

Proyecto curricular particular

Educación Física para Orientar el Carácter Emancipador.

Diana Rocio Guerrero Lara

Bonnie Yulieth Pérez Moreno

Universidad Pedagógica Nacional

Notas del autor

Diana Rocio Guerrero Lara y Bonnie Yulieth Pérez Moreno, Facultad de

Educación Física, Universidad Pedagógica Nacional

Proyecto Curricular Particular de la Licenciatura en educación física.

Proyecto dirigido a Mg Consuelo González Mantilla

Contacto: fef_drguerrerol402@pedagogica.edu.co.

| | | |
|---|---|--|
|  | FORMATO | |
| | RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE | |
| Código: FOR020GIB | Versión: 01 | |
| Fecha de Aprobación: 10-10-2012 | Página 2 de 128 | |

| 1. Información General | |
|-------------------------------|--|
| Tipo de documento | Trabajo de grado |
| Acceso al documento | Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central |
| Título del documento | Educación Física para Orientar el Carácter Emancipador. |
| Autor(es) | Guerrero Lara, Diana Roció; Pérez Moreno, Bonnie Yulieth |
| Director | Mg. González Consuelo Mantilla |
| Publicación | Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2018.128 p. |
| Unidad Patrocinante | Universidad Pedagógica Nacional |
| Palabras Claves | CARÁCTER EMANCIPADOR; EDUCACIÓN FÍSICA; CONFORMISMO; SUBJETIVIDAD. |

| 2. Descripción |
|---|
| <p>Trabajo de grado que se propone transformar actitudes y pensamientos conformistas en una población de contexto informal. De acuerdo con esto, se plantea un proyecto curricular que enmarca otra forma de comprender la Educación Física, para sembrar en la población que participó del pilotaje otras maneras de comprender su realidad y su existencia como aporte a la formación de un carácter emancipado y junto con esto transformar el imaginario sobre esta disciplina, empleando la experiencia corporal como medio y fin del proceso.</p> |

| 3. Fuentes |
|---|
| <p>Acosta, L., & Sanchez, J. J. (2013). "Experienciarte" la experiencia estética como fenómeno interdisciplinar. <i>Revista Corporeizando</i>, 1(12), 50-71.</p> <p>Bauman, Z. (2003). <i>Modernidad líquida</i>. Mexico DF: Fondo de Cultura económica.</p> <p>Benjumea Perez, M. (2004). <i>La motricidad, Corporeidad y pedagogía del Movimiento en Educación Física, un asunto que invita a la transdisciplinariedad</i>. Medellín: Universidad de Antioquia.</p> <p>Calix R., A. (Marzo de 2010). Emancipación y cambio. <i>fesamericacentral.org</i>.</p> |

- Campos, M., & Páez, D. (s.f.). Capítulo XXI Cultura e influencia social: conformismo e innovación. *Psicología Social, Cultura y Educación*.
- Carreño, M. G. (18 de Marzo de 2016). *¿Por que somos tan conformistas?* (elfrente.com.co, Ed.) bogota, Bogotá D.C., Colombia.
- De Sousa Santos, B. (2012). *Derecho y emancipación; sociología del derecho I. título, II*. Ecuador, Quito: Centro de estudios y difusión del derecho constitucional.
- Deleuze, G. (1986). *Minut*. Barcelona, España.
- Fritzen, C., & Moreira, J. (2008). *Educacao e arte: As linguagens artisticas na formacao humana*. Papirus.
- Gallo, C. (2007). Apuntes hacia una educación corporal, más allá de la educación física. En: Educación cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones sociales e instituciones sociales. *Universidad de Antioquia*.
- Gonzalez Correa, A. M., & Gonzalez Correa, C. h. (2010). Educación física desde la Corporeidad y la motricidad. *Hacia la promoción de la Salud*, 173-187.
- Gonzalez, A., & Gonzalez Correa, C. (2010). *Educación Física desde la corporeidad y la motricidad*. Manizalez.
- Martinez, Z., & Casado, B. (s.f.). Elementos que contribuyen a potenciar el carácter emancipador de los movimientos populares. *Fundación Joxemi Zumalabe*.
- MEN. (s.f.). *Lineamientos curriculares de la Educación Física* . Bogotá D.C.
- Montoya, P. A. (s.f.). El currículo Critico. Bogota D.C.
- Obregón, J. S. (s.f.). Hacia una pedagogía de la subjetivación. *Revista Educación y Pedagogía*, 118,119.
- Patiño Garzon, L., & Rojas Betancur, M. (2009). Subjetividad y Subjetivación. *Pedagogía Universitaria*, 12(1), 93-105.
- Pérez Ramirez, F. A., Palacio Ríos, L., & Hernández Zuluaga, G. D. (2016). Consideraciones para la construcción crítica del curriculum y la didáctica en los humanismos. *Reflexiones derivada de investigación*.
- Rey, F. G. (2008). Subjetividad , sujeto y representaciones sociales . *Revista Diversitas- perspectivas en Psicología* , 227.
- Reyes, A. R. (s.f.). *El social -conformismo: la plataforma para mantener las desigualdades* . flacso-panamá.
- Rodriguez, E. C. (2016). *Resistencia y emancipación en Paulo Freire y Enrique Dussel*,

Lineamientos para una filosofía de la Educación pensada desde el otro desde la periferia.

Bogotá : Universidad Santo Tomás, facultad de filosofía latinoamericana .

Roitman Rosenmann, M. (2003-2004). *El pensamiento sistémico: los orígenes del social-conformismo*. Buenos Aires: Siglo XXI editores.

Rojas , F., & Gil, E. (15 de Julio de 2012). La emancipación con jóvenes con una medida de justicia juvenil: la experiencia del Piso de Jóvenes. *RES Revista de Educación Social*, 1-13.

Rosado, A. V. (2004). *conformismo-social-inconformidad*. Obtenido de PsicoPediaHoy:

<http://psicopediahoy.com/conformismo-social-inconformidad/>

Rosado, a. V. (s.f.). Conceptualizaciones históricas sobre el fenómeno del conformismo social: ¿Estudiar el conformismo o la inconformidad? *psicopediahoy.com*(issn:23222-8652).

trigo Aza, E., & otros. (1999). *Creatividad y Motricidad*. Barcelona: Inde.

Universidad Libre de Cali. (2008). *la resistencia y la estética de la existencia en Michael Foucault, acerca de la genealogía de la ética*. Cali.

Universidad Libre de Colombia. (s.f.). *Caracterización de los enfoques epistemológicos de los programas de formación de maestros de Educación Física de Bogotá*. Bogotá: Universidad Libre de Colombia.

Vega, D. M. (s.f.). El pensamiento social conformista en la conciencia latinoamericana. *Tv Noticias Aitue. fotopress. El perro posteador, Reportajes desde una mirada crítica*.

Wenger, R. (20 de Mayo de 2012). *La experiencia estética; características y definiciones*.

Obtenido de perspectivasesteticas.blogspot.com

Zumalabe, J. M. (1990). *La importancia de la experiencia subjetiva en el estudio de la personalidad. Un enfoque fenomenológico-cognitivo*. Barcelona, País Vasco: Universidad del país Vasco, anuario de psicología.

4. Contenidos

Este documento resalta la orientación de un ser humano con Carácter Emancipador que confronta una problemática que actualmente vivimos y es conocida como el Conformismo. En la contextualización se presenta la caracterización y cifras explicativas con relación a la problemática a nivel global y un experimento realizado por Asch (1951) alrededor de esta problemática. Desde autores como Deutsch y Gerald (2004), Rossenman (2003-2004) y Vásquez (2004) realizamos una interpretación conceptual del Carácter Emancipador en los seres humanos desde autores como Le Senne (1954), Kretschmer (1964), entre otros. Quienes dan sustento a la formación fundamental en la vida de los seres humanos de este, ya que es un elemento que destaca la particularidad en los seres humanos. Potenciando la

manifestación y expresión de pensamientos, sensaciones y sentimientos. Destacando el enfoque de la experiencia corporal como elemento de la Educación Física y que hace que sea no solo una disciplina y formación física, sino parte de la existencia y el sentido de vida en el ser humano. De igual manera se encuentra sustentada bajo el componente pedagógico con elementos de la pedagogía de la subjetivación de Obregón (2009) y los principios pedagógicos de Seybold (1974) y sus aportes a la elaboración del diseño curricular. Además de un componente humanista para resaltar las características sociales y del ser humano desde Fromm (2016) y Rogers y su teoría de la personalidad (1959). Finalmente encontramos el diseño curricular y el desarrollo de este, junto con los instrumentos utilizados en la formación y algunas conclusiones y resultados para continuar con la investigación sobre algunos de los aspectos que surgieron y para contrastar el proceso docente.

5. Metodología

Inicialmente se realizó una evaluación diagnóstica de la problemática detectada sobre la población del pilotaje, analizando el grado o nivel de conformismo al que nos enfrentábamos. Posteriormente se hace un diseño curricular a través del cual se plantean unas guías temáticas que surgen de acuerdo a las características del ser humano actual y el ideal de ser humano que queremos orientar, denominadas A, B, C, D y E y a su vez la planificación de cada sesión acorde a las características que se quieren lograr; se utilizarán para cada sesión dos preguntas base que permitirán la evaluación del proceso. Es necesario recalcar que, el proceso es secuencial y acumulativo, ya que en cada guía temática se abordan características diferentes del Carácter Emancipador. por ello inicialmente se realiza un reconocimiento en la población de la problemática, se efectúa una interpretación frente a las prácticas indicando los factores que generan actitudes y pensamientos conformistas y como estas prácticas permiten en el desarrollo de cada sesión la elección de estilos y metodologías diversas para abordar los temas.

Este proceso de orientación nos permite comprender la formación docente en la Educación Física según el enfoque de la experiencia corporal como factor que busca interpretar las prácticas corporales hacia la formación de agentes de cambio, en la manifestación de las problemáticas sociales. Y además, contrastar las teorías e instrumentos que dentro del proceso de enseñanza aprendizaje se proponen, con el fin de determinar si los contenidos y propósitos son adecuados dentro de la población o son pertinentes según los resultados que arroja la ejecución piloto.

6. Conclusiones

En los resultados del proceso vemos como las características de la población, al finalizar el proceso muestran que las prácticas corporales en la educación física cumplen con los propósitos señalados para la transformación de actitudes y pensamientos conformistas y además proponen una forma de abordar contenidos en educación física diferente. Con formas de aprender y enseñar sin represión y repetición, eliminando estereotipos y fomentando la utilización de métodos alternativos de investigación en donde la participación y proposición personal da paso a una formación subjetiva que permite aprendizajes desde las experiencias de cada ser humano y su entorno cultural. Destacando una formación crítica y diversa en cuanto a expresión de emociones y sensaciones que involucran a través de la reflexión una exploración de la personalidad y de las características únicas de cada ser humano, además de realizar una

comprobación de fortalezas y debilidades entorno a lo que pensamos y cómo resolvemos en la vida real. También, según los instrumentos evaluativos se presentan casos de deserción del proceso y cuáles son los factores que la ocasionan, además de estadísticas sobre el impacto del proceso de la población intervenida y de la efectividad del currículo presentado a la luz de los instrumentos elaborados para este proyecto.

| | |
|-----------------------|---|
| Elaborado por: | Guerrero Lara, Diana Roció; Pérez Moreno Bonnie Yulieth |
| Revisado por: | Consuelo González Mantilla |

| | | | |
|--|----|----|------|
| Fecha de elaboración del Resumen: | 14 | 02 | 2019 |
|--|----|----|------|

Tabla de contenido

| | |
|--|-----------|
| <i>Índice de imágenes.</i> | 8 |
| <i>Índice de figuras.</i> | 8 |
| <i>Índice de gráficos.</i> | 8 |
| <i>Índice de anexos.</i> | 9 |
| <i>Dedicatoria</i> | 10 |
| <i>Agradecimientos</i> | 11 |
| <i>Contextualización</i> | 12 |
| El conformismo: una enfermedad social | 13 |
| Conceptualización | 18 |
| El carácter en los seres humanos..... | 18 |
| Carácter emancipador..... | 21 |
| La Experiencia corporal, el movimiento en la educación física..... | 24 |
| Acerca del conformismo | 30 |
| Trabajos relacionados con el conformismo | 38 |
| Viabilidad de la propuesta curricular | 43 |
| <i>Perspectiva educativa y sociedad actual</i> | 48 |
| El ser humano con carácter emancipador. | 54 |
| Educación Física para la emancipación. | 56 |
| Principios pedagógicos | 64 |
| La Pedagogía de la subjetivación y la educación corporal del ser humano | 68 |
| Didáctica para la formación | 74 |

| | |
|--|------------|
| <i>Disposiciones en el proceso de implementación</i> | 78 |
| Componentes que orientan la planeación y ejecución del proyecto | 78 |
| Instrumentos para la implementación..... | 91 |
| <i>Análisis de la experiencia</i> | 96 |
| <i>Reconociendo el carácter emancipador en el proyecto</i> | 112 |
| Reflexiones finales | 115 |
| <i>Referencias</i> | 118 |
| <i>Anexos</i> | 122 |

Índice de imágenes.

| | |
|---|-----------|
| Imagen 1. Guía temática para la formación del Carácter Emancipador en Educación Física | 84 |
|---|-----------|

Índice de figuras.

| | |
|--|-----------|
| Figura 1. ¿Dónde se ubica el Carácter? | 21 |
| Figura 2. Componentes para la formación del carácter emancipador. | 81 |

Índice de gráficos.

| | |
|---|------------|
| Grafico 1. Nivel de conformismo de evaluación diagnóstica. | 94 |
| Grafico 2 Datos de evaluación de sesiones | 108 |
| Grafico 3. Datos de evaluación del proceso final. | 108 |

Índice de anexos.

| | |
|---------------------|------------|
| Anexo 1..... | 122 |
| Anexo 2..... | 123 |
| Anexo 3..... | 124 |
| Anexo 4..... | 125 |
| Anexo 5..... | 126 |
| Anexo 6..... | 127 |
| Anexo 7..... | 128 |

Dedicatoria

A mi mamá, mi tía y mi abuela, quienes me apoyaron en todo el proceso académico y han hecho de mí la persona que soy.

Diana Rocio Guerrero

Este proyecto ha sido parte de mi crecimiento personal y de mi formación profesional, por tanto agradezco a Dios, que acompaña mis días, mis pensamientos y mis actos. A mis abuelos, mi mamá y todas las personas que me apoyaron para no rendirme ante las adversidades, para encontrar siempre caminos diferentes y para trabajar arduamente por culminar etapas.

“Por qué los sueños no se cumplen, Se trabajan”

Mía Pineda

Bonnie Yulieth Pérez Moreno.

Agradecimientos

Agradecemos a todos los docentes que acompañaron cada uno de los espacios prácticos y teóricos. A nuestra tutora la profesora Consuelo González, por guiarnos hasta el final y desde el comienzo confrontar nuestro proceso con el documento, enfrentarnos hasta llevarnos a la excelencia de la investigación y el hacer en la Educación Física y por llevarnos a comprender que la disciplina y el trabajo consciente, hacen que el esfuerzo muestre los frutos.

Contextualización

Actualmente en todo el mundo se habla sobre problemáticas que surgen en torno a los procesos de desarrollo de los seres humanos. El presente proyecto nace gracias al proceso formativo de la Licenciatura en Educación Física, mediante las observaciones y prácticas realizadas en contextos educativos (formal, no formal e informal), donde se evidenciaron problemáticas en torno al desarrollo del sujeto y cómo asume su formación siguiendo la dinámica sobre la educación física en los diferentes momentos de su vida. En este sentido, evidenciamos como los seres humanos se comportan de forma similar a la hora de interactuar con otras personas, y en ocasiones, sus comportamientos son influenciados por modas, tendencias o preferencias del colectivo.

Las relaciones presentes durante toda la vida favorecen al ser humano de diversas maneras, creando oportunidades para transformar y generar bienestar personal y colectivo, permitiéndole pertenecer a la sociedad y participar activamente en ella. Sin embargo, se evidencia un comportamiento en las personas, que no solamente se presenta en el ámbito educativo sino también en otros ámbitos de la vida cotidiana donde se manifiesta constantemente en las relaciones con los demás y el entorno; este comportamiento se caracteriza porque las personas poco reflexionan frente a su hacer, el sentido y significación de ello; es decir, lo ubica en un estado de conformismo frente a todo lo que hace, vive, siente o piensa.

En ciertas oportunidades, es necesario asumir una postura frente a alguna situación o circunstancia; y sucede que en ciertas ocasiones las personas evaden la responsabilidad o deber, aceptando, accediendo y dando importancia a las decisiones tomadas por la mayoría o

por quienes adoptan una influencia, y los demás solo se someten al poder por desconocimiento del tema, por beneficio propio o comodidad, y como consecuencia se da la no participación o manifestación de puntos de vista, es por eso que hace que las personas acepten, se adapten sin discutir, analizar o deliberar lo que se establece.

En otras circunstancias, la búsqueda de aceptación en un determinado grupo social lleva a las personas a enmudecer, invisibilizar o negar sus pensamientos, sus formas de interpretar y comprender los acontecimientos; los seres humanos quieren expresar a los demás su punto de vista, acciones y perspectivas, pero, por razones como pensar diferente o divergente, el temor a hacer el ridículo, pena a ser señalado o exponerse a los demás y desconocimiento del tema, hace que se propicien estas situaciones y se sitúen en actitudes pasivas, obligándose a pensar de forma única, asumiendo las condiciones de ese grupo social al cual pertenecen o aspiran pertenecer.

No obstante, se evidencia cómo algunas personas participan activamente, logrando expresar opiniones, críticas y reflexiones acerca de acontecimientos de interés general, personal, sea educativo y/o formativo, sociopolítico o artístico como: actividades deportivas, juegos tradicionales, expresiones artísticas, protestas, manifestaciones, cultos, etc. Por eso es preciso considerar que la Educación Física es la oportunidad que permite el descubrimiento de nuevas experiencias, que pueden transformar actitudes, pensamientos de los seres humanos en los diferentes ámbitos y dinámicas que propone la sociedad actual, procurando re significar la vida, el aprendizaje y sobre todo, la participación en el mundo como sujetos en constante transformación y necesidad de comprender, reconocer, proponer frente al hacer y el ser, manifestarse, expresar y compartir a través de las acciones ese algo que parte de la esencia del ser humano; el cuerpo y el movimiento.

El conformismo: una enfermedad social

De acuerdo con lo anterior, se hace referencia a una problemática que incide claramente en los seres humanos y sus procesos de desarrollo, haciendo que los sujetos se consideren instrumentos de la sociedad, sin interés por su existencia. De esta manera el sujeto continuamente enriquece su pensamiento y perfila su conducta, en ocasiones llevándolo a optar por actitudes como la dominación, el sometimiento, desinterés y, por consiguiente, a vivir una vida sin propósito o sentido colmada de situaciones y condiciones de vida que van en contra de lo que realmente se desea, haciendo de los seres humanos poco críticos y poco activos; tal como plantea Booth (1997) “la obediencia pública es una cuestión de autoridad, pero que de ahí a la aceptación personal el camino es otro”, esto quiere decir que el contexto y la realidad en la que se encuentra el sujeto puede imponer coerciones, exigencias u obligaciones, sin embargo, la percepción o aceptación de las condiciones es una cuestión particular y de subjetividad.

Desde este punto, se reconoce que la problemática se relaciona con una actitud llamada “*Conformismo*”. En ese sentido, la psicología social asegura que el ser humano, es conforme, maleable y tiende a desaparecer para ser absorbido por la otra entidad, la sociedad. Según esto Deutsch y Gerard citado por Rosado (2004) definieron conformidad como el resultado superficial, estratégico y temporal de la necesidad de aceptación, ya que se pretende no ser excluido o rechazado, modificando opiniones y conductas, solo en la medida en que se necesita trabajar en un común acuerdo con el grupo.

Es decir, las personas llegan al punto de omitir sus verdaderas opiniones o posturas, aun conscientes de que están diciendo cosas que no comparten, con la finalidad de no ser excluidas o rechazadas, modificando sus opiniones, transformándose en seres dependientes, pasivos, poco reflexivos, analíticos o críticos; convirtiéndose entonces, en una forma eficaz de mantener las condiciones en el sistema social.

A la falta de esta actitud reflexiva y crítica, se suma una actitud de poca acción y proposición, la repetición de expresiones, opiniones y/o pensamientos. Claramente, la función y propósito del sistema social es eliminar las posiciones “desencaminadas” y “resistentes” que puedan llegar a amenazar la estabilidad, la cohesión y la homogeneidad de una comunidad; las personas con actitud hacia el conformismo e irreflexión demuestran menos actitud crítica-participativa y tienden a oponerse al cambio. Por esta razón, afecta muchas veces la iniciativa, la participación y la reflexión, convirtiéndose en un limitante hacia la promoción de acciones para solucionar temas de orden social.

Es así que, se considera la Educación Física para propiciar procesos hacia un desarrollo de capacidades prácticas reflexivas, exteriorizadoras y comunicantes de aquello que interviene en el ser humano y su contexto, compartir sus pensamientos, el surgimiento de experiencias diferenciadoras y significativas que inducen a exteriorizar y transformar las formas de comprender la vida y la realidad.

Algunas personas se conforman en mayor grado que otras y muestran aceptación hacia las decisiones sociales, pero mantienen sus propios criterios y su desacuerdo en forma secreta, de tal manera que evitan el conflicto que suponen los desacuerdos. Es a lo que Vasquez (2004, s. p.) denomina conformismo simulado y comparte algunos elementos de conducta a lo que Freire llamaba “la ideología del silencio”, pues dejan una impresión pública distinta a lo que en privado las personas piensan. Otros asumen formas de conformismo abierto ante situaciones sociales, como el empleo y el estudio, donde la frustración, entre jóvenes de diversos países llega a tal extremo que parecen haber optado por no trabajar ni estudiar.

Ahora bien, algunas causas y consecuencias de este tipo de pensamiento y actitudes conformistas son la vida agitada y caótica de la época actual, marcada por estereotipos, aceptación social en jóvenes y adultos, poco interés o conocimiento sobre temas de orden

político, educativo y/o formativo, la introducción de tecnologías, medios de comunicación que llevan a la desinformación, disminución de las relaciones interpersonales, la carencia de espacios para el diálogo y el debate, la falta de creatividad y, sobre todo, la reproducción de cánones que siguen parámetros y estándares marcados por la sociedad de consumo. Todo esto ha provocado que los seres humanos quieran obtener todo de manera fácil, ligera, simple, inmediata, en algunas ocasiones sin poder o querer manifestarse de cualquier forma, pues no se facilitan espacios ni momentos donde pueda desarrollarse libremente la expresión, opinión, pensamiento e incluso, cuando aquello que se decide no genera bienestar alguno, pero es lo que decide la mayoría, entonces es mejor someterse que exponerse a generar controversia, incomodidad o rechazo.

Para este caso, Vega (2010, s. p) se refiere al modelo posmodernista emergente, producto del triunfo del mercado que ha dado origen a una sociedad globalizada, que continúa imponiendo esquemas de comportamiento que limitan a los seres a continuar con un estilo de enseñanza basado en educación del consumidor, que afecta a la frágil identidad latinoamericana, es decir, los seres humanos viven en una carrera constante por la obtención de bienes materiales, suplir necesidades prolijas e innecesarias, encontrar una falsa placidez y bienestar tecnológico, relaciones distantes y actividades que no demandan entrega, valor y trascendencia. Esto los sumerge a una vida trivial, en una época en la cual se adquieren las influencias de los medios de comunicación, más que vivir y constituir experiencias que aporten sentido emocional, físico y social al ser humano.

Para ejemplificar de manera metafórica esta conducta social el filósofo Huxley (1932) en su libro *Un mundo feliz* describe a los seres humanos como máquinas, programadas desde su concepción para satisfacer necesidades creadas o instauradas, tan solo para encontrar un lugar en la sociedad. Hace referencia a un mundo donde se enseña a las personas a pensar que la sociedad debe ser siempre superior al individuo. Entonces, su destino es ser consumidores

y productores, lo que a su vez mantiene a la economía sólida y estable para las personas conformistas, quienes no se regulan en sus compras, en la adquisición de marcas publicitarias y resaltando los gastos desmesurados. Los seres humanos pierden el sentido y propósitos, en ciertos casos una habitual y cotidiana vida que obligan a no salir de la uniformidad y sentimiento de coacción, por encajar, ser iguales a los demás y ser parte de una sociedad homogeneizante.

En consecuencia, esta problemática llamada conformismo adapta el comportamiento social y cultural y se define como una actitud y pensamiento hegemónico que parece guiar la vida de todos. Al respecto, Rosenmann (2004) indica que este comportamiento se destaca por inhibir la conciencia, es decir, reprime el ejercicio de tomar decisiones y se refleja en todos los contextos y campos de los seres humanos colectivos, privados y en todas las etapas de la vida y por las cuales se adoptan pensamientos y actitudes que van en contra de la voluntad y se convierten en algo común y con lo cual se convive como si fuese algo natural en el ser humano.

Esta forma de pensar lleva a las personas a concluir que todo está bien y que nada se puede hacer. Esto puede llevar al siguiente interrogante; ¿Cómo enfrentar esa problemática que afecta desde la identidad de una nación y una sociedad, que no permite al ser humano ser crítico, tomar decisiones, actuar y exteriorizar, con el consumismo perenne, la domesticación y estereotipos muy marcados que igualan pensamientos, formas de ser, de actuar y de sentir?

El sociólogo Spencer (1903, s. p) señala: “el objeto de la educación es formar seres aptos para gobernarse a sí mismos y no para ser gobernados por los demás”. Y según su interpretación, refiere a una formación liberadora, que más allá de instruir para gobernar o liderar a los demás, los sujetos adopten habilidades para comprender su naturaleza y transformarla, orientarla y tomar decisiones sin coerciones y, más bien, con certeza de sus

actos. Esto aportaría a un sentido esencial para vivir y ver la vida desde los propósitos del crecimiento y la responsabilidad, y no desde la obligación y el afán de encajar socialmente.

En este sentido, es necesario abordar el conformismo como un problema que surge desde la formación y las condiciones que expresan esa necesidad de transmitir, de vincular la crítica y participación, liberar pensamientos, sensaciones de represión y entender el carácter como inherente a los seres humanos y estrechamente relacionado con su forma de actuar y de pertenecer al mundo.

Conceptualización

De acuerdo con lo anterior, a continuación, se abordarán los conceptos claves para el desarrollo y comprensión del propósito de la presente propuesta, con el fin de puntualizar conceptos y ejes que se presentarán a lo largo del documento.

El carácter en los seres humanos.

“La educación tiene por objeto la formación del carácter”

Herbert Spencer (1820-1903)

Autores como Trigo y Aza (1999, s. p.) plantean que día a día las relaciones entre seres humanos, las influencias de los diferentes grupos, culturas, sociedades, tienen gran peso en el proceso de creación del conocimiento y de experiencias; las relaciones de vida, las dinámicas sociales, lo habitual, el movimiento, el cuerpo, las acciones pueden ser concebidas como asuntos que instituyen tras la interacción del ser humano, los otros y su entorno.

Tras hallarnos y vivir en un mundo donde es difícil encontrar la esencia de cada ser; las tradiciones y costumbres permean constantemente las posturas frente a la vida, debido a que gran parte de ella, estamos vinculados a diferentes instituciones que moldean y modifican lo que será el futuro ya sea: profesional, personal y social del ser humano y según esto, el sociólogo Erich Fromm (2016), quien investigó las causas sobre ¿por qué las personas toman decisiones que los llevan a los extremos de su pensar o sentir? Esta investigación se

menciona con el fin de entender que el proceso de formación del ser humano lo hace pensarse como un ser con habilidades y capacidades ligadas a las formas de comportamiento y cómo estas influyen en la toma de decisiones y las experiencias vividas.

