

EDUCAR EN LA ASERTIVIDAD: UN RETO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA DESDE
LA PRAXIOLOGÍA MOTRIZ

MÓNICA GONZÁLEZ CHACÓN
2011220034

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA
Bogotá, D.C.
Mayo 2016

EDUCAR EN LA ASERTIVIDAD: UN RETO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA DESDE
LA PRAXIOLOGÍA MOTRIZ

Proyecto Curricular Particular para optar al título de
Licenciado en Educación Física

Mónica González Chacón

Tutor: Guiomar Alarcón Castro

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA
PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA
Bogotá, D.C.
Mayo 2016

DEDICATORIA

“También esta noche, Tierra, permaneciste firme.

Y ahora renaces de nuevo a mi alrededor.

Y alientas otra vez en mí

La aspiración de luchar sin descanso

Por una altísima existencia”.

Dedico este logro a mis padres en primera instancia, siendo las personas que apoyaron la toma de una decisión que construyó y complementó una vida y profesión que marca un largo caminar como docente, y quienes no dudaron en respaldar los sueños de una futura educadora, a pesar de lo inalcanzable y arduo que llegara a ser este nuevo paso.

Por otro lado, dedico este nuevo sueño a mis hermanos, quienes, al formar parte de un núcleo familiar unido, ayudaron y apoyaron siempre a forjar la construcción de un carácter para cualquier tipo de situación difícil.

Y, por último, dedico este logro a la vida, por dar la oportunidad a un ser humano de vivir entre sus mantas exorbitantes y permitirle formar personas, por brindarle lo mejor de sus experiencias y dotar de buena salud para permitir culminar un ciclo que es un nuevo comienzo.

AGRADECIMIENTOS

A mis padres, Hernán González Ávila y Luz Marina Chacón, por ser acompañantes y gran apoyo incondicional durante todo el proceso de formación, por cultivar grandes esperanzas en este sueño y conservar el optimismo de cada decisión que se tomaba a lo largo del tiempo.

A mis hermanos, John Alexander Pulido Chacón y Hernán González Chacón, y compañeros que compartieron sus vivencias y consejos para contribuir de la mejor manera en la construcción de conocimiento, ideas y proyecciones académicas, profesionales y personales.

A mi tutora, Guiomar Alarcón Castro, quién acompañó todo el proyecto y apoyó de la mejor manera y con la mejor disposición cada paso que se daba, aclarando confusiones y brindando las mejores perspectivas para su desenvolvimiento, dedicando su tiempo a las mejoras de un proyecto que, a pesar de lo confuso al principio, se tornó más sencillo al intervenir con sus consejos.

Al conjunto docente que compartió e intervino con el proceso de formación durante los diez semestres, los cuales fueron en su mayoría grandes personas de las que se llevará una gran enseñanza y un recuerdo por su gran labor.

A la Universidad Pedagógica Nacional, por darme la oportunidad de construirme, formarme y trascender como docente, a su acogimiento no solo como futura docente, sino para crear un gran ser humano.

RESUMEN ANALÍTICO EDUCATIVO – RAE

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Educación en la asertividad: Un reto de la educación física desde la praxiología motriz
Autor(es)	González Chacón, Mónica
Director	Alarcón Castro, Guiomar
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2016. 111 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	ASERTIVIDAD; RELACIONES SOCIALES; RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS; INTERCULTURALIDAD; EDUCACIÓN FÍSICA.

2. Descripción
Trabajo de grado que se propone a dar una oportunidad para transformar las estrategias didácticas teniendo en cuenta un enfoque pedagógico, disciplinar y humanístico, pilares curriculares del programa de educación física (PCLEF). Se realiza como una oportunidad en pro de potenciar las relaciones sociales, la resolución pacífica de conflictos y el respeto por las diferencias, teniendo como prioridad la comunicación asertiva como habilidad social y tema principal del proyecto, poniendo al servicio de la sociedad un ser humano capaz de hacer valer los derechos propios y asimismo respetar los de los demás, promoviendo una construcción recíproca de conocimiento a partir de las relaciones interpersonales a través de la clase de educación física, la cual transforma su imaginario tradicionalista de activismos sin sentido pedagógico, a una perspectiva más humana y resignificante del cuerpo y de las relaciones con el otro y con el mundo.

3. Fuentes
Álvarez. (2001). <i>Evaluar para conocer, examinar para excluir</i>. Madrid: Morata. Cazares, M. (s. f.) <i>Una reflexión teórica del currículo y los diferentes enfoques curriculares</i>. Cuba: UCF. Freire, P. (1970). <i>Pedagogía del oprimido</i>. México: Siglo XXI Editores. Garaigordobil, M. (2006). <i>El juego cooperativo para prevenir la violencia en los centros escolares</i>. Secretaría general técnica. Grife, M. y Guitart, M. (2012). <i>Consideraciones educativas de la perspectiva ecológica de Urie Bronfenbrenner</i>. Contextos educativos. Iafrancesco, G. (2009). <i>Currículo y plan de estudio</i>. Bogotá: Magisterio. Lange, A. y Jakubowski, P. (1976). <i>Responsible assertive behavior</i>. Champaign. Orlick, T. (1990). <i>Libres para cooperar, libres para crear</i>. España: Paidotribo. Perinat, A. (2007). La teoría histórico-cultural de Vygotsky: algunas acotaciones a su origen y su enlace. <i>Revista de historia de la psicología</i>, vol. 28, 20. Roca. (2003). Cómo mejorar tus habilidades sociales. <i>Programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional</i>, 12.

4. Contenidos
1. Fundamentación contextual: En este capítulo, se darán a conocer las características del tema envolvente del proyecto, sus repercusiones y la propuesta que posibilita transformaciones dentro y fuera de la escuela. Para esto, se pondrán como referente algunas de las causas y consecuencias de las conductas que crean violencia y/o agresión, y cómo repercute este comportamiento en su vida y en la convivencia con los demás, y asimismo en su formación como personas y ciudadanos pertenecientes a un

país multicultural que aún no responde asertivamente a tener en cuenta al otro, a aprender y compartir sus diferencias (interculturalidad), lo que hoy en día aclama la educación, sin dejar de lado otros valores que forman y trascienden al ser humano. Por último, se muestra el marco legal de lo anteriormente mencionado.

2. Perspectiva educativa: Este capítulo hace referencia al contexto académico en el cual se mueve la visión del proyecto, con las teorías en que se basa y argumenta la propuesta educativa, en este caso se toman referentes como la teoría ecológica de Urie Bronfenbrenner, la teoría socio-histórica de Vygotsky, el concepto de cultura de la Unesco, el concepto de educación y sociedad, también algunos principios pedagógicos tomados de Paulo Freire; sin dejar de lado los aportes de los referentes disciplinares que se llevarán a cabo en la implementación, que para este trabajo será la tendencia de praxiología motriz de Parlebas, sus dominios y sus características, y por supuesto el concepto de educación física que se propone. Todo lo anterior orientado hacia un ideal de hombre con características humanas, disciplinares y pedagógicas teóricamente sustentadas.

