significativo de los participantes, la reflexión y experiencias que se adquirieron en los ambientes de aprendizaje, los aspectos por mejorar y las oportunidades de las sesiones, producto de la creatividad, espontaneidad, imaginación de los niños, con el fin de observar valorar si los objetivos y propósitos del proyecto se cumplieron, tuvieron gran o poca incidencia dentro de la población que fue aplicado el proyecto.
- 6. Análisis de la experiencia.** Aspectos  
La importancia que tiene la creación y desarrollo de esta propuesta educativa es el impacto El permitir que me haya aventurado a saltar los prototipos tradicionales de la educación tradicional, me ha ayudado como maestra para dar cuenta que los limites en la vida los impone uno mismo “querer es poder,” solo debemos atrevernos a descubrir rutas inusuales de enseñanza y aprendizaje dejando atrás los temores reproducidos durante siglos. Y anteponer el amor, la voluntad, la bondad, el respeto para tener una vida más justa y fraterna.  
**logros:** el impacto en la comunidad fue positivo ya que se brinda a los niños de la vereda espacios de aprendizaje y esparcimiento con visiones diferentes que ayudan a fortalecer  
Dentro del marco teórico encasillarme dentro de un modelo fue una tarea difícil, puesto que en contra de esa lógica elabore el proyecto una ventaja importante es la posibilidad que me brinda la fundación Nutrirte de trabajar un espacio educativo fuera de lo instituido  
**Anexos:** Son evidencias, producto de las acciones académicas desarrolladas en las intervenciones, tanto de los docentes como de los estudiantes participantes dentro de la ejecución del proyecto curricular. Se encontrara documentación fotográfica, fichas de acompañamiento y documentación que evidencia el proceso dado con los estudiantes.

### 5. Metodología

Se devela la herramienta didáctica y pedagógica que maneja el espacio académico de Educación Física, cuyo sentido se da desde la construcción de principios pedagógicos y didácticos. La resolución de problemas, juegos y actividades cooperativos, se basan en estrategias por descubrimiento e invención un enfoque que fomenta la reflexión propia y el saber, cómo una construcción interna al sujeto, quien construye sus propias reglas evidenciando autonomía , conciencia de sí y del otro como igual.

### 6. Conclusiones

La Educación Física permite fortalecer la individualidad del sujeto. En su acto y práctica educativa construye e integra a través del movimiento diferentes experiencias corporales que favorecen e inciden positivamente, en la sociedad, haciendo de sus integrantes personas consientes, tanto de sus posibilidades como de su entorno, y lograr así una convivencia fraternal y humana. Una disciplina académica fundamental que ha logrado encontrar en el ser humano multiplicidad de elementos que permiten trazar los caminos de la felicidad.

<b>Elaborado por:</b>	Moncada Poveda Jennifer Alecxis
<b>Revisado por:</b>	Angélica Larrota Cruz

<b>Fecha de elaboración del Resumen:</b>	04	06	2015
--	----	----	------

## TABLA CONTENIDO

RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN, RAE	3
DEDICATORIA	9
AGRADECIMIENTOS	10
INTRODUCCIÓN	11
JUSTIFICACIÓN	12
1. CARACTERIZACIÓN CONTEXTUAL	13
1.1. Estado del arte	15
1.1.1. Concepciones acerca del concepto ascesis.	15
1.2. Marco legal	16
1.3. Marco teórico	21
2. PERSPECTIVA EDUCATIVA	29
2.1 Teoría de desarrollo humano	29
2.2 Ideal de ser humano	33
2.3 Modelo pedagógico	34
2.4 Educación física	41
2.5 Tendencia de la educación física	41
3. TEORÍA CURRICULAR	43
3.1 Currículo	43
3.2 Principios o fundamentos Pedagógicos.	44
3.3 Principios didácticos	45
4. IMPLEMENTACIÓN	46
4.1 Macro estructura	46
4.2 Evaluación	49
4.3 Micro currículo	52
4.4 Fichas de acompañamiento docente	60
4.4 Fichas de acompañamiento fundación. Docente-estudiante	62
5. EJECUCION PILOTO	64
5.2 Micro contexto	64
6. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA.	69
Anexos	72
Glosario	75
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	76

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Mapa conceptual modelo pedagógico Romántico. (Rousseau J) _____	35
Figura 2 Modelo pedagógico dentro del PCP _____	36
Figura 3 Mapa mental macro currículo en relación al entorno _____	59
Figura 4 División territorial del municipio _____	69

## LISTA DE TABLAS

Tabla 1 Macro currículo del proyecto _____	51
Tabla 2 Esquema Micro diseño _____	53
Tabla 3 Sesión de clase No 1 realizada, posteriormente estructurada. _____	54
Tabla 4 Sesión de clase No 2 realizada, posteriormente estructurada. _____	55
Tabla 5 Sesión de clase No 3 realizada, posteriormente estructurada. _____	56
Tabla 6 Sesión de clase No 4 realizada, posteriormente estructurada. _____	57
Tabla 7 Sesión de clase No 5 realizada, posteriormente estructurada _____	58
Tabla 8 Formato estado anímico _____	61
Tabla 9 Formato registro de sesiones _____	63
Tabla 10 Cronograma de intervenciones _____	64

## **DEDICATORIA**

A la vida y a mis padres por darme la oportunidad de estar aquí en este mundo maravilloso.

A mis hermanos, novio, profesores y amigos por forjar mi vida con los mejores valores y consejos, por brindarme su apoyo incondicional, su amor, sabiduría y paciencia, por enseñarme tantas cosas que han permitido llevar mi vida tranquila, positiva y segura.

A todas aquellas personas del camino que dejan sus anécdotas y enseñanzas clandestinas, y abrieron sus brazos, para servir con su amabilidad; posibilitándome abrir inmensamente los ojos y el corazón para ver el mundo desde todas las perspectivas y especialidades.

## **AGRADECIMIENTOS**

A los docentes implicados en toda mi formación académica, la profesora y madre de todos Hilda María Alfaro López en mi bachillerato,

A los profesores Universitarios Alexander Pedraza, Peter Paul Murcia, Miguel Ángel Molano, Álvaro Gracia y a mi asesora Angélica Larrota Cruz todos ellos por fundar mi educación profesional, confiar y apoyar este trabajo con sus conocimientos y vocación.

## INTRODUCCIÓN

Este proyecto curricular particular –PCP- es una iniciativa académica, que pretende fundar principios de libertad y autonomía en los seres humanos a partir de la intervención de la Educación Física como disciplina académica, en ambientes naturales. Basado en una doctrina filosófica de oriente llamada (ascesis) que busca el ejercicio, entrenamiento y dominio de sí mismo por medio de la disciplina del cuerpo, de la mente y el espíritu. Aspectos que la Educación Física trabaja como eje central de su especialidad, (el cuerpo, la mente, el ejercicio, el movimiento, la conciencia), la intersubjetividad de los miembros de una sociedad que influye en la construcción del mismo, con aspectos políticos, económicos, familiares, sexuales, culturales y educativos, forjando los procesos de desarrollo de los seres humanos a lo largo de su vida, procesos que implican la trascendencia del ser humano catalogadas como “prácticas ascéticas”.

Es un espacio que pretende trabajar de forma diferente los procesos educativos, rompiendo con esquemas tradicionales. Vale la pena aclarar que dentro del marco de la propuesta se crea un Currículo, tarea bastante difícil al tener que encajarse dentro de un modelo; fue en contra de esa lógica que se elaboró el proyecto, para mostrar que la educación es susceptible de acuerdo al tiempo, lugar, contexto y población donde actúa.

## **JUSTIFICACIÓN**

Este proyecto se realizará con la finalidad de proponer un modelo de enseñanza poco tradicional, y retomar argumentos e ideas de una pedagogía que propenda por el alma y desarrollo natural de los estudiantes, dejando de lado la reproducción de conocimientos y mando directo, por el contrario brindarles la posibilidad de desenvolverse de manera fluida y tranquila dentro de los espacios educativos, en este caso específico de la Educación Física, que propicie alternativas con el entorno natural y desarrolle los intereses personales y naturales de los niños/a, sin persuadir la personalidad como ha venido ocurriendo en la escuela desde la época antigua hasta entonces.

Esta propuesta es una apuesta con la Educación Física aliada a un ambiente natural que dará oportunidad a los sujetos de tomar decisiones sobre su vida, valorando sus posibilidades y limitaciones, conocerse a sí mismo, y llegar a ser una persona con voluntad, disciplina y autogobierno dentro de una sociedad de iguales aprovechando el apoyo de profesionales docentes que fomentan el conocimiento de acuerdo a los intereses personales a través de la experiencia

## **1. CARACTERIZACIÓN CONTEXTUAL**

La construcción y abordaje del proyecto tienen como origen un saber o patrón social vs saber pedagógico y de la educación física adquiridos como experiencia de vida, respecto a la visión humanista y pedagógica crítica sobre la educación actual.

Esta propuesta está dirigida a un grupo de niños entre los 5-10 años hijos de floricultores pertenecientes a la empresa M.G consultores, aliada a la fundación Nutriarte del municipio de Chía Cundinamarca localizada a 10 km hacia el norte de Bogotá D.C Población rural “vereda Fagua” donde se examina el contexto y familiariza con la temática. “educación física en ambientes naturales para fortalecer los procesos de ascesis” que permiten un desarrollo consecuente con el planeta y la individualidad de cada ser.

Este PCP identifica la posibilidad en la población del municipio de Chía, Cundinamarca Colombia, de fortalecer sus procesos de ascesis dentro de su grupo social, teniendo en cuenta la diversidad cultural de los sujetos, lo cual implica reconocer y afirmar la singularidad distintiva de los demás al relacionarse e intercambiar prácticas culturales donde la identidad parte del reconocimiento de sí mismo y proporciona la personalidad. Para formarse el ser humano necesita la presencia del otro que lo transforma y moldea a la vez.

De esta manera la comunidad se integra dando la oportunidad a la Educación Física de accionar en un ambiente natural para fortalecer los procesos de ascesis a través del movimiento movilizado en pro del desarrollo humano, abordando la necesidad existencial de ser y axiológica de libertad, y aproximarse a una visión humanizadora del ser humano a partir del ámbito educativo pedagógico mediador de relaciones interpersonales que ayuda a integrar factores dimensionales que potencian la personalidad de los individuos y transforma el pensamiento unificado de la civilización global.

También logra construir y sensibilizar en los niños conciencia por el ambiente y la tierra dentro del contexto escolar, a través de la creación de ambientes de aprendizaje desde la Educación Física, puesto que se ha dejado de lado la importancia y el respeto por el medio ambiente desestimando la conexión con la tierra como energía vital para el ser humano.

Una oportunidad de implementar los conocimientos de la disciplina académica de la Educación Física, con la formación profesional educativa y experiencial, valores agregados que hacen coherente y eficiente la idea de trasladar y recordar el valor propio de los ambientes naturales tales como la tierra, los lagos, ríos, animales, montañas, árboles, entre otras cosas, que afloran en el universo y son energía vital para todos los seres vivos, activa los sentidos y asocia la sensación de placer y serenidad con algún beneficio para el ser humano, la Filosofía lo clasifica como un posible tipo de felicidad y la ciencia afirma que el cuerpo es capaz de producir una serie de hormonas, tres de las cuales son responsables del placer y la motivación. (endorfina, serotonina, dopamina), la primera de ellas se activa con

actividades como escuchar música, bailar, hacerse un baño, caminar, compartir con amigos, comer chocolate, tomar el sol, hacerse masajes, meditación, yoga, cantar, pintar, moldear, ejercicios respiratorios, correr, ir con bicicleta o nadar, por otro lado la serotonina es una hormona que influye en el humor, regula el sueño, el apetito y la presión se puede activar con la cantidad de luz que el cuerpo recibe diariamente, por ende realizar las actividades al aire libre es preciso, y la tercera es muy importante ya que permite a las personas la habilidad para ejecutar movimientos finos y controlados, y en carencia, causa la Distonía, “trastorno del movimiento” que causa contracciones involuntarias de los músculos. La Educación Física promueve actividades y sensaciones que actúan en beneficio del organismo por medio del movimiento del cuerpo en tiempo y espacio.