Ahora bien, estas habilidades se relacionan directamente con el propósito de superar y transformar actitudes como el conformismo, que tienen que ver con la personalidad, entendida esta como una totalidad de cualidades psíquicas heredadas y adquiridas que hacen parte del ser humano, y que contiene rasgos particulares que la conforman como el temperamento y el carácter (Ramírez, 2013, s. p.).

En ese sentido, se pretende entender ¿Cómo generar una transformación o cambio de actitud que aporte a la formación del ser humano? acogeremos propiamente el concepto de carácter, definido como: el conjunto de rasgos permanentes que constituyen las peculiaridades psicológicas de un individuo y su forma de ser. Lo conforman los elementos más generales y específicos que se expresan de manera obligada en diferentes tipos de actividad y le imprimen a la actuación de un hombre concreto un sello personal. Se puede considerar como la expresión más característica del individuo y que según Bustamante citado por Sánchez (2006, p.13-14), constituye un rasgo adquirido y en su formación juegan un importante papel el entorno social y educativo, así como el conjunto de actividades que el ser humano realiza. Dentro de este, se incluye el conjunto de actitudes del sujeto y desempeña un gran papel en la regulación y ordenamiento del proceso psicológico, modelándolo y haciéndolo específico para cada actividad.

Para esto, Le Senne (1954, s. p), investigador que dio origen a una rama de la psicología que estudia el carácter y sus implicaciones en la conducta humana, la *Caracterología*; trata temas asociados con el carácter y sus rasgos más específicos, lo relaciona con la sociología y el humanismo, que tienen como objetivo la comprensión del comportamiento humano y habilidades para comunicarse.

De acuerdo con esto, encontramos varias categorías que ayudan a comprender un poco más este concepto. Para citar uno de ellos, encontramos “el carácter social, basado en la estructura social, política y económica que se trasmite de familia y repiten patrones educativos y éticos, igual que los provenientes de medios de presión y opresión social” (Basaba, 1974, p. 44). El individuo actúa junto con la sociedad en su afán por comprender los conflictos que allí surgen en torno a sus procesos.

Entonces, el carácter se define como el conjunto de rasgos y cualidades adquiridas a través de experiencias propias y colectivas y que puede ser modificable. Constituye el carácter, la forma en que la persona asimila y socializa información en su paso por la vida. Entendemos que el carácter es modificable y está conformado por varios elementos que lo hacen particular en cada ser humano. Pero, más allá de ser un rasgo con el que nacemos y que está en constante formación, estos hallazgos hacen suponer que se vincula directamente con la conducta humana y con los procesos de aprendizaje que vive cada persona. Adicional a esto, Kretschmer (1964, s. p.), considera que la constitución del carácter se desarrolla mediante la fusión de la constitución del temperamento (rasgo que es heredado) y del instinto (en relación con el medio que nos rodea), formando así la individualidad.

Para comprender la categorización y relación de los anteriores conceptos y su manifestación en el ser humano, ver la figura 1. ¿Dónde se ubica el carácter? El carácter se diferencia del temperamento, porque el primero se forma a partir de las experiencias, es modificable y particular en cada ser humano, permite una relación que hace que este sea comprendido por el sujeto, hace parte del temperamento (es innato y no se modifica, solo se afirma y se expresa) y este a su vez pertenece a los linderos de la personalidad (Vásquez, 2015, s. p).

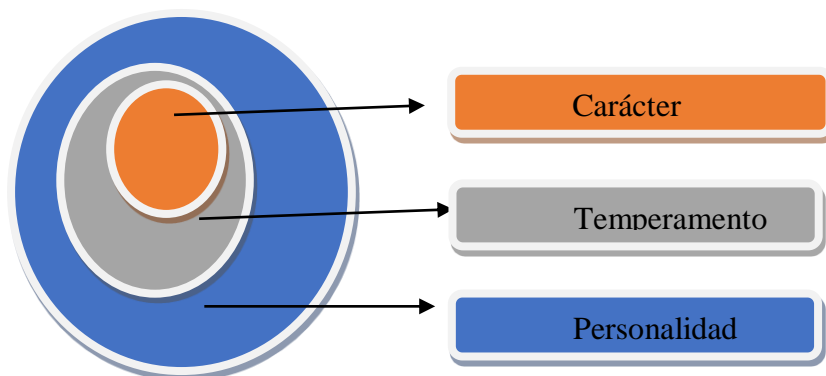


Figura 1. ¿Dónde se ubica el Carácter?

Fuente: propia.

Siguiendo esta línea y apoyados en la investigación de Kretschmer (1964, s. p), el carácter resulta del conjunto de las características biológicas fundamentales y de las características que se desarrollan bajo la influencia del ambiente y de especiales experiencias individuales. Por consiguiente, la formación del carácter constituye un compromiso importante en la formación de todo ser humano, pues es precisamente, la determinación de este lo que garantiza que las elecciones sean el resultado del uso apropiado de la razón y no del seguimiento de las tendencias sociales.

De esta forma, el hecho de tomar acción y sentido de la propia vida y la formación del carácter, para tomar partido ante situaciones de coerción e inhibición, pueden constituir en el ser humano la transformación de esas actitudes que en ocasiones obligan a reproducir acciones sin reflexión y que conducen hacia las mayorías, queriendo encajar sin querer defender sus ideales en un grupo social o una comunidad que busca igualar y homogenizar pensamientos y formas de ser, sin manifestar sus posiciones o desacuerdos, que lo llevan a ese estado de conformismo e irreflexión.

Carácter emancipador.

En la formación del carácter es necesario desarrollar un concepto que pauta la toma de conciencia y el lugar de la reflexión y confrontar la represión por parte de una

sociedad que iguala y equipara los seres humanos. La Emancipación, propicia, la generación y descubrimiento de alternativas para transformar actitudes y acciones hacia experiencias enriquecedoras a partir de retornar hacia nuestro interior, cómo nos movemos y mejor aún, para qué o por qué y qué sentido tiene lo que hacemos.

Podría pensarse que, para formar el carácter emancipador, es importante entender las particularidades y características de cada uno, es decir, su subjetividad que de acuerdo con Obregón (2009, p. 127), es la manera como los seres humanos se permiten el origen del sentir, afirmar y explorar los puntos de vista personal e interior en el proceso de apropiación del conocimiento en su vida personal, es por ello que el aprendizaje en este aspecto, es esencial para la comprensión del conocimiento y el descubrir experiencias. Gallego (2001 s. p.) menciona que el sujeto se construye a sí mismo, cuando conoce las técnicas para fabricarse, esto refiere a tener el poder sobre sí mismo, sobre su cuerpo, sus ideas e imagen.

¿Pero cómo se logra formar hacia el carácter emancipador? Al respecto, Bauman (2000) afirma que el emanciparse “implica no encontrar estorbos, obstáculos, resistencias de ningún tipo que impidan los movimientos deseados” (p. 21). Esto permite a los seres humanos, sentirse libres de actuar y moverse, acceder a un estado de autonomía y soberanía, que le aproxime a un nivel de independencia, que propicia en los sujetos la construcción de un sentido propio.

A través de la emancipación, se logra que los seres humanos, comprendan y vislumbren la vida de otra manera, una continua e interminable independencia ante las ataduras y factores que limitan la vida de los sujetos; promoviendo el reconocimiento de seres auténticos que transforman, comprenden y brindan oportunidades y alternativas que invitan al cuestionamiento de la realidad en la que existen.

Es decir que la emancipación refiere a una identidad, una apertura social, la búsqueda continua del ser y el enriquecimiento en relación con los otros, favorece la reflexión, crítica y

la acción para un desarrollo recíproco. La emancipación permite confrontar y contrastar la aparente estabilidad de la realidad y se comprenderá como un cambio o transformación de actitudes poco favorecedoras, en busca de concebir en los seres humanos acciones de participación, enriquecimiento y progreso frente a todo aquello que gobierna e interviene en él.

Debido a que somos fruto y experimentamos un periodo de transición, de regulación como emancipación:

Vivimos en un periodo en la que nos enfrentamos a problemas modernos para los cuales no existen soluciones modernas. Las ideas de un buen orden y de una buena sociedad continúan obsesionándonos, sino por otra razón, debido a la naturaleza del des(orden) que prevalece en nuestras sociedades cada vez más desiguales y excluyentes (De Sousa Santos, 2012, pp. 64-68).

De acuerdo con lo que afirma De Sousa, es preciso cuestionarnos y reinventar una estrategia debido a la alta influencia de todos los factores sociales, sería inevitable separarnos de ello, es una posición arriesgada, pues caeríamos de nuevo hacia esa concepción sesgada y trincada que nos convierte en resultado de la modernidad y en lo que tanto hemos criticado, puesto que esta época restringe a la autorreflexión sumergiéndonos a vivir sin darle un sentido a lo que hacemos.

La transformación de actitudes y pensamientos conformistas, se puede trabajar mediante la orientación del carácter emancipador y sobre todo, en un ambiente de aprendizaje que dispone el descubrimiento de formas de comprender el cuerpo, de vivenciar el movimiento; a nivel biológico, psicológico, espiritual, con ayuda de factores que hacen parte

de los seres humanos, como son las capacidades motrices, la subjetividad y la participación en actividades y situaciones del diario vivir, así lo reafirma Santos (2012):

No cabe duda de que los movimientos comprometidos con la emancipación juegan un papel central en las transformaciones sociales, y por lo mismo, tenderán, sobre todo en sus inicios, a ser descalificados, estigmatizados y reprimidos por aquellos que defienden o legitiman expresiones de dominación o explotación. Sin duda alguna, los movimientos sociales son históricamente importantes para visualizar y emprender luchas contra la injusticia. (p. 12.).

Se comprende que el movimiento emancipador en la Educación física podría ser la semilla para el cambio social, Rosado (2004, s.p.) menciona que debemos orientar seres humanos propositivos que se fortalezcan constantemente en la comprensión de sus particularidades, el aprovechamiento de los espacios y momentos de la vida, lo cual a través de sus pensamientos y acciones trasfiguren lo cotidiano ampliando su desarrollo hacia la apropiación de su proceso y nuevas perspectivas sobre la vida.

La Experiencia corporal, el movimiento en la educación física.

“Soy lo que me vivo cuerpo”

Judith Jaramillo

El hecho de generar espacios, momentos y ambientes que ayuden a constituir la formación de un sujeto con carácter emancipador, hace que la idea del cuerpo en movimiento se comprenda como una inconformidad materializada física y espiritualmente, a través del fortalecimiento de su yo interior, la comunicación y vínculo con su entorno comprendiendo

que hace parte del mundo pero que va más allá de ser solo un instrumento que ejecuta como cuerpo mecanizado.

La formación del carácter emancipador se hace indispensable a través de la revisión propia, desde la introspección y la exteriorización y de acuerdo con González (citado por Zumalabe, 1990), se manifiesta en “la peculiar visión subjetiva del mundo y de sí mismos” (p. 26). Esto quiere decir que, en la medida que los seres humanos sean reflexivos, se auto exploren, se apropien de su proceso de vida, permitirán que toda información e influencia pueda ser interpretadas no de una única sino de diversas formas, conocer su sentimiento, participar de forma activa y sobre todo propositiva en cualquier tipo de situación. Es decir, como lo menciona Biemel (1985, s. p.) desde el pensamiento y lo sentido junto con la reflexión se hace un acercamiento al mundo sensible e independiza, pero no niega las influencias constantes de aquello que se ha convertido en hábito, que tiene sensación efímera y fugaz; la construcción del conocimiento, comprender que lo que se considera una verdad única e información obtenida momentánea e inmediata sea la veracidad de todo, nos independiza y puede ayudarnos a comprender y transformar aquello que viene hacia nosotros y lo que se construye como experiencias (pp. 150-153).

En ese descubrir de experiencias y de acuerdo con Dewey (citado por Oviedo, 2017) se comprende el resultado de la interacción de los hombres con su entorno, donde intervienen sensaciones, sentimientos, percepciones, sentidos, perspectivas y opiniones. Adicionalmente, Kant (1804) expresa que esas experiencias son el resultado de un primer producto de la actividad de conocer, en la que necesariamente tiene como soporte la subjetividad humana y el conocimiento empírico. En otras palabras, la formación del carácter emancipador permite que los seres humanos se fundamenten en una perspectiva incrementada y amplia de hechos, sucesos y acontecimientos del mundo, de la vida y la realidad, que a partir de lo que conoce y

de acuerdo con las vivencias, cada ser humano logrará tener una experiencia y proceso único y particular.

De acuerdo con los aportes sobre las influencia en el ser humano que expresan Biemel, Dewey y Kant, a través del descubrimiento de experiencias que reproducen y transforman saberes y conocimientos, se hace necesario un ambiente enriquecido por medio de prácticas que posibiliten el conocimiento y reconocimiento de formas colectivas y personales de hacer, moverse, pensar, ver y admirar el cuerpo propio, el del otro y cómo se generan diversas interrelaciones y experiencias que apuntan hacia la esencia del ser.

Según Damasio (citado por Hannaford, 2005) las experiencias, contienen sensaciones corpóreas y esta a su vez puede llegar a ser perpetuada y aplicadas en situaciones reales o similares en las que se tome decisiones que nos permiten dar nuestro sello particular y argumentos sobre una determinada situación que nos hace comprendernos y comprender la posición del otro.

Es decir, para que el ser humano cambie actitudes y pensamientos que inhiban y/o eliminen su participación activa en la sociedad aportando desde su subjetividad y sus capacidades, es necesario vivir experiencias corporales que aporten a la formación de ese carácter emancipador que se orienta y contribuye a la liberación del yugo permanente de las influencias, del hacer cotidiano y de la sumisión de pensamientos desde el cuerpo y el movimiento y se involucre en el mundo que lo rodea como actor principal y además transforme y enriquezca su exterior.

Ahora bien, el ser humano involucrado en la formación del carácter emancipador deberá tomar decisiones y confrontar lo que desea, lo que piensa, lo que dice y hace. Que sus vivencias contribuyan a la liberación de comportamientos que lo estancan individualmente y lo llevan a pertenecer pasivamente en una sociedad, será un ser humano espontaneo y creativo a la hora de expresarse, empoderado física y mentalmente para actuar

con seguridad y certeza, que se afirme en cada situación y que sea actor de su vida que en cada experiencia se reconozca, descubra alguna habilidad, debilidad o capacidad a través de su cuerpo, como se mueve y que además las acepte, las transforme y aprenda de ellas.

Por lo tanto, gracias a las experiencias, el ser humano reconoce su cuerpo y diferentes formas de movimientos, ideológico, axiológicos. Como afirma Mondragón (2011, s. p.) cuidar y comprender el cuerpo es darle un sentido complejo, donde convergen: ideas, emociones y sensaciones que se tejen con la sangre y el corazón. El cuerpo se comprende como todo lo que influye en él, donde se hallan las capacidades humanas por el que se mueve y se ejecutan todo tipo de actividades, pero también, por el que se es, se vive, se interactúa y se establecen relaciones con los demás; relaciones de afecto y de conocimiento.

Según esto, el cuerpo que ha sido considerado materia orgánica y que en la actualidad es un producto del consumismo, donde la prioridad es un cuerpo funcional, laborioso, vanidoso, bello, sujeto a una obsesión por ser trabajado, sometido inevitablemente a la influencia socio económica de la perfección, haciendo al ser humano cautivo en su propia realidad y el cual se ve influenciado por estereotipos que lo transportan a una inalcanzable felicidad, sana y de bienestar en la que prima la inversión, la imagen, pero, ejerciendo una presión psicológica, que aleja a las personas de sí mismos, de aceptarse como son, como piensan y sienten, queriendo pertenecer a una masa de personas y seres sin criterios, dóciles sin voz ni voto.

Es así como se hace referencia a lo mencionado por Rodríguez, Espitia, Luque, y Gómez (2012) que afirman:

El cuerpo es nuestra única pertenencia real en este mundo; lo demás son arandelas incidentes- Así, pertenecemos a él y él nos pertenece, y por tanto existe diferencia entre tener un cuerpo y ser un

cuerpo. Cuando digo *tengo un cuerpo*, establezco una distancia entre el yo mental y espiritual, y el físico o material. Cuando digo *soy cuerpo*, acepto que las ideas, emociones, sensaciones comparten la misma naturaleza de mis huesos, órganos y músculos. Tan espiritual es mi sangre, como física mi tristeza (p. 9-10).

Según lo anterior, es necesario desarrollar y robustecer una concepción de cuerpo emancipado, que posibilite la visibilización del ser humano, pero no de manera superficial, publicitaria y sugerente hacia el mercado, sino desde lo subjetivo, lo personal, particular o propio de cada ser y transformar los acontecimientos de la vida, los pensamientos, el sentir, la toma de decisiones y todo lo que forma e influye al ser humano. Con esta acción dinamizadora de reflexión, se estimula alcanzar una libertad para el desarrollo de las potencialidades del ser humano en cada práctica que suscite la acción motriz. Y es que a partir del cuerpo el ser humano se emancipa, recordando su poder, sentir y actuar de acuerdo con sus potencialidades y capacidades, decide cómo vivir y darle trascendencia a los aprendizajes y sus vivencias, a través de la transformación de formas de pensar, de expresar y liberar perspectivas, posibilitando la comprensión de su entorno y sus necesidades.

Así lo demuestra David Gelenter (1994), un cibernético que estudió la inteligencia artificial, quien afirma que el pensamiento está vinculado a los estados corporales. Es decir, los seres humanos no piensan con el cerebro, sino con todo el cuerpo. Todos los procesos de aprendizaje se ejecutan directamente desde el cerebro, donde ocurre todo un proceso químico que asegura no solamente la recepción de información, sino también la reproducción de estos cuando se hace un proceso de interiorización y se hace consciente el aprendizaje por el movimiento. “Toda la información que sucede en las redes nerviosas se vuelven

pensamientos, los cuales harán que se ejecute una acción por el movimiento” (p. 51). En otras palabras, se habla de aprendizaje corporal a través del movimiento.

Por otro lado, Nussbaum (2007, s. p.) Identifica lo que se produce al captar la importancia de cosas y personas que están fuera del control del sujeto. Es decir que la expresión revela intuiciones acerca del valor de las cosas y se consideran una capacidad de acceso al mundo. También acepta que los elementos cognitivos que están presentes en el ser humano posibilitan abrir las influencias de las construcciones sociales. Nussbaum apuesta por que las instituciones políticas y sociales ayuden a la formación del ser humano, y así la educación se incorpore a la formación de un ser humano con capacidades que le permitan vivir una vida plena.

En este sentido experiencial, la Educación Física posibilita espacios de expresión y construcción de experiencias que ayudan en la formación del carácter emancipador y permite a través del reconocimiento del cuerpo en introspección, a través de la práctica de habilidades como la expresión, la comunicación, la reflexión y el hacer, la transformación de actitudes, costumbres y hábitos, para generar bienestar en un sentido holístico. No solo por ser una disciplina integral, con contenido epistémico y social, sino porque el aprendizaje del ser humano, como ya se ha visto, en gran medida se da por el movimiento y en ese sentido todo lo que se desee aprender es asimilado de mejor forma por la estimulación sensorial, su relación cognitiva junto con la subjetividad del ser, en sumatoria con el desarrollo de sus capacidades y habilidades físicas, para obtener finalmente una comprensión de sí y el mundo que lo circunda.

En ese orden de ideas, en la relación cuerpo y movimiento pueden encontrarse manifestaciones y expresiones como el juego, el deporte, la música, el teatro, la danza y otras, donde también la disposición al cambio permitirá sentir, escuchar, observar, explorar, imaginar, emocionarse, crear momentos y espacios que propicien vínculos, reconocimiento

del otro, manifestaciones personales y colectivas, espontaneidad al actuar y coherencia y participación social, entendiendo cuáles son sus fortalezas y debilidades. De esta forma no solo se garantiza una formación para la vida, sino también una educación del ser para el ser.

Finalmente, logramos una comprensión más amplia de la educación física, que debe concebirse como un ambiente posibilitador de experiencias, que se pone en función de la sociedad, con la esperanza de mejorar la vida del ser humano y también como una recompensa para quien ayuda a forjarla (Barbero 2009, s. p.). La educación física se toma como base para la formación de lo particular de cada ser humano, que le asegura el trabajo de conocerse a sí mismo, transformarse y transformar desde el interior de cada ser humano hacia el exterior, con el fin de que el ser humano reconozca su escenario social y se haga visible, mediante los procesos que se llevan a cabo en cada practica corporal que propone esta disciplina.

Acerca del conformismo

De acuerdo con la problemática de conformismo, su caracterización y la construcción conceptual realizada para el presente proyecto, se realizó una indagación sobre lo que acontece en diferentes lugares acerca del conformismo y la oportunidad que tiene la educación física para encontrar un camino de confrontación y transformación en los seres humanos.

El informe “El social-conformismo: la plataforma para mantener las desigualdades”, elaborado en Panamá por Reyes (2015, p. 25), identifica al conformismo como problemática caracterizada principalmente por la poca reflexión; afirma, cómo las sociedades lo han asumido como una costumbre, un factor usual, un pesimismo programado y resignación ante los infortunios y necesidades, de manera que no le permite pronunciarse o manifestarse. Por esta razón, trae consigo en consecuencia un asunto como la desigualdad. Según Rossmann

(2004, s. p.), la desigualdad crece desde varias décadas y una gran parte de la población se queda con un gran porcentaje del capital producido.

Este informe es un claro reflejo de la subordinación de un sistema proveniente de los cánones del mercado mundial frente a países latinoamericanos, precisa la desigualdad como uno de los inconvenientes del conformismo, debido a que este destila otras problemáticas sociales como la inequidad, la apatía, descuido, desinterés, indiferencia, falta de participación, aprobación, obligatoriedad, imposición, coacción etc. El “social-conformismo” que menciona Reyes (2015, p. 28) relaciona un pensamiento y/o actitud resignada frente al *poder legalmente* constituido donde se moldea a los seres humanos. Es decir, cuando las personas están condicionadas por este pensamiento y actitud conformista, se evidencia una transformación en la forma de actuar, de pensar, hablar o participar, en vista de la afluencia de opiniones del colectivo que van más acordes con los ideales de la sociedad, que el proyecto de vida que tenga cada ser humano.

Para Rossmann (2004, s. p.), el conformismo es imitación de acciones y formas de pensar sin ser autónomos y sin manifestar sus propios intereses u opiniones o maneras de sentir. Es una actitud que limita e impide que los seres humanos puedan hacer las cosas por sí mismos, tomar sus propias decisiones, decir sus ideas, sus desacuerdos; les hace adherirse a las acciones y formas de pensar de los demás, sin ser independientes o propositivos, negar lo que piensan y en ocasiones indiferentes por las cosas, con poca o ninguna participación, aislándose dejando que los demás elijan o decidan por ellos, frente a lo que acontece en su contexto dando origen a “*consecuencias perjudiciales para la emancipación humana, subjetiva y colectiva*” (Reyes, 2015, p. 28). Es decir, se encuentran inmersos en situaciones donde no les permite una forma de manifestación como sujetos activos para participar en decisiones grupales como individuales o tampoco reflexionar, ser críticos y

hacer evidentes sus puntos de vista o su postura frente a determinados temas que sean o no de su agrado.

En segundo lugar y continuando con el análisis de esta problemática, otra investigación realizada por Campos y Páez (2005) denominada “*Cultura e Influencia social*”, trata el conformismo y los impactos e influencias que puede llegar a tener en una población mayoritaria ante la elaboración de normas, valores, creencias y establecimiento de conductas y la modificación de la percepción de la realidad de otras personas, sin importar que la respuesta o decisión elegida sea correcta o incorrecta. Es decir, es tanto el predominio al que se ven expuestos algunos sujetos, por grupos o poblaciones mayoritarias, que sus opiniones, se ven limitadas y coaccionadas al tal punto que, se acepta sin opinión u oposición alguna decisión que puede que sea beneficiosa o perjudicial para cada sujeto. Por ello, es necesario que toda decisión sea sometida democráticamente a debate para que los integrantes de la población tengan la oportunidad o espacio para manifestar su opinión.

En una revista de Ecuador se halla un artículo denominado “*Problemas críticos de la Educación Ecuatoriana y Alternativas*”, los autores Arellano, y otros (s. f., s. p), resaltan a través de un recuento la historia de la Educación y el pensamiento pedagógico ecuatoriano, donde se cuestiona la masificación que crea, no solo dificultades en las comunidades educativas en especial la población joven, para quienes en su proceso de desarrollo de su personalidad se restringe y se ahoga, sino también creando una sensación de pertenecer a una masa análoga, por la cual van adquiriendo actitudes vagas, impersonales, ajenas, desligándose de una “*capacidad consciente*” de ser dueño de sí. Esta publicación identifica y reconoce la insuficiencia a estar sometido al actuar instintivamente sin sentido reflexivo y crítico, características de la masificación evidenciada *a nivel de la universidad, de la facultad y hasta de aula*, surge entonces, el conformismo como una actitud pasiva y que lleva al ser humano y su inmersión en al anonimato de las personas.

Por otra parte, un reciente estudio realizado a nivel local por Alape (1998, s. p.) desarrollado en colegios oficiales de la ciudad de Bogotá, concluyó que el sistema educativo está caracterizado por favorecer la no participación, la no generación y formulación de inquietudes por parte de los maestros y estudiantes, es decir, un aula que no pregunta, un sistema en el que priman el anti - democrático y el autoritarismo características relacionadas con el pensamiento y actitudes conformistas. Este sistema no permite que el niño ni el joven piensen, ni hagan preguntas, ni sean críticos. Esta condición refleja la realidad de una nación, la cual reproduce estándares que sin más ni más, son aceptados y no contradichos por los mismos maestros y se resalta en la reproducción de la escuela tradicional, una educación hacia el consumismo, que promueve seres conformes, invisibilizados e indiferentes frente a lo que acontece en su contexto y consigo.

Se reconocen también, otros factores asociados al conformismo, en el que el primero se refiere a la presencia mayoritaria de mujeres en un determinado grupo, lo cual genera mayor porcentaje de influencia social en situaciones en las cuales eran menos expertas. De acuerdo con Bond (1993), se encontró que hay una tendencia que algunas mujeres suelen ser más conformistas, este estado de sugestión en las mujeres se debe a “menor estatus y poder, las mujeres, interpretan la conformidad como un medio para reforzar la cohesión del grupo ” (p. 4). Esto se refiere a la existencia de una discriminación en cuestiones de género de orden sociocultural, donde las mujeres son consideradas con un nivel inferior y débil en su derecho, acceso y dominio del poder de decisión.

En segundo lugar, los hombres consideran “*la no conformidad como un signo de independencia*” (Campos y Páez, 2005, p. 4). Es decir, ser inconformes representa un poder de autonomía y emancipación para ellos. De acuerdo con esto, los hombres muestran un poco más de seguridad en sus decisiones, seguridad que ha sido construida y fortalecida a nivel histórico y cultural. El tercero es la pertenencia al “endo-grupo”, (personas que comparten la

pertenencia a una institución o comunidad frente a extraños), donde, a mayor relación entre el sujeto y el grupo mayoritario, es más probable que esa comunidad o grupo sea un referente para seguir, algo válido y de apropiación.

Quiere decir que tanto la persona que va a ser influenciada como los que influncian deben compartir una categoría social. Cuando el tamaño del grupo es superior su influencia es mayor, para otros autores el aumento del grupo hace que el sujeto aumente su autoconciencia e incertidumbre y no logre conformarse y convencerse con facilidad. Las normas, valores, creencias y conductas establecidas socialmente pueden a su vez ser modificadas, innovadas a partir de la influencia de individuos o minorías activas que demuestran interés por cuestiones que se presentaban en su entorno social.