3. Implementación: Para tener una mejor claridad de lo que se realizará y cómo se desarrollará el proyecto, se presentarán en este capítulo los métodos y metodologías que se llevarán a cabo durante el proceso de implementación, en lo que se involucrarán propósitos, contenidos y/o dominios, teoría curricular, concepto de evaluación, los cuales sustentarán y complementarán la parte práctica. Esto enmarcado por una ruta pedagógica direccionada a la potenciación de las relaciones sociales a través de la educación física como medio práctico, lúdico y didáctico para lograrlo o en manifiesto de transformaciones dentro del ámbito educativo.

4. Ejecución piloto: En este apartado, se dará cuenta de la población que se intervino, sus características y la demás información correspondiente a la institución como: PEI, filosofía del colegio, misión, visión, etc. Se muestra también la estructura del programa general de sesiones en las que se intervino y cada una de las sesiones con su respectiva reflexión.

5. Análisis de la experiencia: En este último capítulo, se narra lo acontecido experiencialmente durante la práctica docente, este apartado está dividido en tres partes que dan cuenta de lo que dejó la implementación del proyecto y lo que se podría mejorar. Su primera parte describe los aprendizajes que se ganaron como docente, con las expectativas con que se llegó y lo que realmente sucedió; en la segunda parte, se relatan las incidencias que se generaron en la población, todas aquellas transformaciones que se dieron durante el proceso y que fueron también resultado de la recolección de información de los formatos de evaluación; en tercer lugar, se encuentran las incidencias en el diseño o en la ruta pedagógica que se tomó y si fue o no adecuada para la implementación, y por último se ponen de manifiesto las recomendaciones que se pueden generar para este proyecto, lo que varió y lo que se puede mejorar para seguir su implementación.

5. Metodología

Para la realización de este proyecto se tuvo en cuenta en primera instancia una problemática dentro del ámbito educativo, que para este caso se identificó como la carencia de autorregulación para resolver conflictos y la falta de trabajo en grupo en la escuela, lo que permite entablar mejores relaciones sociales. Luego de esto, se posibilita una oportunidad de crear el proyecto “Educar en la asertividad” para brindar escenarios en los que los estudiantes experimenten por medio de la educación física vivencias con mejores niveles de relación interpersonal, y construyan lazos de amistad más afectivos de los que habitualmente se estaban llevando. Es así que se orienta el proyecto hacia un ideal de hombre al servicio de la sociedad, para formarse con características axiológicas que lo lleven a un progreso humano y no solo útil para la sociedad capitalista y hegemónica que hoy conlleva al individualismo. Para ello, se tuvo en cuenta que la población a intervenir carecía de cohesión grupal, por lo que se empezaron a buscar estrategias didácticas para lograr una potenciación de trabajo en grupo por medio de actividades cooperativas y lúdicas, que promovieran el respeto por el otro y asimismo sus diferencias. Luego de ello, y con ayuda de los formatos de evaluación y de reflexión de la praxis, que a la vez apoyaban el proceso como diario de campo, se obtienen respuestas que ayudan a mejorar la práctica docente y a reforzar de mejor manera la retroalimentación de cada sesión y el planteamiento de las actividades.

6. Conclusiones

Hoy, dentro y fuera de la escuela, se ve la necesidad de resolver adecuadamente un conflicto, de tratar como humano a cualquier tipo de persona, sea o no de la misma cultura, de resignificar los derechos propios y de respetar los de los demás, de dejar de lado el individualismo que acaba fácilmente con sociedades ricas en diversidad cultural y de potenciar relaciones sociales, las cuales brindan ampliamente más conocimiento y de las cuales se aprende y asimismo se enseña. Es así que educar en la asertividad se vuelve una de las características que necesita con urgencia la educación, porque no se puede dejar de lado que se debe seguir viendo a los demás como seres humanos que merecen respeto, no solo cuando es conveniente, sino que se vuelva exigencia social, que se inserte y se vuelva subjetivo, parte de sí, para crecer en escala de un desarrollo humano equitativo, en el cual se formen no solo como ciudadanos que cumplan normas y leyes que tiene que ser judicialmente cumplidas, sino también leyes propias, axiológicas, con las que se sea capaz de darle un lugar respetuoso al otro sin herirlo, mostrándole que se es diferente y que de ello se puede aprender, construir y transformar personal, social y culturalmente, enriqueciéndose y enriqueciendo a otros a través de acciones justas, que de a poco se construyen recíprocamente, y para ello, se debe tener conciencia de que el otro es un ser que también siente y actúa respecto a como lo traten. De esta manera, educar para ser asertivo es una oportunidad educativa que se brinda para abrir posibilidades de vivir en armonía con el otro y con el mundo, para tejer caminos en los que todos sean partícipes de su construcción, sin dejar que ninguno caiga mientras todos caminan, es una posibilidad de llegar a alcanzar esa paz de la que todo el mundo habla pero pocos aplican.

Elaborado por:	Mónica González Chacón
Revisado por:	Guiomar Alarcón Castro

Fecha de elaboración del Resumen:	24	05	2016
--	----	----	------

CONTENIDO

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTOS.....	iv
RESUMEN ANALÍTICO EDUCATIVO-RAE.....	v
CONTENIDO.....	viii
LISTA DE TABLAS.....	x
LISTA DE FIGURAS.....	xi
LISTA DE SIGLAS.....	xii
LISTA DE ANEXOS.....	xiii
INTRODUCCIÓN.....	14
 1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL.....	 15
1.1 Antecedentes o estado del arte.....	15
1.2 Qué.....	16
1.2.1. Características de las habilidades sociales.....	18
1.2.2. Habilidades sociales.....	18
1.3 Por qué.....	22
1.3.1. Ámbito social.....	22
1.3.2. Ámbito educativo.....	25
1.4 Para qué.....	27
1.5 Marco legal.....	29
 2. PERSPECTIVA EDUCATIVA.....	 32
2.1 Sentido humano.....	32
2.2 Sentido pedagógico.....	36
2.3 Sentido disciplinar.....	41
2.3.1. Contenidos praxiología motriz.....	42
2.3.2. Propuestas y contenidos.....	43
2.3.2.1. Juegos cooperativos.....	43
2.3.2.2. Expresión corporal.....	47
2.3.2.3. Proxémica.....	52
 3. DISEÑO DE IMPLEMENTACIÓN.....	 54
3.1 Justificación.....	54
3.2 Propósitos.....	55
3.2.1. Propósito general.....	55
3.2.2. Propósitos específicos.....	55
3.3 Metodología.....	55
3.4 Evaluación.....	60
 4. EJECUCIÓN PILOTO.....	 62
4.1 Microcontexto.....	62
4.1.1. Población.....	63
4.1.2. Aspectos educativos.....	63
4.1.2.1. Horizonte institucional.....	63
4.1.3. Planta física.....	65
4.2 Microdiseño.....	65
4.2.1. Cronograma.....	65
4.2.2. Plan de clase o sesiones.....	69