## **1.1. Estado del arte**

### 1.1.1. Concepciones acerca del concepto ascesis.

En primera instancia, es importante identificar las concepciones que diferentes organismos han realizado para la clarificación de estos conceptos.

Vale la pena aclarar que esta propuesta de la Educación Física es una apuesta novedosa “-por no decir nueva-” no se encuentra información al respecto de la integración de estos procesos con el área de la educación física. Por ende los sustentos legales son fundamentos filosóficos antiguos de oriente donde se origina el término y se promueven las prácticas ascéticas.

Según Max Weber (1964 p.490-43 1) quien desarrolló la noción de ascetismo con mayor profundidad distinguiéndolo del "misticismo contemplativo" (estado de la

persona que se dedica mucho a Dios o a las cosas espirituales) establece dos tipos bien diferenciados del primero.

Refiere el "ascetismo mundano" o "intramundano" que constituye una de las ideas claves en la sociología Weberiana y está asociado al ascetismo protestante; y, por otro lado, el "ascetismo ultramundano" o "negador del mundo" que no es otro que el "ascetismo monacal.

Asimismo, el ascetismo fue señalado como uno de los "elementos esenciales" de la vida religiosa (Emile Durkheim (1993); James (1994) & Weber (1964).

Por otra parte, destacan la presencia de prácticas ascéticas no sólo en diversas religiones sino también en distintas culturas "primitivas" que conforman actividades fundamentales dentro de determinados procesos rituales

## **1.2. Marco legal**

A continuación se tomarán en consideración algunos cuerpos legislativos internacionales, nacionales dando soporte legal a esta propuesta de la Educación Física en ambientes naturales

De acuerdo a los objetivos de este PCP el desarrollo natural del sujeto, y libertad, La comisión internacional de los derechos humanos en su declaración de principios sobre libertad de expresión.

RECORDANDO que la libertad de expresión es un derecho fundamental reconocido expone: "La libertad de expresión, en todas sus formas y

manifestaciones, es un derecho fundamental e inalienable, inherente a todas las personas.”

La organización mundial de los derechos humanos declara, en la Resolución de la Asamblea General 217 A (iii) del 10 de diciembre de 1948, que la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana.

“ideal común por el que todos los pueblos y naciones deben esforzarse, a fin de que tanto los individuos como las instituciones, inspirándose constantemente en ella, promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades, y aseguren, por medidas progresivas de carácter nacional e internacional, su reconocimiento y aplicación universales y efectivos, tanto entre los pueblos de los Estados Miembros como entre los de los territorios colocados bajo su jurisdicción”.

Posteriormente en los artículos 1, 3 y 18 se estipula:

### **Artículo 1**

Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos, dotados de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

### **Artículo 3**

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

### **Artículo 18**

Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión; este derecho incluye la libertad de cambiar de religión o de creencia, así como la libertad de manifestar su religión o su creencia, individual y colectivamente, tanto en público como en privado, por la enseñanza, la práctica, el culto y la observancia.

Ahora bien en el proceso de desarrollo de la Constitución Política y de la Ley General de Educación el Ministerio de Educación Nacional de Colombia en la Serie de lineamientos Curriculares, busca fomentar el estudio de la fundamentación pedagógica de las disciplinas, el intercambio de experiencias en el contexto de los Proyectos Educativos Institucionales.

Los mejores lineamientos serán aquellos que propicien la creatividad, el trabajo solidario en los microcentros o grupos de estudio, el incremento de la autonomía y fomenten en la escuela la investigación, la innovación y la mejor formación de los colombianos.

### **I. Iniciativa Curricular a nivel Internacional**

Diferentes escuelas alternativas implementan nuevas alternativas educativas que pretenden un desarrollo del sujeto desligado de la educación tradicional, tomando principios de la escuela activa principalmente.

A continuación se hace mención de estas escuelas creadas en diferentes países.

- Pedagogías no directivas por Daniel Greenberg, en la Sudbury Valley School en Estados Unidos, Rebeca Wild en la Fundación Educativa Pestalozzi Ecuador, en España (Alicante) o Paideia (Badajoz) Pedagogías, que reciben diferentes nombres (pedagogía no directiva, educación democrática, pedagogía activa, etc.) tienen una serie de elementos en común que las diferencia de los centros educativos convencionales.
- Colegio Ítaca es un proyecto sin ánimo de lucro e impulsado por familias que persigue la creación de un centro de educación infantil y primaria en Almería España basado en metodologías activas, no directivas y respetuosas.
- Corazón de tiza: escuela infantil y primaria Waldorf, una escuela con pedagogías respetuosas hacia el niño y su desarrollo integral, en zonas verdes para que puedan disfrutar el máximo tiempo posible, reproducir un ambiente doméstico acogedor dónde los niños se sientan como en casa y aprendan por imitación y amor. Es un hogar con sus normas, sus ritmos, sus límites y sus deberes, pero siempre tratando al niño con respeto y amor. Ayudándole a fortalecer su voluntad y conquistar su propia libertad.
- Proyecto de escuela activa: parte de una adaptación de acuerdo a las necesidades de cada niño, así como el tipo de pedagogía, no encierra una sola puesto que esta debe adaptarse de acuerdo a la complejidad de cada niño, se usa el cambio como instrumento para despertar y agitar la curiosidad innata de los niños y niñas.

Escuelas que trabajan una línea diferente ante los procesos educativos anteponiendo el sujeto como eje central del proceso.

## **II. Iniciativa Curricular a nivel Nacional**

Monseñor Salcedo (2009) de la UNAD (Universidad Nacional a distancia), título: Educar es la solución: propende por la formación de personas, que desarrollen su capacidad crítica, que desarrollen una actitud trascendente, una educación holística y humanística.

“la finalidad de la educación y actuar docente para con la humanidad luego de tantos estudios, inventos, deducciones etc., debe estar encaminado al desarrollo natural del ser, para fortalecer su personalidad. “Autora (2015).

## **III. Iniciativa Curricular a nivel Local**

Iniciativa curricular realizada por Jubal Antonio (2008) titulado: medio ambiente natural, hombre y valores, otro ambiente para construirnos como autores solidarios y en su propósito brindar herramientas que posibiliten reflexionar frente a la implicación axiológica, dentro de la labor docente, en conclusión la interiorización del trabajo constante, las relaciones entre el hombre y la naturaleza al estar permeadas por el acercamiento con la esencia de nuestra existencia y presentar esa sensación de tranquilidad, paz, armonía, sumadas al placer del logro y el ser altamente subjetivo; tomando el “medio ambiente como un espacio menos reglado, donde las estructuras sociales desaparecen o se transforman, brindando un comportamiento espontáneo en un espacio de fluidez y naturalidad”. (Jubal Antonio, 2008)

Actividad física en la naturaleza, una vivencia para el auto cuidado y aprendizaje, realizado Diego Yara (2008) fomenta la actividad física, en el medio natural, con el fin de conocerlo para preservarlo, al tiempo que el practicante vivencia la actividad como herramienta para la salud corporal, dando cuenta de posibilidades que no se dan en un contexto urbano.

### **1.3. Marco teórico**

La Educación Física en ambientes naturales tiene una ventaja importante, que ayuda a propiciar y optimizar el desarrollo completo e integral de las capacidades de cada sujeto; es decir, potencia el desarrollo integral del ser humano.

Todo ser humano desde el momento de su nacimiento se encuentra permeado por diversos aspectos de la vida, que inician en su desarrollo biológico, y se relacionan con las actividades que han sido establecidas culturalmente por las generaciones que le preceden.

El desarrollo del ser humano se haya influenciado por diversos aspectos familiares, sociales, políticos, económicos, educativos y espirituales, entre otros. Y permiten esa construcción ascética de los sujetos.

Este Proyecto Curricular Particular–PCP- retoma los procesos de ascesis basados en una doctrina filosófica y religiosa inspirada en las doctrinas milenarias de oriente, plasmando gran influencia en occidente a través de la antigua Grecia. Al respecto Michael Foucault en su libro “El desarrollo de las tecnologías del yo” (1990) hace un recorrido hermenéutico (interpretación de textos) sobre las practicas ascéticas en dos contextos diferentes históricamente contiguos, el

primero la filosofía grecorromana y segundo la espiritualidad cristiana, los principios monásticos, y las practicas del final de la antigüedad en los años (-100 y -200 a.C). Esta práctica constante adoptada en la antigua Grecia se refería al “cuidado de sí”, la “preocupación por sí”, “el sentirse preocupado e inquieto por sí”, como principales principios para las ciudades que buscaban purificar el espíritu por medio de la negación de los placeres.

Aspectos donde nos resulta difícil fundar una moralidad rigurosa y dejar de lado una vida sin comodidades, para ocuparnos de nosotros mismos más que de cualquier otra cosa en el mundo.

El término ascesis en griego significa «ejercicio», «entrenamiento» el dominio de sí mismo, mediante la disciplina del cuerpo y el espíritu, es una idea muy difundida y practicada en la época antigua.

El “ascetismo” emplea el desapego de pensamientos y sensaciones para lograr una mayor independencia espiritual y vida interior más rica, a través de la contemplación de la naturaleza y la soledad física y espiritual.

El cultivo interior y la contemplación nos preparan para una vida más plena, con nosotros mismos y nuestro entorno, ya que experimentar la restricción, entre otros, nos hará luego apreciar con mayor claridad lo que ya tenemos.

En esta propuesta educativa se identifica como un proceso de trascendencia para el ser humano, donde la educación física se encarga de disciplinar el termino al involucrarlo en las prácticas educativas, en procura de la “armonía del cuerpo en

todas sus dimensiones”; (Cognitiva, afectiva, espiritual, social, personal, sexual y física).

Estos aspectos conforman la Corporeidad humana, que posibilita, estar y ser en el mundo. La motricidad es la dimensión de la corporeidad, que posibilita la relación con el medio y con los otros de un modo activo y transformador. La disponibilidad corporal y motriz es la síntesis de la disposición personal, para actuar en interacción con los otros y con el ambiente, posibilitando la concreción de los proyectos de vida" (Gómez, J, 2002, p. 34), es decir esa construcción personal cotidiana que cada individuo porta, en la medida en que recoge de su actuar motriz diario, convertido en experiencias que determinan la posibilidad de la paulatina constitución de la disponibilidad corporal motriz.

Por medio de los procesos sociales el ser humano ha ampliado su capacidad de pensamiento, se volvió imaginativo, contemplativo, hasta descubrir distintas formas de vida ofrendadas por la tierra, “la madre” la fuente y el medio que permite nuestra existencia”; un lugar maravilloso que ha deslumbrado con su magnificencia permitiendo crear herramientas que faciliten y permitan su estancia en el mundo de forma menos compleja al suplir sus necesidades existenciales y axiológicas.

Ahora bien abordaremos la educación física como espacio educativo que permea la concepción de cuerpo, reproducción, iniciación y descubrimiento del mismo.