Finalmente, como cuarto factor se expresa que las personas son influenciadas por minorías con gran poder y con estatus. Pero en ocasiones, las minorías activas sin poder ni estatus, logran cambiar las normas sociales, logrando influenciar altamente la opinión pública. Estas minorías ejercen poca influencia pública-directa sobre un tema polémico, pero, ejercen influencia a nivel privado, de forma indirecta, tal como lo denomina (Campos y Páez, 2005, p. 15) *“ausencia de influencia publica manifiesta, unida a una influencia indirecta latente mayor.”*

En Colombia, Carreño (2016), en su columna en el diario digital *“El Frente”* cita a Jhon F. Kennedy (s. f.) quien afirma que *“el conformismo es el carcelero de la libertad y el enemigo del crecimiento”*, precisa como los colombianos se han acostumbrado a vivir en condiciones y ambientes caóticos, ilegales, violentos, deteriorados, deficientes, costosos, de mala calidad e inhumanos, prácticas en el sistema educativo homogeneizante, que no promueven la formación de valores, disciplina, reflexión, participación, etc. Que podrían llegar a transformar esos pensamientos y actitudes que consume a toda una nación, donde *“la*

calidad de la educación no solo es para obtener conocimientos sino también para ser mejores seres humanos” (Carreño, 2016, s. p.)

Pero es primordial comprender que, si se espera que la solución de ese cambio de mentalidad provenga de los otros, de obras y políticas públicas, solo se les dará la responsabilidad a aquellos “encargados de ponerla en práctica, con contadas excepciones se dedican a sacar provecho personal y particular” (Carreño, 2016, s. p.).

Es aquí donde el cuarto factor se manifiesta a través del legado de conformismo a las nuevas generaciones, a quienes muy poco les interesa las cuestiones públicas o sociales, ocasionando, según Carreño (2016), que la sociedad colombiana no muestre su lado inconforme e insubordinado, sobre temas del orden educativo, económico, político, entre otros aspectos, no podrá salir del atolladero en el que se encuentra gracias al “...conformismo ante la violencia, la corrupción y los bajos niveles en la educación e investigación entre otros aspectos”. Que sumerge a esta sociedad, en la desesperanza, sin reconocerse en sí misma un país diverso en razas, ideologías, culturas diferencias de pensamiento, gustos, opiniones, etc., y el cual debería asumir un carácter social.

De acuerdo con los anteriores factores, puede evidenciarse una oportunidad a través de la transformación hacia la reflexión y acciones, tal como Carreño (2016) manifiesta que “otro país es posible, lo que hace falta es inconformes”, como dice José Saramago “es hora de aullar, si no hacemos nada, se puede decir que nos merecemos lo que tenemos”. Esta sociedad necesita seres que reflexionen, se interesen, disfruten, actúen, participen y fomenten momentos en donde a través del descubrimiento de formas de hacer transformen poco a poco esas actitudes y pensamientos conformistas, que se han convertido en excusas para no avanzar, para interrumpir el progreso y promover la rutina y el confort.

En un experimento realizado por Asch (1951, s. p.) sobre la conformidad, intentaba demostrar cómo la presión de grupo obliga a variar los juicios; el 76 % de la población que

participó en un experimento respondió a conformidad por la influencia de los demás, aun conociendo el error en las respuestas, tan solo un cinco por ciento respondió según su criterio y aunque algunas de las respuestas tuvieron errores, fue válido pues respondieron sin ninguna influencia.

Un Informe del Banco Mundial (2015, s. p.) de acuerdo con el panorama general, llamado *Mente, Sociedad y Conducta*, indica en el principio de pensamiento social, que las personas son animales sociales, sujetos a la influencia de las preferencias sociales, la tecnología, las identidades y normas sociales: a la mayoría de ellas les importa lo que hacen los que están a su alrededor y el modo en que encajan en su grupo; incluso imitan la conducta de otros de manera casi automática. En ocasiones en ese accionar automático y mecánico no reflexionan frente a lo que realizan y les beneficia y perjudica a los otros o a sí mismos.

Según este informe Banco Mundial, (2015):

El pensamiento automático nos da una visión parcial del mundo: en la mayor parte de nuestras decisiones y opiniones, pensamos de manera automática. Utilizamos marcos estrechos y recurrimos a asociaciones y supuestos predeterminados, que pueden llevarnos a formar una imagen errónea de la situación. Incluso los detalles sin importancia de la forma en que se presenta una situación pueden afectar el modo en que la percibimos, puesto que tendemos a sacar conclusiones apresuradas a partir de información limitada. (s. p.)

De acuerdo con lo publicado en este informe, se identifica la relación directa del pensamiento automático con la problemática identificada del proyecto, sin embargo, deja claridad que a pesar de los dominios y atribuciones que adquieren las cuestiones sociales,

tecnológicas, culturales, entre otras, dependerá de la disposición y autonomía que ese cambio de actitudes y pensamiento se desarrollen. Aun así, podrá realizar todo aquello que desee lograr, transfigurando su situación actual, para beneficio propio y de con quienes comparte sus espacios de vida, trabajo, estudio, etc. Que puede descubrir crear espacios que tanto el sujeto y los demás puedan participar e irradiar con su voz todo aquello que le beneficie, inquiete, o vaya en oposición de su desarrollo.

Esto es solamente un informe que plantea una situación y así mismo una salida, pero no un medio o una forma, solamente le da la opción al sujeto de concientizarse, llevándolo a realizar cuestionamientos sin sugerir un camino que haga posible esa transformación. Por ello, se cita en esta sección, con el fin de comprender que, si se plantean tales problemáticas, se busca también medios de solución, alternativas para manifestar la acción de cambio, y esto va a ser posible en los caminos que presenta la Educación física.

A continuación, un trabajo de grado, de orden nacional acerca de los conflictos económicos, históricos, emocionales y culturales, manifestado en una población de trabajadores frente a los cambios trascendentales que ha tenido el mundo globalizado, elaborado por Ruiz (2016) enfatiza en la emancipación como la búsqueda constante pero inconsciente que ha hecho el trabajador desde el inicio histórico del trabajo, con el fin de un encuentro con su dignidad y su humanidad. De las pocas garantías que tienen los trabajadores como seres humanos y como fuerza trabajadora en países tercermundistas en condiciones de precarización y deshumanización del trabajo, se ven reflejadas en la completa frustración personal, económica, social, cultural y familiar del trabajador y sus familias.

Este trabajo nos proporciona una visión desde las condiciones laborales o de vida y como éstas desmotivan y como obligan a ir en contra de las convicciones de los sujetos:

Cercena sus capacidades y facultades y lo aísla de los demás miembros de la sociedad, la actividad creativa es expresión voluntaria y consciente de la vida misma del individuo, amplía las capacidades y facultades humanas al máximo y conecta con los demás miembros de la sociedad (Arza, 1997, p. 254).

Por lo anterior, a través de este proyecto se comprende la emancipación como una necesidad hacia la proyección y potencialización del ser humano y sus motivaciones, su que hacer, formas de ser y hacer las cosas para disfrutar más la vida y todo lo que ofrece.

Trabajos relacionados con el conformismo

Este apartado resalta unos trabajos y publicaciones de otros autores hallados durante la indagación y en relación con la temática del proyecto los cuales permiten un soporte al diseño y elaboración de la actual propuesta.

En un proyecto investigativo, elaborado por Martínez y Casado (s.f., s.p.) se identifica como los movimientos sociales, organizaciones campesinas y grupos de mujeres y sus ideales, se convierten en elementos estratégicos, en sus procesos de desarrollo la superación de factores que llevan a la subordinación, opresión y el sometimiento de aquellas muchas comunidades debido al pensamiento capitalista, patriarcal y de modelo hegemónico desde épocas remotas hasta nuestra actualidad. De acuerdo con este proyecto, nos permite reconocerla como una investigación la cual respalda nuestra propuesta educativa, ya que promueve como alternativas y oportunidad el incidir socialmente de manera cooperativa, el fortaleciendo, cuestionamiento de su realidad, la reflexión y cambios frente a las potencias e influencias y crisis que enfrenta la sociedad actual.

Traza una labor constante y continua en el auto reconocimiento, transformación y cambio de las bases de sus saberes, de pensamientos y comportamientos los cuales sumaban a

la generación de esas crisis; y como agentes de cambio, a través de la unión mas no la estandarización, se pretende innovar y transfigurar la realidad y las vicisitudes, en pro de plantear soluciones diversas y resaltar la labor y esfuerzo de cada uno de los miembros de una determinada comunidad, sus necesidades y competencias y habilidades.

En segundo lugar, un trabajo de grado de la Facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional (Ojeda y Garzón, 2013) resalta el promover y desarrollar en los sujetos una constante participación, interpretación y comprensión de las condiciones de su entorno, de los otros, desde el análisis de los factores por los cuales se ha visto influenciado, como desde los saberes previos, puede llegar a reestructurar los actuales y proponerse el logro de nuevas experiencias. Es por esta razón que el ser humano en este proceso continuo de transformación debe iniciar desde el fondo de sí, de lo que le rodea, de quienes, y con quienes comparte y sobre todo el reformar y reestructurar lo que ha comprendido como verdadero y único, que su finalidad no debe centrarse en ejecutar acciones de manera superficial e intrascendente, sino que de ello depende que pueda continuar con su proceso evolutivo.

Lo anterior cabe mencionarlo debido a que resalta en nuestro proyecto como a través la crítica, las reflexiones-acciones participativas, integradoras, diversificadas pueden contribuir a los cambios desde sí mismos de su diario vivir y en comunidad. Por medio de ambientes incluyentes, transformadores, hacia el mejoramiento de las relaciones y el crecimiento de los seres humanos.

Como antecedente, permite hacer una diferenciación con el presente proyecto, pues el proyecto citado hace comprender el reconocimiento en los seres humanos de una necesidad por superar situaciones sociales “extremas” de opresión y adversidad a través del pensamiento crítico; mientras que el presente proyecto se centra en la formación del carácter emancipador en una población que se ha sumergido en condiciones de conformismo; por ello

es necesario reconocer la Educación Física como ese ambiente posibilitador y transformador de actitudes que limitan y reducen a los seres humanos a aceptar la vida y la existencia materializadas en hábitos y monotonía, desmotivación, para iniciar un camino continuo de expresión y exteriorización de pensamientos, sentimientos y opiniones al mismo tiempo, enriqueciendo la significación del hombre como de pensamiento abstracto y reformador, su participación corporal y concienzuda en procesos de aprendizajes y procesos sociales.

Otro trabajo de grado consultado, elaborado por Castiblanco (2017) desarrolla la idea de la transformación de la Educación Física hacia la formación de sujetos críticos frente a su contexto y frente a la educación formal que recibe del mismo. En este trabajo podemos encontrar como entidad de poder a la escuela, la cual en ciertas circunstancias limita a los seres humanos para manifestar, exponer, declarar, exteriorizar sus puntos de vista, opiniones y críticas frente a lo que acontece en su contexto y en cuestiones personales, pero también hacia el conocimiento.

Los maestros, directivos, padres de familia y los estudiantes, muchas veces no tienen la oportunidad de ser o sumir un papel reflexivo-crítico y simplemente se conforman con la posición que ocupan en la sociedad o simplemente no hacen un esfuerzo por modificar, transformar esa realidad. En este trabajo de grado nos hace plantearnos el siguiente interrogante: ¿Pueden los estudiantes asumir este papel reflexivo-crítico ante las influencias de su entorno, a lo que ha llegado a lograr y lo que puede llegar a ser?

Se comprende que el papel del docente como guía significa mucho hacia el proceso de transformación, sin embargo, este representa un proceso personal autónomo, donde cada persona sabe lo que quiere llegar a lograr, puede identificar cuáles son sus obstáculos, sus habilidades y sabrán por ellos mismos y de acuerdo con las experiencias que interioricen el poder ir más allá de lo que tienen o han conseguido. Aquí se desarrolla el papel transformador en los seres humanos, el buscar cambiar las formas de ejecutar las prácticas

educativas para estimular a participar y entender que el ser humano es unidad activa de la sociedad, pero que limitado a través de prácticas se ha restringido a los entornos escolares, como una única forma de imaginar y hacer educación física.

Un proyecto elaborado por Rojas y Gil (2012) y la Fundación Instituto de reinserción Social, Barcelona. Proyecto desarrollado con jóvenes, en medida de justicia juvenil, en un recurso residencial socioeducativo, este proyecto centra su propósito en promocionar la emancipación de los jóvenes a partir del compromiso y responsabilidad en su proceso personal. Éste “recurso residencial” es una herramienta que favorecerá hacia su proceso hacia la vida adulta, vida independiente y convivencia social; labor que es apoyada por profesionales educadores quienes acompañan a los jóvenes para que sean ellos mismos quienes construyan, lleven a la práctica y evalúen su proceso de emancipación. El proyecto realizó un pilotaje durante un año y por su enriquecedor resultado se estableció permanentemente.

Los jóvenes que se acogen al proyecto cumplen una medida de “libertad vigilada”, pues están sujetos a un control de justicia juvenil, mientras tanto, vivirán en un “piso” o vivienda compartiendo con otros jóvenes en su misma condición. Los requerimientos para acceder a este beneficio son: tener entre diez y ocho años hasta veinte un año, sexo masculino, no disponer de vivienda o referencia de algún familiar o amigo brinde apoyo, estar cumpliendo medida justicia juvenil. Como recurso de emancipación este proyecto, pretende guiar a los jóvenes a su vida adulta, tener en cuenta su situación personal, competencias en diversas áreas, bienestar y salud y sobre todo comprendiendo la emancipación como:

Un proceso que va más allá de irse de casa y tener un buen trabajo. Es un proceso que implica la toma de consciencia de su

situación, la movilización de recursos personales, la gestión de recursos externos y planificación y puesta en marcha de un proyecto propio. (p. 5).

El anterior proyecto elaborado por Rojas y Gil (2012, p. 6) quien cita a Colomer, nos permite resaltar en nuestro proyecto cómo la emancipación es un proceso en el cual se adquieren “grados de autonomía que duran toda la vida” y estos se aprovechan haciendo el cambio constante e inesperado de la sociedad actual; estos grados de autonomía permitirán que los seres humanos puedan proponer diversidad de respuestas y posibilidades de acuerdo a los factores que le influyen, las causas que provocan en los seres humanos. Así bien, se convierte en una necesidad por ellos mismos, por medio de sus competencias, fortalezas y habilidades y están en constante transformación de acuerdo con las situaciones que se presenten.

El proceso de emancipación inicia con el reconocimiento y toma de conciencia por parte de los jóvenes de la situación en la que se encuentran, como y porque motivos han llegado a esa situación. Se analiza factores tales como: la historia familiar, los conocimientos y formación educativa que lleva, los vínculos y relaciones establecidas y calidad de estas, y toda situación del pasado que haya influenciado a la situación actual. De acuerdo con esta valoración será posible iniciar y diseñar un proyecto de vida, que integren sus habilidades y competencias a desarrollar, los recursos a utilizar y cuales son las posibilidades para mejorar la calidad de vida y saber como lograr los propósitos que se desean alcanzar.

Teniendo presente una propuesta de integración a la sociedad con responsabilidades y propósitos concretos, este proyecto busca al igual que este pcp, la emancipación de actitudes limitantes que bloquean el hacer, e impulsan solo a seguir parámetros en sociedad; además no solo se habla de una posibilidad de cambio, sino que tiene condiciones y responsabilidades

para el sujeto. Sin embargo el proceso es guiado y condicionado, entonces el proceso de emancipación se ve de igual forma co – accionado, esto teniendo en cuenta las condiciones de la población y que por otro lado invita a pensar en otras formas de hacer el cambio; mas agradable, más divertido y experiencial y que no tenga ninguna responsabilidad más que la de querer hacerlo diferente, pensar, actuar y sentir diferente en cada momento, saber cómo mi cuerpo se involucra de forma sutil con mis actitudes y logra una participación activa dentro de una sociedad, sin pasar encima de su esencia, su personalidad y de su ser.

Viabilidad de la propuesta curricular

En primera medida, y de acuerdo con el propósito del presente proyecto y estableciendo como base la normatividad colombiana e internacional se especifican a continuación los siguientes aspectos:

De acuerdo con el propósito del este PCP, la Constitución Política de Colombia, enuncia que la educación deberá atender a una formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, ética y de más valores humanos, en donde se fortalezcan sus aptitudes y actitudes, el crecimiento personal y social y pueda vincularse dentro de la sociedad con saberes propios. Es decir que la educación debe atender necesidades sociales, individuales con la intención de proporcionar al ser humano, herramientas para actuar de acuerdo con sus propósitos.

Este proyecto se enmarca bajo la Ley General de la Nación, UNESCO (La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura), la Carta Internacional de Educación Física y el Deporte y el MEN (Ministerio de Educación Nacional), donde se precisan los fines de la educación y objetivos de la formación en valores, para la emancipación y el fortalecimiento del carácter para la vida, la salud, integridad física, el derecho a la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión el propender la

búsqueda del saber y expresión libres, legitimándose de persuasión o coerciones externas características relacionadas con el artículo 44. De los derechos fundamentales.

Así mismo, enfatiza en el derecho y deber que tienen todos los seres humanos específicamente colombianos a manifestar, exteriorizar y expresar sus acuerdos o desacuerdos, a través de cualquier forma de expresión, sin atentar o atropellar su integridad, ni la integridad de otros; Colombia es considerada legal y políticamente una nación democrática, y por lo cual los sujetos tendrán la libertad de decidir, discutir, debatir, cuestionarse y deliberar de manera autónoma y con libertad, sin algún tipo de coerción o transgresión, sin vulnerar la libertad o el desarrollo de los otros (Constitución Política de Colombia 1991, art, 44 y 72.).

Por otro parte, la Ley 115 de 1994 menciona que el acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el fomento de la investigación y el estímulo por la creación artística en sus diferentes manifestaciones, se precisa la comprensión de una educación de prácticas educativas que fomenten la expresión y el comportamiento mediado por la sociedad y la cultura. (Art, 67). De acuerdo con esto la ley establece que ese desarrollo en los seres humanos lo integren de forma amable, características propias de una orientación hacia experiencias liberadoras, de acción y participación.

Frente a cómo expresarse dentro de la sociedad, encontramos la ley que exige a la educación, la formación para la vida en familia, en donde prevalece el crecer, convivir y construir una identidad dentro del respeto y la equidad entre sexos, generando una participación en el rol que tiene en sociedad, con el fin de prepararse para una vida en armonía y responsabilidad (art 13).

Igualmente, gracias a todos los espacios que se brindan en los programas de formación, se asegura una información de forma general, acerca de las situaciones que se presentan en la vida y cuáles son las posibles soluciones. Sin embargo, también se solicitan

estrategias que aseguren el hecho de que cada persona sea capaz de intervenir de forma activa en estos procesos de transmisión y recepción de información. Esto se refiere, a metodologías y espacios que permitan resolver y entender procesos de la vida cotidiana, en los que cabe una interpretación subjetiva.

En cuanto a la educación no formal, el Artículo 67 menciona lo siguiente: la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura. (Ley general de la nación, 1994, art, 67). Ello nos hace comprometernos aún más con nuestra propuesta curricular ya que se quiere impulsar y promover una educación salida de los contextos institucionalizados, hacia una reciprocidad de saberes y el resaltar los valores en comunidad, la formación del colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente, frente a cualquier arte y la participación ciudadana y comunitaria. Atendiendo a la necesidad de orientar seres humanos activos y con participación y pensamiento abierto.

En el mismo orden, encontramos la UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura) y la Carta internacional de Educación Física y el deporte, se asume este espacio de la educación física, la recreación y el deporte, con su diversidad cultural, como patrimonio inmaterial de la humanidad y en donde comprende elementos que aportan diversos beneficios individuales y sociales, como la salud, el desarrollo social y económico y el empoderamiento de los jóvenes para la reconciliación y la paz. Entonces se resalta la importancia de la Educación Física como proveedor de vínculos más estrechos entre las personas, la reciprocidad, solidaridad, el respeto y el entendimiento mutuo, la no indiferencia, así como el respeto, la dignidad y el cuidado de todos ser vivo.

En concordancia con lo anterior, en el Artículo 2, se hace referencia a como la actividad física, la recreación el deporte y más exactamente los espacios que brinda la Educación Física, mejora la salud mental, el bienestar y las capacidades psicológicas a fortalecer la seguridad corporal, la autoestima y la confianza en uno mismo, disminuye el estrés, la ansiedad y la depresión, al aumentar la función cognitiva y desarrollar una amplia gama de competencias y cualidades, como la cooperación, la comunicación, el liderazgo y aprender de otros aspectos de la vida.

Con relación a las tendencias de la Educación Física, se quiere resaltar como “La educación física del niño es base de su formación integral favorecida por el carácter vivencial” (UNESCO, 2012. art, 5), que compromete a la acción corporal las dimensiones cognitivas, comunicativas, éticas y estéticas, que pretende la constitución continua de experiencias que le proporcione saberes que permiten a su vez un diálogo fluido con el mundo que lo rodea.

De manera que estas, son las leyes que permitieron dar soporte al propósito del presente proyecto y como se comprende una oportunidad como lo es “La Educación Física, orientadas hacia la formación del carácter Emancipador” para transformar actitudes y pensamientos conformistas, para obtener experiencias liberadoras en la búsqueda de transformar lo habitual, el desarrollo de las habilidades comunicativas, mejorar las relación entre cuerpo y el movimiento en todo tipo de actividades, abrir las posibilidades de diversos momentos que lleven a la exteriorización del sentir, transformar así mismo la concepción de Educación Física como todo momento, espacio y oportunidad en los cuales los seres humanos pueden manifestar su opinión de manera libre, transformando lo percibido a través de las vivencias, circunstancias, sensaciones, el deporte, el juego y la expresión corporal.

Finalmente, tras identificar y caracterizar la problemática, sus causantes y aspectos referentes que dan respaldo teórico conceptual, reconocemos a continuación el impacto que

tiene la misma en los seres humanos y sociedad, y como es respaldada a través de un componente teórico de desarrollo humano, concepción desde la educación física y orientaciones pedagógicas que atañen a la presente propuesta.

Perspectiva educativa y sociedad actual

“Al fin y al cabo, somos lo que hacemos para cambiar lo que somos”.

E. Galeano.

En este capítulo presentamos la comprensión del ser humano y la sociedad actual. Específicamente reconociendo las personas, la sociedad y cuál es el estilo de individuo marcado por ella.

Tras la problemática y su caracterización, consecuencias, aspectos conexos y el impacto que tiene la misma en los seres humanos y sociedad, serán argumentados a través de un componente teórico de desarrollo humano, concepción desde la educación física y orientaciones pedagógicas que contribuyen a la presente propuesta.

Como anteriormente hablamos de una situación de carácter mundial que hace referencia a un pensamiento y actitud denominada Conformismo. Las sociedades se caracterizan por vivir sin sembrar la reflexión, la expresión y manifestación de puntos de vista, opiniones y acciones diversas desde perspectivas propias y subjetivas como un componente esencial de su existir. Para los seres humanos el descubrir momentos y oportunidades que proporcionen sensibilidad y expresión sobre aquello que les acontece o lo que llega a ellos de su ambiente y/o realidad, no está dentro de su propósito y prioridad de vida, más bien el proyecto de evolución del ser humano se centra en sobrevivir en una época de inmediatez, superficialidad, despersonalización, carencia de esencia, donde se digiere toda información y se pretende prohibir que las personas exterioricen y argumenten, participen, alteren, etc.

Debido a que, todo lo que los seres humanos desean lograr está permeado por cuestiones económicas, sociales, políticas, tecnológicas y regulaciones o disposiciones que

esta misma humanidad impone, las personas crean la necesidad de avanzar en la pirámide, jerarquía y estratificación social, dándonos una ilusión de libertad, que no contiene al ser humano lo que en verdad es, su esencia.

Por tal motivo, para referirnos y comprender mejor el concepto de sociedad que se plantea vinculado a la problemática planteada, Fromm y Goffman quienes apoyan la premisa de una sociedad conformista y poco reflexiva. Que estimula la evolución humana que atribuye esfuerzos hacia una invisible pero enérgica opresión de la libertad de conciencia, creada para favorecer el consumismo que impone este tiempo de modernización.

El valor de lo humano se reduce a lo físico, la materialidad, el precio que pueda obtener por sus servicios, en trabajar gran parte de su vida, no en lo fundamental y esencial (cualidades de amor, ni su razón, ni su capacidad artística, gratificación y superación) Fromm (2016, s.p), sino, en la necesidad de aprobación social. El sujeto debe adaptarse a la sociedad e ir de acuerdo con las influencias, es decir qué; una sociedad que a toda costa exige avanzar propendiendo más que en el bienestar propio, en los intereses hacia lo masivo, comercial, material y atrayente.

El ser humano vive entre cadenas de su propia libertad, es decir, donde la sociedad marca los estándares de libertad, hasta ahí también llegaran los límites de cada sujeto. Según Bauman “el consumismo promete algo que no puede cumplir: la felicidad universal. Y pretende resolver el problema de la libertad reduciéndolo a la libertad del consumidor” (Bauman, 2007 s.p).

Ahora bien, hablar de libertad en el ser humano es utópico, en vista de que, tal como se impone la falsa idea de felicidad. Entonces, ya no somos seres humanos con carácter para asumir posturas, opiniones, críticas y demás, sino, seres humanos que siguen parámetros que se establecen para controlar la forma en la que se mueve el mundo. La sociedad restringe e impone el preservar privilegios y parámetros de comportamiento para excluir y anular el

sujeto que no se adhiere a las normas. Es decir, es libertad a expensas de lo de que se “debe hacer” y no de lo que “se quiere hacer”.

Comprendemos entonces que estamos, viviendo lo transitorio, vivir entonces se convierte en una carrera por estar a la vanguardia, dejando a un lado el crecimiento personal, la reflexión y el criterio propio. El peligro precisamente de las culturas es que fomenta en ocasiones tendencias hacia el conformismo, a través de la imposición de unas pautas sociales determinadas. Estas pautas sociales que dominan reprimen los pensamientos y sentimientos espontáneos, a fin de obtener un modelo de hombre fácilmente adaptable al statu quo imperante. (Ramírez, 2013, p, 123)

El mundo actual suscita un afán por adquirir bienes materiales, más allá de la satisfacción personal por realizar o alcanzar metas profesionales, sueños u objetivos, lo cual, en algún momento, fueron la razón por la cual escogimos el empleo que tenemos, la carrera que terminamos o las decisiones que tomamos.

Esto hace referencia, a todas aquellas situaciones en las que proyectamos una imagen que creemos es la más conveniente para agradar, simpatizar, o, por otro lado, solo permanecer dentro del grupo social sin el menor conflicto. Al respecto, Goffman (1982) admite un juego de representaciones en el que transmitimos nuestra identidad propia, a una soñada, imaginada o “liquida”, en términos de Bauman.

La sociedad conduce a querer ser únicos dentro de las pautas que ella misma plantea, buscando una autenticidad que pretende ser alcanzada a través de adquirir bienes materiales que sugieren posiciones sociales cómodas y estables. O como lo diría Bauman (2003); “la lucha por la singularidad se ha convertido en el principal motor, tanto de la producción en masa como del consumo en masa”. Es decir, una educación para el consumismo, y en consecuencia para la repetición de actitudes y pensamientos conformistas.

Es importante comprender, que las reglas sociales moldean las diversas formas de actuar y de ser; es ahí, donde se asumen roles que atienden a un ideal de sociedad determinando estereotipos de cuerpo que se asocia al comportamiento del ser humano. Es así como las entidades políticas, religiosas y económicas son quienes apuntan, según sus propios intereses, a un tipo de ser que no se reconoce y que no reconoce al otro, de manera que se homogeniza el sentir, pensar y actuar ante los asuntos que atañe al hombre como individuo y como ser social.