5. ANALISIS DE LA EXPERIENCIA.....	96
5.1 Aprendizajes como docente.....	96
5.2 Incidencias en el contexto y en las personas.....	100
5.3 Incidencias en el diseño.....	102
5.4 Recomendaciones.....	103
ANEXOS.....	107

LISTA DE TABLAS

Tabla	pp.
1. Módulos con categorías de los juegos cooperativos.....	45
2. Perspectivas desde diferentes autores sobre la expresión corporal.....	48
3. Contenidos de la conciencia corporal.....	50
4. Evaluación formativa y compartida.....	62
5. Programa de sesiones.....	65
6. Formatos de clase o sesiones y reflexión de la praxis.....	70

LISTA DE FIGURAS

Figura	pp.
1. El juego motor cooperativo.....	47

LISTA DE SIGLAS

UPN	Universidad Pedagógica Nacional
LEF	Licenciatura en Educación Física
EF	Educación Física
PCP	Proyecto Curricular Particular
MEN	Ministerio de Educación Nacional

LISTA DE ANEXOS

Anexo	pp.
1. Formato de evaluación para primero, segundo y tercero de primaria.....	107
2. Formato de evaluación para cuarto y quinto de primaria.....	108
3. Fotos de sesiones de clase.....	109

INTRODUCCIÓN

En Colombia se habla de vivir en paz, pero hasta ahora se le da un enfoque significativo desde la educación para que primen los valores, las habilidades sociales y la mejor convivencia antes que cualquier acto de intolerancia como se evidencia en la escuela y en la sociedad, como la falta de comunicación asertiva, resolución pacífica de conflictos y dialogo para llegar a acuerdos evitando conflictos.

En este sentido dentro del programa de educación física (PCLEF) se pretendió hallar la posibilidad de hacer valer los derechos propios de las personas y así mismo respetar los de los demás, y que en el caso de este proyecto se quiso trascender de una perspectiva activista de la clase de educación física a una con un propósito de formación para mejorar las conductas agresivas o pasivas de los estudiantes, apostándole al respeto por las diferencias, a dialogar con coherencia sin herir al otro al enfrentar posturas opuestas, a hacer valer sus derechos y aprender del otro, de lo bueno, de lo malo y enriquecerse de ello, construyendo conocimiento de manera recíproca.

Para ello se ve la oportunidad de crear un proyecto enfocado en la comunicación asertiva y posibilitar escenarios para la cohesión grupal y la mejor convivencia dentro del aula y fuera de ella, teniendo en cuenta que el área de educación física es un escenario en el que se viven experiencias corporales que siendo subjetivas también ayudan a formar al otro respecto a las conductas generadas en grupo, lo que se evidenciara a lo largo de este proyecto, que dará cuenta de las transformaciones, cambios y mejoras que se realizaban en cuanto a lo propuesto.

Capítulo uno

1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL

En el siguiente capítulo se dará a conocer las características del tema envolvente del proyecto, sus repercusiones y la propuesta que posibilita transformaciones dentro y fuera de la escuela. Para esto se pondrán como referente algunas de las causas y consecuencias de las conductas que crean violencia y/o agresión y cómo repercute este comportamiento en su vida y en la convivencia con los demás, y asimismo en su formación como persona y ciudadano perteneciente a un país multicultural que aún no responde asertivamente a tener en cuenta al otro, a aprender y compartir sus diferencias (interculturalidad), lo que hoy día aclama la educación, sin dejar de lado otros valores que forman y trascienden al ser humano.

1.1. Antecedentes o estado del arte

Éste proyecto va ligado a potenciar la asertividad no solo dentro del contexto educativo, sino como repercuten los resultados de una comunicación asertiva en la vida cotidiana (en la sociedad), y como se mejoran las habilidades sociales, teniendo en cuenta al otro y así mismo situando en discusión las posturas propias sin necesidad agredir, siendo capaz de llegar a acuerdos aceptando las diferencias y aprendiendo de ellas. Para esto, se tuvo en cuenta distintas fuentes tanto de la web como físicas para saber que profundidad tiene el tema de la asertividad a nivel educativo, de los cuales se encontraron solo algunas evidencias, las cuales se redactan en los párrafos siguientes.

Son pocas las evidencias que se encuentran de estudios que se han realizado sobre asertividad en Colombia, un ejemplo de ello es un trabajo realizado en una universidad pública en la ciudad de Santa Marta, con estudiantes de primer semestre de Ciencias de la salud. Otro trabajo hallado en la web, es sobre la asertividad dentro de un proceso de rehabilitación en drogas y una tesis realizada en la Universidad Minuto de Dios sobre la asertividad entre maestros y estudiantes en una institución educativa.

Estos trabajos no reflejan el resultado de mejora o cambio personal o colectivo a nivel de valores en el contexto social, sino que sus consecuencias se fijan en el contexto donde fue aplicado el estudio; ninguno de ellos se realizó por medio de la educación física o en el ámbito educativo con fines de mejorar las relaciones sociales y prevenir conflictos. No obstante, siendo trabajos de carácter de investigación, se evidenciaron resultados cuantitativos, los cuales fueron realizados por medio de test y cuestionarios.

Por tanto, se concluye que a nivel nacional son pocos los trabajos desde la educación que se encuentran sobre asertividad, ya que hay que tener en cuenta que el término es de origen empresarial y apunta a mejorar las conductas para llegar al éxito económico; posteriormente, la psicología toma características para definirlo y darle relevancia a todas aquellas conductas adecuadas para estar bien con el otro. El enfoque que se dará en este PCP al término asertividad es direccionado educativamente a las características que posee el actuar de asertiva con la sociedad para ascender en la escala de valores y llegar a convivir adecuadamente con el otro, fortaleciendo asimismo su personalidad.

Como se mencionó anteriormente, se quiere utilizar el término asertividad enfocado a la educación, sin ánimo de denigrarlo por su origen empresarial, es por esto que se quiso indagar en el Centro de Documentación de la Facultad de Educación Física, donde se encontró un registro de PCP (2014-I) cercano a una de las características que le compete a la asertividad, la cual es la autorregulación y control emocional frente a situaciones complejas, y cómo ayuda esta al manejo de conflictos y a la configuración de la autoimagen.