En la actualidad la Educación en la escuela se ha encargado de encasillar los cuerpos mostrando a los individuos una significación puramente materialista, que

les sirve de eslabón dentro de la cadena de la alienación social, el cuerpo en la escuela está preso en los límites que le imponen los muros de las relaciones preestablecidas Gallo Luz Elena, (2007) sin anteponer la cadena trascendental del ser humano como un todo. Trascendencia visto desde la filosofía como esa idea de superación o superioridad, que supone un «más allá» del punto de referencia.

Trascender significa la acción de «sobresalir», de pasar de «dentro» a «fuera» de un determinado ámbito, superando su limitación o clausura.

Al consultar la llamada identidad disciplinar de la educación física, se plantea que tanto el pasaje de la paidotribia a la gimnástica en Grecia, como el cambio de la gimnástica por la Educación Física “científica” desde finales del siglo XIX (en y desde Europa), identifican procesos de alineación de la Educación Física. Risorio (2003, pg.27-34).

Alienación que desvía los procesos ascéticos de una sociedad propendiendo por lo material. Por tal razón esta propuesta es considerada como vía precisa y fundamental que contribuye para la recuperación de la conciencia y formación del ser humano, principalmente en las nuevas generaciones y realza el papel de lo corporal, el concepto de cuerpo, sus prácticas, fines y propósitos dentro de una sociedad, apartando una manera mecanicista de dotar el cuerpo de capacidad que no modifica el modo de ser, desde el interior.

Retomando el hilo conductor, el cuerpo en la escuela no escapa a las leyes, normas y reglas impuestas cual si fuera una “ciencia” que generaliza, adopta, organiza deductivamente los hechos y objetos sin margen de error; siguiendo a

Taborda (2002, p 143) afirma que: no se trasciende los contenidos formales, no alcanza a proyectar una formación humana, cuestión que afecta el ser humano como ser único especial dotado de vida, la búsqueda de personalización o perfeccionamiento al cuerpo como tendencia dentro de las culturas contemporáneas, conllevan a las personas a ser despiadadas, extremas y no se preocupen por trascender la materialidad corpórea.

Por lo anterior esta construcción educativa desarrolla un trabajo experimental que busca aportar a tal problemática desde la Educación Física en ambientes naturales movilizadora a través de problemas de movimiento que persigan el desarrollo natural del ser, su interioridad, libertad y espontaneidad, para entrar en un ideal de ser humano disciplinado, con voluntad y que pueda gobernarse a sí mismo y a los demás.

Que logre enfrentar, sobrepasar barreras mentales, asumiendo procesos armónicos, que inciden, integran, reestructuran el pensamiento en los sujetos, fortalecen el autoconocimiento y permite posteriormente enfrentarse con seguridad en una sociedad, cargada de inseguridad, egocentrismo por causa de la inconformidad personal y la homogenización.

Lo que hacemos a través de las prácticas corporales debe ser pensado en función de la educación y la formación, en contravía de la con-formación corporal a la que le arrastra la energía de la “educación científica”. Ello nos obliga a revisar el entusiasmo y la fe re-contextualizadora que hemos puesto en la autoridad, las razones y los encargos que nos han sido asignados históricamente, por no decir

impuesto o heredado, desde las propias ciencias y disciplinas instituidas, para presentar otras posibilidades y pretensiones, que se tienen desde el ámbito educativo de la educación física.

Al respecto cobran sentido las sugerencias de Calvo (1993, p. 2) y Crisorio (2003, p. 24); quienes dicen que: “superando la fuerza del dogma, la posibilidad de dirigir la mirada y la capacidad configurativa de hacer, saber y conocer pedagógico corporal hacia estas educaciones corporales, con independencia del lugar que pueda o no corresponderle en el campo escolar (formal, informal, no formal) o científico”, siempre en pro de la construcción humanizadora del ser.

Opción tomada por la Educación Física realizada en un ambiente natural que permite una motivación y estimulación para el practicante, genera una aportación de esfuerzo personal que redunde en pro de la mejora de sus capacidades valorativas y sensibilidad, por esto el enfoque desde la educación física por medio del movimiento humano intencionado (motricidad) permite al sujeto experimentar de diversas formas la realidad, al implicar el dominio de su propio cuerpo y el de los otros. “governarse e incidir sobre si”, enfrentarse a situaciones de riesgo, un elemento clave y característico que le ayudara en su autoafirmación personal y brindara la oportunidad de fomentar la autonomía e independencia.

Un lugar donde se pueden consolidar actitudes personales de comportamiento humano, como: la cooperación, la socialización y la comunicación en medio del desarrollo de las actividades acompañando a los alumnos/a y a ser propositivos con el fin de solucionar y superar obstáculos que ponen en escena la flexibilidad,

adaptabilidad y plasticidad de la mente, el cuerpo, generando respuestas motrices nuevas, aportando en los comportamientos y formas de pensar de los sujetos como elementos cruciales y trascendentales que ha adquirido el ser humano durante mucho tiempo, con su percepción de la vida, el análisis, la razón, el reconocimiento de sí mismo, sus capacidades, sentimientos, emociones, habilidades, destrezas, que permitieron descubrimientos y creaciones en beneficio del desarrollo biológico y ontológico de la raza humana, hasta los tiempos actuales para la mejora de la calidad de vida, la identificación del amor ,la tolerancia y la comprensión al ser ingrediente de un grupo social.

El ambiente natural comprendido como el entorno “constituido, por los recursos naturales abióticos y bióticos, tales como: el aire, el agua, el suelo, la fauna, la flora en constante interacción. Bienes que componen la herencia cultural y los aspectos característicos del paisaje, que afectan y condicionan las circunstancias de vida de las personas o la sociedad en su conjunto”. Suarez M. (2010) pág. 8., permiten una motivación y estimulación para el practicante.

La cultura y ambiente natural es una relación que el ser humano ha creado durante siglos, junto a un conjunto de normas y saberes transmitidos de una generación a otra a través del lenguaje. Por tanto vemos las cosas no por lo que son en sí misma, sino por el significado que ha venido adquiriendo, adoptándolo a nuestro comportamiento; en su mayoría esto sucede inconscientemente, pensando que es una actitud natural.

Los seres humanos tienen una característica básica que es paulatina y sucesiva por cual ha creado instrumentos y lugares que facilitan su estancia en el mundo, de forma segura, fácil y confortable; entre esos instrumentos conocemos el fuego, vivienda, vestuario, la utilización y transformación del barro, roca, huesos, maderas), según la necesidad y relación que tenga con el medio y sociedad siendo la finalidad ordenar la realidad.

El conocimiento que adquirimos del mundo está mediado por las experiencias que tenemos en él, actualmente la mayor parte de la vida de las personas transcurre dentro de una urbe “civilizada”, donde los recursos básicos como el agua lo obtenemos con el solo acto de abrir un grifo, la luz cuando presionamos un botón, entre otros y no somos conscientes de los procesos que se deben hacer para acceder a ello de forma tan fácil.

Esto es una herencia que resulta de la mezcla genética del ser humano con el entorno, marca una visión de sí mismos y lo que les rodea esto ocurre desde la infancia, orienta el pensamiento y conducta.

El tiempo pasa, con ello los conocimientos se almacenan en la mente debido a las experiencias de los sujetos generando cultura y se transmiten de una generación a otra; de la herencia biológica, siguiendo a (Adamson H. 1973) quien dice en su texto hombre cultura y sociedad que “el hombre a través de la historia se ha domesticado a sí mismo”, empezó a explorar el espacio, convirtiéndose en el representante de una nueva forma de vida, “adquirió la capacidad de hablar y pensar, represento simbólicamente sus experiencias, ampliando también su

actividad física, creando nuevos comportamientos, formas de comunicación y ejecución de actividades” generando cultura.

Taylor Edward (1871) define la cultura como “ese todo complejo que incluye conocimiento, la creencia de arte, la moral, la ley, la costumbre y todas las demás capacidades y hábitos adquiridos por el hombre como miembro de una sociedad” pág. 47

Sociedad dividida en culturas constituida por dos o más actores que interactúan ya sea (familia, vecindad, colectivos etc.) que incluye y comparte creencias, costumbres, rasgos, lenguaje, postulados, necesariamente compatibles entre sus integrantes, acerca de la percepción de la vida “entorno” como mundo, e igualmente de su propio ser.

Un sistema social se crea y reproduce por sí solo. Se divide en subsistemas, como: las instituciones, las religiones, la economía, la política, la educación entre otros. Instaurados y organizados para tomar decisiones que competen a normas y valores establecidos por el grupo, “proporcionando cohesión, orden e identidad” (Shils Edward 2010) pág. 47

## **2. PERSPECTIVA EDUCATIVA**

### **2.1 Teoría de desarrollo humano**

Propuesta de una educación física experiencial para la libertad desde la perspectiva de desarrollo a escala humana para mediar el desarrollo humano abordando la necesidad ontológica o existencial de ser y la axiológica o de valores

de libertad, componentes categóricos de “Abraham Maslow, desarrollados por Max-Neef Manfred, Elizalde Antonio, Hopenhayn Martin”(1986 p. 42) expuestos en su matriz de necesidades, la primera enfocada en la salud física, salud mental, equilibrio, solidaridad, humor y adaptabilidad. Segunda: fomenta la autonomía, autoestima, voluntad, pasión, asertividad, apertura, determinación, audacia, rebeldía y tolerancia. Libertad para actuar que supone al mismo tiempo elegir objetivos y creencias, valorar respecto a sus alcances y limitaciones y sentirse responsables por dichas decisiones y consecuencias de sus actos.

Teniendo en cuenta que: Cada ser humano experimenta su vida de forma particular, construye su personalidad e identidad con el pasar del tiempo, parte de estímulos que en su rededor inevitablemente influyen en los principios de su identidad; estímulos que despejan caminos extensos por recorrer que conllevan a la realización personal, existencial de ser, y axiológica de libertad, para llegar a ese utópico momento que cobra sentido cuando las necesidades satisfechas generan una atmosfera agradable y placentera dentro de sí mismos.

En este proyecto el desarrollo humano debe ser y depender de los propósitos perseguidos por cada sujeto, quien es capaz de construir y trazar su vida tanto individual como colectiva, según sea su cultura, sus creencias, su tiempo, su lugar, e incluso sus limitaciones y aspiraciones, que lo llevaran a sentirse pleno en estos aspectos de su vida a los que debe enfrentarse; (familiar educativo, social, laboral, entre otros).

Por lo anterior crear conciencia o mejor ser conscientes desde niños, es muy importante, para soltar esas vendas que pretenden obstruir la visión ante crudas y fuertes realidades que se han desencadenado por el egocentrismo global, el capitalismo en que estamos inmersos, donde las nuevas generaciones están siendo limitadas en estos aspectos axiológicos y existenciales mencionados anteriormente, limitando a los sujetos en búsqueda de su libertad.

Libertad que solo encontrara dentro de sí al lograr equilibrar su vida en todos estos aspectos, con la plena seguridad de sus capacidades y posibilidades que lo conducirán a su felicidad.

Hacer un alto en el camino y examinar si verdaderamente estamos haciendo lo que nos gusta lo que queremos, lo que nos hace sentir bien, en una época donde nuestras necesidades y satisfactores son consecuentes o en definitiva están yendo más allá de su objetivo inicial, convirtiéndose en métodos y formas de represión y control, siendo homogeneizados y maleables cada vez más por un grupo específico que quiere dominar tener todo y a todos, se conoce bien en la actualidad que los seres humanos por esta situación, dicho de manera sarcástica, resulta complicado escalar una cima cuando no existe camino sino de arriba hacia abajo. No está permitido trazarlo; la autonomía y el protagonismo ya no son posibles en sistemas de gigantes, organizados y establecidos jerárquicamente desde hace mucho tiempo atrás.