Por ejemplo, refiriéndonos al conformismo exactamente, Castoriadis (citado por Bauman, 2000) afirma, que la sociedad ha dejado de cuestionarse a sí misma, se ha establecido una sociedad que ya no concibe otros tipos de alternativas de humanidad y por lo cual, se exime de las responsabilidades, deberes de explorar, demostrar, crear y probar. Entiéndase también, que cualquier decisión lleva consigo ciertas restricciones, puesto que, está de por medio el beneficio de la colectividad, pero, aun así, los seres humanos deben primordialmente transformar poco a poco actitudes y formas de pensar conformistas, indiferentes y poder gozar del derecho de la democracia y albedrío, por sí mismos y manifestarse sin limitación o coerción.

De acuerdo con este tipo de pensamientos y actitudes que se entretajan en la sociedad, encontramos un estereotipo de hombre que como lo menciona Bauman, el “Homo Eligens”, “sujeto actual”, es un yo permanente, completamente incompleto, definitivamente indefinido y auténticamente inauténtico. Quiere decir que este hombre y la sociedad de consumo tienen una perfecta relación, pues, si este no tuviera un apego permanente a las cosas, no consumiría lo que el mercado sugiere como bienestar, en este sentido no repetiría comportamientos y actitudes que son características propias de un ser humano conformista.

Entonces, hablamos de un ser humano sumergido en una sociedad que, bajo la estandarización de procesos de la educación, como lo indica Fritzen y Moreira (2008) y la

obtención de resultados eficiente, mas no de calidad, son los que apartan al ser de la reflexión, de la diversidad y lo transforman poco a poco en un ser conformista, que contribuye a la formación de actitudes y pensamientos ligados a lo que actualmente exige la sociedad en auge de globalización.

Según estas características de la sociedad actual, Goffman (1982) describe un sujeto conforme a esta. Donde se invita a deliberar en cómo la formación de la personalidad y el actuar del ser humano, están permeados por las relaciones con los demás, es decir, cada persona intenta maniobrar las impresiones que quiere que los demás se formen sobre ella. Por así decirlo, utiliza como lo menciona el autor, una “máscara social” que da la impresión de que mejor se acomode a su entorno social, sin importar si le es fiel a sus principios o esencia misma.

En este sentido, hablamos de un ser humano dotado de herramientas que posibilitan su existencia en un mundo con miras a un inminente avance hacia la homogenización de pensamientos y dejando a un lado su criterio, su postura, su carácter y demás elementos que lo hacen humano.

El individuo se convirtiéndose en un autómatas sin personalidad, idéntico a los millones de autómatas que le rodean, fruto de unos patrones y de unos mecanismos sociales dominantes. Se crea una persona muy concreta que ha asimilado perfectamente los patrones sociales, pero creyendo en una libertad y espontaneidad como si estas fueran reales. (Fromm, 1996, p. 53)

Es decir, el sujeto debe trabajar para satisfacer sus deseos que son continuamente influenciados y regidos por la economía. El sujeto automatizado se enfrenta a una situación en la que su razón se deteriora y decrece su inteligencia; adquiere la fuerza material sin la sabiduría para emplearla (Fromm, 2016). Se asume un ser sometido, irreflexivo y automático que actúa bajo la influencia de publicidad que crea una idea de ser, que siga los lineamientos

de esa conformidad. Esta forma de actuar es lo opuesto a lo que Ranciere (2010) denomina emancipación o sabiduría para manejar la fuerza material, que se manifiesta cuando se empieza a cuestionar ideas y acciones como manera de superar la dominación en la que el ser humano se ha visto involucrado a través de las épocas.

Entonces el ser humano, desarrolla una mirada crítica frente a posturas hegemónicas, clásicas, estereotipadas y habla con relación a la educación, manifiesta como se identifica en los sujetos una actitud y comportamientos pasivos e inmóviles y supone que este mismo debe incorporarse, ser un sujeto activo participativo. Asumir una postura, confrontar comportamientos y dirigir sus actos hacia lo que verdaderamente desea y siente hacer.

Teniendo en cuenta los aportes de Fromm, Goffman y otros citados aquí y entendiendo como el ser humano actual se caracteriza por su pasividad y se identifica con los valores del mercado vemos como el hombre se ha transformado a sí mismo en un bien de consumo y siente su vida como un capital que debe invertirse provechosamente. El hombre se ha convertido en un consumidor eterno, y el mundo para él no es más que un objeto para calmar su apetito. (Fromm, 2016)

Según lo plantea Fromm (2016), los hombres actuales son guiados sin fuerza, conducidos sin líderes, impulsados sin ninguna meta, más que la de continuar en movimiento, de avanzar. Esta clase de individuo es autómatas, que se deja dirigir por otra; Fromm, lo ve como un peligro y hace alusión a una época donde el ser humano se convierte en robot, puesto que los robots no se rebelan. Pero, según la naturaleza del ser humano, los robots no pueden vivir y mantenerse cuerdos, entonces buscarán destruir el mundo y destruirse a sí mismos, pues ya no serán capaces de soportar el tedio de una vida con falta de sentido y carente por completo de objetivos.

No obstante, se piensa en un concepto de ser humano que responda como contraste a este sujeto que ha sido moldeado a la luz de un mundo homogeneizado, limitado y oprimido.

Un ser humano que reflexione en diferentes momentos, que se reconozca a sí mismo y el entorno, con capacidad de decidir, que tenga un pensamiento libre y utilice herramientas para actuar en pro de su y evolución.

El ser humano con carácter emancipador.

“Me doy cuenta de que si fuera estable, prudente y estático viviría en la muerte. Por consiguiente, acepto la confusión, la incertidumbre, el miedo y los altibajos emocionales, porque ese es el precio que estoy dispuesto a pagar por una vida fluida, perpleja y excitante”

Carls Rogers.

Este proyecto con fines formativos se ha planteado unas particularidades que giran en torno a la orientación de ser humanos hacia un carácter emancipador, que es el concepto que se desarrolla a partir de las necesidades que se plantearon en el capítulo anterior, de acuerdo con esto se hace necesario basarnos en una teoría de desarrollo humano que sustente el objetivo de esta propuesta académica.

Desde la mirada de las teorías del desarrollo humano y cómo estas aportan desde diferentes perspectivas para lograr ubicar la pertinencia de los procesos de aprendizaje, entendemos esta forma de actuar a partir de los planteamientos de Rogers y su teoría del crecimiento personal (1959) en donde hace referencia al ser humano como un agente libre, con pensamiento abstracto. (Philip, 1997).

En este sentido esta teoría de la personalidad resalta las características de un sujeto altamente funcional, que según Rogers (1959, p.235) es un sujeto que es reflexivo y se mantiene activo, en constante cambio. Está abierto a la experiencia, vive el presente y confía en sus propios juicios intuitivos y necesidades interiores. Confía en sí mismo es espontáneo, tiene la capacidad de tomar decisiones y de resolver sus problemas, para convertirse en quien quiera ser, valiéndose de sí mismo para expresarse.

Esta teoría principalmente centraliza la libertad y apoyo emocional que reciban las personas, para que así mismo pueda crecer y desarrollarse a plenitud, donde a través de este desarrollo personal se forma el carácter y su modo de ser. Es decir, las particularidades y rasgos propios hacen que el ser humano comprenda y profundice en subjetividades, como la capacidad para gobernarse, la constante actualización, es decir, la búsqueda de metas, emprender proyectos, cuestionar el pensamiento y llevar acabo la acción de su sentir.

Adicional a esto, el sujeto altamente funcional, tiene unos rasgos que se trabajan para desarrollar el carácter emancipador. En primer lugar, habla de una apertura hacia la experiencia, donde explora posibilidades diferentes y consiente las emociones que se asocian a lo que vive y que además adopta una actitud receptiva ante situación de conflicto, en segundo lugar, habla de una tendencia a asumir que el sentido de las experiencias se las otorga el propio ser, sin presionar para encajen de alguna forma con los esquemas preconcebidos. En otras palabras, que le da significado propio y de contenido a sus vivencias.

Así mismo, menciona la capacidad para confiar en sí mismo, en donde el confiar en su propio criterio y la manera de tomar decisiones es el punto de partida para no apoyarse en códigos de comportamiento impuestos externamente. Rogers resalta características de un ser humano creativo-investigador, que dé respuesta a las necesidades de forma equilibrada y que aproveche las crisis para encontrar o construir soluciones que le proporcione bienestar. Y finalmente propone un desarrollo personal que sugiere un proceso de cambio constante, donde todo el tiempo se viven superando momentos.

Este componente humanístico proporciona las bases de desarrollo humano para la formación de un ser humano que responde las características del carácter emancipador, donde se resalta la búsqueda de alternativas ante los conflictos que actualmente plantea la sociedad, que se involucre más en asuntos sociales en busca de respuestas a lo que concierne a lo humano y también como se construye a partir de esto, como su corporeidad se transforma

y no se ve como cuerpo, sino que entiende que todo lo que interviene interior y exteriormente es cuerpo.

Un ser humano que tendrá el contraste de saberes y experiencias previas y presentes, las circunstancias en las que se encuentra, las problemáticas y necesidades que le aquejan, sus gustos, motivaciones, opiniones y fundamentos, son lo que lo componen y van constituyendo, para descubrir enseñanzas para su transformación y de acuerdo ello logre encontrar un balance de acuerdo a lo que representa su esencia, lo que transmite y exterioriza de sí mismo y el entorno y que interprete de diversas formas la vida de acuerdo a las sensaciones y emociones establezca distinciones, observaciones ante los parámetros que se le confiere el vivir en sociedad.

Se busca contribuir a los procesos de formación del ser humano para generar cambios en el pensamiento, este proyecto está encaminado a la exploración del ser humano y sus formas de hecho en el mundo. Se plantea una propuesta desde la educación física para la orientación de un ser humano con las características propias de una sociedad con identidad propia en ambientes, momentos y oportunidades se orientan hacia la transformación de actitudes, pensamientos y acciones conformistas que le permita a los sujetos con independencia, la expresión o exteriorizar pensamientos y formas de ser y hacer, de manera propositiva y participativa de su realidad, con capacidad de tomar decisiones y encontrar soluciones creativas, transformando lo habitual, sobre todo un ser que siente, se emociona y reflexiona su existencia.

Educación Física para la emancipación.

“La función de la educación es enseñar a pensar intensa y críticamente.

Inteligencia más carácter - esa es la meta de la verdadera educación”.

Martin Luther King, Jr.

La formación hacia la emancipación es transformar actitudes de poca reflexión, inhibición de pensamientos y opiniones hacia el reconocimiento del ser humano, lo que percibe el cuerpo a través del movimiento, el intercambio de información proveniente de los sentidos, del entorno social, de las experiencias. Comprender situaciones y explorar diferentes formas de hacer y resolver ayudará al proceso de reconocimiento del ser a partir de sus dimensiones (físico, espiritual, motriz, psicológico, etc.) y otorgará herramientas con las que logrará empoderar sus pensamientos, sus opiniones, sus intenciones para participar activamente en la sociedad y otorgarle a su vida un sentido más personal, mas subjetivo.

La educación física, hace viables las condiciones para transformar imaginarios establecidos sobre la educación del cuerpo, el movimiento y el bienestar; debido a la diversidad de caminos que tiene esta disciplina para posibilitar el aprendizaje de múltiples formas de moverse, de pensar, de conocer, de mantener una vida activa y participativa. La educación física demuestra que esta involucrada en todos los ámbitos de la vida del ser humano, siendo este, uno de los ambientes de aprendizajes más próximos a una educación del ser en un sentido holístico, lo cual aporta a la formación de la personalidad, por ello este trabajo busca las formas y los medios para la formación del carácter emancipador en cualquier contexto y en diversas poblaciones, acentuando su labor en la resolución de actitudes de conformismo y sumisión.

Es un ambiente que permite momentos y oportunidades para la formación de características particulares en los seres humanos, en la medida en que, quienes participan de ella se impulsan a tomar decisiones en situaciones en las que debe manifestar su pensamiento o elección. Esta disciplina, contribuye a la competencia de aprender a aprender mediante el conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje motor, desarrollando un repertorio variado que facilite su transferencia a tareas motrices más complejas. (Baena, 2005)

Aquí se piensa en otra manera de ver al ser, fuera de lo que está a la vista, lo físico, para observar al ser humano como unidad funcional, liberándolo del concepto de educación del cuerpo biológico, para su correcto funcionamiento, y se concibe el movimiento, como mediación para reconocer los procesos que desde el interior del ser humano exterioriza. Es entonces, cuando empieza a vislumbrarse la emancipación del ser humano, forjando su carácter para encontrar la razón de sus acciones y establecer procesos de cambio, abriendo la puerta hacia una ruptura de patrones que convergen por conveniencia colectiva.

Según Coll (1992, p,13) “la educación física se define como el conjunto de saberes y formas culturales cuya asimilación y apropiación por los alumnos se considera esencial para su desarrollo y socialización”. Se entiende que todo lo que corresponde a comportamientos, actitudes, sentimientos, expresiones y lenguaje, se encuentra inmerso en el ser y la formación en relación con el cuerpo. Un cuerpo que existe se mueve, siente y percibe con sus sentidos el mundo exterior en relación con su pensamiento.

Tendría sentido entonces que toda incapacidad de sentir el propio cuerpo hace que no se viva, experimente, explore y se conozca en plenitud lo que sentimos. Lleva también a la no comprensión de sí mismo, incidiendo así en la forma de ser, pensar y expresarse.

Es por esto por lo que este proyecto encaminado a la exploración del cuerpo y el movimiento desde la educación física permite llevar a cabo el planteamiento y la formación de un ser humano con carácter emancipador que se permite la comprensión de lo subjetivo, lo intuitivo y el fin mismo de la educación física que es la experiencia corporal.

En este sentido, debe considerarse la Educación Física, como un espacio heterogéneo, diverso, enriquecido que permite romper paradigmas, estereotipos y la homogeneización de los contenidos y las formas de abordar este espacio en todos los contextos, que permita en los seres humanos según Poppet (2013), desarrollar sus ideas sin temor a ser condenados,

reflexionen acerca de sí, lo que hace y desea hacer, y así mismo sentir satisfacción enfrentando sus verdaderas aspiraciones en todos los ámbitos de la vida.

Basados en las características de un ser humano con carácter emancipador, Se plantea una propuesta que se fundamenta en la necesidad de atender los procesos de formación del ser humano, desde una visión más amplia que la física y/o biológica, se plantea en ocasiones, la educación física para la promoción de los factores del desarrollo de la comunicación corporal del conocimiento del cuerpo, de lo que vive y siente, de como actúa y reacciona ante cuestiones inmersas en las prácticas que dinamizan estos procesos de introspección y que en ocasiones, olvida factores como; el lenguaje, la emoción, el ambiente, la sensibilidad, las expresiones sociales y otros, que son componentes fundamentales de la educación corporal y que son propias de esta educación.

Por tal razón, este proyecto, se caracteriza particularmente por su contribución a la formación del carácter emancipador, en donde la reflexión constante en actividades que requieren movimiento e interpretación, en momentos de expresión de emociones, de reconocimiento del ambiente y de la función del otro y la actuación de la subjetividad que posee cada ser, logren transformar poco a poco pensamientos y actitudes como la aceptación, el desinterés, la resistencia al cambio y demás. Atendiendo a esas particularidades y características innatas que nos hacen ser únicos, creando ambientes diferentes, oportunidades en donde la formación y las alternativas promueven la construcción íntima de cada ser, de sus necesidades, capacidades, habilidades, fortalezas y demás elementos de la corporeidad y lleven a la sensibilización de esos procesos que favorecen la formación de la personalidad y el aporte a la sociedad como actor principal del progreso.

Para esto, el objetivo es que los seres humanos se apropien del conocimiento integralmente, con una libertad de pensamiento que generen cambios en el hacer, que no solo sea almacenar aprendizajes y conocimientos, sino que actúe en pro de la significación, el

contenido y transformación, enriqueciendo la vida de las personas y ayudándolas a comprender el mundo y su hacer en el mismo. Es decir, que los aprendizajes estén mediados por un interés propio, y que genere motivación e incertidumbre, con prácticas y actividades que inciten a pensarse, sentirse y emocionarse con el movimiento y la intención, y que además involucren nuevas formas de hacer.

Debería entenderse, que la sociedad como la escuela y todo tipo de comunidad, debe preocuparse por los problemas y las necesidades del hombre en lo que concierne a educación, salud física -emocional, económica y familia, desde donde emerge la poca reflexión y el conformismo, entre otras tantas que afectan el bienestar y la plenitud de la vida, es por tanto que debe abordarse desde el ambiente escolar otro tipo de relaciones, de significados, de vivencias, de conocimiento, de una construcción personal y social para posibilitar experiencias corporales manifestadas desde la exteriorización de su sentir, entendiendo que en la interacción con ese ambiente se da no solo un aprendizaje sino el desarrollo de un ser en el mundo.

La educación física se proyecta a través de oportunidades de las cuales emergen experiencias diversas, según González (2010, s.p.) la educación y experiencia corporal se comprenden como oportunidades que permiten el surgimiento de resignificaciones para el cuerpo mismo, a través de diversas situaciones, el no continuar con los estándares y reproducciones educativas que someten a los cuerpos, a que sean rígidos, insensibles, sin espíritu, superficiales.

De lo que se trata como indica Gallo (2007) es de profundizar en su fenomenología, en su subjetividad, configurando “un ser corporal en el mundo, la creación de sentidos, una corporeidad en la que el ser humano hace de sí algo que no es en principio” (p. 16). Es decir, que partir de la significación que le doy al mundo que me rodea, me proyecto hacia él, expresando la corporalidad sin un mínimo de esfuerzo, sin embargo, cuando dejo que se re -

signifique el cuerpo, comprendo lo que percibo, se crean y exploran formas, situaciones, sensaciones, emociones que no expresa frecuentemente el ser humano, pero cuando se deja vivir, no solo re – crea su corporeidad, sino experimenta la emancipación corporal.

El psicoanálisis y la psicología Gestalt expresan cómo se cuestionan desde la segunda mitad del siglo XX los paradigmas mecanicistas, que hasta el momento siguen presentes, lo que condujo al surgimiento de corrientes humanistas y diversos pensadores que resaltaban la necesidad de los seres humanos a cambiar constantemente, como fue el caso de Fromm o Carl Jung quienes consideraron lo espiritual, la libertad y el amor aspectos fundamentales en la vida de los seres humanos. Debemos destacar y recordar tanto para este enfoque psicológico como para nuestro proyecto, que el ser humano se desarrolla y se transforma en relación con sus saberes previos, con las circunstancias, las redes de interacciones con sus congéneres y el ambiente las cuales no solo incrementan su complejidad, sino por ende le hacen transformarse y adaptarse constantemente.

De acuerdo con esas interacciones, vivencias, relaciones constantes entre seres humanos, su entorno y prácticas que desempeñan, el ser humano amplía, enriquece y transforma constantemente lo que reconoce como experiencias corporales y aquellas vivencias, situaciones y momentos a través de las cuales dan significado con una interpretación mas subjetiva. Que de alguna forma sigue una manera particular de comprender diversas formas de hacer, de atender situaciones y resolver conflictos.

Conforme a lo anterior resaltamos una afirmación de Gallo (2007), para quien la experiencia corporal propone diferentes formas de ver e interpretar el mundo, se abre a cualquier posibilidad de movimiento del cuerpo, a través de cualquier práctica que promueva el descubrimiento de lo que se concibe como la corporalidad del ser humano, se reconoce como el mismo sujeto es cuerpo que ocupa un tiempo y un espacio, se reconoce como una unidad que genera todo tipo de experiencias con significado propio. Y, además, para la

sociedad resalta un ser más humano, donde se reconoce como sujeto, que además de poseer un cuerpo, se emancipa a través de él.

Para ser más exactos vinculamos dentro de la experiencia corporal cualquier práctica que posibilite el aprendizaje para el ser humano. Ahora bien, la humanidad hasta nuestra época actual ha considerado a través de prácticas planificadas o técnicas, consideraciones tradicionalistas del cuerpo como herramienta o mecanismo que *ejecuta* o por la cual se trabaja y se hacen las cosas. De igual forma, las prácticas corporales espontáneas o planificadas, han sido reconocidas como formas místicas de consciencia y reflexión frente a estímulos y percepciones de la realidad, que trascienden y evolucionan en el ser con expresiones, exteriorizaciones, emotividad, sensaciones, sentimientos y establece vínculos y significaciones que resaltan cómo el movimiento y el cuerpo puede llevar al ser humano más allá de lo que considera y lo que representa para él la realidad, la vida, la existencia.

El cuerpo es un lazo con la realidad, que permite dar sentido a la experiencia; pero debe transformarse encaminando su finalidad hacia lo sensorial y el bienestar propio, como una totalidad y de manera constante en el proceso de existencia en cada uno de los seres humanos. Que beneficia en la forma de protegernos, sanar, vivir, aprender, interactuar, etc. Y de acuerdo con el enfoque humanista la experiencia corporal, permite que, ante el descubrimiento de multiplicidad de significaciones en cada uno de los seres humanos, se desarrolle la singularidad, eso que nos hace únicos y permite encaminarnos hacia la orientación del carácter emancipador mediante los procesos de lo cotidiano donde los maestros se consideran un guía, un orientador y facilitador en el proceso.

Así mismo, el participante, por medio de las interacciones y situaciones que se le presenten, podrá proponer maneras para establecer de acuerdo con la práctica, posibilidades, perspectivas y comprensiones de vida, con un sentido y significación personal y único, que

en determinados momentos tendrá semejanza con otras formas de pensar, lo cual permitiría una relación social mas amena y sin represiones o sometimientos.

De manera que para concretar esta formación crítica y transformadora es necesario tener una orientación que permita llevar a cada sujeto a reconocerse dentro del proceso, atendiendo a características propias del ser humano a formar, para esto citamos y basamos esta formación en una teoría que permite la interiorización del ser humano y la comprensión de la realidad a partir de sus razonamientos, vivencias y significados.

Los modelos pedagógicos regularmente contemplan fases, niveles, siguiendo parámetros que se aplican de forma estructurada, ordenada y planificada un determinado proceso en la obtención, evaluación de finalidades, procesos, conocimientos y resultados, delimitan la investigación en la práctica, puesto que concretan previamente cada uno de los elementos, limitando de cierta forma la posibilidad de adquirir otros sentidos, situaciones que emergen a partir de la idea de transformar los procesos de formación en educación física, elementos para el crecimiento personal y esencial del sujeto y su contribución social.

El concepto de modelo pedagógico según Coll (1994), corresponde al plan de acción que responde a las preguntas ¿para qué enseñar?, ¿qué enseñar?, ¿cuándo enseñar?, ¿cómo enseñar?, ¿cómo y cuándo evaluar? las cuales dirigen el acto educativo hacia una determinada finalidad y con una estructura u organización diseñada, con unos contenidos ya establecidos. Por otra parte, Avendaño (2004) señala que los modelos pedagógicos son representaciones de las corrientes pedagógicas, compuestos por aspectos como: tipo de hombre socialmente determinado, qué métodos se siguen, los contenidos que se van a impartir, se sigue un ritmo y un perfil de quién dirige el proceso.

Tiene sentido, como guía para la organización del proceso de formación; sin embargo, el acoger rigurosamente para el presente proyecto un modelo pedagógico específico, restringe, delimita y descarta nuestra intención de transformar la educación actual, de

acentuar sobre aquello que surge sin previo aviso, lo extraordinario, lo diferente, maravilloso y fuera de lo común, sobre elementos substanciales e importantes del ser humano como percepciones, sentimientos, emociones, vínculos, etc. que inciden en fundamentos de la existencia y la vida de los seres humanos en el proceso auto-formativo; lo anterior nos hace reconocernos como maestras guía y orientadoras, investigadoras de la educación, en los procesos transformadores de cada participante.

Esta propuesta tendrá como soporte unos principios pedagógicos que ayudaran a orientar la formación del carácter emancipador ubicando al sujeto como unidad, principal en el proceso, entendiendo que cada sujeto encuentra formas particulares de hacer, pensar, sentir e interpretar el movimiento y las experiencias en las que se involucre. Precisamos en un elemento que hace referencia a las necesidades de los participantes, su entorno, lo que surge durante el transcurso del proceso y la intención principal del proyecto, por consiguiente, la pedagogía debe adaptarse, flexibilizarse y dinamizarse, debe ir acompañada del contexto, su realidad, las experiencias y saberes previos de cada sujeto, es decir, para que pueda realmente brindarse un aporte a las necesidades de la población y del entorno.

En consecuencia, esta propuesta curricular se caracteriza por ser una manera de exteriorizar lo que evidenciamos del contexto de los y las participantes, el propósito que promovemos, y la confrontación de la problemática del conformismo, a través de los procesos de la educación física como orientadora del carácter emancipador.

Principios pedagógicos

A partir de las contribuciones de los principios pedagógicos en educación Física Seybold (1974), define como un componente teórico- práctico, que orienta la enseñanza y práctica de la educación física en el ser humano y vincula el cuerpo, mente y espíritu bajo la premisa de una educación armoniosa.

Los siguientes principios orientan las bases conceptuales sobre las cuales se plantearon los contenidos del proyecto, teniendo como punto central las características los participantes, las dimensiones, el ritmo de vida y de aprendizaje, los intereses particulares, su estado físico y psíquico resultado de las experiencias de vida y saberes previos y teniendo como apoyo los contenidos de la educación física desde uno de los enfoques que proporciona oportunidades trascendentales y multiplicidad de prácticas corporales como se da en la experiencia corporal.

Se recurre a los principios pedagógicos para fundamentar el surgimiento de lo que denominaremos “*guías temáticas*”, los medios prácticos (actividades), metodológicos (estrategias y estilos de enseñanza) y forma evaluativa que se desarrollan en el proceso de nuestra propuesta pedagógica e intencionalidad formativa hacia el desarrollo de características de sujetos con carácter emancipador.

Los principios pedagógicos “adecuación a la naturaleza” y adecuación al niño (al sujeto) respectivamente, permiten soportar las actividades implementadas en el proceso y destacan específicamente la Guía A denominada “confrontación del conformismo en los retos de habilidades y obstáculos motrices” donde se pretende potenciar la condición bio-anatómica y fisiológica haciendo énfasis en la dimensión corporal sin olvidar las características psíquicas; por medio de actividades de circuitos, las capacidades y habilidades, actividad físicas y deportivas son cuestiones centrales, la búsqueda de formas de comprender las situaciones propuestas y sus posibles soluciones; tiene presentes las condiciones motrices, socio – afectivas y cognitivas y apuntan a un ser humano con carácter emancipador, que reconozca en sí mismo la problemática anteriormente conceptualizada para que sea posible propiciar un cambio de actitud y de las maneras de comprender las situaciones.

Para la guía B “técnicas para fabricar mi corporeidad”, los principios “Individualización” y “experiencia práctica”: será ejecutada a través de actividades como

juegos tradicionales , canciones y rondas, algunas prácticas deportivas que aportan al reconocimiento de las diferencias físico- orgánicas, los intereses personales; este refiere al proceso personal o propio que despliega cada persona, el reconocimiento de sus particularidades, deseos , intereses a desarrollarse y su aporte al colectivo, partiendo de experiencias y saberes previos para conquistar un sentido y significación en la vida, en el proceso de transformación.