1.2. Qué

La convivencia humana es cada vez más diversa y compleja, tornándose a veces en relaciones hostiles, indiferentes y con alto contenido de violencia. La escuela no es ajena a estas situaciones y los conflictos que a diario se viven hacen que se reproduzcan estos ambientes y se afectan de alguna manera todos sus integrantes. Al desarrollar acciones en favor de la calidad educativa, se debe pensar en la convivencia como lo más importante, haciendo especial énfasis en la promoción de relaciones armónicas, afectivas y constructivas.

La calidad de las relaciones con los demás depende de la calidad de la vida personal. Es en el actuar cotidiano donde se expresan las fortalezas y debilidades personales, la vida es un aprendizaje continuo, el cual debe ir unido a la sana convivencia mediante una comunicación asertiva, expresiones de afecto y el establecimiento de relaciones equitativas, donde el respeto por la autodeterminación, la libertad y la diversidad primen sobre todas las relaciones de

dominación y de poder; de esta manera, se está contribuyendo a disminuir la violencia que hoy por hoy se vive en el país.

Es en este sentido que el presente PCP pretende dar una posibilidad de vivir en paz con los demás en cualquier contexto a partir de la comunicación asertiva, transformando los rasgos de la comunicación cotidiana para reducir agresiones, aumentar la convivencia y apuntarle a que las personas puedan utilizar sus capacidades de manera flexible, para dar soluciones oportunas a conflictos o situaciones incómodas de la vida cotidiana por medio de la interacción asertiva entre ellos.

La intención del proyecto es incidir de manera pertinente desde la educación física para que los sujetos resuelvan conflictos y contraposiciones de manera pacífica y así aumentar la capacidad de buscar las condiciones adecuadas para intercambiar argumentos y construir acuerdos, esto lleva a interpretar las acciones de los otros para lograr una mejor convivencia, como afirma (Mockus, 2003, p. 106-110) cuando plantea que: “La conversación no puede ser una acción instrumental”; incluso en la acción estratégica es necesario tener en cuenta cómo la otra parte ve y entiende el conflicto, es decir, en el diálogo es fundamental ponerse en el lugar del otro.

En este sentido, Habermas ofrece una visión liberadora de la comunicación como antídoto al uso de la fuerza, según la cual, es fundamental la búsqueda del consenso antes que el uso de la fuerza, y que esta posibilidad de cambio no solo se refleje en las relaciones interpersonales, sino en la transformación de una práctica educativa, donde los valores sean vivenciales y los conflictos se disminuyan mediante mecanismos de comunicación asertiva, negociación cooperativa y mediación activa, igualmente que la práctica participativa sea una constante en el marco de una dinámica democrática.

Para que esto sea posible, es necesario poner en práctica las habilidades sociales, que son el conjunto de capacidades que permiten el desarrollo de un repertorio de acciones y conductas que hacen que las personas se desenvuelvan eficazmente en lo social. Estas habilidades están formadas por una gran gama de ideas, sentimientos, creencias y valores que son fruto del aprendizaje y las experiencias, todo esto va a provocar una gran influencia en las conductas y actitudes que tenga la persona en su relación e interacción con los demás.

1.2.1. características de las habilidades sociales¹

1. Se adquieren a través del aprendizaje. No son innatas, los niños y niñas desde el nacimiento aprenden a relacionarse con los demás. Se sienten de determinada manera, tienen determinadas ideas y actúan en función de estas.
2. Son recíprocas por naturaleza. Las habilidades sociales requieren, para su desarrollo, la relación con otras personas.
3. Incluyen conductas verbales y no verbales. Es tan importante lo que se dice como aquello que se comunica a través de otros lenguajes.
4. Están determinadas por el reforzamiento social (positivo y negativo). Determinadas conductas se repiten si tienen un esfuerzo interpretado como positivo (acorde con sus ideas y sentimientos) o negativo (en desacuerdo).
5. Son capacidades formadas por un repertorio de creencias, sentimientos, ideas y valores. Estos son la base de la conducta social. Las personas interpretan las situaciones y deciden la actuación.
6. Están interrelacionadas con el autoconcepto y la autoestima. Los resultados de las relaciones sociales influyen en el autoconcepto y la autoestima y estos, a su vez, son cruciales para las diferentes conductas en el medio social.
7. Son necesarias para el desarrollo integral de las personas, ya que se aprende en interacción con los demás.

1.2.2. habilidades sociales

1. Apego: Capacidad de establecer lazos afectivos con otras personas.
2. Empatía: Capacidad de ponerse en el lugar del otro y entenderlo.
3. Asertividad: Capacidad de defender los propios derechos y opiniones sin dañar a los demás.
4. Cooperación: Capacidad de colaborar con los demás para lograr un objetivo común.
5. Comunicación: Capacidad de expresar y escuchar sentimientos, emociones, ideas, etc.
6. Autocontrol: Capacidad de interpretar las creencias y sentimientos propios y controlar los impulsos.

¹ <http://www.educapeques.com/escuela-de-padres/habilidades-sociales-educar-para-las-relaciones-sociales.html>

7. Comprensión de situaciones: Capacidad para entender las situaciones sociales y no tomarlas como algo personal o culparse de determinadas cosas.
8. Resolución de conflictos: Capacidades para interpretar un conflicto y sacar alternativas de solución al mismo.

Teniendo en cuenta las habilidades sociales, se pretende hacer énfasis en la asertividad como medio para mejorar y potenciar la comunicación verbal y no verbal, sin dejar de lado las demás habilidades sociales, ya que son de gran relevancia y se interrelacionan frecuentemente para la toma de decisiones y para actuar con los demás emitiendo conductas que mejoren la influencia interpersonal y la resistencia a la influencia social no deseada, mientras que al mismo tiempo potencia las ganancias personales y minimiza las pérdidas en relación con las otras personas y mantiene la propia integridad.

Al hablar de asertividad se hace referencia a que esta es una parte esencial de las habilidades sociales, que reúne las actitudes y pensamientos que favorecen la autoafirmación como personas y la defensa de los derechos propios con respeto, es decir, sin agredir ni permitir ser agredido. Con respecto a esto (Roca , 2003, p. 12), manifiesta algunas de las características que pueden llegar a tener las personas que se comuniquen de manera asertiva son:

1. Facilita la comunicación y minimiza la posibilidad de que los demás malinterpreten los mensajes o lo que se quiere decir.
2. Ayuda a mantener relaciones interpersonales más satisfactorias.
3. Aumenta las posibilidades de conseguir lo que se desea.
4. Incrementa las satisfacciones y reduce las molestias y conflictos producidos por la convivencia.
5. Mejora la autoestima.
6. Favorece las emociones positivas personales y de los demás.
7. Quienes se relacionan con una persona asertiva obtienen una comunicación clara y no manipuladora, se sienten respetados y perciben que el otro se siente bien con ellos.