“Vivimos una época de transición trascendental, lo cual significa que los cambios de paradigma no solo son necesarios, sino imprescindibles” (Manfred Max-Neef

El mundo está lleno de conflictos por ideologías, por religión e incluso conflictos dentro de las familias basados en el hecho de que una persona quiere una cosa mientras otra desea algo distinto. Si examinamos el origen de todos estos conflictos, descubrimos que existen causas diferentes, incluso dentro de nosotros mismos.

No obstante tenemos, a la vez, el potencial y la habilidad para unirnos en armonía, el propósito de la vida es ser feliz, desde el momento del nacimiento cada ser humano busca la felicidad y no quiere el sufrimiento, esto no se ve afectado ni por las condiciones sociales o de educación ni tampoco por las ideologías, desde lo más profundo de nuestro ser, simplemente deseamos ser felices, por ello, es importante descubrir aquello que traiga consigo el mayor grado de felicidad.

Las experiencias permiten construir y reconstruir mapas mentales que posterior o momentáneamente serán utilizados para tomar decisiones, sobre qué camino tomar, retomar o desviar en la vida, información captada por medio de la condición física que percibe el entorno por medio de los sentidos

La interdependencia, desde luego, es una ley fundamental de la naturaleza. No solamente las formas de vida más desarrolladas, sino también los más diminutos insectos son seres sociales, quienes sin ninguna religión, leyes ni educación, sobreviven a través de una cooperación mutua basada en el reconocimiento innato de sus propias interconexiones.

El más sutil de los fenómenos materiales está también gobernado por la interdependencia.

Todo fenómeno, desde el planeta en el que habitamos hasta los océanos, nubes, bosques y flores que nos rodean, surge con dependencia de unos modelos muy sutiles de energía, que sin la apropiada interacción, se disuelven y decaen.

“Ningún objeto material, no importa lo bello o valioso que sea, puede hacernos sentir amados, porque nuestra más profunda identidad y auténtico carácter se halla en la naturaleza subjetiva de la mente.” Dalai lama.

## **2.2 Ideal de ser humano**

Hombres y mujeres que puedan responder a las exigencias de su vida individual y socio grupal, sin violentar a los demás, muestren un amor sincero a sí mismo, hacia sus iguales, hacia los humanos. Un ser respetuoso de las diversas posturas filosóficas, tenga en cuenta diferentes puntos de vista sin objeción de arbitrariedad y logren interiorizar los sucesos. Un ser humano con voluntad, disciplina, que pueda gobernarse a sí mismo y a los demás.

Cada persona independientemente de sus creencias en contacto con otras, hace posible desarrollar una actitud mental amplia y de respeto mutuo en relación con las demás, permitiendo un aprendizaje, con nuevas ideas, practicas, métodos o técnicas, que podemos incorporar en nuestra propia vida.

Es importante mantener un estado mental positivo, en calma, sereno; como forma provechosa y positiva reflejándose en el cuerpo físico que aprecia y responde a la calidez humana que vamos adquiriendo es decir esa práctica ascética fundamental como proceso mediador para lograr gobernarse a sí mismo y a los demás.

“Necesitamos poner más esfuerzo en desarrollar la armonía y la proximidad entre las diferentes regiones del mundo, ya que sin tal esfuerzo continuaremos experimentando los numerosos problemas que dividen a la humanidad”. (Dalai lama)

### **2.3 Modelo pedagógico**

El modelo pedagógico es visto desde una perspectiva interdisciplinaria, que implica bases filosóficas y psicológicas sobre la educación presentes en la concepción de educación física de este proyecto. Una filosofía integradora basada en un modelo Pedagógico Romántico.

Fundamentado en las ideas filosóficas de Rousseau expuestas en su obra Emilio, o de la educación este modelo predica un desarrollo natural del niño/a, como meta y a la vez método de la educación, excluye todo método directivo, lo más importante para el desarrollo del niño es la interioridad como eje central, para llegar a tener “voluntad, disciplina y autogobierno” cultivando la libertad, la asistencia a las clases es decisión propia, el juego contribuye a que haya momentos de reflexión y auto organización. El maestro jugara el papel de auxiliar observador, amigo y actor, no reprimirá ni inculcara principios de autoridad moral o jerárquica, ya que esto solo conlleva al temor. Sin embargo esta jerarquía resulta implícita dentro del proceso educativo, cuando las partes, maestro-alumno convergen, y el niño/a reconoce algo que le interese se convierte en estudiante. El maestro comparte, el alumno recibe, acto educativo de enseñanza-aprendizaje.

La libertad individual del estudiante ayuda en su desarrollo natural, en su espontaneidad. A continuación se muestra una imagen general de las características del modelo Pedagógico Romántico en la (grafica No 1), en la (grafica No 2) los propósitos del proyecto educativo institucional tratado.

**Figura 1 Mapa conceptual modelo pedagógico Romántico. (Flórez R 1994)**



Fuente. Tomado de clases de modelos pedagógicos (Rafael Flórez)

**Figura 2 Modelo pedagógico dentro del PCP**



Fuente. Autora 2015.

Se reconoce al ser humano cómo ser biológico, social y cultural afectado por la experiencia motriz; no se exige nada que no esté en él, que no proceda de su interior, para desarrollar sus habilidades, cualidades e intereses naturales, ideas, conocimientos, valores y sentimientos.

Perspectiva diferente, que busca ir transformando las estructuras sistemáticas actuales. Es un proceso autoestructurante “debe ejercitar la capacidad de pensar por sí mismo, debe emanciparse de la dependencia “y no permitir que otros

piensen por el" (...) "piensa por ti mismo", en latín "sapere aude" afirma (Kant Manuel 1784) esto implica responsabilidad consigo y con los demás.

Aspectos que la escuela debe contemplar para no limitarse al hecho del aprendizaje como tal, porque debe preparar al niño para la vida, permitiéndole actuar de forma libre. Este enfoque persigue la humanización de la enseñanza, privilegia las estrategias por descubrimiento e invención, fomenta la reflexión propia y el saber cómo una construcción propia interna al sujeto.

Durkheim (1858) "Propone el desarrollo en sus variadas formas de acuerdo a las capacidades e intereses del individuo perteneciente a una sociedad; importante relación que se trabaja desde el ámbito educativo"

### **"El ambiente construye el proceso del sujeto"**

#### **Vygotsky**

"La felicidad anhelada por los seres humanos se halla siendo libre de escoger su propio camino."

Para este modelo, "El profesor se convierte en un facilitador, es un orientador pretendiendo un aprendizaje significativo" (Zubiría, J. 1994), es quien crea espacios y brinda los recursos necesarios para cultivar estas características y facultades, e incluso con fines sociales, para un buen desempeño en su vida.

Las reglas de convivencia son creadas en colectividad al igual que las soluciones, todos opinan, todos aportan, todas las opiniones valen lo mismo, así mismo las reglas dentro de los espacios se elaboran entre todos.

Se maneja la didáctica activa de aprendizaje autónomo.

Autonomía: gobernarse a sí mismo, capacidad que tiene el alumno para desarrollar su propio aprendizaje, observa y se vuelve una persona crítica, la autonomía en el aprendizaje es intencional, analítico y crítico con responsabilidad, respeto, y desarrollo moral.

Su ejercicio implica la determinación del estudiante de ser responsable y de tomar decisiones personales sobre su aprendizaje, así como la voluntad de participar, junto con el docente.

El procesos de aprendizaje va de lo simple a lo complejo, de lo concreto, tangible y vivencial como diría Freinet (1896-1966), ("Observación, experimentación, acción").

**“Por la educación, se asciende a la libertad”**

**Celestin Freinet**

El eje fundamental es el niño, que tiene el potencial para su propio desarrollo, se omite la transmisión de conocimientos académicos, se propende por el alma del estudiante observándolo en todo su ser, se tienen en cuenta los procesos afectivos, buscando la autonomía de acuerdo a cada etapa de desarrollo en la que se encuentre. “niños/as protagonistas de su propio desarrollo”; niños curiosos, deseosos por averiguar, alegres, sencillos, y recursivos, que puedan desenvolverse en cualquier espacio y momento de la vida, claro está sin evadir o excluirse del mundo físico y social en el que están inmersos.

Gussinyer Pere Solá, menciona "La globalización marcada por la insolidaridad, el individualismo y ecológicamente devastadora, debe ser contrarrestada por una acción que ponga la razón y los avances científicos al servicio del ser humano y de su felicidad, para construir una 'tierra de hombres' más justa y fraterna".

En la educación se llevan a cabo procesos evaluativos que se encargan de valorar, reflexionar y mejorar el proceso de enseñanza docente, aprendizaje del alumno o factibilidad del proyecto.

También es necesario tener en cuenta el entorno en el que tiene lugar el proceso de aprendizaje y el modelo educativo en el que se fundamenta, y así poder establecer indicadores de evaluación que correspondan al proceso e identificar resultados positivos o negativos, cabe subrayar que la valoración es un proceso de comprensión del estudiante en todas sus dimensiones.

Existen diferentes tipos de evaluación y particularmente este PCP desarrolla la co-evaluación y auto-evaluación, de forma cualitativa reconociendo los avances y progresos en sí mismo y en los demás, eliminando la competitividad.

Auto-evaluación: es la propia persona quien atribuye un juicio a su formación, promueve la construcción de autonomía en el estudiante, el autoconocimiento autorregulación y auto-organización, en el sentido de que posibilita reconocer su desarrollo y cuál es la mejor manera de hacerlo. En la autoevaluación debe existir un cambio de actitud puesto que acción es también evaluación.

Co-evaluación: Es una estrategia a través de la cual los estudiantes valoran sus competencias entre sí conforme criterios previamente definidos, según el diccionario de la Real Academia Española (DRAE), “Se utiliza para referirse a la evaluación entre pares, entre iguales”. Así cada estudiante recibe y brinda retroalimentación respecto al aprendizaje y desempeño logrado por él y logrado por sus compañeros, en este ejercicio es necesario que los estudiantes comprendan la importancia de la retroalimentación como instrumento para la mejora de su desempeño, también se requiere de un ambiente de confianza y respeto que facilite la expresión de todos.

Así fundamentado este PCP en el modelo pedagógico Romántico se tiene en cuenta que, el espacio no obliga a los niños/a asistir bajo algún criterio más que gusto y voluntad, “precisamente para no desviar el desarrollo normal de la personalidad.” (Flórez 1994, De Zubiria 1994, Dewey 1957, Rodríguez y Zans1996) y se establecen los siguientes indicadores.

#### **Indicadores generales de evaluación.**

- ✓ Asistencia a los espacios educativos
- ✓ Participación
- ✓ Colaboración (trabajo en conjunto)
- ✓ Cooperación (resultado del trabajo en grupo de un mismo interés u objetivo)
- ✓ Retroalimentación
- ✓ Integración de los actores
- ✓ Ambiente de aprendizaje

**“El hombre nace libre pero en todos lados esta encadenado” (Rousseau)**

**“El hombre es libre por naturaleza” (Rousseau)**

## **2.4 Educación física**

La Educación Física es una disciplina académica que propende por el desarrollo del ser humano, teniendo como herramienta principal el cuerpo y su movimiento, que interiorizan y exteriorizan las vivencias para convertirlas en experiencias. Un espacio educativo que posibilita la enseñanza-aprendizaje a través de prácticas corporales que fortalecen aspectos dimensionales (cognitiva, afectiva, familiar, social, sexual) de las personas.

## **2.5 Tendencia de la educación física**

La tendencia de la educación física para este proyecto es la expresión corporal o comunicativa, orientada a la creatividad y libre expresividad del cuerpo, promoviendo una forma de tratar el movimiento que reúne cuerpo, espacio tiempo. "Como unidad", para gobernarse a sí mismo y a los demás.