Los principios “solidaridad”, “espontaneidad” y “adecuación estructural” aportan a la guía C “lo artístico para la concreción subjetiva del movimiento”, pues juega un papel fundamental en la exteriorización, manifestación, relaciones y comunicación; a través de actividades guiadas y de manera espontánea como el juego, la danza, coreografías de yoga, pintura y movimiento permiten ir exteriorizando su necesidad de moverse, no solo siguiendo una técnica sino encontrando el disfrute y el placer, comprendiendo la interdependencia mas no la dependencia a las influencias sociales; permitiendo así la armonía consigo y con la realidad en la que se encuentra. Propiciando la participación de manera activa, creadora y propositiva desde el impulso propio, las decisiones y las sensaciones.

El principio “Axiológico” enriquece la guía D “Visibilizar - ser en la corporeidad”, la cual resalta la actividad, la acción, el hacer y cómo adquieren valor, así como un por qué para cada participante, acentuando el encuentro del yo (vivenciarlo desde sus aptitudes, capacidades y entendiendo el cuerpo como campo de expresión, que le da un sentido diferente al de un cuerpo para la sociedad de consumo), el encuentro con la realidad, el medio, la naturaleza.

El principio pedagógico Holístico, compone junto con los otros principios lo que reconoceremos como el auge de un proceso que emprenderán los participantes en sus vidas, a lo que pretendemos llegar con la presente propuesta, representada por la guía E “Revelando mi carácter emancipador en mis prácticas corporales”; a través de actividades dinámicas y de

ocio, exteriorizadoras, deportivas y artísticas, de habilidades y destrezas, permitirán la manifestación de un ser humano activo propositivo y constantemente transformador, que reconoce lo propio, sus defectos, habilidades, destrezas, saberes, cualidades y que a través de la expresión subjetiva de sus pensamientos y acciones pueda llegar a transformar su entorno.

La orientación que promueve la educación física hacia el carácter emancipador permite que se direccionen estos principios pedagógicos en las prácticas, para permitir que se despliegue en el ser humano un constante proceso hacia el reconocer, percibir y reflexionar frente a aspectos de la realidad (la vida, el entorno y los vínculos socio afectivos) y sus consecuencias expresivas, de pensamientos, actitudes, y movimientos a través de prácticas liberadoras. Este es el ser humano que queremos orientar, un ser que a través de su disposición, espontaneidad, apertura y participación ante múltiples experiencias que brinda el cuerpo y el movimiento; se motive y estimule a reflexionar y transformar acciones, saberes y actitudes para el surgimiento de otras perspectivas y maneras de dar contenido y significación a su existencia.

Por lo cual este proceso de disposición y transformación debe nacer del participante mismo, suscitando una manera de transmitir y reaccionar ante las eventualidades y acontecimientos del mundo, de la realidad; los factores (políticos, tecnológicos, económicos, etc.) que componen la misma sociedad inciden sobre él un poder coercitivo, represor e invisibilizante de la naturalidad del ser, de su espontaneidad, capacidad creadora y espíritu libre.

Esta emancipación es un propósito progresivo, constante, de caer y levantarse, una cuestión que comienza desde el interior, lo más íntimo y personal del ser humano para que en realidad tenga sentido este proceso, disponerse a vivir otros momentos, enriquecerse a través de prácticas planificadas o espontáneas que conciban experiencias para el ser humano inmersos en una sociedad controladora, que promueve libertades condicionadas. Por esto se

convierte en un componente de la existencia de los seres humanos; el cuerpo y el movimiento van completamente ligados en todas las esferas del ser, inseparables, que se enriquecen y transforman inevitablemente; su ámbito orgánico y psíquico, el pensar, el sentir permiten a los sujetos significarse; esto es lo que la educación física concibe y se desarrolla en este proyecto, un continuo explorar de momentos, espacios, vivencias y experiencias que permita al ser llegar a su esencia y capacidad de gobernarse a sí mismo.

La Pedagogía de la subjetivación y la educación corporal del ser humano

“Soy subjetivo, ya que soy sujeto, si fuese objetivo, entonces sería un objeto”.

José Bergamín

Para hablar de la actuación de la educación física en este ámbito social debe tenerse un sustento teórico que oriente la formación del carácter emancipador en el ser humano a partir de lo que expresa su corporalidad. Es por eso por lo que “la representación del cuerpo se realiza a partir de una “subjetividad natural” y la contemplación de otro cuerpo mediado por nuestra propia corporeidad (Pateiti, 2014 p. 115). Es decir que, desde la experiencia que ejerce cada práctica corporal, se evidencia una transformación que indica la concreción de la labor de esta disciplina en la sociedad. Para esto hacemos una propuesta pedagógica que se sustenta a través de las teorías curriculares críticas.

De acuerdo con la naturaleza del currículo, y la educación contemporánea, el currículo y sus teorías, se contemplan única y exclusivamente como organización de lo que se debe enseñar y aprender, que su único papel y propósito ha de ser el de la escolarización, obteniendo como resultado de quienes enseñan y para quienes se imparte, una fuerza de trabajo cualificada, una reproducción de valores, un mismo estilo de vida caracterizado por los patrones políticos, sociales y económicos (Lundgren, 1983, p.35 citado por Kemmis, 1993).

La teoría curricular crítica, por ejemplo, proveniente de la escuela de Frankfurt, hace un reproche frente a las maneras en las cuales se vienen perpetuando la ideología educativa y social de forma instrumental y técnica. Un portal de internet de la Universidad de Antioquia, este currículo recurre o proviene del constructivismo, sustenta que los sujetos construyen a través de la experiencia su propio conocimiento y no simplemente reciben información procesada para comprenderla y ser usada de inmediato. Por consiguiente, este currículo apunta y da soporte a lo que se pretende realizar en el presente proyecto que es precisamente, posibilitar una educación hacia la libertad de movimiento y pensamiento, el descubrimiento de experiencias y conocimientos desde la crítica y la reflexión para la transformación de lo habitual y cotidiano.

A veces se impone un lugar de sumisión del aprendizaje y se inhibe el acto de enseñar y aprender con un fin más allá que el de cultivar bienes y conductas comunes y en masa. “La escolarización ha constituido un medio para la ilustración y el desarrollo del individuo y también para lograr los propósitos del estado” (Kemmis, 1993, p. 8).

Según lo anterior, este proyecto sienta sus bases teóricas sobre el modelo crítico, que tiene como objetivo la reconstrucción social y tiene sus bases desde la teoría crítica, para generar estrategias pedagógicas, emancipadoras, reflexivas y críticas, partiendo de los principios educativos como guía del acto educativo; este currículo crítico, “plantea ejes generadores, preguntas problematizadoras, estrategias pedagógicas y didácticas” (Pérez, Palacio y Hernández, 2016, p. 574).

Entenderemos que el enfoque crítico del currículo hace un análisis como forma de reconocimiento histórico, que problematice los orígenes, alcances y tensiones sociales, las relaciones entre individuos, con su entorno, frente a los conocimientos y saberes y sus relaciones de poder que amplía el rango de los seres humanos a nivel teórico, pero al mismo tiempo reflexivo, práctico e inclusive transformador. Este currículo que guía los humanismos

debe tener presente el análisis, crítica y otras alternativas de comprender la vida y la realidad, motivo por el cual el currículo crítico se direcciona y promueve la emancipación, primero al reconocimiento interno, interior, subjetivo y personal, el reconocimiento, reflexión frente a las problemáticas propias de su realidad. Para Stenhouse (1993) quien asume el estudio del currículo como un medio para expresar ideas con la labor de ser investigadas y aplicadas en las aulas. Es decir, los profesores tienen un papel activo en la investigación de la enseñanza, que sean ellos quienes valoren su práctica y determinen la situación de cada una de una manera crítica.

Conforme al objetivo común de las teorías curriculares tradicionales, donde la educación se interesa por un comportamiento de producción de la fuerza de trabajo cualificada, lograr una alta productividad económica según lo establecido socialmente, reproducción de estilos de vida, costumbre, conocimientos, creencias regidas por factores económicos, políticos del estado y sociedad moderna. Implica que es necesario y urgente un cambio en la conducta de los seres humanos, pero, debe reconocerse primero todas las inconsistencias, las necesidades, la problemática central; debe tenerse muy presente cuales son los cambios que queremos que surjan y como enseñar u orientar a los sujetos para que autónomamente propicien las condiciones y la disposición para hacerlo posible.

Es concordancia con el fin de la educación, el objetivo de la enseñanza es entonces proporcionar acceso al conocimiento, facilitar la comprensión de lo que se está aprendiendo y el sentido de esto. Para Stenhouse (1993) el problema central de los currículos se comprende en el desequilibrio entre nuestras ideas, aspiraciones y nuestra forma de llevarlo a la acción, el currículo debe convertirse en un elemento para generar cambios internos en el ser humano, que sean exteriorizados. Entonces la validación de cambios en la conducta de los seres humanos será la forma de evidenciar los procesos de transformación interior del ser respecto al carácter emancipador.

El modelo que plantea Stenhouse invita a la investigación creativa y crítica que lleva a los estudiantes más allá de la esfera de las especificaciones de currículo que se han tratado, es decir, sugiere el pensar por sí mismos y no repetir pensamientos o conductas (Kemmis, 1993, p.25).

De acuerdo a esto, la formación que pretende desarrollar el actual proyecto tiene un interés liberador e independentista, puesto que los cambios en los sujetos generarán a su vez una variable en las interacciones entre sujetos y de esta manera con su entorno o contexto y hacia las prácticas sociales y establecer multiplicidad de oportunidades de vivir la vida, de descubrir a través de diversidad de experiencias, oportunidades en las que los seres humanos podemos interactuar, interpretar y significar en y con el mundo.

En este sentido, se habla de una forma multidimensional, lo que orientará las relaciones intrapersonales e interpersonales comprendiendo la dinámica del aprendizaje, que es la reflexión del conocimiento (saber) desde lo que ya es conocido y puedo reformar, por la práctica (hacer) que lleva a la realidad y pone a prueba esos conocimientos. Es por ello por lo que el ser humano puede experimentar a través de la relación constante relación entre su hacer, su sentir y saber; y por lo tanto estas generan intercambios entre sí en el ser mismo para que pueda cambiar o enriquecer su proceso de vida. Surge la necesidad de traspasar las pautas que tiene la sociedad frente al concepto de desarrollo humano y entenderla desde una perspectiva pedagógica que ayude a la comprensión de lo que hacemos en la vida, el por qué y para qué de esos actos.

Entonces, se desea aportar al cambio en la educación actual, que surja una apuesta a una forma de aprendizaje centrado en el descubrimiento como se plantea en la teoría de la subjetivación, debido a que el aprendizaje es mayor cuando participamos en la construcción de un producto significativo (Castro, M, 1998). Así bien, el objetivo de enseñar es que el sujeto se apropie del conocimiento de forma integral, dejando que actúe de manera autónoma

y con libertad de pensamiento, para llegar a alcanzar un conocimiento generador, que no se acumule, sino que proporcione enriquecimiento, ayudándole a aprender del mundo y a desenvolverse en él.

En relación con lo anterior, es pertinente que se establezca un enfoque pedagógico que permita desarrollar la subjetivación, el sentir para la vida. Para explicar mejor la línea que la enmarca, hablaremos de una mirada frente a una pedagogía de la subjetivación que plantea el profesor y psicólogo J. Sáenz (2003) , en donde afirma que esta pedagogía será considerada además de una “fuerza compensatoria a las pedagogías dominantes; un movimiento contracultural, si entendemos por este término un esfuerzo incipiente y disperso por ejercer resistencia hacia las tendencias conscientes o inconscientes (como la moda, las formas de comunicación , - redes sociales, cartas, símbolos de moda, música, etc. - de la cultura dominante” (p. 116) es decir, se enfoca principalmente en el pensar y el sentir, como componentes importantes de la enseñanza y los lenguajes introspectivos. Es decir, que se comprenda el proceso de enseñanza aprendizaje como algo del ser humano, que cuenta con comprensiones íntimas, que responde a necesidad particulares de comprender y de interpretar.

Para Sáenz (2003), la subjetivación hace referencia al modo como un individuo actúa sobre sí mismo. Esta definición es complementada por Rey (2008, p. 228), quien afirma que la subjetividad abre nuevas opciones, permite una interacción entre lo individual y lo social, lo cual no ha sido desarrollado de manera suficiente, puesto que la subjetividad se asocia a una mentalidad de carácter individualista y en algunos casos metafísica.

La filosofía de Kant y Hegel, (citado por Rey 2008, p. 227), la subjetividad se refiere a un proceso esencial que caracteriza la producción del conocimiento, lo subjetivo es considerado una característica ontológica, es decir, particular de los seres humanos. Sáenz (2003, p. 118-119) menciona a Foucault quien pone el término de subjetividad y lo asocia

con la tecnología del yo, que permiten efectuar un número de operaciones sobre su cuerpo y su alma, pensamientos o conductas o cualquier otra forma de ser, para así obtener una transformación de sí mismos. Infiere que según cada experiencia suceden diferentes interpretaciones que le dan sentido al aprendizaje, que caben diversas formas de hacer, actuar y descubrirse o reconocerse en las experiencias que se propone en el ambiente de aprendizaje.

Sáenz, menciona a Gustav Jung psicólogo Suizo, para quien “el dilema del hombre contemporáneo no es el de reemplazar las funciones del pensamiento y la percepción por las del sentimiento y la intuición” (p.117) sino de darle más valor al sentimiento y a la intuición para lograr un crecimiento a satisfacción del ser y su potencial humano a través de lo que Jung denominó una función trascendente (lo intuitivo, lo sensitivo y lo personal), cuestiones que la cultura de la modernidad han recortado e ignorado de las funciones del pensamiento en los seres humanos. Directamente relacionado con esta formación del carácter emancipador, que suscita un protagonismo inminente de cada ser humano para encontrar su esencia, definir su postura frente algo, expresar sus opiniones y críticas, empoderarse por medio de las herramientas que le da el descubrir experiencias y empoderar su ser para moverse libre y con certeza.

Así que, esta perspectiva pedagógica le apunta a que este aprendizaje se lleve a cabo a la luz de la noción de símbolos y representaciones (diferentes formas de hacer o conocer, vivenciar), metáforas (situaciones de la vida, actuaciones), creación y descubrimiento de sí mismo (el sentido que le doy a lo que sucede a mi alrededor para avanzar o solucionar). Jung (s.f.) define este concepto desde el lenguaje simbólico, polisémico, por lo cual se entiende lo simbólico - más por lo que representa- a lo que lleva más al sentir de los actos o situaciones y es precisamente esa unidad simbólico- emocional producida en la experiencia, a lo que se define como subjetividad.

Para la pedagogía aplicada hasta la actualidad, son tan importantes los resultados como la interpretación que se dé frente al planteamiento de objetivos, rol docente- alumno, contenidos particulares y específicos, metodologías, contexto social y cultural, recursos o materiales y finalmente una forma cualitativa de evaluar. Entendiendo que no se busca transformar la educación, desde esta mirada, de lo que se trata en realidad es la formación de seres humanos con carácter emancipador, que le aporten de forma personal (desde su subjetividad) a la sociedad, que finalmente descubran a través de experiencias el mundo que les rodea y cómo actuar en él, sin caer en actitudes conformistas.

Basado en las pedagogías críticas que proponen los profesores Sáenz, Gallego, Patiño y Rojas (2003, s.p.), la pedagogía de la subjetivación no es comprendida como modelo pedagógico pues no se focaliza en la racionalización y el control, ni tampoco en una tendencia pues va más allá de la consolidación del discurso, es un naciente esfuerzo de resistencia las tendencias de las culturas y sociedades dominantes; teniendo el protagonismo que lleva dentro el ser humano de interacción con el entorno y el otro, donde las propias experiencias puedan ser compartidas con los semejantes lo que alimenta y enriquece el proceso de aprendizaje en todos los ámbitos sociales, aprender a pensar de manera crítica es uno de los beneficios duraderos la formación.

En tanto el ser humano tenga la oportunidad de encontrar los métodos y el arte para confeccionarse, encontrar el sentido y significación a su ser y hacer, podrá acertar en la formación del carácter emancipador, frente a una forma de hacer, pensar y sentir en medio del auge de la virtualidad y la corporalidad desde la Educación física.

Didáctica para la formación

Hablaremos aquí, de ciertos elementos que ayudarán a que la propuesta curricular se pueda llevar a la practica con argumento pedagógico, en conjunto con el contenido teórico presentado anteriormente que orienta el proceso de formación del carácter emancipador,

evaluación del estado de la población, de las prácticas, la participación de maestras y participantes y las formas de plantear, replantear y reformular durante el proceso formativo en educación física, que le apuesta a la transformación en la forma de hacer, sentir y pensar la corporeidad.

Concebimos este proceso, como una actividad desarrollada por parte del participante con la ayuda de las maestras, lo que se considera como el mecanismo más adecuado para favorecer la "construcción" del conocimiento disciplinar propuesto en la Educación Física; así, a partir del planteamiento de situaciones y la reflexión de las mismas a través de preguntas "orientadoras" (de acuerdo a las prácticas corporales) se desarrolla una secuencia de actividades orientadas; lo que a su vez, propicia la construcción del conocimiento y transformación de saberes manejado en relación con dichos problemas o situaciones planteadas (García, 2000. s.p.).

Lo que se evalúa, no es el contenido de las prácticas, las técnicas y un resultado final (destrezas, recogida de datos, técnicas de trabajo de campo, etc.), es aquello que surge en el proceso, como el sentido crítico que se ve en la participación en las actividades, la incertidumbre que genera cada practica y la resolución de cada exploración que dejan las guías para trabajar en casa, la recolección de las bitácoras y la narrativa que se encuentra en ellas, las emociones que se expresan en cada prueba superada con éxito, en el cumplimiento y asistencia a cada sesión de actividades y además la auto- evaluación que realiza cada una de su proceso, de los aprendizajes y de la interpretación que cada una da a las experiencias.

Según este tipo de evaluación, la recolección de información y el estilo de enseñanza para cada sesión, hace que esta propuesta curricular tenga un estilo abierto, flexible y multidimensional (estética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, socio-política) que determine la forma como se debe llevar a cabo la enseñanza en cada momento, así que la "Formación Integral" que plantea la Asociación de Colegios Jesuitas de

Colombia, (2005), ofrece a quienes participan del proceso de enseñanza aprendizaje abrirse al contacto con su espacio (naturaleza), entorno, personas y permitir un despliegue a plenitud que le da sentido a su propia vida, a nivel cognitivo posibilita aprendizajes conceptuales de la realidad en la que se encuentra, la formulación de suposiciones, opiniones y criterios, de manera que le permitan comprender y al mismo tiempo interactuar con la misma para poder modificar o transformarla.

La formación integral, nos permite orientar nuestro proceso de intervención, buscando el aprovechamiento pleno de los participantes, desde sus peculiaridades y distinciones, lo propio y sus propósitos, metas personales y vocacionales desde el diario vivir en su cotidianidad hasta plantearse otros objetivos de vida, brindándoles en cada practica corporal tanto a los docentes como a los participantes la posibilidades de integral un estilo de enseñanza que se requiera para guiar y orientar las sesiones de clase con el fin de lograr el objetivo para cada guia temática.

Es así como la Educación Física, según los Lineamientos curriculares de la Educación Física, recreación y deporte a través del desarrollo de dimensiones como afectiva y emocional, corporal y demás, se promueven los diversos vínculos consigo, con los otros, sus sentimientos y emociones que promueven su desarrollo en sociedad; dimensiones que se complementan con la comunicativa la cual potencia la expresión y exteriorización del lenguaje y comunicación corporal que reconoce sentido y significación de sí, lo cual obedece a las posibilidades sensible, aprecio y admiración de la vida como una obra de arte, que le permite dar otros significados a su existencia; mientras la dimensión sociopolítica constante e inevitable junto con lo corporal y la relación de vivir entre y con otros, con su cuerpo y desde su cuerpo hace que se brinde a la sociedad un paso hacia la construcción de una sociedad participativa, una sociedad preocupada e interesada por sus iguales, por el entorno y los intercambios culturales.

Es por esto por lo que la evaluación vista como un proceso de investigación educativa que intenta dar cuenta permanente del estado y evolución de los procesos en los participantes, de la actuación profesional de maestros y del desarrollo del proyecto. Se determina desde los planteamientos de Klenowski (2004) en relación con el portafolio como colección de trabajos, encuestas, videos, fotos, actividades, etc. De los participantes, en donde se exhibe el progreso y las condiciones actuales del proceso. Recopila información del estudiante con relación a habilidades, logros, pensamientos, sentimientos, capacidades, procedimientos y actitudes.

Justamente, la formación del Carácter emancipador en el ser humano, por medio de las experiencias corporales propiciadas por la educación física, busca confrontar, proponer y cambiar las constantes propuestas educativas, por eso resaltamos la formación fuera del ámbito escolar, con el fin de fomentar una transformación desde el interior, lo personal, lo habitual, a través de sus opiniones críticas y sobre todo comprendiendo la educación física como un ámbito que hace parte de su vida.

Disposiciones en el proceso de implementación

Este capítulo contiene las características en cuanto a guías temáticas, contenidos, metodología e instrumentos para llevar a cabo el pilotaje del proyecto. Se plantean contenidos disciplinares de la educación física y diferentes prácticas que mediaran el proceso, así como también se evidencian las características propias de la formación del carácter emancipador y la relación con las bases teóricas aquí sustentadas.

Componentes que orientan la planeación y ejecución del proyecto

El primer componente base para el diseño curricular es el enfoque de la experiencia corporal, reconocida como un enfoque cuyo principal objetivo es el bienestar corporal a través de “*multiplicidad de prácticas y formas de hacer en la educación física*” (Álvarez, 1998), en el presente proyecto la experiencia corporal genera una interpretación personal de todas las prácticas que a través de situaciones corporales que le hagan salir de la zona de confort y comprender que se puede ir más allá.

La experiencia corporal se caracteriza por gozar de fundamentos como, el existencialismo con relación a lo que el cuerpo significa para cada ser humano (subjectividad) y la fenomenología, que habla sobre la concepción del cuerpo como unidad significativa (medios de hacer y ser del cuerpo). Entonces como una cuestión esencial en los seres humanos y la Educación Física, la experiencia corporal permite la comprensión de lo propio, de lo subjetivo, la comprensión e interpretación de lo que acontece en sí mismo y el entorno, despeja los paradigmas centrados en el cuerpo físico y se extiende a lo sensitivo, emotivo e intuitivo en el hacer, en la vida diaria y las responsabilidades que allí se presentan.

Así, para la educación física la vivencia es inherente a la experiencia, por esta razón es vital que cada situación logre conducir tanto el saber, el hacer y el ser de los participantes hacia experiencias con significado y contenido que permitan ampliar su rango de

comprensión y visión de existencia que no sea una simple acumulación de contenidos y de actividades, sino de argumentos y razones de para qué se hace y como eso ayudará a mejorar o transformar la calidad de vida de las personas.

De acuerdo con esto, la multiplicidad de prácticas corporales con relación a la experiencia corporal y la formación integral, ofrecen la posibilidad de nuevas significaciones de como interpretamos estas prácticas corporales en la vida) involucrando diferentes actividades como; Yoga, Mandalas en movimiento, Juegos tradicionales desde diferentes perspectivas, teatro y demás. Presentes en diferentes tendencias de la educación física, como, la actividad física, el deporte, la expresión corporal y demás.

Un segundo componente, se presenta desde tomamos la teoría crítica de Stenhouse (1993) pues reprocha las formas instrumentalizadas y mecanizadas para que el ser humano fundamente su propio conocimiento a través de la experiencia y no solo por la memorización de información, sino que se piensa en una educación hacia la libertad de movimiento y pensamiento, la reflexión crítica, el proponer diversas formas de ver las cosas para transformar lo habitual.

Stenhouse (1993), asume este currículo como un medio para expresar ideas, con la labor de ser investigadas en las aulas y en donde los docentes tienen un papel activo en el proceso y el currículo es un campo de comunicación de la teoría con la práctica es decir de su práctica. En la *Figura 2*, se muestran los componentes que orientan este proyecto curricular particular y elementos propios de las teorías abordadas. En este esquema se encuentran características propias del ser humano conformista y como se conforma la adquisición y exteriorización de las características del carácter emancipador que surgen de los aportes de las teorías revisadas.

Así bien, encontramos características de este ser humano como son: la visibilización ante la sociedad, la actitud participativa y propositiva, la toma de decisiones sin cohesión, la

emancipación del pensamiento y la manifestación de emociones y con seres humanos que se cuestionen e investiguen.

Este primer acercamiento, se apoya en el componente pedagógico que orienta esta formación, en donde se hace presente la teoría de la subjetivación y elementos propios de esta que determina una guía para orientar la formación, donde encontramos la expresión de ideas y emociones, el reconocimiento propio y del otro y realizamos una sensibilización con lo que soy y represento y en ese sentido como me hago visible ante el mundo, desde los rasgos que determinan mi personalidad y del sentido que le doy a la interpretación de diferentes situaciones, además, desde aquí hablamos de la capacidad para investigar y cuestionar su hacer para darle sentido y generar incertidumbre.

Desde esta etapa, el ser humano ya tiene herramientas para avanzar en el proceso de transformación, exteriorizando su conformidad y luego reconociéndose frente a esta problemática, desde su esencia y lo que posee para crear; ahora el componente disciplinar marca una base teoría que posibilita el reconocimiento de estas formas de hacer en la educación física y que construirán los cimientos para continuar con la formación desde la experiencia corporal; desde aquí y como ya se vio en el capítulo anterior, Seybold plantea principios pedagógicos que transversalizan este proceso y que enfocan la metodología, hacia la significación de vivencias, la reflexión del movimiento y la liberación del pensamiento, lo que genera un poder sobre sí mismo, para actuar, decidir sin coerción y reconocer las herramientas y posibilidades que tiene o puede desarrollar de acuerdo con las experiencias que vive, con la curiosidad y motivación que lo llevará a emancipar su pensamiento, desde su hacer, emprendiendo poco a poco la liberación del conformismo.

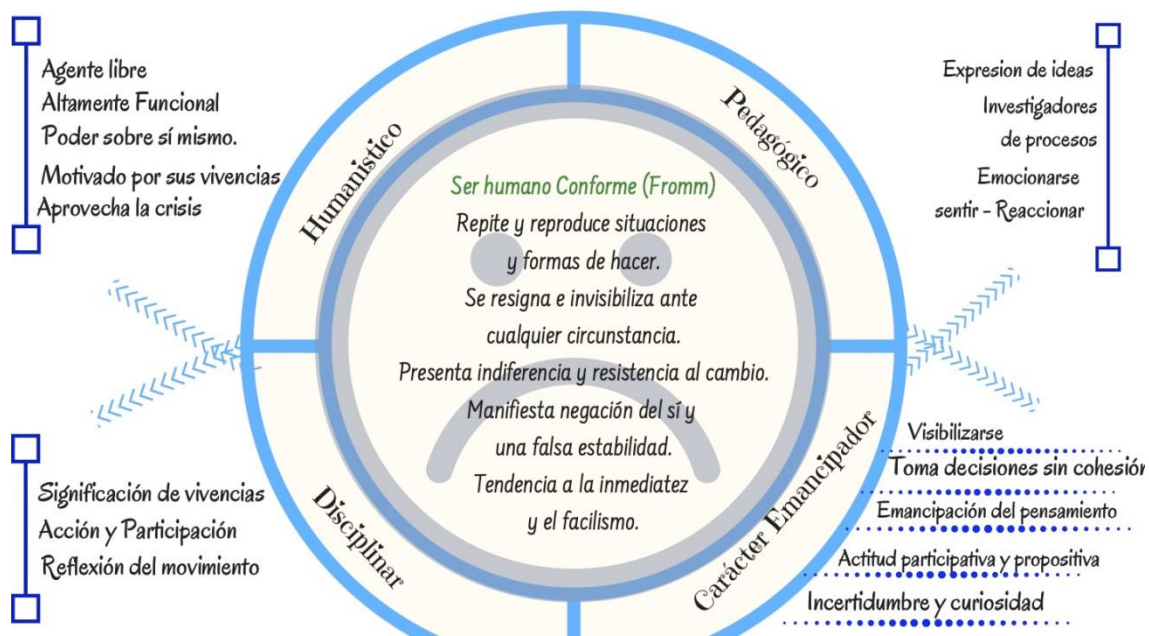


Figura 2. Componentes para la formación del carácter emancipador.