Con estas características, los sujetos pueden generar cambios en la manera de comunicarse con los otros donde se fortalezca la autoestima y se obtenga un diálogo ameno con los demás, ya que para facilitar una comunicación y comprensión más agradable de lo que quiere expresar

el otro, se debe llegar a un diálogo, en este caso, un diálogo asertivo, no solo para la resolución de conflictos, sino para afianzar la confianza en sí mismo y aceptar la diversidad de opiniones, ideas, creencias, sentimientos, etc.

Una definición que incluye conceptos vertidos por otros autores es la ofrecida por (Carrobbles, 1976), quien menciona que se suele aplicar el término conducta asertiva para referirse a la conducta de aquellos individuos capaces de expresar directa o adecuadamente sus opiniones y sentimientos (tanto positivos como negativos) en situaciones sociales e interpersonales.

Quizás la definición más citada en el área es la que postulan (Lange y Jakubowski, 1976, s. p.) para ellos, actuar asertivamente significa hacer valer los derechos expresando lo que se cree, se siente y se quiere en forma directa, honesta y de manera apropiada respetando los derechos de la otra persona.

Cabe aclarar que en la comunicación se reflejan tres estilos diferentes, los cuales permean e influyen de manera sólida en un acto comunicativo, cuyo resultado en muchas ocasiones puede llegar al conflicto, a la sumisión y/o a la vulneración de los derechos, ya sea por interpretar de manera inadecuada el mensaje o, por el contrario, por expresarse y no emitir asertivamente el mismo. En los siguientes renglones, se darán a conocer los diferentes estilos que pueden llegar a apropiarse los sujetos en un acto comunicativo.

1. Estilo pasivo: Cuando alguien actúa de forma pasiva no se expresa a sí mismo. Deja que las demás personas le manden, le digan lo que tiene que hacer y, generalmente, no defiende sus propios derechos. Por regla general, sus necesidades, opiniones o sentimientos son ignorados, y puede que otras personas se aprovechen de esa condición.
2. Estilo agresivo: En el otro extremo se encuentran las personas que son agresivas. Son mandones, intimidan a los demás, los critican y los humillan. Solo se preocupan por conseguir lo que ellos desean y cuando ellos quieren. Rara vez se preocupan por los sentimientos de los demás y, con frecuencia, se meten en líos o peleas. Tienden a aprovecharse injustamente de los demás y, generalmente, tienden a tener muchas enemistades. Por tanto, queda claro que tanto el comportamiento social pasivo como el agresivo no son la mejor forma de relacionarse con los demás. Estos dos comportamientos conducen bien a resultar herido (estilo pasivo), o bien a herir a los demás y aprovecharse de ellos (agresivos).

3. Estilo asertivo: La asertividad se refiere a comportarse pertinentemente. Es decir, ser asertivo significa dejar que los demás sepan lo que se siente y se piensa de una forma que no les ofenda, pero que al mismo tiempo permita expresar lo que se desea expresar. Se puede reconocer y respetar los sentimientos, opiniones y deseos de los demás de forma que no se imponga y que no permita que los demás se aprovechen.

También significa defender los propios derechos. Ser asertivo no es solo una cuestión de *buenas maneras*, es una forma de comportarse ante los demás, de modo que les permite conocer sentimientos propios e ideas sin atropellar o ignorar las suyas. De esta manera, se puede llegar a discrepar adecuadamente sin dejar de lado la opinión crítica que se tenga al respecto, por el contrario, a partir de ello construir acuerdos que lleguen a la transformación o mejora de fenómenos sociales y educativos, resaltando la intensidad del proyecto.

En párrafos anteriores, se toma como concepto primordial el diálogo, el cual etimológicamente se refiere a las raíces griegas *día*, que significa a través de y *logos*, significado de la palabra, así que esto refiere a que el diálogo busca la verdad por el intercambio de palabras. Desde una perspectiva paralela, la filosofía clásica explicó que existen verdades: las aporéticas u opinativas y las verdades prácticas, que solo pueden buscarse por esa vía.

Para que ese camino arduo que va desde la opinión parcial hasta la verdad común pueda ser transitado, deben reunirse algunas condiciones de las cuales dos son las primordiales para trabajar en este proyecto: El reconocimiento del otro en cuanto otro y disposición para aprender, en este sentido, el quebrantamiento o exclusión de cualquiera de estos requisitos implica la desaparición del diálogo.

Al hablar de diálogo, se tiene en cuenta lo que afirma (Freire, 1970, p.100) cuando expresa que:

Los hombres no se hacen en el silencio, sino en la palabra, en el trabajo, en la acción, en la reflexión. El diálogo implica un encuentro de los hombres para la transformación del mundo, por lo que se convierte en una exigencia existencial.

Y no se puede dejar de recordar que para Freire la palabra tiene dos fases constitutivas importantes: acción y reflexión. Ambas, en relación dialéctica, establecen la praxis del proceso

transformador. La reflexión sin acción se reduce al verbalismo estéril y la acción sin reflexión es activismo. La palabra verdadera es la praxis, porque los hombres deben actuar en el mundo para humanizarlo, transformarlo y liberarlo.

Así, Freire considera que el diálogo es la escucha de la palabra del otro, la reflexión y la crítica acerca de la información que se recibe. El diálogo forma parte de la sociedad y lo considera el único motor capaz de cambiar una sociedad absurda por otra sociedad donde prevalezca la utopía y los sueños de un futuro mejor, donde el otro y el excluido sean los principales protagonistas.

Pese a que Freire habla sobre el diálogo en términos educativos donde el educador y el educando conciernen, este diálogo no debe ser exento a la sociedad en general, ya que, si se habla de diálogo, se debe hablar de comunicación como él lo plantea, en la que prevalece la humildad para recibir lo que viene por parte del otro y para corregir las equivocaciones, el respeto a sí mismos y hacia los demás, la crítica para discernir con lo que se está en desacuerdo.

Esto quiere decir que se recae en un reduccionismo al imponer una verdad absoluta sobre el otro, y no habría proceso de cambio, por el contrario, para llegar a la transformación del mundo se deben consumir acuerdos mutuos y direccionar estos en la búsqueda de una verdad conjunta, donde el poder de la palabra no se quebrante, ni se subestime a quien piensa o tiene costumbres a las que se llama diferentes por no concernir con las del resto de la sociedad.