Según (Sierra, 1999:1) la Expresión Corporal (E.C) es la concienciación, aceptación, interiorización, utilización del cuerpo y todas sus posibilidades, para comunicar y expresar todas las emociones, ideas, pensamientos, sensaciones, sentimientos, vivencias, marcados por la creatividad y praxis diaria.

Esta conciencia, aceptación e interiorización se afirma en la relación e interacción con el otro; permite que el sujeto descubra y evidencie que para realizar algo junto, necesita ponerse de acuerdo.

Por lo anterior se diseña el ambiente para el encuentro con los iguales encuentro que requiere normas y reglas de comunicación, “convirtiendo al lenguaje en materia educativa utilizado para el desarrollo potencial de la capacidad expresiva del ser humano” (Arteaga 2003:25).

Desde el ámbito de la educación física, la E.C según (Ortiz 2002:25), debe contribuir al desarrollo integral del individuo potenciando el conocimiento y el desarrollo del lenguaje corporal.

También como contenido de la educación física “investiga y experimenta las posibilidades corporales la inteligencia emocional, como medio de transmisión de sentimientos” cuyo fin es “crear y comunicar a través del movimiento”. (Rueda 2004: 12)

“El individuo puede exteriorizar lo más oculto de su personalidad a través del cuerpo tratando de interpretar las sensaciones y sentimientos. (Arteaga, Viciano y Conde 1997), la Expresión Corporal como medio, agente y/o principio organizador, “articula el desarrollo de aquellos contenidos que por sus características favorecen con mayor énfasis la expresión y la comunicación de los niños en la búsqueda permanente de un lenguaje del cuerpo propio”. (Fassina, M.1991).

El desarrollo de este proyecto se lleva a cabo en un ambiente natural, donde el maestro convoca el encuentro y el sujeto propone actividades a realizar de acuerdo a su interés.

### **3. TEORÍA CURRICULAR**

Este proyecto curricular particular toma como base para la construcción de su teoría curricular, fundamentos filosóficos y principios pedagógicos, que sustentan el contenido de este proyecto.

En su línea curricular adopta un modelo flexible definido a continuación:

#### **3.1 Currículo**

Entendido el currículo como un “compuesto de ciertos elementos, que usualmente contiene una declaración de metas y de objetivos específicos; indica alguna selección y organización del contenido; implica o manifiesta ciertos patrones de aprendizaje y enseñanza y finalmente incluye un programa de evaluación de los resultados” (Hilda Taba 1962).

Dentro de los tipos de currículo “El currículo flexible es una forma de organización que permite la máxima adecuación de este a las aptitudes y a los intereses de los estudiantes, mediante una selección de matices de especialización dentro de un contexto general” (Dressel, 1970; Meneses, 1971; Apostel, 1975)

Este tipo de currículo. Organiza su enseñanza desde la diversidad social, cultural, de estilos de aprendizaje de sus alumnos, dando a todos la oportunidad de aprender; hay libertad para la acción participativa de los alumnos.

De acuerdo a lo anterior este tipo de currículo se ajusta a la línea de enseñanza que pretende este proyecto.

Principios que orientan el currículo.

### **3.2 Principios o fundamentos Pedagógicos.**

Los fundamentos pedagógicos surgen de las características del modelo pedagógico Romántico fundamentado en las ideas filosóficas de (Jean Jacques Rousseau 1778) posteriormente desarrollado a finales del siglo XIX por la escuela activa con un enfoque auto-estructurante. Cuya base del conocimiento es la experiencia.

Por ello los fundamentos son los siguientes.

- ✓ desarrollo natural del niño/a
- ✓ libertad de expresión.
- ✓ individualidad
- ✓ desarrollo de la interioridad,
- ✓ Espontaneidad.
- ✓ Desarrollo de las dimensiones humanas (cognitiva, física, social, familiar, afectiva)
- ✓ Ambiente natural
- ✓ Reciprocidad Docente –Alumno

### **3.3 Principios didácticos**

Son aquellos principios que dependen en gran medida del aprendizaje que se quiera lograr con los estudiantes y la forma en que se seguirá el proceso, en este trabajo se desarrollaran los principios didácticos de:

**Principio de Individualización:** Este principio se refiere a lo que nos hace únicos frente a nosotros mismos y frente a las demás personas. Cada persona es diferente a otra, nos definen rasgos, capacidades, intereses, gustos, comportamientos, entre otros y como lo plantea Jean Jacques Rousseau: son esos aspectos que enaltecen al ser humano natural, la característica propia de la persona, lo humano que le caracteriza y distingue. La individualizaciones la concepción que nos lleva a posibilitar un programa que permita a cada persona trabajar a su propio nivel y ritmo desde sus capacidades y situación en la que se encuentra.

Cada alumno tiene unas necesidades diferentes al del resto por eso cada niño es un ser único, por tanto su maduración es diferente, debemos proporcionarle el tiempo que necesite, el espacio y motivarlos en los aprendizajes, cada uno irá adquiriendo los objetivos de diferentes formas pero por ello no son menos.

#### **Principio de autonomía**

La autonomía en el ser humano significa capacidad para tomar sus propias decisiones. En la medida en que se es libre, se es autónomo.

La libertad supone por una parte ausencia de coacción, independencia y libertad y, por otra parte, capacidad de elegir.

El ser humano será libre en la medida que ejerza su libertad, consciente de sus propias limitaciones y posibilidades y de las consecuencias de sus actos.

Se ha puesto en práctica a través de varias experiencias y ha permitido plantear algunas teorías por ejemplo, la experiencia de Summerhill, Su característica fundamental es la completa libertad que tienen los alumnos y profesores para dirigir la institución, elaborar reglamentos, elegir su plan de estudios, etc.

Estos principios didácticos concuerdan con la implementación de esta propuesta.

- ✓ Ambientes de aprendizaje
- ✓ Dialogo de saberes
- ✓ A partir de las experiencias
- ✓ El niño genera su conocimiento
- ✓ A partir de la Comunicación (verbal, no verbal)
- ✓ Interacción, y cooperación
- ✓ Reflexión

## **4. IMPLEMENTACIÓN**

### **4.1 Macro estructura**

#### **Justificación**

El argumento central por el cual se rige este proyecto curricular particular, está dado en la medida en que la sociedad logre reconocer la educación física como área de conocimiento que le da sentido introspectivo a sus acciones e intención al movimiento, centrado en el saber ser ,(no hacer por hacer) como lo plantea el

proyecto curricular licenciatura en Educación Física (PCLEF) de la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia e integra el saber pedagógico, humanístico y disciplinar, aspectos que fundamentan este PCP para fortalecer el desarrollo humano a partir de actividades en ambientes naturales con contenidos de la Educación Física forjando un ser humano disciplinado, con voluntad y autogobierno. “procesos de ascesis” (ejercicio y entrenamiento del cuerpo, mente y espíritu por medio de la disciplina del cuerpo)

Se considera que la educación física dentro de sus prácticas tradicionales se mantiene en un positivismo. Término formulado por Auguste Comte en el siglo XIX” Una teoría filosófica que rechaza todo concepto universal y absoluto, no comprobado”(Comte Auguste 1842). Estructura tan rígida que duramente está transformándose por los Educadores Físicos actuales. El positivismo se reconoce por la afirmación de que todo conocimiento auténtico se basa sobre la experiencia de los sentidos y sólo puede adelantarse mediante la observación y el experimento, por tanto, es necesario generar espacios vinculados con el ambiente natural, la convivencia y la empatía dentro de los seres humanos, manifestados desde los hechos expresivos, comunicativos, interactivos, imaginativos, de intercambio de experiencias y vivencias.

La importancia e influencia que tiene el entorno para con el individuo, la relación recíproca en cuanto a cómo el individuo se comporta de acuerdo al entorno.

En esta medida las transformaciones encaminadas a esa conciencia personal son necesarias en el marco de la educación física de hoy, al ser el espacio académico

donde los seres humanos desde su ingreso a la escuela, tienen contacto natural espontáneo e interpersonal, lleno de experiencias, dejando huella que impacta su pensamiento y vida social de manera positiva para sus círculos sociales más cercanos a través de su cuerpo y sus mismas acciones motrices.

Es necesario que la educación física genere espacios prácticos que fortalecen la construcción ascética de los seres humanos, que atraviesa y concreta al individuo en su personalidad.

### **Propósito**

El propósito fundamental gira en torno a fortalecer los procesos de ascesis de los seres humanos teniendo como pretexto el espacio de la educación física en ambientes naturales y de la mano con la acción motriz, donde se moviliza el movimiento en pro de esta construcción ascética. Las relaciones de la persona manifiestan sentido, desde incertidumbres y condiciones corporales también espaciales (gestos, ambientes de interacción, comunicación verbal - no verbal y estrategias colaborativas) mejorando relaciones intra e interpersonales, creando conductas cooperativas, demostradas en el reconocimiento y la aceptación de sí y del otro.

De esta manera el ser humano promoverá la conciencia de sí, la disciplina y el autogobierno para luego llegar a gobernar a los demás y sobre todo tener seguridad de sus acciones no solo en el ámbito educativo sino más allá de la escuela.

## **Objetivo General**

Propiciar ambientes de aprendizaje a partir de los contenidos de la expresión corporal en ambientes naturales para fortalecer procesos de ascesis.

## **Objetivos específicos**

- ✓ Despertar en los estudiantes una actitud de disciplina para el constante desarrollo que implica la practica (Auto organización y autogobierno)
- ✓ -Buscar nuevas posibilidades de hacer cosas distintas a través del juego, las exploraciones, los objetos.
- ✓ posibilitar la Improvisación y composición.
- ✓ Hacer de las prácticas educativas por parte de los estudiantes una decisión voluntaria

## **4.2 Evaluación**

A la hora de analizar los motivos que justifican el aludido y creciente interés por la evaluación, no existe acuerdo absoluto. Parafraseando a (Santos Miguel 1988)” la evaluación educativa ha sido un fenómeno habitualmente encerrado en un aula de clase referido a los alumnos, a la limitación y control del conocimiento adquirido por medio de pruebas de diferente tipo “en su forma tradicional. Sin embargo con el pasar del tiempo se han creado diferentes enfoques o estilos evaluativos de acuerdo al tipo de programa educativo, puesto que “la educación tiene innumerables contextos y se desarrolla intencionalmente en muchos ámbitos” Santos M (1988). no obstante la evaluación forma parte importante de los

proyectos educativos por medio de esta se pregunta por el valor de los programas y de las acciones.

La evaluación producirá dialogo, comprensión, y mejora del programa que se quiera implementar al servicio de los demás, ya sea para identificar debilidades, oportunidades, fortalezas o amenazas (DOFA)

En este caso particular se hablara de evaluación refiriéndose a procesos de carácter ***independiente y por ello comprometida*** siguiendo al mismo autor, Independiente referida a “una evaluación que no esté sometida, sojuzgada, vendida o simplemente alquilada por el poder, el dinero o la tecnología” Santos M (1988).una evaluación comprometida con unos principios pedagógicos y unos valores, en cuales se basa este proyecto.

- Una **evaluación Cualitativa** por que los procesos que pretende valorar son bastante complejos como para reducirlos a una valoración cuantitativa que desvirtúa la parte substancial de los mismos.
- **Práctica**, no tiene como finalidad producir conocimiento académico sobre las experiencias, tiene por finalidad fortalecer los procesos ascéticos por medio de la comprensión, reconocimiento de la naturaleza y espontaneidad del ser humano.
- **Democrática participativa**, los usuarios tienen la libertad de opinar, emitir su valoración tanto de su actuación como del programa. Aunque esta no sea la única opinión que se tiene en cuenta

Stenhouse (citado por Santos, 1988) piensa que lo más importante no es el hecho de realizar la evaluación, ni siquiera el modo de hacerla si no al

servicio de quien se pone. Puede ser utilizada de forma positiva o negativa de acuerdo a interpretaciones.