Fuente: Propia.

Según lo anterior, pasamos a plantear una forma de llevar a la práctica estos elementos, que aportaran en la parte de temáticas, contenidos y secuencia. Para abordar y confrontar las características del ser humano conforme, se elabora un macro diseño que contiene todos los aspectos y relaciones que se presentan durante el proceso. Para dar paso a la elaboración y conformación de contenidos, metodología y componentes del proceso de formación del carácter emancipador en Educación Física y puede observarse en la figura 3.

De acuerdo con las relaciones establecidas pasamos a realizar el contenido de las guías temáticas y sus objetivos específicos, esto puede observarse en la *imagen 1*, que hace referencia a la anatomía energética del ser humano, a los cuerpos sutiles que rodean al cuerpo físico, aquí podemos evidenciar, una gama de colores que corresponden a cada uno de estos cuerpos y que usaremos como metáfora para comprender el proceso de formación del carácter emancipador. En primer lugar, encontramos en el interior una espiral de colores que refleja las capas que se proyectan al exterior; esta espiral, contiene todas las habilidades, capacidades, actitudes, pensamientos, emociones, percepciones y demás características que

conformar al ser humano y que, debido a la problemática planteada dentro del contexto social, no se logra exteriorizar.

El cuerpo humano representado por campos energéticos y colores simboliza los niveles de energía así; desde el campo energético más interno hacia el más externo iniciando por el rojo hasta llegar al morado, donde cada uno constituye rasgos del carácter emancipador específicos que son la base para la formación de un ser único. De acuerdo con esto, el cuerpo físico representa la materialización de esa energía que se afirma, se comprende y transforma rasgos, actitudes y pensamientos propios del carácter.

Para iniciar el proceso diseñamos unas guías temáticas, que surgen por la interpretación de los principios pedagógicos y de las características que en cada caso se desarrollan (llamadas A, B, C, D Y E) y representan cada capa o color de este ser humano en proceso de transformación; las guías están orientadas por una pregunta que determina si se responde y atiende a los elementos propuestos para desarrollarla.

La continuidad de las guías permite llevar a cabo el proceso formativo hacia el carácter emancipador; específicamente cuentan con un eje central desde el enfoque de la experiencia corporal, que brinda elementos para responder las preguntas. Cada una, desarrolla características de acuerdo con la integralidad del ser, por ello se presenta gráficamente a través de una espiral que contiene: lo comunicativo, sociopolítico, espiritual, cognitivo, afectivo, estético, corporal y físico; aspectos que se entremezclan y transversalizan en todas las fases del proceso y las cuales se expanden a través de las capas de acuerdo con los factores externos e internos y situaciones de la realidad.

Se proponen cinco características propias del ser humano con carácter emancipador. Cada característica que plantea desde una guía temática con una pregunta que orienta las prácticas corporales que sugieren la resolución de esta, así mismo deja ver el proceso de cada participante y la pertinencia de estas para destacar esta característica en el ser humano.

| PROPUESTA PEDAGOGICA | COMPONENTES | | | GUIAS TEMATICAS |
|--|--|--|---|---|
| Carácter Emancipador | Humanístico y Pedagógico | | Disciplinar | |
| Reflexion (Introspección) | | | | |
| Confronta el conformismo | Ser humano y sociedad: Automata Sometido - Irreflexivo Indiferente invisibiliza Resigna. LOCAL | Pedagogia tradicional. Estilo de enseñanza: conductista Adecuacion a la naturaleza: condiciones motrices - Dimension corporal. NACIONAL | Acitividad fisica: Circuitos de habilidades y obstaculos Deporte Pre deportivos y Yoga ▶ Cuerpo instrumento - imitacion y correccion. | Confrontacion del conformismo en los retos de habilidades y obstaculos motrices. |
| Yo Manifestacion de emociones Que siente + Reconoce | Teoria crecimiento personal Cap gobernarse - Busqueda de propositos Acciona su sentir: descubre gustos - motivaciones | Estilo de enseñanza: indagacion y busqueda. Individualizacion y experincia practica. habilidades - intereses - deseos GLOBAL | Psicomotricidad: mandalas en movimiento - Meditacion - Retos de equilibrio y ubicación. ▶ Cuerpo comunicante - Docente: guia y orienta | Tecnicas para fabricar mi corporeidad |
| Exteriorización | | | | |
| Relaciones Emancipacion del pensamiento Actitud participativa y propositiva | creacion de sentido y significado (conceptos) pensamiento subjetivo libertad de sensaciones y opiniones. Motivacion para expresar. | Estilo enseñanza: descubrimiento guiado - asigancion de tareas exploracion de formas Solidaridad y espontaneidad: comunicante Exteriorizacion y manifestacion | Expresion Corporal: Danza - mandalas en movimiento - roles - teatro ▶ Cuerpo comunicante - Docente: investigador resuelve tareas - participa y propone | Expresiones artisticas para concretar el movimiento subjetivo |
| Toma de decisiones sin cohesion Resuelve y crea | Angente libre de pensamierito para comunicar Encuentra oportuniades trabaja con el entorno. | teoria critica: educacion liberadora preguntas problemicas - eje generador Axiologico: Acciona - actividad - Estilo de enseñanza: Reciproca - participativa | Sociomotricidad: juegos tradicionales - roles- competencias Expresion Corporal: teatro - mimica- roles - danza Deporte: voleibol - baloncesto - tenis - flexibilidad ▶ Cuerpo comunicante - Docente: investigador - mediador y orientador. | Visualibilizar - SER en la corporalidad |
| Acción | | | | |
| se cuestiona e investiga | Proyeccion e interpretacion de experiencias practicas personales. | estilo de enseñanza: descubrimiento guiado enseñanza reciproca holistico: Reconoce fortalezas - debilidades - cualidades. | Deporte: voleibol - baloncesto - tenis - flexibilidad Carrera de observacion. Interpretacion y narrativas corporales evaluacion. ▶ evaluacion | Revelando el Carácter Emancipador mis practicas corparles. |

Figura 3. Cuadro de relaciones: componentes para la Formación del Carácter Emancipador.

Fuente: Elaboración propia.



Imagen 1. Guía temática para la formación del Carácter Emancipador en Educación Física.

Fuente: Elaboración propia

La primera guía temática A, de color morado denominada “*Confrontación del conformismo en los retos de habilidades y obstáculos motrices*”, hace referencia al reconocimiento de las características del ser humano conformista (indiferente, irreflexivo, facilista, etc.). Esta primera guía busca una confrontación de actitudes y pensamientos a partir de movimientos repetitivos, acciones que someterán su juicio y su opinión para que al finalizar cada prueba los participantes puedan percibir diferentes sensaciones, críticas o puntos de vista sobre su actuar en las actividades, lo que los llevará a responder la pregunta orientadora: ¿Que prácticas corporales ayudan a reconocer las limitaciones y el conformismo presente en mi vida?

En esta guía encontramos sesiones en las que hacemos uso de dos tendencias de la Educación Física como la actividad física para la salud y el deporte. De esta primera planteamos: circuitos de habilidades y obstáculos motrices en donde en cada actividad se muestran las capacidades físicas y el rendimiento, donde se involucra al participante con un tipo de instrucción permanente, que inhibe la participación o proposición de la opinión. Además de encontrar cuales son esas actitudes que les impiden realizar actividades diferentes o reflexionar su hacer, tal como se plantea en la problemática, un ser humano automático, sometido que solo sigue las normas y no se cuestiona, según la descripción realizada sobre las características de la sociedad actual y del ser humano según lo plantea Fromm (2016).

De la tendencia de la actividad física resaltamos: la práctica de Yoga, debido a que a través de instrucciones básicas se propicia el seguimiento de instrucciones y estructuras que involucran el rendimiento físico como una forma de reconocer fortalezas y debilidades físicas que se generan a partir de el esfuerzo para cada actividad, la actitud frente a la superación de cada ásana y de la imitación de los movimientos.

Según la experiencia corporal, estas prácticas dan paso a una narrativa corporal que sugiere la expresión de opiniones y sensaciones que prepararan el camino para reconocer por medio de una bitácora como confrontan el pensamiento y las formas de hacer en la vida desde su significado personal, qué les genera el hecho de encontrarse sometidos a situaciones donde no pueden expresar inconformidad y que además por medio de tareas sencillas para la casa (llamadas exploración en casa) les hace comprender que estas actitudes están presentes en todo momento. Y que vivir cada experiencia depende de la confrontación de las situaciones a las que nos enfrentamos.

La segunda guía temática B, representada por las capas de color azul, llamada "*Técnicas para fabricar mi corporeidad*" es una metáfora desde la teoría de Rogers, que hace alusión a las herramientas para comprender quien soy y que cualidades y capacidades permiten la expresión del pensamiento e ideas con las que se pretende ampliar la manera como se ha concebido el cuerpo y sus implicaciones sociales. Esta guía hace alusión al reconocimiento de debilidades, fortalezas, habilidades y capacidades desde su corporeidad y las cuales logran mejorarse y desarrollarse a través de actividades como el juego y sus diversas aplicaciones dentro del ámbito educativo, ya que brindan fluidez de pensamiento y desarrollan participación entre quienes desarrollan las prácticas y quienes las orientan, además surgen formas subjetivas de interpretar situaciones cotidianas y resolverlas cuando se asumen roles desde diferentes perspectivas, aquí se precisa relacionarse, explorar dentro de si mismos; actitudes, emociones, opiniones y herramientas que a través de la respuesta a la pregunta ¿Que prácticas ayudan a reconocer mis habilidades y/o capacidades y que sensaciones o emociones generan en mi? Llevaran el proceso de esta guía a adquirir características como la manifestación de emociones y sensaciones y reconocerse y reconocer al otro.

La guía temática C, identificada con el color verde denominada “*Expresiones artísticas para concretar el movimiento subjetivo*”, pretende que cada participante de valor y contenido a las vivencias, argumentando, expresando sus sentimientos, emociones, percepciones, críticas y pensamientos, que enriquecen al ser humano y se expresan a través de actividades artísticas y estéticas que guiaran la respuesta a ¿Que puedo expresar a través del movimiento, sobre lo que mi cuerpo siente y cómo lo manifiesto con decisión y seguridad?, aquí cada participante tendrá herramientas de prácticas como, la interpretación de escenas teatrales y mímica para reconocer y enfrentar emociones, gustos, capacidades comunicativas y de expresión y actividades con música como exploración de diferentes géneros musicales y tradicionales, mandalas con pintura y sensibilización de ritmo y habilidades perceptivo motrices, que permitirán la exteriorización de características propias de esta guía como son la libertad de pensamiento y la opinión activa en las prácticas aquí expuestas, en otros momentos de su vida y además la apropiación de la participación en sociedad y la proposición de metas y proyectos.

La guía D llamada “*Visualizar- ser en la corporalidad*” expresada en color amarillo, como su nombre lo indica busca que los participantes puedan desarrollar la toma de decisiones buscando otras maneras de hacerse notar a través de sus acciones en situaciones de la vida cotidiana o guiadas, manifestando su esencia y lo que va adquiriendo a través del proceso y esto se logra demostrar en diferentes ejercicios que proponen actividades de la tendencia de la socio motricidad como los juegos de competencia, los juegos cooperativos que implican rasgos de liderazgo, participación, toma de decisiones y además usando elementos de la tendencia multideportiva que pone en escena formas de hacer en los deportes, desde habilidades básicas como recepcionar, lanzar, patear, saltar, correr y demás proponiendo relación con el entorno y donde es preciso evaluar las ideas y opiniones sobre cada situación y como la confronta. De esta manera se responder la pregunta orientadora de

esta guía: ¿De que forma tomo acción en situaciones de participación y liderazgo de acuerdo con lo que pienso y siento?

Por último, la guía temática E “*Revelando el carácter emancipador en prácticas corporales de mi elección*” representa una síntesis del proceso hasta aquí, más no significa que finaliza la formación, se comprende una etapa donde los docentes proporcionamos elementos característicos del Carácter Emancipador para explorar la vida desde una perspectiva mas íntima y además de reconocer un antes y después del proceso de formación, puesto que los participantes tienen la oportunidad de poner en escena sus prácticas favoritas, enseñarnos y compartirnos vivencias y experiencias propias, dar una interpretación de algunas de las prácticas realizadas durante el proceso y de esta forma evidenciamos y las características que se han adquirido y apropiado y además permite responder la pregunta que orienta esta guía: ¿Qué prácticas corporales permiten mostrar mi progreso en la formación del Carácter Emancipador? desde esta guía nos permitimos ver el proceso personal y además recoger evidencia de las prácticas en casa, de las bitácoras y la interpretación personal y rasgos particulares de cada participante.

En esta última guía se hacen reflexiones y retroalimentación personal a los participantes y a la acción docente llevada a cabo hasta el momento, además de confrontar los resultados finales y el diagnóstico inicial del grupo. Reafirmar elementos para la continuidad del proyecto y los cambios de las teorías que lo apoyan o de elementos disciplinares o pedagógicas, además de realizar una auto y coevaluación del proceso para fortalecer la acción docente.

Ahora bien, se tiene claro que cada participante vive a su ritmo, aprende de diversas formas, tiene necesidades y deseos, por lo tanto, su proceso de transformación es particular, siguiendo su ritmo personal, encontrando prácticas corporales que muestran sus gustos, donde pueden poner en acción características de participación y proposición de opiniones e

ideas, de expresión de emociones y resolución de situaciones, características que son propias de un ser humano con Carácter emancipador.

Hay que mencionar que este proceso, es una sensibilización y acercamiento que a esta propuesta que estimula aspectos del ser humano que no son a menudo tenidos en cuenta a nivel formativo, lo que propicia que los participantes sean agentes de cambio social. Para exteriorizar las características del carácter emancipador a través de la realización de las actividades deseamos que surja en las participantes sensaciones de desacuerdo, cambio, necesidad de proponer, participar, expresar, pensar en hacer de forma diferente, en solucionar e interpretar desde la subjetividad, sin limitaciones o temor a ser juzgados o silenciados. De esta forma, el ser humano a través de este proceso y sesión a sesión, lograra un reconocimiento corporal que va ligado a su parte emocional y mental, permitiendo, no solo que durante el proceso se evidencien cambios físicos y de actitud, sino que se espera se convierta en una necesidad constante el manifestar y mantenerse activo dentro de la sociedad y durante toda su vida como un ser humano altamente funcional y un agente activo de acuerdo con la teoría de la personalidad de Rogers.

El siguiente paso para el desarrollo de cada guía temática es la interpretación de la respuesta a la pregunta orientadora de la sesión y lo que surge de la evaluación cualitativa, la cual intenta que los participantes confronten los saberes adquiridos con el proceso que cada uno lleva para su formación.

En el desarrollo de las sesiones se recolectará la información a través de la recopilación de lo que denominamos “*portafolio*” que contendrá los siguientes instrumentos de evaluación: una exploración de actividades en casa, es decir; trabajos y preguntas que se dejan para trabajar fuera de las sesiones y que son eficaces en la medida en que el participante por voluntad y disposición propia las ejecuta, esto le propiciará creatividad y necesidad de investigar en sí mismos y su entorno mientras no se encuentran en la sesión

presionadas por realizar alguna actividad, para encontrar elementos que liberen de la rutina, de la costumbre y empiecen a ver y entender otras formas de hacer en la Educación Física.

Segundo, la bitácora de cada participante que es un cuaderno, donde responderán las preguntas de cada guía y contarán lo referente a las actividades realizadas, de esta formando daremos cuenta de la narrativa personal de cada uno y del proceso de cada uno. Y por último, una evaluación que se realiza a partir de los contenidos de las guías temáticas para cada sesión, con el fin de responder la pregunta que orienta cada una de ellas y su proceso, este formato es realizado por las docentes a los participantes con los indicadores que muestran las características del carácter emancipador (ver *figura 4, Indicadores de sesión.*).

Esta evaluación se analiza de la siguiente forma: al finalizar se recogen 5 evaluaciones y de acuerdo con el promedio de estas se obtendrá una calificación cuantitativa que equivale al 70 % del proceso total. Es decir que de acuerdo con este promedio y sumado al 30 % de la auto- evaluación (Rubrica con aspectos cualitativos). Cada participante expondrá respuestas y argumentos a preguntas tipo A con relación al hacer, lo biológico y/ orgánico: ¿Que cree que debe mejorar de acuerdo con las actividades realizadas que tienen que ver con las habilidades vistas (coordinación, agilidad, equilibrio, lanzamientos, recepciones, etc.)? y preguntas tipo B, características actitudinales: ¿Las actividades realizadas qué le hacen pensar, sentir o saber de usted, de cómo es y cómo actúa en la vida? Estas preguntas dan cuenta del progreso personal (lo subjetivo) según sus respuestas daremos un concepto satisfactorio, si dentro de lo narrado por el participante se evidencian cambios positivos en su contenido, de lo contrario será un aspecto para mejorar y tendrá una observación bajo el concepto de las docentes (*Ver figura 5*).

Según esta evaluación la retroalimentación y análisis acuerdo con el aporte obtenido de las actividades, ejercicios físicos y actividades de sensibilización del pensamiento, reflexiones y/o meditaciones. Esta forma de recolección de evidencias serviría para dar

cuenta de manera cualitativa y cuantitativa de los procesos de cada uno de los participantes, de esta forma observar la pertinencia de cada practica y o los cambios que deban realizarse.

Instrumentos para la implementación

Los siguientes formatos son instrumentos utilizados durante el proceso y son elaboración propia de acuerdo con el contenido teórico aquí presentado y el conocimiento adquirido durante su desarrollo.

En primer lugar, la ejecución de la propuesta se desarrolló en el contexto informal. Donde se invita a la comunidad de la localidad Engativá a inscribirse y participar de la ejecución del proyecto “Educación física para orientar el carácter emancipador en el ser humano”, exactamente en el barrio la Granja. A cada participante inscrito se le entrega un consentimiento informado donde cada uno asume la responsabilidad del proceso y es consciente del esfuerzo físico y de los cambios que se pueden generar en su que hacer. (Ver anexos 1 y 2).

Dentro de la población se inscriben 10 personas del sexo femenino. El proceso se realiza en diez fines de semana (sábados y domingos) en las horas de la mañana alrededor de las ocho y 11 de la mañana. Las prácticas se llevarán a cabo en diferentes parques de la localidad, dentro de los que se encuentran, Parque san Andrés, en donde se evidencian diferentes lugares y ambientes deportivos, además, de la asistencia constante de personas a realizar actividad física. Allí se ubica un lugar cerca de las canchas de futbol para realizar las actividades de la sesión correspondiente. UN segundo lugar es el parque La Serena, ubicado cerca al CAÍ de la zona, allí se encuentran espacios deportivos donde la afluencia de personas es menor en horas de la mañana y donde se encuentran diferentes locaciones para abordar las temáticas y en donde se realizan la mayoría de las sesiones. Y finalmente el Humedal Santa María del Lago, ubicado en el barrio La Granja, donde se apreciaron diferentes formas de realizar actividad física y donde se encontró un ambiente tranquilo y con menos asistencia de

personas para la ejecución de las prácticas, además de realizar varias observaciones al entorno y encontrar formas diversas de aprovechar los espacios.

En segundo lugar, solicitamos diligenciar el formato PAR-Q proporcionado por el ASCM (**American Collage of Spots Medicine**), pues es importante para la realización de la practica conocer el estado físico de las participantes y saber las condiciones físicas o mentales para tener en cuenta en la planeación de las actividades y no causar lesiones durante su participación.

En tercer lugar, utilizamos un formato creado para la planeación de las actividades de cada sesión y las oportunidades de mejora en cada una de ellas (*anexo 3*) en donde se ubica inicialmente la guía temática, el propósito de la sesión y la pregunta orientadora, luego la información respectiva a las actividades que ayudaran a responder la pregunta y de acuerdo a cada guía, se proponen elementos de tendencias como la actividad física y el deporte, la socio motricidad, expresión corporal y la psicomotricidad, las cuales aportan elementos que resaltan el enfoque de la experiencia corporal tales como: capacidades y habilidades físicas, comunicación e interpretación del lenguaje, bienestar físico y salud, relaciones intra e inter personales y otras que surgen a partir de las vivencias dadas por las prácticas en cada sesión.

Exploración en casa

Este instrumento hace referencia a varias tareas prácticas que deberán realizar de acuerdo con el contenido de cada sesión (*ver Anexo 5*). Estas tareas ayudan a potenciar el objetivo de cada guía y además motivara a los participantes a realizar y vivir experiencias diferentes a las que comúnmente se enfrentan y que, además, no es solo un ejercicio para cumplir con una responsabilidad, sino que son planteados con el fin, de que cada uno comprenda cual es el sentido de cada practica en el proceso y a identificar las características del Carácter Emancipador.

Resultados del Par – Q y test sobre conformismo.

Inicialmente se realizó una recolección de información por medio de una prueba¹ de 15 preguntas (ver anexo 3) en donde se evidencia las características de una población conformista según lo plantea la revista digital de divulgación científica “*muy interesante*” reconocida por el CSIC (Consejo superior de investigaciones científicas de 1990) quienes proponen tres niveles de conformismo: alto, medio y bajo. Por lo cual esta prueba se realizó a 10 personas de sexo femenino entre 18 y 60 años, que se inscribieron en la convocatoria a nivel local. Allí se observa de acuerdo con el nivel de conformismo establecido por la prueba, las siguientes características de la población; repetición y reproducción de situaciones y formas de hacer, resignación ante decisiones tomadas por la mayoría, indiferencia y resistencia al cambio, rechazo de su propia conducta y respuestas intencionadas por las tendencias y alta influencia del entorno.

Según los resultados que arroja la prueba, se evidencia la existencia y el nivel de la problemática sobre esta población ya que del 100 % de la población que realizó la prueba (10 participantes) 7 mostraron que se encuentran en un nivel de conformismo alto, es decir el 70% y el 20% que equivale a 2 personas registra un nivel bajo, quedando el 10 %, es decir 1 persona en un nivel medio de conformismo (*ver grafico 1*).

Se consolida un grupo de 5 participantes de género femenino entre los 43 a 60 años, algunas amas de casa, otras trabajadoras independientes y empleadas. La población fue caracterizada por preguntas de orden actitudinal y psíquico en cuyas respuestas se evidenciarán aspectos como: emociones, sensaciones, percepciones y demás rasgos de la personalidad.

¹ Para acceder a la prueba en la plataforma de la revista, puede dirigirse directamente al enlace: <https://www.muyinteresante.es/revista-muy/participa/test/tienes-tendencia-al-conformismo>

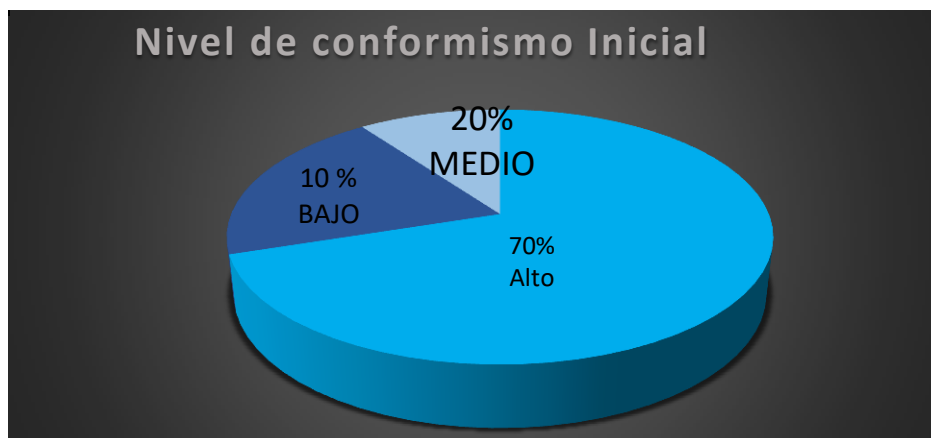


Gráfico 1. Nivel de conformismo de evaluación diagnóstica.

Fuente: Propia

De acuerdo con estas características, se evidencia falta de motivación para realizar actividades fuera de las labores de casa, debido a que varias de ellas realizan labores de hogar y tienen hijos y esposo, también se encuentra influencias sociales en cuanto a la moda en la forma de vestir, de usar la tecnología, de cocinar y también en el concepto de Educación Física, puesto que se refieren al hecho de mantenerse en forma haciendo ejercicio para estar delgada. Algunas de ellas en la presentación grupal en su descripción física y emocional resaltaban sus defectos y limitaciones y aceptando su situación actual sin proponerse cambios o manifestar deseos de cumplir metas o sueños.

Esta evaluación tiene 10 indicadores, a cada uno se le asigna dentro de una escala de valores el valor de 2 hasta 5, siendo cinco muy bueno, 4 bueno, 3 regular y 2 malo, este formato se usa para cada guía temática. El resultado nos indicará de acuerdo con la escalara de valores planteada, si se aproxima a 5, el progreso en la formación se habrá dado a satisfacción. De lo contrario si esta por debajo de 3, el progreso tendrá falencias y deberá analizarse para encontrar las causas de la aplicación. Así mismo se obtiene el promedio general del grupo, aquí podrá observarse si los planteamientos, la teoría y las prácticas utilizadas son apropiadas o hay que modificarlas.

| UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL | |
|---|-------|
| Proyecto Curricular Particular: | |
| Educación Física orientando hacia el carácter emancipador | |
| Evaluación cuantitativa | |
| <p>La siguiente evaluación se realiza a partir de los contenidos de las guía temáticas de cada sesión con fines a responder la pregunta que orienta cada una y si se está progresando en el proceso.</p> | |
| Escala de valores | |
| 5 =Muy bueno 4= Bueno 3= Regular 2 = Malo | |
| ELEMENTO POR EVALUAR | VALOR |
| 1. Participación durante las actividades | |
| 2. Expresión de emociones o pensamientos | |
| 3. Toma de decisiones y ejecución de instrucciones con seguridad. | |
| 4. Manifestación de inquietudes frente a temas que no reconoce o no comprende | |
| 5. Comunicación constante con el grupo | |
| 6. Resolución de dificultades o ejercicios físicos en la actividad | |
| 7. Expresión de ideas y pensamientos constructivos | |
| 8. Exploración en casa y bitácora | |
| 9. Actitud conformista durante la sesión | |
| 10. Transformación de pensamiento y actitudes | |
| ✓ Sumatoria | |
| <p>*De acuerdo con los valores asignados para cada elemento a evaluar y de acuerdo con la sumatoria, cada puntaje se ira acumulando y al llegar a la última sesión se realizará una gráfica con el conglomerado del valor inicial y el valor final para dar cuenta del proceso.</p> | |

Figura 4.Formato de evaluación cuantitativa para cada guía, equivale al 70 % del proceso.

Fuente: propia.

Análisis de la experiencia

Para resaltar los datos del proceso formativo alrededor de la construcción del proyecto, hacemos un análisis de cada momento de la formación, lo cual nos permite revisar y enunciar los principales hallazgos frente a la metodología implementada, las teorías que respaldan el currículo y los resultados de las prácticas propuestas.

Sesiones en acción.

Ahora bien, veremos como en cada sesión se trabajaron todos los indicadores para poder llevar un seguimiento de los cambios y los elementos para tener en cuenta en el proceso de enseñanza – aprendizaje.