1.3. Por qué

1.3.1. ámbito Social

Tras sesenta años de lucha contra la violencia en Colombia, hoy se siguen especulando las razones de la falta de sensatez de aquellos que han privado de la vida a muchos de los que fueron mártires de la guerra, de los que despojados de sus tierras tuvieron que vivir en el limbo de la desventura y de los que en silencio aclamaban (y aún aclaman), que se escuchen sus más arduas plegarias de poder vivir como seres con palabra, sin que esta sea quebrantada o ignorada por quienes tienen más poderío de ella.

Las consecuencias de la guerra colombiana han repercutido en innumerables actos sociales de agresión física y moral, y como consecuencia de ello, se asiste aún a una crisis de convivencia, donde ni la escuela ni la sociedad hasta ahora han contribuido de manera sustantiva a enfrentar este fenómeno social, ya que no han sido formados integralmente para

desempeñarse como sujetos tolerantes y con la capacidad de resolver conflictos de manera inteligente y pacífica, igualmente como ciudadanos activos en la esfera de lo público que fortalezcan la democracia.

Pero esta situación no es reciente, solo ha variado y se ha transformado, pero sigue mutando, en el sentido que siguen existiendo oprimidos y opresores, desde los tiempos en que colonizaron a América donde se abolía hasta la misma existencia de los que pensaban diferente, todos aquellos eran los *enemigos* de quienes solían tener la razón de todo, aunque era más enmarcado el rechazo a la palabra o algún otro gesto de manifestación en contra de los absolutistas de la época.

Como afirma (Zubiria, 2015, p. 4) en cuestión al conflicto colombiano:

Esta naturaleza inédita del proceso colombiano conlleva una inmensa responsabilidad ética y reflexiva. La comunicación argumentada, la solidaridad con todos los afectados y el respeto a las diferencias, son condiciones éticas que debemos cuidar con esmero en todo este proceso de finalización del conflicto.

Esta guerra que ha dejado muchos cadáveres sin voz, de los que hoy solo se tiene el recuerdo, es la que aún se vive y suscita un sinnúmero de víctimas a lo largo de la historia colombiana. Estas situaciones desalmadas las recitan hoy en los llamados diálogos de paz, con los que se pretende hallar las causas de lo que no ha permitido vivir armónicamente en sociedad, donde se respeten las diferencias y sobre todo se aprenda a escuchar al otro, sin otorgarle prejuicios o desdenando su forma de pensar, razón que ha llevado a muchos a despojar del mundo a almas inocentes, que tuvieron que sufrir no solo dolorosas torturas carnales, sino también morales.

Por ejemplo, el rechazo hacia algunas poblaciones de Colombia, que se sienten ajenos al ser marginados por tener creencias y costumbres diferentes que se salen de los parámetros estandarizados que establece la sociedad, poblaciones como gitana o rom, LGTBI, afrodescendientes, indígenas, campesinos desplazados, desmovilizados, trabajadoras sexuales, habitantes de la calle, entre otros, quienes son maltratados simbólicamente y verbalmente por el Estado y la sociedad al no tener en cuenta que este es un país con diversidad cultural (multiculturalidad), pero que reclama en cambio interculturalidad..

Haciendo referencia a lo anterior, en el contexto social se muestra el irrespeto hacia el otro, en ocasiones refiriéndose de manera despectiva al dirigirse a las personas con rasgos morfológicos, raciales o lingüísticos diferentes, como el caso del presidente de la Onic, quién

cuenta su caso para un artículo en el diario *El Tiempo*, el 16 de abril de 2015, que se titula “Los indios ya pasaron”:

¡Indio! Le gritaron a Abadio Green Stocel, presidente de la Organización Nacional Indígena de Colombia, Onic. Y él respondió: ¡Con mucho orgullo! En otra ocasión, se encontraba en el Mercado de las Pulgas, en el centro de Bogotá, cuando un joven blanco salió corriendo de un pequeño puesto ambulante en medio de la histeria de la propietaria que vociferaba: ¡Indio ladrón, indio ladrón!

Él no entiende por qué aún la palabra indio es utilizada en Colombia de manera peyorativa. Por qué cuando habla con su compañera en su lengua natal -tule- la gente cree que la está insultando. Por qué al caminar descalzo por una vereda los blancos lo miran como si fuera un extraterrestre y le dicen indio patirrajado. O por qué los colombianos que quieren ofender a otro comentan no sea indio e, incluso, no sea Birry (Francisco Rojas Birry, indígena concejal de Bogotá).

Este y muchos son los casos que a diario se presentan frente al fenómeno de la indiferencia ante la multiculturalidad, que es visto como el hecho de culturas que conviven en un mismo ámbito geográfico, pero no se mezclan, no fomentan el intercambio, no se aceptan en términos de igualdad o, incluso, pueden llegar a la intolerancia en términos de discriminación y marginalización de la otra cultura, la diferente. Ello, en contraste con el fenómeno de la interculturalidad, que admite la reciprocidad, el intercambio, el respeto mutuo y en el que, en definitiva, las dos culturas ganan, ambas se enriquecen.

En este sentido, se parte de la concepción de ciudadanía de Mockus (2007), y que se asume en la formulación de las competencias ciudadanas del MEN:

Ser ciudadano es respetar los derechos de los demás. El núcleo central para ser ciudadano es, entonces, pensar en el otro. Se basa en tener claro que siempre hay otro, y tener presente no solo al otro que está cerca y con quien vamos a relacionarnos directamente, si no también considerar al otro más remoto, al ser humano aparentemente más lejano – al desconocido, por ejemplo – o a quien hará parte de las futuras generaciones (...) pero el ciudadano también se define por su relación con el Estado. Uno es ciudadano de un país específico con unas normas establecidas por un Estado específico. Cuando se habla

de las consecuencias, un ciudadano no solo mira las consecuencias para unos, sino para todos.

De acuerdo con lo anterior, es evidente que en muchas situaciones no se tiene en cuenta al otro, por tanto, no se queda atrás el hecho de ponerse en su lugar, siendo esta la causa de variadas injusticias que no solamente se evidencian en acciones violentas físicas o morales, sino también emocionales, que afectan la autoestima, ya que, al igual que cualquier tipo de atropello, el abuso emocional es una forma de violencia y agresión.

Estas características mencionadas van ligadas al lenguaje no verbal, que tiene como papel fundamental complementar, apoyar y completar la comunicación verbal. En este sentido, la violencia emocional consiste en enviar mensajes y gestos o manifestar actitudes de rechazo. La intención es humillar, avergonzar, hacer sentir insegura y mal a una persona, deteriorando su imagen y su propio valor, con lo que se daña su estado de ánimo, se disminuye su capacidad para tomar decisiones y para vivir su vida con gusto y desempeñar sus quehaceres diarios.