Por lo anterior este proyecto adopta los anteriores aspectos para la evaluación macro curricular y del proyecto en general.

**Tabla 1 Macro currículo del proyecto**

MACROCURRICULO	
OBJETIVO GENERAL: Propiciar ambientes de aprendizaje a partir de los contenidos de la expresión corporal en ambientes naturales para fortalecer procesos de ascesis.	
OBJETIVOS ESPECIFICOS Vivenciar relaciones interpersonales e intrapersonales. Comprender el entorno y las posibilidades en él. Descubrir mi cuerpo y el del otro a través del juego, exploración y objetos. Reflexionar sobre mis acciones y las de mis compañeros.	
Temas Sensopercepcion	Subtemas Sentidos internos y externos. La persona, centro dinámico de su propia formación Similitudes y diferencias del ser humano Lo adquirido y lo propio
Expresión	Oral Escrita Corporal Musical( danza)
Comunicación	Verbal no verbal grafica descripción argumentación Ámbitos y roles socioculturales
Creatividad	Fluidez motriz flexibilidad motriz innovación motriz originalidad motriz
Movimiento	Habilidades Básicas de Movimiento: locomoción, no locomoción y manipulación. Organización espacio-temporal

Fuente: Autora 2015

### **4.3 Micro currículo**

Es la concreción de los fundamentos y principios curriculares, en este nivel ampliados con los contenidos de la tendencia expresivo corporal o comunicativa de la educación física, (sensopercepción, expresión, comunicación, creatividad y movimiento) como ejes temáticos. En este sentido se diseña el ambiente de acuerdo al tema, tras la intencionalidad de su desarrollo; las actividades emergen de la sesión y se realizan a partir del ambiente encontrado.

Susceptible de ser evaluado para identificar la factibilidad y/o aspectos a mejorar del PCP y su incidencia en los procesos de ascesis de los participantes.

A continuación se anexan 5 (cinco) sesiones implementadas, posteriormente organizadas de acuerdo a la intencionalidad del contenido temático incluido de manera intrínseca en el ambiente diseñado.

- ✓ Sensopercepción
- ✓ Expresión
- ✓ Comunicación
- ✓ Creatividad
- ✓ Movimiento.

Todas dentro del marco de la disponibilidad corporal y motriz

Toda actividad corporal global puede comportar una dimensión de expresión. Esta se convierte explícitamente en actividad de expresión cuando esos procesos son buscados deliberadamente” (Berliaz)

**Tabla 2 Esquema Micro diseño**

TEMA	SENSOPERCEPCIÓN	EXPRESIÓN	COMUNICACIÓN	CREATIVIDAD	MOVIMIENTO
AMBIENTE DISEÑADO	Ambiente lleno de texturas, olores, sabores, colores y sonidos. Un ambiente natural abierto, donde los niños/a podrán desplazarse y encontrar diversas posibilidades de reconocimiento y estimulación que permiten el desarrollo de la sensopercepcion.	Un espacio acompañado de música, y sus diferentes ritmos. Instrumentos musicales elaborados con material reciclado	Delimitación del terreno en forma de una cancha de futbol.	En el lugar de encuentro habitual de la sesión los niños/a encontraran dentro de aros información sobre este lugar recientemente minado con bombas de hule que se desactivaran llevándolas al punto de encuentro. para descifrar su contenido	Circuito de obstáculos, con tiro al blanco, viga de equilibrio, tres pistas de encostalados, telaraña, y cancha de futbol.
MATERIALES	Esencias, frutas, comida (pasta, huevo, gelatina), música, hojas, palos, tierra, agua, pinturas.	Tapas de gaseosa, botellas plásticas, tuvo de pvc, latas de bebidas, cartón, papel y piedras, oclusores visuales, letras de canciones infantiles.	Conos, platos, balón de pilates, 3 silbatos	Aros, espacio amplio, bombas de hule, dulces.	Estacas plásticas, aros, túnel, soga, conos, discos o platos, banda elástica, pimpones, cucharas, costales, icopor, tuvo de pcv, garbanzos, balón de futbol americano.

**Tabla 3 Sesión de clase No 1 realizada, posteriormente estructurada.**

SESION No 1		
Institución: Fundación Nutriarte Ltda. Docente: Jennifer Alecxis Moncada Poveda Grupo: infantil		
TEMA	SUBTEMA	Actividades:
SENSOPERCEPCIÓN	Sensación percepción	Recibir, captar, detectar: imágenes, sonidos, sabores, olores, colores, equilibrio, tacto, dolor. Organizar, interpretar, clasificar, crear, dar significado a la información sensorial.
<p>Descripción de la actividad</p> <p><b>El comienzo:</b> Bienvenida de los estudiantes. Familiarización con el docente y la fundación.</p> <p>Explicación de la dinámica a trabajar.</p> <p>Los participantes recorren el ambiente, en búsqueda de hojas, flores, ramas, palos de diferentes formas, colores, olores y texturas.</p> <p>Las reúnen en un solo lugar para disfrazarse de un personaje que lo representara entre sus compañeros.</p> <p><b>El desarrollo</b></p> <p>Con el material encontrado los niños/a Dibujan el personaje que les representa real o imaginario.</p> <p>Imitan el personaje real o imaginario, los participantes representan (monstruos, animales, dibujos animados), mientras los demás interpretan, reconocen, escuchan e identifican el personaje.</p> <p>Crean desplazamientos de los personajes.</p> <p>Reír llorar, gritar, saltar, dormir, comer, etc. como el personaje.(reconocer voces y gestos de animales)</p> <p><b>La despedida.</b> reflexión sobre la actividad desarrollada</p>		
Materiales: Colores, temperas, hojas de papel, cartulinas de color rojo, verde, azul. Lugar: espacio abierto (ambiente natural)		
Evaluación: Cualitativa, reflexiva sobre la actividad		

**Tabla 4 Sesión de clase No 2 realizada, posteriormente estructurada.**

SESION No2		
Institución: Fundación Nutriarte Ltda. Docente: Jennifer Alecxis Moncada Poveda Grupo: infantil		
TEMA	SUBTEMA	Actividades
EXPRESION	Espontaneidad movimiento natural improvisación	Danza Estilo de movimiento propio Lenguaje o poética corporal. Canto
<p>Descripción de la actividad</p> <p><b>El comienzo.</b> Bienvenida e invitación</p> <p><b>El desarrollo.</b></p> <p>Los niños a partir de los materiales encontrados diseñan instrumentos musicales para luego conformar una Orquesta.</p> <p>Empiezan los ensayos e invención de ritmos.</p> <p>Los niños/a bailan a la vez</p> <p>Intercambian los instrumentos con los demás buscando nuevos sonidos.</p> <p>Estatuas ciegas: por parejas uno debe colocarse en una postura y el otro, con los ojos tapados deberá copiarlo (tocándolo con las manos para determinar qué postura tiene).</p> <p>Manos pintadas: con diferentes platos llenos de pintura nos pintamos las manos de distintos colores a nuestro gusto. Después con un teatro improvisado se realizan pequeñas representaciones.</p> <p><b>La despedida:</b> reflexión de la sesión.</p>		
Materiales: música, pinturas, telas, papel, cartón, tapas de gaseosa entre otros.		
Evaluación: Cualitativa, reflexiva sobre la actividad.		

**Tabla 5 Sesión de clase No 3 realizada, posteriormente estructurada.**

SESION No 3		
Institución: Fundación Nutriarte Ltda. Docente: Jennifer Alexxis Moncada Poveda Grupo: infantil		
TEMA	SUBTEMA	Actividades
COMUNICACIÓN	3.1 Lenguaje (verbal, no verbal, gráfico) 3.2 Simbolismo	Relaciones interpersonales e intrapersonales. Deportes colectivos Interpretación de las señales de los deportes (reglas)
<p>Descripción de la actividad:</p> <p><b>El comienzo:</b> saludo e invitación.</p> <p>Teléfono roto: se ubica el grupo en hilera, el primero de la hilera enviara una información que deberá pasar en secreto por cada uno de los participantes, cuando llegue al final se dirá en voz alta para verificar si es correcta o no de acuerdo a la atención y pronunciación de los demás.</p> <p><b>El desarrollo</b></p> <p>Hablar de sí mismo: los participantes se desplazan por el lugar al son de la música, cada vez que pare la música se ponen por parejas, (contar uno al otro:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- algo que sabe hacer muy bien</li> <li>- algo que sabe hacer muy mal</li> <li>- el sueño de su vida</li> <li>- sus manías</li> <li>- algo que nunca haría</li> <li>- algo prohibido que le gustaría hacer.</li> </ul> <p>Así sucesivamente con distintos compañeros.</p> <p><b>La despedida</b> Fútbol: se divide el grupo en dos equipos, (reconocimiento de los compañeros, comunicación verbal, corporal, para anotar gol) e interpretación simbólica de las señales de juego.</p> <p>Reflexión de la sesión</p> <p>Y propuestas para la siguiente sesión.</p>		
Materiales: Balón de futbol, música.		
Evaluación: Cualitativa, reflexiva sobre la actividad		

**Tabla 6 Sesión de clase No 4 realizada, posteriormente estructurada.**

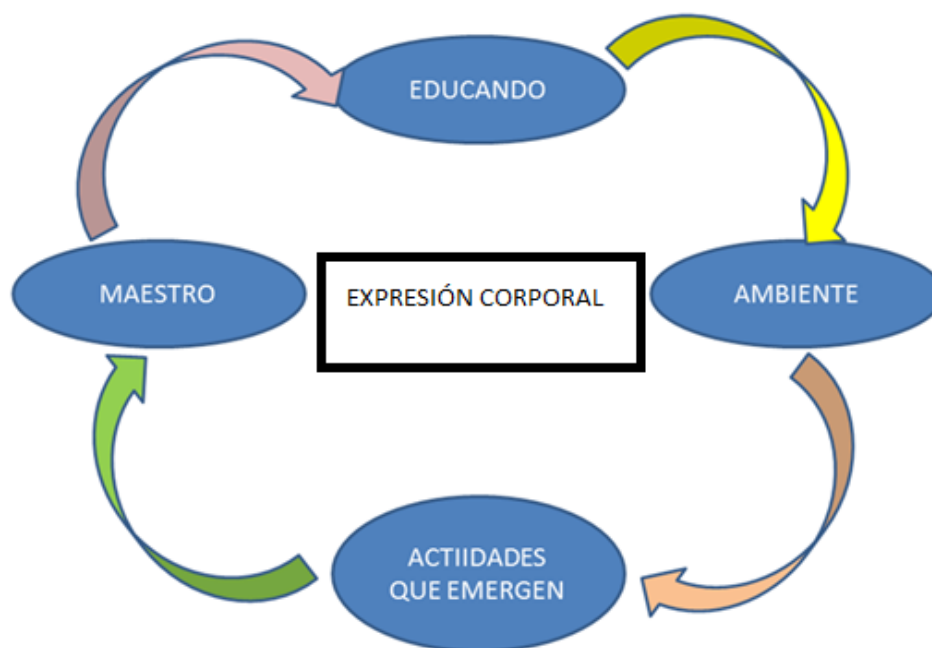
SESION No4		
Institución: Fundación Nutriarte Ltda. Docente: Jennifer Alecxis Moncada Poveda Grupo: infantil		
TEMA	SUBTEMA	Actividades Genio, ingenio, talento, intuición, invención, inventor, innovación y fantasía.
CREATIVIDAD	Fluidez motriz flexibilidad motriz innovación motriz originalidad motriz	
<p>Descripción de la actividad:</p> <p><b>El comienzo:</b> saludo y recopilación de material reciclado. Con el material reciclado diseñamos un traje, disfraz o atuendo, para lucirlo con los compañeros.</p> <p><b>El desarrollo.</b> Representamos una serie de acontecimientos, (perdida de un paraguas, lavar los platos un domingo, la salida de vacaciones, entrada de los alumnos al colegio, la espera de autobús sin lugar para todos, la derrota de tu equipo favorito, una proposición comprometedora, el dialogo con un turista en otro idioma etc.), escritos en fichas indicando los estilos de humor (cómico, lirico, trágico, escandaloso, asustado, emocionado).</p> <p><b>La despedida</b> reflexión de la actividad</p>		
<p>Materiales: fichas con los distintas situaciones y estilos de representación, material reciclado (papel, cartón, plástico, etc.)</p> <p>Evaluación: entorno a los distintos tipos de lenguajes expresivos utilizados, acompañados de una reflexión sobre la actividad.</p>		