En la primera sesión, se realiza un circuito de habilidades donde debían realizar ciertos ejercicios relacionados con capacidades y habilidades generales para diagnosticar que fortalezas poseen y que se debe mejorar o reforzar. Aquí se ve como con estas prácticas se responde a la pregunta que orienta esta guía, puesto que cada participante a pesar de la incomodidad que sentían y de las dificultades que presentaban al momento de realizar cada ejercicio comunicaban que nunca hacían movimientos o ejercicios como esos, lo cual, hacia que se presentaran como algo un poco incomodo y difícil de ejecutar, entonces, en lugar de practicar o probar preferían no esforzarse para no generar molestia o que tuviésemos que cambiar las actividades.

Claramente al inicio, se determina que efectivamente hay habilidades y capacidades específicas que deben trabajarse tales como: agilidad, equilibrio, resistencia, coordinación, ritmo, ubicación espacial y otras. Estas según el rango de edad de la población y también indispensables para reforzar y potenciar durante la formación. El hecho de proponer actividades que generen sensaciones diferentes y que transformen no solamente sus formas de hacer sino de interpretar y de expresar hace que se pueda observar el temor a ser juzgado

por no conocer las actividades o no estar en condición física para realizarlas y además la sumisión de algunas participantes al ver que otras lideraban y sobrepasan sus capacidades.

Esto demuestra que no manifiestan su opinión solo se someten a la instrucción sin oposición. Sin embargo, cuando podían realizar los ejercicios, lo hacían cómodamente sin replicar o esforzarse por encontrar otra forma. Es aquí donde se evidencian características mencionadas en el primer capítulo. Actitudes de poca participación, hacer las cosas por hacerlas sin darles un sentido o ir más allá de lo que se le pide, características propias de un ser humano conformista.

Sin embargo, solo una participante preguntaba si se podía resolver de otra forma, si podía pasar el circuito según sus posibilidades y otras decían; “yo no puedo hacer eso” y pasaba a la siguiente estación sin intentar o pensar en hacerlo de otra forma. Ahora bien, durante las tres sesiones que corresponden a la primera guía, cada participante al finalizar los contenidos, manifestaban ya otra forma de hacer y pasar los obstáculos, comunicaba cuando no les parecía que el otro equipo lo hubiese hecho bien o por ejemplo cuando personalmente se quedaban atrás en comparación con las otras participantes, se esmeraban por alcanzar el objetivo, por hacer lo mejor en las siguientes estaciones, por destacar y/o por participar.

Es aquí cuando empezamos a ver cambios, en la actitud y la forma de pensar, aparece entonces un deseo por cambiar, por hacer, por encontrar otras formas, por ser escuchadas y por tratar de mostrar que necesitan y esperan un cambio, puesto que ya no es suficiente con intentar e intentar; es necesario también una sensibilización y una orientación para ir desarrollando habilidades y mejorar sus capacidades, esta es la forma de adquirir las herramientas para empoderarse y empezar a reconocerse para transformarse y transformar su entorno.

Se cumplió el propósito de esta guía y además se da respuesta a la pregunta que planteaba pues cada participante durante la práctica y en el momento de la reflexión

reconocen sus limitaciones y ver que hay actitudes y pensamientos limitantes a la hora de hacer, pues en cada momento de las actividades evidenciaban los comportamientos de seres humanos conformes, de sumisión, invisibilización, reproducción e imitación. Se logró evidenciar falencias y fortalezas a nivel físico y también de la parte actitudinal, en cuanto a disposición, gusto, molestia, inconformidad y demás. Estas sesiones logran exteriorizar las características del conformismo y que según el macro diseño sería la capa más exterior del ser que se ha liberado para empezar a mostrar cambios.

Por otra parte, dentro del circuito de habilidades, notamos que se hace necesario trabajar habilidades como el equilibrio dinámico y estático, agilidad, recepciones y lanzamientos, coordinación viso manual y viso pedica. Todas las estaciones tenían retos de difícil ejecución para ellas, que nos mostraron que algunos ejercicios debían modificarse debido a la dificultad que manejaban y adicionalmente otros retos tuvimos que replantearlos, por ejemplo, en los ejercicios de repetición y memoria, no lograban comprender los estribillos de los rompehielos y tampoco les resultaba fácil realizar ejercicios de velocidad o agilidad recibiendo pelotas o realizando lanzamientos.

La siguiente guía temática B: “técnicas para fabricar mi corporeidad” hacemos uso de la socio motricidad y elementos de esta como juegos tradicionales, competencias por grupos e individuales, rondas que generan incertidumbre, curiosidad y necesidad de manifestar, de expresar opinión y crítica frente a lo que se ve y se siente que permite a través de juegos de competencia, de roles, relevos y demás, la participación activa dentro del proceso y la toma de decisiones frente a las situaciones que se debían realizar, tomar el liderazgo y proponer dentro del grupo hace parte del desarrollo de las características principales de esta guía y del Carácter Emancipador. La expresión corporal nos plantea juegos de roles en donde se evidenciaba como cada participante actuaba y proponía, como decidían y se manifestaban, en varias oportunidades vimos como algunas preferían omitir

sus opiniones y darle solución a los conflictos de forma común, otras tomaban una actitud más pasiva en la que no opinaban y decían; “estoy de acuerdo con el grupo, no tengo nada que agregar”, sin embargo en otras ocasiones varias de ellas proponían otras formas de expresar o de hacer la interpretación, buscaban soluciones y tomaban el liderazgo para solucionar o tomar decisiones.

En esta guía podemos ver cambios en su actitud y la adquisición de características como la participación y proposición, el liderazgo y la toma de decisiones, así como también ellas logran identificar esas características en ellas según vemos en sus bitácoras y la evaluación de cada sesión, pues en cada una podía leerse la dificultad para comunicar y para decir lo que les molestaba, pero que querían intentar decir siempre que se les ocurría algo, o preguntar si podían hacer esto o aquello, además contaban en sus bitácoras que a veces las profes les daban el espacio para hablar y no lo hacían por temor a que la respuesta estuviera mal o a ridiculizarse.

A medida que respondían la evaluación cualitativa notamos como algunas de ellas asumen el proceso aun como una exigencia física y otras empiezan a evidenciar cambios en la forma de pensar la Educación Física y en su actitud frente a las prácticas que se plantean.

Al llegar a la guía C, se realiza una secuencia de ejercicios que resume las sesiones anteriores, como método para identificar cambios y mejoras y se perciben deseos de superar los retos, las ganas de hacer las cosas y de exigirse, y a pesar de que asumieron los ejercicios sin discusiones, pudimos ver como ellas mismas querían ir más allá, esforzarse un poco más.

Tan pronto cambia la dinámica de las actividades en el momento de reflexión y de revisar la exploración en casa, las participantes nos contaron qué canciones, juegos y rondas habían consultado o recordaban de su niñez y una de las personas quiso voluntariamente hacer la actividad para enseñarnos su indagación, la cual fue de agrado tanto para las docentes como para sus compañeras, lográndose que cada persona participara activamente,

preguntado y memorizando las canciones, realizando e interpretando las situaciones según los juegos de roles.

De acuerdo con estas actividades una de las tareas que propusimos fue traer en registro de video una actividad que realizaran normalmente, pero de otra forma para propiciar el cambio de hábitos y costumbres, en donde varias de ellas mostraron sus gustos y sus formas de resolver situaciones, de expresar emociones y de convertirlo en una experiencia enriquecedora que le da un aire diferente a su rutina y otras manifestaron excusas para no hacerlo, como tiempo o falta de creatividad.

Luego de adquirir ciertas características de participación, de seguridad para tomar decisiones, de confrontar el conformismo y reconocer que necesitan y quieren hacer otras cosas y pensar de forma libre, llegamos a la guía C: “Expresiones artísticas para concretar el movimiento subjetivo”, cuyo propósito era la manifestación de emociones, sensaciones, ideas y mejora de habilidades físicas a partir de las expresiones artísticas, utilizando prácticas guiadas desde la tendencia de la expresión corporal, en actividades como danza, mandalas en movimiento, yoga coreográfica y dentro de ellas, rondas musicales, ejercicios de reconocimiento corporal. Desde la psicomotricidad, que resaltan características de la etapa individual, en donde se ponen en función la adecuación a la naturaleza, como principio pedagógico para tener como base, en donde el ser humano a partir de las prácticas que se propone es capaz de adaptarse al entorno y a las dificultades que este presenta para resolver sus debilidades, otro principio que aquí se pone en evidencia es el de la individualización, que marca pautas en las que el participante logra encontrar gustos, molestias, fortalezas, se inquieta y se cuestiona y por otro lado la experiencia práctica y la espontaneidad, que resaltan la etapa de reconocimiento de lo anterior, para expresarlo y de esa forma transformarlo o aceptarlo según la interpretación personal de cada uno.

Las actitudes mencionadas tienen lugar en actividades como el yoga coreográfico, logran reconocer su cuerpo, los elementos que allí se encuentran tanto físicos como mentales, es decir, la concentración para mantener las posiciones, buscar el centro de su cuerpo y la estabilidad para cambiar de postura y asimilar la siguiente, permitieron encontrar dificultades y la formas de realizar las prácticas de forma personal, adecuando las posiciones según sus posibilidades, así también se obtuvo un progreso en habilidades como la coordinación, la resistencia y el equilibrio. Además, las prácticas de meditación, se evidencia la expresión de ideas y emociones ocasionadas en los juegos donde debían asumir roles y como el realizarlas y practicarlas en casa permitieron identificar y/o reconocerse o recordar características de su personalidad.

Finalizando las guías temáticas realizamos actividades con danza y sus diferentes géneros musicales para trabajar habilidades como el ritmo, ubicación espacial, lateralidad, expresión e interpretación. Aquí se precisan momentos donde ellas tenían la oportunidad de mostrar habilidades y expresar emociones. Se puede observar características del Carácter Emancipador como son, la participación, la expresión libre del pensamiento y la manifestación de ideas se hace visible y el como a través de la imagen que veo en el otro, logro reconocer mi cuerpo y como lo uso para manifestar lo que soy. Y además la necesidad de comunicar por medio del movimiento, la mímica y la imitación del otro, lo que pienso de cada situación, la perspectiva que tengo para resolver algún conflicto y como desde lo que soy, como cuerpo puedo interpretar cada practica desde una experiencia personal y subjetiva.

Estas características se evidencian también en las mandalas que pintaban, debido a que cada una buscaba formas diferentes de rellenarlas, pensaban en cómo poner en una pintura su interpretación de la música y las situaciones de cada momento. De forma entendían las otras pinturas y el auto crítica que realizaban en comparación con las situaciones de las demás. Se veía un esfuerzo extra por mejorar, por trabajar fuera de lo singular, como se

muestra en la *imagen 1*, en donde se ve como utilizan otras técnicas de pintura, formas diferentes de utilizar los colores algunas usaron puntos, rayaron y expresaron emociones mientras la pintaban.



Imagen 1. Mandalas en movimiento (Exploración en casa)

Fuente: Trabajos de participantes

Finalmente llegando a la guía D: Visualizar – Ser en la corporalidad, el propósito se dirige hacia la manifestación de las características adquiridas como la participación, la expresión de ideas y emociones a través del cuerpo, la toma de decisiones y la aceptación de su ser, respecto a lo que es y lo que puede manifestar según sus críticas, opiniones, pensamientos y demás. Para esto proponemos dos salidas de campo en donde ubicamos lugares, situaciones, personas y relaciones que permiten la visibilización del ser.

Entonces hicimos una caminata por el humedal Santa María del lago, donde recocían emociones y estados de armonía, según iban contando anécdotas de frustración al ver personas realizando actividades que ellas querían hacer, otras manifestaban inconformidad en cuanto a lo que comprendían de las pistas que habíamos preparado y el resultado, y además sugerían como realizarlas de otra forma para entenderlas según sus conocimientos de las cosas y los lugares.

Realizamos una carrera de observación donde varias de ellas se notaban llenas de incertidumbre puesto que preguntaban siempre que iban a encontrar, que debían hacer, se comunicaban entre ellas y decía que les causaba curiosidad y energía el poder encontrar la pista y poder resolverla, se esmeraban por liderar su grupo, otras participaban de forma más pasiva, sin embargo, se alegraban cuando encontraban la pista o participaban en la solución del reto para ganar los puntos, aquí cada una tenía la oportunidad de protagonizar un momento específico, pues en cada prueba cada una debía realizar el reto y mostrar sus gustos, su esencia y algo particular en su forma de representar situaciones.

Al terminar la carrera, cada una expresaba sus emociones abiertamente, identificaba sus falencias y fortalezas y contaba de forma espontánea lo que pensaba sobre las actividades, sobre su participación y la de las demás, incluso en las bitácoras según lo narrado, se podía ver la satisfacción por hacer algo diferente donde podían mostrar sus habilidades, expresarse y relacionarse sin importar el resultado, contaban como se sentían luego de la actividad y como recordaban las situaciones durante el transcurso de la semana.

En este punto y según las evaluaciones y los portafolios, vemos como en la última guía llamada: *“Revelando el Carácter Emancipador en mis prácticas corporales”* representan su proceso, esto se dio en el compartir de ideas, de gustos, de conocimiento sobre alguna actividad en específico como la cocina, la pintura, la actividad física, la comunicación y demás, pues cada una debía presentar una práctica de su vida en donde sentía que podía reconocer su personalidad, y además podía verse el aporte del proyecto en esta.

Aquí, por ejemplo, una llevó sus artesanías y tejidos que son formas de expresar emociones, de mostrar gustos y habilidades físicas, de ejercitar la creatividad, la memoria, la concentración y de crear, formas de hacer con el cuerpo. Algunas llevaron elementos didácticos que le agradaban y nos mostraron como apartarlos a los juegos que habíamos planteado, como el triste y el reconocimiento corporal dándole colores a cada segmento y

otras mostraban gusto por danzas tradicionales como la cumbia y la caranga y como se bailaba e interpretaba. A varias de ellas les encanta cocinar y hacer cosas diferentes en las comidas, así que nos enseñaban como reemplazar en los juegos elementos de la cocina para aprender a cocinar, aplicando las tareas y que también aprendiéramos y conociéramos de sus gustos.

Podemos inferir que esta guía que se presta para el descubrimiento de gustos, de sensaciones, que motiva a realizar o desempeñar otras labores, que genera incertidumbre en el hacer y que proporciona un espacio para liderar momentos, prácticas y en el cual ellas expresaban alegría al ver cómo eran capaces de dirigir una actividad, proponer cosas a hacer con un sentido, que era lo que buscaba este proyecto y no solo realizar actividad física o realizar ejercicios para estar saludables, como lo manifestaban ellas.

Esta última guía responde a la pregunta de la exploración y el sentido que le damos a cada experiencia en la vida. Cada propuesta personal de una práctica, deja ver características que se van adquiriendo durante el proceso, que se han exteriorizado de esa espiral de actitudes y habilidades y/o capacidades que hacen particular a cada ser humano.

Por ejemplo, una de las tareas consistía en investigar sobre posiciones de yoga, bailes típicos o juegos de la infancia. Tomar apuntes o tomar registro de la labor (como se evidencia en la *imagen 2*) para ponerlas en práctica en las sesiones, varias de ellas escribieron, otras nos enseñaban los videos, otras aprendieron canciones y coreografías.

Esto da muestra del interés por aprender otras cosas, por hacer de forma diferente, mientras que otras, por ejemplo, dijeron que nos sabían cómo consultar, que no sabían dibujar, que no les había quedado tiempo. Esto demuestra también que hace alguna de las guías se presentaron falencias o no completaron las exploraciones y por ende al finalizar había vacíos o se evidencia desinterés.

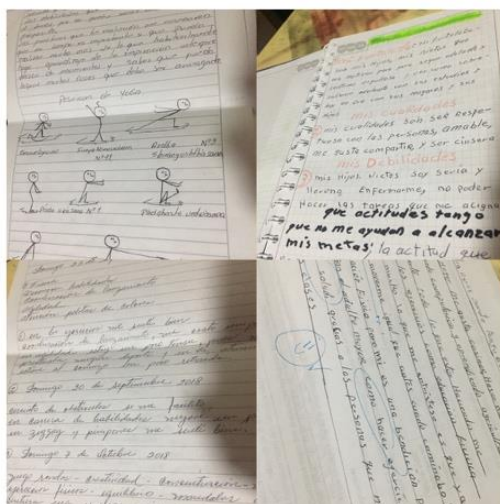


Imagen 3. Documentos de exploraciones participantes

Fuente: Practicantes del proyecto

Una segunda apreciación, sobre como se ve esta evolución en cada participante y cuáles son los factores que incidieron en el resultado fue la constancia en las prácticas, la presentación del portafolio, la evaluación de sesiones y la auto – evaluación, así como también, la evaluación cualitativa que presentamos las orientadoras del proceso y además el momento de reflexión que se dio al finalizar las prácticas, en donde manifestaron de manera verbal, cuanto habían mejorado en aspectos actitudinales, al pensar en realizar otras cosas diferentes en la semana, como les gustaba saber y aprender más cosas sobre qué hacer con el cuerpo, pues las prácticas las habían motivado a moverse y no justamente buscando un gimnasio o saliendo a correr, sino en cada situación o acción de la vida se puede encontrar bienestar para el cuerpo y la mente.

Rol docente.

Durante la labor docente, cada una debía observar a la otra para realizar una retroalimentación, al finalizar las prácticas se presentaron falencias en cuanto a la forma de realizar la instrucción, en el tono de voz, en las palabras muy técnicas y que no comprendían las participantes, también en cuanto a la proposición de actividades e ideas, pues en algunas

oportunidades debíamos cambiar las actividades en la marcha pues resultaba de difícil ejecución o debíamos aumentar la dificultad.

Observamos cómo se hace necesario tener diferentes opciones para cada actividad, puesto que algunas cosas no salen como se planean, además, en esos momentos vimos la necesidad de cambiar la forma de terminar las sesiones y de crear hábitos de compromiso y responsabilidad con el proceso, pues al finalizar, el proceso se encuentra con que, en cada sesión, conocíamos gustos propios, formas particulares de presentar y hacer los ejercicios y las actividades.

En cuanto a la evaluación docente, al terminar cada sesión, la reflexión gira entorno a la forma y estilo para transmitir o permitir la práctica. Aquí encontramos que se debe seguir teniendo una base de habilidades para cada sesión, un objetivo específico que guie la práctica, que debe tener un orden de inicio, medio y finalización, encontramos que era pertinente evaluar en cada sesión y no al final solo el portafolio, y por eso la razón de las exploraciones, la bitácora y la auto evaluación de cada una.

Durante las prácticas vimos como los estilos de enseñanza se utilizan de acuerdo con la finalidad de la sesión, es por eso por lo que la formación integral que presentamos es pertinente en la medida en que podemos leer el contexto y de acuerdo con ello accionar para lograr el objetivo. Como sucedió al inicio, que el estilo debía ser instrucciones por la tendencia y lo que se buscaba allí y al finalizar, se ven estilos de indagación como descubrimiento guiado, que precisan la experimentación y el surgimiento de nuevo conocimiento y actitud propositiva.

Evaluación.

Durante el proceso y fase de intervención e implementación del proyecto pudo evidenciarse consultas, programación, planeaciones, reformas, enriquecimientos, reconocimiento de aspectos que no se habían tenido en cuenta antes; algunas de las

planeaciones fueron enriquecidas, se les adicionó prácticas que respondían a las necesidades detectadas durante cada sesión, ya que en cada una de ellas surgían situaciones y aspectos nuevos, necesidades de las participantes (físicas y emocionales), del contexto, de las actividades, reconocimos y evidenciamos la variabilidad y viabilidad de lo planeado, la realidad del contexto, lo que se podía hacer frente a lo que verdaderamente se requiere.

Realizamos 10 sesiones de las cuales cada una contaba con una “*exploración en casa*” correspondiente a tareas, ejercicios, investigaciones, actividades, etc. Que debían resolver en casa antes de la siguiente sesión y que serviría de evidencia del trabajo en el taller y trabajo autónomo que acompaña el proceso de cada participante para que al finalizar, según la forma de evaluación planteada – por portafolios- y según lo plantea Hernández (2014, p.6) “permite que la formulación de cuestionamientos centrales anteceda a la recolección de datos” es decir que la generación de reflexión y retroalimentación sobre cada participante y su proceso es esencial.

Lo obtenido durante el proceso de la ejecución piloto de la presente propuesta, fue resultado de la información recolectada a través de todos los instrumentos mencionados (encuestas, test, preguntas por sesión y evaluación cuantitativa) y según se muestra en la *figura 5*, se tabula empleando valores para cada participante resultado de los datos de las evaluaciones de sesión y valor final para cada indicador, de acuerdo con el promedio de las guías y su portafolio. Las características que se evalúan apuntan a que desde la sesión número uno, se evidencian cambios en los valores de todos los indicadores que debían iniciar en 2 para ir aumentando, mientras que el indicador 9 disminuye, puesto que esta muestra el índice de conformismo al finalizar el proceso.

Pasamos ahora a ver a profundidad los datos que nos demuestran el impacto que causo el proyecto en la población que participo de las prácticas del proyecto curricular formación del Carácter Emancipador en educación física, donde se corroboran los valores, en el *gráfico 2*, en donde la curva muestra la nota máxima que obtuvo cada participante en cada indicador y en el *grafico 3* se muestra el promedio general de cada uno y la nota mínima y máxima que se alcanza.

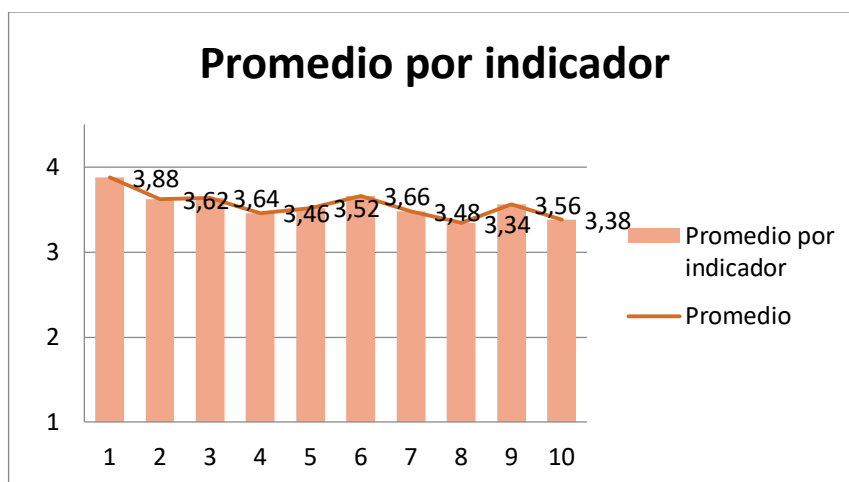


Grafico 2 Datos de evaluación de sesiones

Fuente: Elaboración propia.



Grafico 3. Datos de evaluación del poceso final.

Fuente: Elaboración propia

Según estos resultados, el gráfico 3 muestra un participante con un promedio general de 2,63 como nota final, lo que nos dice que su rendimiento fue bajo, es decir que según la información del diagnóstico inicial, esta participante sigue en un nivel de conformismo alto

De acuerdo con esto, entramos a ver dentro de los instrumentos de evaluación, cuales son los indicadores que presentan nota baja y la mayoría se encuentra por debajo de 3, lo que indica que ella no participo en todas las prácticas, o realizó la mayoría de tareas, en la auto-evaluación relato sus falencias y manifiesta aun dificultades por adaptarse a situaciones nuevas, por relacionarse fuera de su entorno y además, manifiesta que no le agradaban algunas actividades, sobre todo cuando eran muy difíciles de ejecutar, como los deportes, la danza y la mímica.

Por otro lado, en actividades de habilidades como los circuitos y las competencias, desarrollo notas más altas, y manifiesta ser más hábil para cosas individuales. Así que la lectura que podemos hacer aquí es que factores causan justamente que un participante no cumpla con los indicadores; iniciando por la asistencia y participación a las prácticas, pues es fundamental para el proceso que se permitan vivenciar cada momento de las guías, debido a que cada una genera una características que se desarrolla a partir de los principios de la educación física, creando un vacío en el proceso cuando no se asiste a todas.

Por otro lado, esta participante expresa incomodidad para realizar las exploraciones en casa, podríamos hacer una lectura corporal en cuanto a la parte actitudinal en lo que respecta a las reflexiones al final de cada sesión, debido a que cada una expresaba su sentir y de la misma forma tendría lugar a una autoevaluación, lo que no lleva a afirmar que no deseaba hacer estas actividades puesto que no le llamaba la atención mantenerse en actividad y dejar sus que hacer. Además desplazarse a los diferentes lugares siempre era un conflicto por el tiempo y la tarea de realizar alguna actividad diferente los fines de semana.

Podríamos concluir también, que hace falta indagar un poco más en la población acerca de gustos, cualidades, habilidades y otras características de la cultura que permitan proponer y plantear actividades que motiven, que generen incertidumbre y que lleven a la confrontación de su pensamiento y a la manifestación de ideas.

Por otro lado solo dos estudiantes llegaron a obtener una nota que se aproxima a 5, sin embargo no debía llegar a este valor debido al indicador del conformismo que debía descender, pero lo que logramos resaltar es como cada participante representa una características de la pedagogía de la subjetivación que planteamos aquí y es que el proceso de aprendizaje y enseñanza es muy diferente y particular en cada ser humano y aquí se muestran en la diferencia entre los valores, el proceso es experiencial para cada uno, incluyendo los docentes, quienes durante el proceso también presentaron cambios actitudinales y debilidades en cuanto a la labor.

Adicionalmente, mencionamos la indagación que realizamos por la deserción de la mitad de la población, quienes manifestaron dificultad en el desplazamiento, viajes o actividades familiares y otros quienes abiertamente comunicaron que no querían realizar ejercicio o deportes, puesto que no le gustaban las actividades al aire libre.

Entonces nos muestra que es difícil realizar este tipo de proyectos en ámbitos informales, en los que la recompensa se ve expresada en mejorar la calidad de vida y no en el aspecto físico, como lo haría el entrenamiento de un deporte o la práctica de un arte. Así que pensamos en que este proyecto tendría lugar también en el ámbito formal, sin embargo los instrumentos de evaluación deberán cambiar de acuerdo a las necesidades de la población y además las prácticas de los elementos de las tendencias deben plantearse de acuerdo a adecuación de los principios pedagógicos y las características de la población para poder proponer un sentido crítico también en los contextos formales y generar otros procesos investigativos.

Mientras que el realizarlo de forma voluntaria ya desde el inicio haría un filtro para resaltar ya características de participación y liderazgo, como se evidencio en quienes se quedaron hasta el final del proceso, es por eso por lo que este proyecto da lugar para efectuarse como una necesidad desde edades tempranas y en ambientes formales e informales.

Reconociendo el carácter emancipador en el proyecto

Este proyecto guía la experiencia de enseñanza aprendizaje para reconocer los factores que permiten durante el proceso cumplir con los objetivos planteados y también como durante la marcha se afectan procesos particulares de la metodología y del pensamiento docente. Las prácticas corporales planteadas para orientar esta propuesta formativa en la educación física proponen una forma de abordar contenidos en educación física y en términos generales en la educación que originan una forma de hacer diferente, formas de aprender de forma significativa para el ser humano, fomentando la utilización de métodos alternativos de investigación no solo desde la academia, sino en la forma de concebir, el cuerpo, la vida y el hacer.

La población que intervenimos caracterizada desde Fromm (2016) como conformista y automática, muestra la carente creación de oportunidades para cambiar su cotidianidad, salir de la rutina, invertir su tiempo para sí mismo, exigirse e ir mucho más allá de lo que pueden ver. Conforme a esto, la población que desarrolló el presente proyecto tuvo una participación y continuidad voluntaria de aproximadamente 5 personas, las cuales reconocían en sí mismas, características que se inclinan hacia lo que anteriormente denominamos conformismo.