La violencia no verbal es aquella que se manifiesta en actitudes corporales de agresión como miradas de desprecio, muestras de rechazo, indiferencia, silencios y gestos insultantes para descalificar a la persona. De esta manera, también se agreden los derechos de las personas con gran influencia en lo emocional, lo que puede llegar a afectar algunas conductas personales tanto de autoestima como de relación con los demás.

Es por esto que en situaciones de conflicto no necesariamente se ve involucrado el déficit de comunicación verbal, sino también influye el lenguaje no verbal, lo que implica que un escenario de violencia se desencadene desde un simple gesto hasta llegar a agresiones físicas, y hablando en sentido global, se ha llegado a grandes guerras en las que hoy la sociedad colombiana oscila.

1.3.2. ámbito educativo

Es evidente que situaciones de irrespeto y falta de comprensión hacia el otro no solo se refleja en el ámbito social-cultural, sino también en el marco educativo, donde la burla como estrategia comunicativa es también un tipo de agresión que conlleva resentimiento y así mismo a actuar de manera impertinente con los demás, lo que siguen siendo cadenas que atan al desconocimiento como personas conscientes y con la habilidad del sentido común para expresar adecuadamente su sentir, pensar y actuar ante diferentes situaciones.

En efecto, la violencia, el *bullying* o el maltrato escolar son fenómenos complejos que emergen en el contexto de la convivencia y, por tanto, se enmarcan en las normas, rutinas, procesos, sistemas de interacción e intercambio, subjetividades y pautas culturales propias de cada institución escolar. “A estas prácticas subyacen conductas, creencias y actitudes de todos los actores involucrados, sean estas de afecto, valoración, satisfacción, amistad, colaboración o tolerancia, como asimismo de desafección, prejuicios, discriminación, exclusión o intolerancia” (Ortega, 2000, p. 39).

De tal forma que la presencia del matoneo y su expresión serán parte esencial del tipo de convivencia, el clima escolar y de aula que se respire y perciba en la escuela, factores que afectan e inciden no solo en el bienestar de cada uno de los miembros de la comunidad educativa, sino también en sus desempeños y prácticas. La magnitud del *bullying* escolar y, fundamentalmente, sus consecuencias en el desarrollo socio-afectivo y cognitivo de los estudiantes, lo ubican en un lugar prioritario a la hora de analizar el clima y la convivencia escolar, factores clave para el aprendizaje y el pleno desarrollo de los estudiantes (Ortega, 2005, s. p.)

En una investigación realizada sobre la violencia escolar y su influencia en la deconstrucción emocional y física, se permite evidenciar que el *bullying* entre estudiantes latinoamericanos afecta más a los varones que a las niñas en todas sus manifestaciones (física, psicológica y verbal) y es más relevante en las escuelas urbanas que rurales. Estos hallazgos reafirman lo aportado por los estudios internacionales, que constatan que tanto el género como la edad del estudiante inciden en la expresión y magnitud que alcanza el acoso entre compañeros.

En la síntesis de este estudio que se inscribe en la revista CEPAL sobre la violencia entre estudiantes, se afirma que las agresiones entre compañeros afectan de modo importante no solo a aspectos emocionales y conductuales de los niños y las niñas implicados, sino también y de manera significativa lo que ellos aprenden y logran en disciplinas esenciales para su formación y desarrollo.

Considerando lo anterior como muestras de la falta de comunicación asertiva en diferentes entornos y situaciones (sociales y educativas), cabe aclarar que las causas que dificultan la comunicación son variadas. Casi todas tienen que ver con los roles de cada persona, con las expectativas de ambas, con la autoimagen y con la imagen que se tiene de las personas con las que nos estamos comunicando, con los prejuicios, estereotipos, maneras de ver y valorar la realidad, los miedos, las emociones, los sentimientos etc.

1.4. Para qué

“Desafortunadamente, la falta de asertividad provoca conflictos que dañan al individuo mismo y a las otras personas con las que se relaciona, se pierde seguridad, control de la situación, energía y efectividad en la solución de conflictos” (Gasque, 1997, p.45).

La carencia de esta habilidad social es tan solo una de las posibles causas en las que se desenvuelve el conflicto y asimismo se concede la vulneración a los derechos, es por ello que el fin de este proyecto al promover la comunicación asertiva como propuesta educativa es asentar a ser flexibles más bien que severos, a cooperar más que a competir, a escuchar más que a negar, a comprender más que a ignorar, a respetar más que lastimar, y algo importante para la sociedad colombiana, a ponerse en lugar del otro antes de herirlo.

En este sentido, se pretende fomentar la interculturalidad entre los estudiantes, donde se identifiquen todos como iguales, sin recriminar diferencias para mejorar las relaciones entre las personas y lograr un vínculo más significativo con el otro, en el sentido que pueda comprenderlo y apoyarlo si es necesario, para expandir las posibilidades de construir lazos de respeto, dejando de lado el conflicto y evitando así la agresión, lo cual se puede potenciar a través del diálogo asertivo.

Potenciando esta habilidad social, se puede lograr que mejoren las relaciones interpersonales positivas, con una actitud de respeto y tolerancia hacia otras personas, aceptando las diferencias entre unos y otros y aprendiendo a comportarse de forma solidaria, aportando cosas propias y valorando las aportaciones de los demás para permitir el intercambio de saberes y la construcción de los mismos.

Lo que también permite mejorar la autoestima para que los sujetos sean más seguros de sí, puedan hacer valer sus derechos y de igual manera respetar los de los demás, expresando con seguridad y sencillez sus inconformidades, desacuerdos y otras condiciones que les incomode, sin dejar de lado el diálogo con el otro, para que las dos partes lleguen a entablar un vehículo comunicativo coherente, sin prejuicios ni disgustos.

Por tanto, la comunicación asertiva busca el respeto por las diferencias, como ya se ha mencionado en párrafos anteriores, Colombia es un país multicultural en búsqueda de una interculturalidad, la cual es estrategia de enriquecimiento personal y de apertura a mejores relaciones sociales, donde es preciso el respeto por otras lenguas, razas, géneros, sexualidad, condiciones físicas, creencias, estilos de vida y demás, sin juzgar costumbres sino más bien comprender y aprender de ellas siempre y cuando no se consideren perjudiciales.

A partir de entender la asertividad como una cualidad individual y social positiva, se pueden mejorar las acciones o conductas hacia los demás, obteniendo el control de las mismas, es decir, implementando la autorregulación antes que llegar a agredir al otro de manera peyorativa o con lenguaje no verbal despreciativo, agresor o que denigre la integridad física, moral o emocional de la otra persona.