**Tabla 7 Sesión de clase No 5 realizada, posteriormente estructurada**

SESION No5		
Institución: Fundación Nutriarte Ltda. Docente: Jennifer Alecxis Moncada Poveda Grupo: infantil		
TEMA	SUBTEMA	Actividades.
MOVIMIENTO	Habilidades Básicas de Movimiento: locomoción, no locomoción y manipulación. Organización espacio-temporal.	Desplazamientos: andar, correr, trepar, reptar, nadar. saltar, girar, lanzar, recepcionar Espacialidad: orientación, distancia, direcciones, trayectorias y recorridos, localización de objetos en movimiento. Temporalidad: duración. Orden, velocidad, ritmo.
<p>Descripción de la actividad:</p> <p><b>El comienzo:</b> Bienvenida e invitación del profesor a hacer pequeñas sugerencias, de imitación de animales y los movimientos de algún compañero.</p> <p>El encuentro: se nombra una pareja, cada uno se coloca en un extremo del campo estos trataran de encontrarse en el centro hablándose, gritando resto de la clase evitaran que se encuentren.</p> <p><b>El desarrollo:</b></p> <p>La paloma y el gavián: por parejas, las palomas deben cambiar de palomar y pasar al de enfrente, los gavilanes tratan de cazarlas, cuando cacen dos estos pasan a ser palomas y esas dos palomas gavilanes.</p> <p>Carrera de orugas, grupos de seis, en cuclillas y en hilera, agarran los tobillos del compañero de delante. La oruga se desplaza una distancia determinada para ver qué grupo gana.</p> <p>Carrera de carretillas: por parejas, uno de los Dos se desplaza sobre las manos, mientras el compañero lo sujeta de los tobillos.</p> <p>El relevo de la oca, grupos de seis. Desplazarse cogiéndose los tobillos y, tras realizar el recorrido, dar el relevo al compañero.</p> <p>La casa de los ciempiés, grupos de seis. Agarrados por la cintura tratarán de pasar al refugio de enfrente, un ciempiés venenoso intenta coger al resto. Los cogidos pasan a formar parte del venenoso, si este se rompiera, se formarían ciempiés nuevos y no venenosos.</p> <p>Reptamos sobre colchonetas pasando bajo cuerdas cada vez más cerca del suelo, boca - abajo y boca – arriba.</p> <p><b>La despedida</b> En círculo. En el centro dos con los ojos vendados intentan encontrar un zapato, escondido previamente, siguiendo las orientaciones que les dan los demás. Si lo descubre será el primero en recibir el refrigerio.</p> <p>Reflexión de la sesión y actividades.</p>		
Materiales: Colchonetas, cuerdas, espacio amplio(ambiente natural)		
Evaluación: Cualitativa, reflexiva sobre la actividad		

La siguiente grafica representa la relación existente entre el tema envolvente del macro currículo, relación con el medio, temática y actores. (**Figura 3**)

**Figura 3** Mapa mental macro currículo en relación al entorno



Fuente: Autora 2015

### **Actividades sugeridas**

En el desarrollo de la clase, en la acción mía como actor y docente, surgen otras actividades, a partir de la dinámica, por ejemplo:

- Los juegos de yoga: no sólo una gran manera de revisar nuevas posturas y fomentar la colaboración en grupo. También permiten una estructura de clases más relajadas que invitan a la alegría, a la imaginación y a la creatividad.

- El dibujo: es una forma de aprovechar la imaginación visualizando posturas, sentimientos, miedos, valores, y demás. Los niños podrán dibujar cualquier cosa, desde su postura favorita hasta algo que les asuste o les tranquilice. Con estos dibujos se pueden explorar las ideas y pensamientos que están teniendo que podrían no ser capaces o estar dispuestos a expresar de otra manera.

Actividades de libertad: Niños/a al mando de la clase.












Dejar que los niños dirijan a sus compañeros, o contribuyan a una actividad de grupo, no sólo logra su compromiso con mayor eficacia, sino que integra un ambiente más relajado y relevante dentro de la clase. Fomenta la iniciativa, toma de decisiones, integración de ideas, este liderazgo otorga al niño una perspectiva diferente sobre la colaboración con los demás, y el resto de los niños se sienten más animados y capaces de actuar como ellos quieren.




Estas ideas se pueden desarrollar con todas las poblaciones y sacar el niño interior que todos tienen dentro.

#### **4.4 Fichas de acompañamiento docente**

El siguiente formato es una ficha de acompañamiento gráfica diseñada para los niños/a entre los 5 y 10 donde el educando por medio de los dibujos identificara su estado de ánimo. Los niños/a marcan con una (equis) X en el recuadro más cercano al dibujo con el cual se sienta identificado. Esta ficha es llenada por los niños por iniciativa propia y se encuentra a su disposición durante la sesión.

**Tabla 8 Formato estado anímico**

Edad: :				
YO ESTOY				
RELAJADO				TENSO
INTERESANTE				ABURRIDO
EXTROVERTIDO				TÍMIDO
INSEGURO				SEGURO
MODESTO				ARROGANTE
AGRADABLE				DESAGRADABLE

Edad: :			
YO ESTOY			
SIMPÁTICO			ANTIPÁTICO
AMIGABLE			INSOCIABLE
ATENTO			DESATENTO
TRABAJADOR			FLOJO
FELIZ			TRISTE

Fuente: Autora 2015

#### 4.4 Fichas de acompañamiento fundación. Docente-estudiante

Es una planilla suministrada por la fundación Nutriarte para llevar el control de asistencia de los niños, niñas y jóvenes, junto a los objetivos y actividades desarrolladas por los maestros en cada sesión. La fundación suministra refrigerios

a los estudiantes de acuerdo a la cantidad de firmas de asistencia. A continuación se anexa el formato de planilla

**Tabla 9 Formato registro de sesiones**

nutriarte		PROYECTO "ESQUELAS DEPORTIVAS"	
FECHA		REGISTRO DE ASISTENCIA	
OBJETIVO		DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
NOMBRES Y APELLIDOS		PARTICIPANTES	
		FIRMA	
22/03/2015		TAMIZAJE. Polimatos - Infantil.	
Identificar el INCI en los niños al inicio de cada semestre.		Pesar, talla, de los niños que asisten a la fundación.	
Jhayan Steven Ramirez Niño			
Dadhel Steven Escobar Vargas			
Luis Alejandro Castillo Pizarro			
Jony Alexander Rodríguez Vega			
Michael Yesid Rodríguez Vega			
Julian David Pico			
Juan Guillermo Ballón Amante			
Juan Roman Guillón Amante			
Kevin Sebastian Mejía Pineda			
Mayra Bucuara Ardila			
Bryan Daniel Cuido Vargas			
Yanier Anderson Acosta			
Yeferson Osorio Lopez			
Jose David Garcia Lopez			
Johan Felipe Boyca Sanchez			
Sergio Esteban Muñoz Rivera			
Juan Sebastian Pico Diaz			
Juan David Buitrago Garcia			
Steven Yesid Górriz Cordero			
Joaquín Felipe Rojas			
Ronald Enrique Rocha Pineda			
Diego Andrés Escobar Benavides			
Daniel Steven Escobar Vargas			
Michael Andrés Moreno Escobar			
Andrés Felipe Muñoz Lopez			
Wilfredo Enrique Jimenez Alvarado			
Miguel Steven Ramirez Niño			
Jocelynneider Siqueira Peña			
Luis Santiago Benid			
Lucas Felipe Julián Quiroga Sanchez			

Fuente: Fundación Nutriarte 2015.

## 5. EJECUCION PILOTO

### 5.2 Micro contexto

Se realizaron 10 sesiones. A continuación se presenta el cronograma con fecha, horario, duración y grupos con que se llevó a cabo el desarrollo de la implementación.

**Tabla 10 Cronograma de intervenciones**

Día/Fecha	Sesión /Horario	Duración	Grupo
Día 1sábado 28 marzo Día 2 Martes 31 Marzo	Sesión 1 8:00 am 11: 00 Sesión 2 : 01:30 pm a 03:00pm	La primera sesión tiene un tiempo de 3 horas La segunda sesión tiene un tiempo de 1h/2	Poli motor
Día 3 domingo 12 marzo Día 4jueves 16 marzo	Sesión 3 : 8:00 am 11: 00 am Sesión4 01:30 pm a 03:00pm	La primera sesión tiene un tiempo de 3 horas La segunda sesión tiene un tiempo de 1h/2	Infantil Femenino
Día 5 sábado 18 Marzo Día 6 Martes 21 Abril	Sesión 5 8:00 am 11: 00 am Sesión 6 : 01:30 pm a 03:00pm	La primera sesión tiene un tiempo de 3 horas La segunda sesión tiene un tiempo de 1h/2	Infantil
Día 7 domingo 19 Abril Día 8 jueves 23 Abril	Sesión 7 8:00 am 11: 00 Sesión 8 : 01:30 pm a 03:00pm	La primera sesión tiene un tiempo de 3 horas La segunda sesión tiene un tiempo de 1h/2	Poli motor
Día 9 sábado 25 Abril Día 10 martes 28 Abril	Sesión 9 8:00 am 11: 00 Sesión 10 : 01:30 pm a 03:00pm	La primera sesión tiene un tiempo de 3 horas La segunda sesión tiene un tiempo de 1h/2	Poli motor

## **Información general de la Institución**

Nombre de la institución: Fundación Nutriarte Ltda.

Forma jurídica: sociedad limitada

Propietario: Juan Manuel

Representante legal: Moreno Triana Miller Jandri

Coordinador docente: Iván Rodrigo Galindo

Dirección: CALLE 143 46 35 P 1, BOGOTA

Teléfono :(1)4752604

Correo electrónico:[nutriartelimitada@gmail.com](mailto:nutriartelimitada@gmail.com)

Fecha constitución: 08/04/2009

Fecha de inicio actividad: 08/04/2009

Actividades Secundarias

I5612 - EXPENDIO POR AUTOSERVICIO DE COMIDAS PREPARADAS

Q8600 - ACTIVIDADES DE ATENCION DE LA SALUD HUMANA

Sede: empresa MG Consultores

## **Planta física**

La fundación cuenta con un ambiente natural amplio, tres campos de futbol y una cancha de tenis, un cuarto de materiales, 5 baterías de baños, dos purificadores

de aguay una tarima. Todo esto ubicado dentro de la finca MG consultores empresa exportadora de flores ubicada en la vereda Fagua del municipio de Chía Cundinamarca Colombia.