Sin embargo, la deserción de las demás personas muestra que no es suficiente tener la voluntad de cambiar y querer hacer algo más, es necesario inculcar estas enseñanzas de interiorización y reflexión desde la formación escolar, para generar hábitos, para familiarizar desde el ambiente de la Educación Física al ser humano con características del Carácter Emancipador. Que no solo cumple con la función de confrontar un proyecto de formación profesional, sino también de involucrar sensación de cambio, de proponer, de manifestar, de

comunicar y relacionarnos de formas diferentes, conociendo primero nuestras fortalezas y esos rasgos particulares que nos hacen únicos.

Este proceso frente a esta población se asocia a una transición, demostración y evolución frente a una problemática, propia de los seres humanos, que se construye interna y socialmente y la cual se replica en todas las culturas, razas y comunidades por generaciones, es importante consentir que este proceso no tiene una terminación, por el contrario, consideramos que fue el inicio de un proceso de evolución personal, que con la progresión y puesta en acción, brindara a la sociedad una transformación enriquecedora.

Se comprobó como las actitudes de las participantes fueron cambiando en diversos niveles, donde algunas de las participantes, reconocen, pero no de manera frecuente, como en diversas situaciones les generan actitudes y pensamientos conformistas; pero manifestaron como a través de procesos reflexivos de introspección y búsqueda de sí, propició el surgimiento de pensamientos positivos, constructivos sobre lo que debían cambiar, modificar acerca de lo que estaba viviendo y la manera como estaban asumiendo las circunstancias, qué debía cambiar para salir de ese estado y llevar ese pensamiento a la realidad y materializarlo en su hacer y qué hacer.

Un elemento importante donde se manifiestan características del carácter emancipador es el tiempo; pues todas las personas aprendemos a determinado ritmo y tiempo, lo cual hace pensar el proceso como una constante que debe estimularse, en cada circunstancia se hace necesario trabajar exteriorizarlo y mostrar sus características y además cuando tenemos experiencias que ayudan a su reconocimiento y apropiación de este rasgo de la personalidad. Sin embargo, si habláramos de realizar este proyecto en otra población donde las sesiones se hicieran en un solo lugar, con otras edades o dentro de contextos escolares u otros lugares el nivel de exigencia deberá cambiar y adaptar el tiempo de ejecución a la población y los resultados deben verse en menor tiempo y con variaciones en las dinámicas.

De la misma manera, la mayoría de las participantes admitieron y reconocieron la condición actitudinal, emocional, pensamientos y maneras de pensar que venían incorporando en su forma de vivir, exploraron sus debilidades y fortalezas físicas como, por ejemplo: la disminución de agilidad, velocidad y energía. La transformación que han sufrido a lo largo de los años, las experiencias que han tenido hasta el momento y sobre todo la voluntad de esforzarse en hacer las cosas, son lo que les ha motivado para continuar.

Durante el proceso se realizó un cambio de dinámica en cuanto al imaginario que se tenía de las actividades en educación física, no solo por sus contenidos y finalidades, sino por su forma y su significado más personal y que desde el inicio de este pilotaje hasta la escritura de este documento comprendimos desde una perspectiva más subjetiva y sensible lo que significa la frase de la profesora Judith Jaramillo “soy lo que me vivo, cuerpo”.

La vinculación del cuerpo, mente y espíritu como premisa de una educación armoniosa la experiencia práctica e intereses personales, espontaneidad, como fue establecida para cada una de las sesiones: adecuación al contexto a través de actividades como la superación de obstáculos, entre otras como prácticas artísticas y expresivas, deportivas, permite en las participantes activar su lado creativo, propositivo y de acción frente a la situación que se quiere superar. Como por ejemplo en actividades que trataban las habilidades comunicativas, como en el circuito de obstáculos, donde debían encontrar palabras por la letra que indicara el pin pon; hubo discusiones acerca de la cantidad de palabras que habían dicho las participantes pues no estaban de acuerdo con el conteo y aunque en esta sesión continúan variando los valores de los indicadores en cuanto a la disminución del conformismo en la práctica, pudo evidenciarse la necesidad de manifestar opiniones, de compartir a las demás participantes lo que percibió y confrontar precisamente actitudes de pasividad y confort.

Reflexiones finales

Podemos sugerir varias cosas que enriquecerán los resultados del siguiente proyecto y abrirán campos de indagación y practica para futuras investigaciones sobre temas en común. Logramos ver que tenemos las herramientas para mostrarle a la sociedad que el cuerpo no es un instrumento programado por la mente para hacer y hacer sin sentido u orden y que la esencia de la educación física no se encuentra solamente en un colegio o en los deportes, sino en cada cosa que hacemos, en cada experiencia no solamente física, sino a nivel de relaciones con el entorno, con nosotros mismos Y con los demás.

Aunque al inicio del diseño plasmamos todo lo que queríamos abarcar, entendimos que este es un proceso personal, que cada uno asume un rol de acuerdo a lo que necesita y desea aprender y que a veces aunque tengamos el mapa del destino, en el camino siempre hay cosas que sortear, que replantear y situaciones o personas que hacen que nos sorprendamos y comprendamos cual es el sentido de ese momento, de enseñar y formar, de darnos unos a otros y de crecer en colectivo.

Esta primera experiencia, no solamente hizo que entendiéramos la dinámica del proyecto curricular particular y la intención de la Universidad Pedagógica Nacional al formular semestre a semestre cada contenido, sino que, también comprendiéramos y conectáramos todo lo que en algún momento vimos que no tenía sentido o que estaba fuera de contexto, y que esto, no solo es el inicio de un pilotaje para la comprobación de un proyecto de la licenciatura en educación física; es una prueba de la vida, es un examen del mapa del camino de cada persona que participa de la construcción y desarrollo de este, para ver, que no solo estamos en este mundo para seguir estereotipos o normas sociales, sino que vinimos a aprender de los otros para encontramos a nosotros mismos.

Pensar que elaborar un proyecto sobre un tema social, que toca no solamente las relaciones consigo mismo y con los demás , sino también, la relación con mi cuerpo y el del

otro, la relación del conocimiento con lo que emerge de las experiencias corporales y lo que estas pueden significar para el momento presente, es pensar en que la educación física no es solamente una signatura más del currículo académico, no es solamente educación corporal para la salud y el bienestar físico, es pensarse en la educación física desde todas las dimensiones del ser humano como un componente que hace parte desde muy temprana edad y a la cual le restamos importancia durante la vida.

Esta experiencia hizo que los participantes y los docentes se pensarán de otras formas, que viviéramos nuestro cuerpo, esta experiencia enriqueció la mente y la condición de seres humanos en constante aprendizaje y descubrimiento interior, porque somos un espejo para el otro y el mundo, y lo que vivimos es un reflejo de nuestro interior, todo lo que viene para enseñarme algo, nos ayuda a actualizarnos y avanzar en cada etapa. También todo lo que aprendo debe tener un sentido para darle luego uso como herramienta para ser y hacer en la sociedad.

Se Observan cambio y transformación de pensamiento y acciones, claramente una exteriorización y una proximidad del nivel final de reconocimiento del carácter emancipador; a través de este proceso se demostró la visibilizarían de su esencia, sus particularidades, personalidades, vínculos y relaciones y sobre todo el mejoramiento y enriquecimiento de su participación y proposición ante diversas situaciones, tener la libertad de expresar y comprender otras realidades.

Y también se demuestra que plantear una malla curricular para un proceso de cambio social desde un ámbito o una guía como lo es este proyecto de Educación Física, amerita tiempo, investigación, lectura de contextos, estar abiertos a cambiar en la marcha, a fortalecer conceptos y devolverse a retomar cosas que se olvidan, que es necesario un guía docente que tenga la capacidad de orientarnos aunque en el proceso la obstinación sea a veces una limitante para avanzar.

Pero finalmente cuando se ven los frutos en la retro alimentación, los cambios necesarios, la relectura, las falencias y a veces el intento por querer transformar el mundo, aprendemos que es necesario aprender a aprender, a comunicarnos a vernos a través del otro y entender que en todo momento aprendemos, que toda instancia estamos viviendo el cuerpo, estamos leyendo el entorno, adaptándonos y fluyendo. Aprendemos que Educación física no es todo, pero sabemos también que no es. Y que finalmente culminamos un proceso de fortalecimiento profesional, personal y social.

Referencias

- Acosta, L., & Sanchez, J. J. (2013). "Experienciarte" la experiencia estética como fenómeno interdisciplinar. *Revista Corporeizando*, 1(12), 50-71.
- Arellano, E., Barreno, G., Burbano De Lara, M., Carrera, J., De Wilde, J., Isch López, E., . . . Vallejo, R. (s.f.).
- Arroyabe, M. (2009). Beneficios de la experiencia de ocio estético. *Mal-estar subjetivo*.
- Arza, A. (1997). *Selección de artículos* . Bilbao: universidad de Deusto .
- Barbero, A. (Agosto de 2009). *Pildoras autotéticas. Autoliderazgo y producción personal*.
Obtenido de Pildoras autotéticas: www.albarbero.com
- Bauman, Z. (2000). *modernidad Liquida*. Fondo de cultura economica.
- Bauman, Z. (2003). *Modernidad liquida*. Mexico DF: Fondo de Cultura economica.
- Benjumea Perez, M. (2004). *La motricidad, Corporeidad y pedagogía del Movimiento en Educación Física, un asunto que invita a la transdisciplinariedad*. Medellin: Universidad de Antioquia.
- Biemel, W. (s.f.). *Estética de Hegel*. Universidad de Colonia.
- Bond, S. &. (1993).
- Calix R., A. (Marzo de 2010). Emancipación y cambio. *fesamericacentral.org*.
- Calvente, M. (2010). *El cuerpo Humano como objeto estético*.
- Campos, M., & Páez, D. (s.f.). CApitulo XXI Cultura e influencia social:conformismo e innovación. *Psicología Social, Cultura y Educación*.
- Carreño, M. G. (18 de Marzo de 2016). *¿Por que somos tan conformistas?* (elfrente.com.co, Ed.) bogota, Bogotá D.C., Colombia.
- De Rose. (2011). *Yoga Avanzado Swasthya Yoga*. Argentina.

- de Sousa Santos, B. (2012). *Derecho y emancipación; sociología del derecho I. título, II.* Ecuador, Quito: Centro de estudios y difusión del derecho constitucional.
- Deleuze, G. (1986). *Minut.* Barcelona, España.
- Deleuze, G. (1986). *Minut.* España.
- Fritzen, C., & Moreira, J. (2008). *Educacao e arte:As linguagens artisticas na formacao humana.* Papirus.
- Gallo, C. (2007). Apuntes hacia una educación corporal, más allá de la educación física. En: Educación cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones sociales e instituciones sociales. *Universidad de Antioquia.*
- Gonzalez, A., & Gonzalez, C. (2010). *Educación Física desde la corporeidad y la motricidad. Hacia la promoción de la Salud,* 173-187. Manizalez.
- Martinez, Z., & Casado, B. (s.f.). Elementos que contribuyen a potenciar el carácter emancipador de los movimientos populares. *Fundación Joxemi Zumalabe.*
- MEN. (s.f.). *Lineamientos curriculares de la Educación Física .* Bogotá D.C.
- MEN. (s.f.). *Lineamientos Curriculares.* Bogotá D.C: Minidaterio de Educación Nacional.
- Menke, C. (2011). *Estética y negatividad.* Argentina: Universidad autónoma metropolitana.
- Montero, B. h. (1985). *La realidad en Kant y berkeley.* Costa Rica: Universidad de Costa Rica.
- Montoya, P. A. (s.f.). El currículo Critico. Bogota D.C.
- Obregón, J. S. (s.f.). Hacia una pedagogía de la subjetivación. *Revista Educación y Pedagogía,* 118,119.
- Obregon, J. s. (s.f.). Hacia una pedagogía de la subjetivación.
- Oviedo, D. M. (s.f.). *John Dewey: la expereincia estética como expereincia educativa.*
- Patiño Garzon, L., & Rojas Betancur, M. (2009). Subjetividad y Subjetivación. *Pedagogía Universitaria,* 12(1), 93-105.

Pérez Ramirez, F. A., Palacio Ríos, L., & Hernández Zuluaga, G. D. (2016).

Consideraciones para la construcción crítica del curriculum y la didáctica en los humanismos. *Reflexiones derivada de investigación.*

Rey, F. G. (2008). Subjetividad , sujeto y representaciones sociales . *Revista Diversitas- perspectivas en Psicología* , 227.

Reyes, A. R. (s.f.). *El social -conformismo:la plataforma para mantener las desigualdades .* flacso-panamá.

Rodriguez, E. C. (2016). *Resistencia y emancipación en Paulo Freire y Enrique Dussel, Lineamientos para una filosofía de la Eduación pensada desde el otro desde la periferia.* Bogotá : Universidad Santo Tomas, facultad de filosofía latinoamericana .

Roitman Rosenmann, M. (2003-2004). *El pensamiento sistémico: los orígenes del social-conformismo.* Buenos Aires: Siglo XXI editores.

Rojas , F., & Gil, E. (15 de Julio de 2012). La emancipación con jóvenes con una medida de justicia juvenil: la experiencia del Piso de Jóvenes. *RES Revista de Educación Social*, 1-13.

Ros, N. (. (s.f.). Expresión Corporal en Educación. *Revista iberoamericana de Educación.*

Rosado, A. V. (2004). *conformismo-social-inconformidad.* Obtenido de PsicoPediaHoy: <http://psicopediahoy.com/conformismo-social-inconformidad/>

Rosado, a. V. (s.f.). Conceptualizaciones históricas sobre el fenómeno del conformismo social: ¿estudiar el conformismo o la inconformidad? *psicopediahoy. com(issn:23222-8652).*

Trigo Aza, E., & otros. (1999). *Creatividad y Motricidad.* Barcelona: Inde.

Universidad Libre de Cali. (2008). *la resistencia y la estética de la existencia en Michael Foucault, acerca de la genealogía de la ética.* Cali.

Universidad Libre de Colombia. (s.f.). *Cracterización de los enfoques epistemológicos de los programas de formación de maestros de Educación Física de Bogotá*. Bogotá:

Universidad Libre de Colombia.

Vega, D. M. (s.f.). El pensamiento social conformista en la conciencia latinoamericana. *Tv Noticias Aitue. fotopress. El perro posteador, Reportajes desde una mirada crítica*.

Wenger, R. (20 de Mayo de 2012). *La experiencia estética; características y definiciones*.

Obtenido de perspectivasesteticas.blogspot.com


Zumalabe, J. M. (1990). *La importancia de la experiencia subjetiva en el estudio de la personalidad. Un enfoque fenomenológico-cognitivo*. Barcelona, País Vasco:

Universidad del país Vasco, anuario de psicología.

Anexos

Anexo 1.

Convocatoria para la participación en las prácticas.

| | | |
|--|--|--|
|  UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Formadora de Educadores</i> | Convocatoria de participación a practica universitaria de la Licenciatura en Educación Física | |
| | Proyecto Formación del Carácter Emancipador en Educación Física | |
| | Fecha: 1 Julio de 2018 hasta 1 agosto de 2018 | Responsables: I Guerrero – Bonn |

Atención a la comunidad Engativá

Se invita a la comunidad a participar del desarrollo e implementación del proyecto universitario de la Licenciatura en Educación Física “**Formación del carácter emancipador en Educación Física**”, que se llevara a cabo los domingos a partir del mes de agosto hasta finales de octubre en el parque San Andrés y Humedal Santa María del lago.

La Participación es voluntaria y no tiene ningún costo, sin embargo para la inscripción debe cumplir con las siguientes recomendaciones:

- ✓ Tener entre 18 y 60 años.
- ✓ Disponer del tiempo solicitado para la practica (2 horas cada domingo)
- ✓ Deseos de Realizar Actividad Fisica y Transformar su entorno.


Datos de inscripción

| Nombre | Identificación | celular |
|----------|----------------|------------|
| 1. _____ | CC: _____ | Tel: _____ |
| 2. _____ | CC: _____ | Tel: _____ |
| 3. _____ | CC: _____ | Tel: _____ |
| 4. _____ | CC: _____ | Tel: _____ |
| 5. _____ | CC: _____ | Tel: _____ |
| 6. _____ | CC: _____ | Tel: _____ |
| 7. _____ | CC: _____ | Tel: _____ |
| 8. _____ | CC: _____ | Tel: _____ |

Fuente: Elaboracion propia

Anexo 2.

Consentimiento informado de participación.

| | | |
|--|--|---|
|  UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i> | Consentimiento Informado para prácticas en Educación Física | |
| | orientación para la formación del Carácter Emancipador en educación física | |
| | Fecha: septiembre 2 de 2018 | Responsables: Diana Guerrero – Bonnie Pérez. |

Yo _____ identificada con CC: _____ de _____ manifiesto que se me explico la naturaleza y propósito de mi participación en el proyecto “ **Orientación para la formación del Carácter Emancipador en la Educación Física**” avalado por la Universidad Pedagógica Nacional y desarrollada por los docentes Diana Guerrero y Bonnie Perez y de igual manera pongo en conocimiento que esta asistencia es voluntaria y no tiene ningún costo o valor monetario.

Así mismo y para fines académicos, autorizo como parte de las estrategias pedagógicas, se realicen grabaciones de audio y video y se lleve registro fotográfico cuyo contenido puede ser difundido y/o compartido en los registros del proyecto, los insumos de evaluación y bitácora también pueden ser difundidos públicamente dentro de los medios que sean necesarios para la mostrar la evidencia del proceso desarrollado.

De igual manera, manifiesto estar al tanto de las actividades que se van a realizar y los riesgos físicos y mentales a los que me expongo al participar de forma voluntaria y de las cuales exonero de cualquier responsabilidad a las docentes a cargo.

Nombre: _____

Cc: _____

Firma: _____

Anexo 3.

Test del nivel de conformismo



¿Tienes tendencia al conformismo?

El siguiente cuestionario no tiene validez diagnóstica, pero te ayudará a saber si tienes mayor o menor propensión a amoldarte a los demás. Para contestar las preguntas, ten en cuenta que: 1 significa que esa afirmación no va contigo en absoluto; 2, que solo te sientes identificado con ella en ocasiones contadas; 3, que casi siempre es aplicable a tu forma de ser; y 4, que estás totalmente de acuerdo.

Nombre: _____

1/15 Me gusta planificar proyectos, pero pierdo entusiasmo si no tengo apoyo por parte de los demás.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

2/15 Cuando tengo que tomar una decisión que decepcionará a los otros, siento que me tranquilizaría poder postergarla.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

3/15 Para mí es importante cumplir las expectativas que los demás tienen sobre mí.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

4/15 Creo que casi siempre es mejor disolver los problemas que resolverlos.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

5/15 Lo más importante para mí es que no haya cambios en mi vida.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

6/15 En la última decisión difícil que he tomado, pesó

mucho lo que ciertas personas esperaban que hiciera.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

7/15 Me gusta mucho que los que me rodean estén de acuerdo conmigo.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

8/15 En la situación social general, me importa más que se mantengan los logros conseguidos que la posibilidad de añadir nuevos derechos.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

9/15 Me crea inquietud tener que tomar las decisiones en solitario.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

10/15 Soy siempre consciente de las consecuencias negativas de ser un rebelde.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

11/15 Evito las situaciones de tensión –criticar, decir que no, pedir favores...– con mis seres queridos.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

12/15 Siento que es fácil hacer el ridículo cuando uno se aparta de la opinión ajena en encuentros sociales.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

13/15 Me gusta definirme como una persona precavida.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

14/15 Me gusta ser complaciente con las personas a las que quiero.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

15/15 Me suelo quedar con las ganas de manifestar mis opiniones y mis necesidades.

- A.1
- B.2
- C.3
- D.4

Fuente: [https://www.muyinteresante.es/revista-muy/participa/test/tienes-tendencia-al-](https://www.muyinteresante.es/revista-muy/participa/test/tienes-tendencia-al-conformismo)

[conformismo](https://www.muyinteresante.es/revista-muy/participa/test/tienes-tendencia-al-conformismo)

Anexo 4.

Formato de sesión de clase

| No. Sesión 1 | Proyecto curricular en Uc. Educación Física | | | | |
|--|---|----------------|--|---|-------------------|
| Duración sesión | 1:30 minu | No. Asistentes | 4 | Lugar | Parque san andres |
| Gufa | Confrontacion del conformismo en la practica de habilidades y obstculos. | | Habilidades y/ capacidades a trabajar | C. coordinativas: resitencia, capacidades basicas: girar, saltar. Correr. perceptivomotrices: temporalidad, espacialidad, esquema corporal, | |
| Tendencias aplicadas: Actividad fisica. Proposito: Identificar por medio de un circuito de habilidaes y retos fisicos, que actitudes y pensamientos me situan dentro de la problemática y generan influencia en la froma como actuo y resulevo en diferntes moemntos de la vida. | | | | | |
| Pregunta Orientadora: | Por medio de estas practicas corporles ¿ Reconozco mis limitaciones y el conformismo que se hace presente en mi vida? | | | | |
| actividad | Tipo de ejercido | | Descripción de la fase del ejercicio | | |
| Juegos: pelotas y colores, chiquilin yafofo, rombo | ejercicios ritmicos y de coordinación viso - manual. | | como forma de despertar, propiciar la confianza, seguridad y calentamiento en los participantes, se realizan juegos que procuren la participación, el fortalecer capacidades y habilidades básicas | | |
| circuito de habilidades: Zig - Zag - sllaos a uno y dos pies - carreras- caminta en equilibrio - lanzamiento de balones- recpción de pelotas - patron de caminar. | ejercicios que permiten identificar las habilidades y/o capacidades a mejorar o trabajar. | | transitar a través de una pista de habilidades delimitada mediante platillos identificacndo habilidades y capacidades basicas como correr, caminar, coordinación- equilibrio - agilidad | | |
| Reflexion y Vuelta a la calma: Ejercicios respiratorios y Estiramiento céfalo caudal através de ásanas basicas de la tecnica de swasthya Yoga. Opiniones por parte de las paricipantes, sobre la actividad realizada, sus habitos , gustos , edad, intereses, fortalezas y debilidades. | | | | | |
| Exploración en casa | para la proxima sesion: 1. traer una cancion, ronda o juego los cuales seran compartidos a los demas participantes. 2. en una hoja realizar una texto corto que permita conocer un poco mas sobre sus gustos y actividades preferidas, que espera de las sesiones y que le sgustaria saber y compartir con las demas integrantes y su concepto de educación fisica que conocen hasta estos momentos. 3. responder preguntas evaluadoras A Y B. | | | | |
| Para tener presente proximas sesiones. | Buscar multiples maneras de explicarles a las participantes una determinada actividad para que se mejore su comprensión. Mejoramiento de expresiones al momento de explicar no de manera técnica las actividades para que sean asimiladas de una manera facil por las participantes. Identfocamos cuales son los ejercicios que podemos trabajr y desarrollar que nos permitan mejorar habilidades y desarrollar cpacidades fisicas. | | | | |
| Docentes | Bonnie Julieth Pérez - Diana Roció Guerrero L. | | | | |

Anexo 5.

Evaluación de exploración en casa

| Guía | Actividad | Exploración en casa | Valor |
|---|--|--|-------|
| Confrontación del conformismo o en los retos y habilidades | Circuito de habilidades – Deportes con pelota. | Narrar experiencia en la Bitácora. Identificar fortalezas y debilidades físicas, emocionales, actitudinales y escribirlas. | |
| | Circuito de obstáculos y pre – deportivos. | Identificar cual fue el reto con mas dificultad y que haría para realizarla mejor en la siguiente sesión. | |
| Técnicas para fabricar mi corporeidad | Juego de Roles y mimica. | Representar en una escena de una situación de conflicto de la vida cotidiana y presentar diferentes soluciones. Responder preguntas de evaluación. | |
| | Trabajo de espejos y reconocimiento corporal | Escribir cuales son mis fortalezas y debilidades física y mentales. Responder preguntas en la Bitácora Realizar una actividad donde exprese emociones o sentimientos positivos y negativos para usted. | |
| | Juegos tradicionales y rondas | Recordar una ronda o juego tradicional y enseñarlo al grupo. Indagar sobre algo que le interese y compartirlo en clase. | |
| Expresiones artísticas para concretar el movimiento subjetivo | Inteligencia musical | Realizar un video realizando algunos pasos de baile aprendidos en clase o de preferencia. Estudiar ritmo y movimiento y tomar evidencia. | |
| | Mandalas en movimiento | Pintar la plantilla de mandala asignada para interpretación en clase y escribir emociones o pensamientos luego de verla terminada. Representarla en la siguiente sesión. | |
| | Imitación e interpretación | Grabar un video haciendo alguna actividad fuera de mi rutina. Deporte, ejercicio, hobbies, etc. | |
| Visualizar – SER en la corporalidad | Yoga coreográfico | Investigar posiciones de yoga y enseñarlas en clase. | |
| | Circuito de habilidades | Desarrollar alguna rutina vista en la sesión y que trabaje alguna de las habilidades en las que presenta dificultad clase. (tomar evidencia) | |
| Revelando mi Carácter Emancipador en mis prácticas | Carrera de observación | Narrar experiencia en la bitácora y visitar algún lugar de interés. | |
| | Propuestas particulares | Mostrar una práctica que lo identifique o le guste. Narrar lo que siente, por que le agrada, como siente después de hacerlo. | |

Fuente: Elaboracion propia

Anexo 6.

Evaluación cualitativa por sesión

Evaluación de Proceso

Nombre: _____

De acuerdo a las actividades planteadas responda las siguientes preguntas para cada sesión.

A: ¿Que cree que debe mejorar de acuerdo a las actividades realizadas que tiene que ver con las habilidades vistas (coordinación, agilidad, equilibrio, lanzamientos, recepciones, etc.)?

Respuesta:

B: De acuerdo con las actividades ¿que le hacen pensar, sentir o saber de usted, de cómo es y cómo actúa en la vida?

Respuesta:

¿Que fue lo que mas le gusto de la sesión?

¿Que fue lo que menos le gusto?

Figura 5. Rubrica de evaluación cualitativa para los participantes que quivale al 30 % del proceso.

Fuente: Elaboracion propia

Anexo 7.

Datos de evaluación por sesión

| | | PARTICIPANTE 1 | | | | | | | | | TOTAL INDICADOR | |
|--------------|----|----------------|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------------|----|
| | | SESIONES | | | | | | | | | | |
| INDICADORES | | D | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | |
| | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 34 |
| | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 5 | 4 | 32 |
| | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 5 | 5 | 4 | 31 |
| | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 27 |
| | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 27 |
| | 6 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 5 | 31 |
| | 7 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 5 | 5 | 4 | 30 |
| | 8 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 | 4 | 28 |
| | 9 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 41 |
| | 10 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 4 | 30 |
| TOTAL SESION | | 23 | 23 | 23 | 27 | 27 | 31 | 33 | 43 | 42 | 39 | |

| | | PARTICIPANTE 2 | | | | | | | | | TOTAL INDICADOR | |
|--------------|----|----------------|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------------|----|
| | | SESIONES | | | | | | | | | | |
| INDICADORES | | D | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | |
| | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 38 |
| | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 38 |
| | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 37 |
| | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 36 |
| | 5 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 38 |
| | 6 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 37 |
| | 7 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 34 |
| | 8 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 23 |
| | 9 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 41 |
| | 10 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 5 | 31 |
| TOTAL SESION | | 23 | 23 | 23 | 33 | 34 | 35 | 43 | 45 | 46 | 48 | |

Fuente: Elaboracion propia