**Material con el que cuenta la fundación.**

Balones de futbol No 4 y 5, balones Niko, de iniciación, pelotas plásticas, aros,, colchonetas, lazos, conos, discos, raqueta, pelotas de tenis, balón de futbol americano, bates pelotas guantes y protección de beisbol, balones maya de voleibol, canchas de rana, petos ,estacas.

Datos institucionales

**Los proyectos educativos giran en torno a:**

Desarrollar y enseñar hábitos de consumo saludable y promover una vida más sana, mejorando actitudes sociales, como la importancia de compartir en familia en comunidad, el trabajo en equipo y fomenta la acción participativa. Entiende las problemáticas y necesidades de la población respecto al consumo de alimentos y actividades físicas saludables, por medio de talleres de cocina, huertos caseros, y posteriormente espacios deportivos para la población rural (trabajadores y familias del área rural) con quienes se emprenden espacios activos de educación física, integrando docentes del área quienes proponen diferentes actividades para fortalecer la propuesta inicial.

## **Caracterización de la Población**

Caracterización-social, (cultural, Económico, político y demás.)

### **Cultural**

Por su ubicación geográfica el municipio es catalogado como municipio Turístico, destacándose la Gastronomía como actividad principal, siendo importancia la carretera panamericana que es vital para su economía, lo que ha demostrado la integración económica y metropolitana no solo con Bogotá, sino con todos los municipio de la provincia.

### **Económico**

Tradicionalmente sus principales actividades económicas son la agricultura, los cultivos de flores nivel exportación y la ganadería lechera. La economía es dinámica en el sector del comercio, tanto de bienes como servicios.

### **Político**

El municipio de Chía se encuentra ubicado en el Departamento de Cundinamarca (zona agroecológica del altiplano Cundiboyacense), en la región de Sabana centro, a 27 kilómetros de Bogotá, Distrito Capital, a una altura de 2.562 metros sobre el nivel del mar. El Municipio está ubicado entre las cordilleras del Zaque en el oriente y la cordillera de los Monos en el occidente. La mayor parte de su territorio es plano, destacándose algunas elevaciones como el cerro de la Cruz, el Santuario y las cordilleras del Zanjón y el Zaque. El Municipio se ubica en la latitud norte 4° 43'00" y longitud oeste 74°100'00"; limitando al occidente con los

municipios de Cota, Tabio y Tenjo, al oriente con los municipios de Sopó y Chía, al sur con las localidades de Usaquén y Suba y al norte con los municipios de Cajica y Sopó. Chía tiene una extensión territorial de 79 kilómetros cuadrados (7.923 hectáreas), de los cuales 608.28 hectáreas corresponden al área urbana y 7314.72 hectáreas al área rural.

#### División política del municipio

El Municipio de Chía según datos del POT, cuenta con 7.923 hectáreas de las cuales 7.314 están destinadas al uso rural y 608.28 al área urbana. Por lo anterior Chía se clasifica como un municipio urbanizado, resultado inevitable de los cambios sociales, económicos y políticos que viene viviendo el País pero sobre todo por la permanente migración de población de Bogotá y otros municipios, hacia Chía, buscando tener acceso oportuno a centros sociales, de entretenimiento, educación, vías de acceso a la capital y contar con espacios verdes a los cuales no pueden acceder fácilmente en la ciudad.

**Figura 4 División territorial del municipio**



Fuente: municipio de Chía-Secretaría de planeación.

## 6. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA.

### Aspectos

- ✓ La importancia que tiene la creación y desarrollo de esta propuesta educativa para mí, es el impacto social que tiene en la comunidad, puesto que las familias se acercan de manera voluntaria y frecuente a preguntar sobre sus niños, a agradecer el espacio e integrar más familiares. Lo cual significa que los procesos desarrollados trascendieron de forma positiva como alternativa

educativa que permite integrar la educación física, el ambiente en los procesos ascéticos de la comunidad. Respondiendo al objetivo de mi propuesta.

- ✓ El permitir que me haya aventurado a saltar los prototipos tradicionales de la educación tradicional, me ha ayudado como maestra para dar cuenta que los límites en la vida los impone uno mismo “querer es poder,” solo debemos atrevernos a descubrir rutas inusuales de enseñanza y aprendizaje dejando atrás los temores reproducidos durante siglos. y anteponer el amor, la voluntad, la bondad, el respeto para tener una vida más justa y fraterna.
- ✓ Dentro del marco teórico encasillarme dentro de un modelo fue una tarea difícil, puesto que en contra de esa lógica elabore el proyecto.
- ✓ Una ventaja importante es la posibilidad que me brinda la fundación Nutrirte de trabajar un espacio educativo fuera de lo instituido.
- ✓ Este proyecto ha generado abrir otro grupo y por ende genero empleo para otro docente.

Logros:

- ✓ Los niños de la vereda logran identificar la importancia de los espacios de aprendizaje y esparcimiento con visiones diferentes que ayudan a fortalecer su personalidad,
- ✓ Asisten frecuentemente, han invitado y llevado más niños/a, a la fundación haciendo que esta crezca.
- ✓ La población se integra, interactúa y comparte.
- ✓ La motivación de los estudiantes es evidente, y conformaron grupos deportivos para jugar dentro de las sesiones.





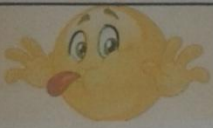





Una grata experiencia que me motiva a seguir trabajando en pro de la educación, y enseñar a las nuevas generaciones la importancia de ser uno mismo, conocerse a sí mismo y respetar a los demás como iguales, para llevar una vida fraterna. Aspectos que actualmente se ha desvalorizado y debemos recuperar para minimizar tanta maldad y violencia.








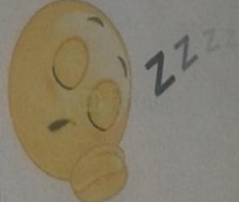




## Anexos

### Anexo No 1 Fotografías del proceso de implementación del PCP



Anexo No2 Formato evaluación estudiante.

Nombre: <u>daniel stiven Escobar Vargas</u>			
Edad: <u>10</u>			
<b>YO ESTOY</b>			
<b>RELAJADO</b> <u>28 Marzo</u> _____ _____ _____	 X		<b>TENSO</b>
<b>INTERESANTE</b> <u>43 abril</u> _____ _____		 X	<b>ABURRIDO</b>
<b>EXTROVERTID</b> <u>12 Marzo</u> _____			<b>TÍMIDO</b>
<b>INSEGURO</b> _____ _____ _____			<b>SEGURO</b>
<b>MODESTO</b> <u>18 Marzo</u> _____ _____ _____	 X		<b>ARROGANTE</b>

<b>AGRADABLE</b> <u>31 Marzo</u> <hr/> <hr/>				<b>DESAGRADABLE</b>
<b>SIMPÁTICO</b> <hr/> <hr/> <hr/>				<b>ANTIPÁTICO</b>
<b>AMIGABLE</b> <u>19 abril</u> <hr/> <hr/>				<b>INSOCIABLE</b>
<b>ATENTO</b> <u>25 abril</u> <hr/> <hr/>				<b>DESATENTO</b>
<b>TRABAJADOR</b> <hr/> <hr/> <hr/>				<b>FLOJO</b>
<b>FELIZ</b> <u>18 abril</u> <hr/>				<b>TRISTE</b>

Grafica No 6

Elaborado por Jennifer Alecxis Moncada Poved

## Glosario

- Alteridad: Condición o capacidad de ser otro o distinto.
- Altruismo: Diligencia en procurar el bien ajeno aun a costa del propio.
- Ambivalencia: Condición de lo que se presta a dos interpretaciones opuestas.
- Antropocentrismo: teoría filosófica que sitúa al hombre como centro del universo.
- Ascesis: designa propiamente un esfuerzo metódico para alcanzar una cierta meta, y más, particularmente una meta de orden espiritual.
- Holístico: Doctrina que propugna la concepción de cada realidad como un todo distinto de la suma de las partes que lo componen.
- LOGSE: ley orgánica general del sistema educativo.
- Metafísica: Parte de la filosofía que trata del ser en cuanto tal, y de sus propiedades, principios y causas primeras.
- Paidología.: 1. f. Ciencia que estudia todo lo relativo a la infancia y su buen desarrollo físico e intelectual.
- Polisemia: Pluralidad de significados de una palabra o de cualquier signo lingüístico.
- Proemio: se refiere al empleo y a la percepción que el ser humano hace de su espacio físico, de su intimidad personal; de cómo y con quién lo utiliza.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adamson H. (1973) el estudio del hombre, Hombre, cultura y sociedad, cap. 2. Barcelona; Omega S.A
- Castillo Viera E, José Antonio Rebollo Gonzales, (abril 2009) “expresión y comunicación corporal en educación física”. revista Wanceulen E.F. digital número 5 (editorial deportiva Wanceulen)
- De Zubiría, M (2005) Enfoques pedagógicos y didácticas contemporáneas. Bogotá: copyright 2004
- Constitución nacional de Colombia. Decreto 1743, “del proyecto ambiental escolar” ley 99 de 1993, ley 115 de 1994.
- Gallo luz Elena, Educación, cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales Medellín Colombia (2007) Editorial: funámbulos
- Grean y Jhons (1969 ) “Introducción a la sociología “ editorial labor, S.A Calabria 235-239 Barcelona
- Instituto Alberto Merani Los modelos pedagógicos
- Manfred M, Elizalde A, Hopenhayn M. (1993) “desarrollo a escala humana “editorial: Nordan-comunidad,12900 Montevideo, Uruguay
- Manfred M, Maslow , Mallmann (2000 ) “Necesidades y satisfactores” pág. 17 articulo pdf)
- Ortega F (2010) “El cuerpo incierto. Corporeidad, tecnologías médicas y cultura contemporánea” editorial consejo superior de investigaciones científicas

- Pere Solá, G., "Un modelo humanizador", en pedagogías del siglo XX, Cispaxis, Barcelona, 2000, p 45
- Rousseau. J (1998) "Emile ou de l'éducation" Alianza, Madrid.
- Santos M (1993) "La evaluación: un proceso de diálogo, comprensión y mejora "investigación en la escuela No 20, Universidad de Málaga, Rescatado de [http://www.investigacionenlaescuela.es/articulos/20/R20\\_2.pdf](http://www.investigacionenlaescuela.es/articulos/20/R20_2.pdf)
- S.S Lama D (2000) "Las leyes de la vida" rescatado de [http://www.formarse.com.ar/libros\\_gratis/inspiradores/Dalai-Lama-Las-Leyes-De-La-Vida.pdf](http://www.formarse.com.ar/libros_gratis/inspiradores/Dalai-Lama-Las-Leyes-De-La-Vida.pdf)
- Suárez de Paredes N. (1999) "trabajo campesino y memoria histórica, entre la vocación y el hábito" P. 11-34 Mérida (Venezuela) FERMENTUM.
- Pastora Moreno © Profesora de la Facultad de Ciencias de la Información de la Universidad de Sevilla Revista Latina de Comunicación Social 12 – diciembre de 1998 rescatado de [http://carla-didacticadelainformatica.blogspot.com/p/los-principios-didacticos-los\\_9159.html](http://carla-didacticadelainformatica.blogspot.com/p/los-principios-didacticos-los_9159.html)
- Max-Neef Y Cepaur (1986: 42) "El cuerpo incierto: corporeidad, tecnologías médicas y cultura contemporánea" Madrid rescatado de Monagas maita derechos humanos contra la impunidad 20010) <http://www.aporrea.org/ddhh/a98159.html>