Todas estas razones no solo se mejoran en el ámbito social con el ejemplo y la intervención pertinente al actuar, sino también son situaciones que se viven a diario en la escuela, siendo esta la gran posibilidad para la educación intencionada de las habilidades sociales y la potenciación de la comunicación asertiva, para empezar a forjar las virtudes que como ciudadanos y miembros de una sociedad se deben tener en cuenta para vivir en armonía en el entorno sin dañar al otro.

La escuela, siendo uno de los escenarios sociales donde los sujetos confluyen de manera natural, y, por tanto, es donde las diferencias sociales, económicas, culturales y políticas deben organizarse conscientemente. Asumir esta diversidad debe conducir a favorecerla y a desarrollar en los estudiantes unas capacidades y unas habilidades básicas que partan de su experiencia social y les permita mantener una convivencia pacífica y pluralista que se desenlace en valores que repercutan en el aspecto individual y comunitario.

Asistir a la escuela sin temor, seguro y motivado constituye una de las principales condiciones de los estudiantes para el pleno desarrollo, la apropiación y el logro de los aprendizajes. De esta forma, promover y fortalecer relaciones positivas y no violentas entre compañeros, se convierte en una condición ineludible para el proceso de ser y aprender de cada estudiante.

La posibilidad de generar espacios donde las personas actúen de manera más asertiva con el otro, es quizá una de las oportunidades que se necesita no solo dentro del ámbito educativo, sino que influyen en el contexto social, en el que día a día están interactuando sujetos con diferentes formas de pensar, quiénes tienen derecho a ser escuchados y entendidos, sin miedo a ser recriminados.

No obstante, el hecho de saber escuchar implica también saber hablar o expresarse de manera adecuada hacia el otro, en el momento pertinente y con las acciones pertinentes, porque no habría oportunidad de transformación o cambio si solo el limitante es escuchar y no ser capaz de apropiarse tanto de sus decisiones, ideas, pensamientos o acciones que se quieren manifestar al resto del mundo, teniendo en cuenta que no solo ese aprendizaje recíproco es para la formación de ciudadanos, sino para la construcción de seres humanos.

Es así que este proyecto se enfoca en la asertividad como principio para la formación de sujetos conscientes de sus pensamientos y acciones, con el fin de lograr la resolución de conflictos de manera pacífica, la comunicación asertiva en cuanto a situaciones dicotómicas, el respeto por las diferencias acogiendo estas como herramientas para el crecimiento personal y el fortalecimiento de las acciones expresivas, las cuales se pueden potenciar para que sea posible la comunicación de sus sentimientos y necesidades sin atentar al otro, siendo consecuentes de sus actos y así mismo que puedan regular a los demás en cualquier situación de agresión.

1.5 Marco legal

Para contrastar el tema de este proyecto con la realidad del contexto, se tuvieron en cuenta algunos aspectos legales para dar validez al tema a tratar, ya que para educar la asertividad se debe partir de algunas premisas (deberes y derechos), que son fundamentales para el fomento del respeto a las diferencias, el respeto a la vida, el derecho a ser educado, a ser respetado, entre otros, que dan solidez al tema a tratar y, por ende, dan muestra de la carencia de esta habilidad social en el marco del contexto colombiano.

Siendo los siguientes artículos los más cercanos al tema a tratar en este proyecto, se tienen en cuenta para conocer las condiciones educativas con las que debe trabajar el docente junto con los estudiantes, de la mano de padres de familia y la sociedad en general para llegar a construir estrategias de convivencia con fines axiológicos, en este caso compete a la Ley 115, Ley General de Educación, que resalta en su artículo primero que la educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.

Por tanto, para conseguir que lo anterior se logre de la mejor manera se debe llegar a unos fines educativos, los cuales se plantean en el artículo 5 de esta misma ley, donde resalta que la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines:

1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.

2. La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.
3. El estudio y la comprensión crítica de la cultura nacional y de la diversidad étnica y cultural del país, como fundamento de la unidad nacional y de su identidad.

Teniendo en cuenta que este es un proyecto educativo que se desarrollara en el ámbito formal se pone de manifiesto la Ley 934 de 2004 donde en su artículo 2 recalca que todo establecimiento educativo del país deberá incluir en su Proyecto Educativo Institucional, PEI, además del plan integral del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, las acciones o proyectos pedagógicos complementarios del área. Dichos proyectos se desarrollarán en todos los niveles educativos con que cuenta la institución y propenderá a la integración de la comunidad educativa.

Y de esta manera afirma también en su artículo 3 que para dar cumplimiento a lo anterior y sin perjuicio de la autonomía conferida por el artículo 77 de la Ley 115 de 1994, cada Institución Educativa organizará la asignación académica de tal forma que garantice la implementación de tales proyectos.

De acuerdo a lo anterior es importante resaltar lo que enuncia el párrafo de ésta ley en cuanto que, aquellas entidades territoriales que no dispongan del recurso humano calificado en el área de la Educación Física, podrán realizar acuerdos o alianzas con instituciones de Educación Superior para que se contrate con ellas la prestación del servicio o sirvan de Centros de Práctica de los estudiantes en los programas de Educación Física y tecnología en áreas afines.

Siendo este proyecto mediado por la educación física es de gran importancia saber que existe una ley obligatoria dentro del ámbito formal que tiene en cuenta su ejecución e importancia de ésta área para el desarrollo adecuado de los estudiantes, en este sentido la Ley de Educación Física propone que: todos los colegios del país deberán tener un programa para el desarrollo de la educación física, porque esta provee la inteligencia corporal, necesaria para la formación integral de los estudiantes.

Asimismo, la Ley 934 de 2014 ratificó la obligatoriedad de las instituciones educativas a suministrar entrenamiento físico, como parte de la formación integral de los alumnos. Esto no es nuevo, ya se había decretado en la ley 115 de 1994 (artículos 14 y 23) donde se declaraba su obligatoriedad. En preescolar y primaria, la instrucción física sería dada por el mismo profesor que daba las otras materias, y para bachillerato se contrataría un docente exclusivo para educación física.

No obstante, cabe aclarar que en este caso el área de Educación física actúa como medio generador de buenas relaciones sociales, promoviendo la comunicación asertiva a través de estrategias pedagógicas que resulten pertinentes dentro del ámbito educativo de manera intencionada, para que los resultados se reflejen en situaciones de la cotidianidad en cualquier contexto o ámbito social.

En este sentido, la Ley 1620 resalta la educación para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos, la cual promueve el respeto a las diferencias, relaciones interpersonales y temas afines. De esta manera, en su artículo 2 da evidencia de que esta ley es aquella orientada a formar personas capaces de reconocerse como sujetos activos titulares de derechos humanos sexuales y reproductivos con la cual desarrollarán competencias para relacionarse consigo mismos y con los demás, con criterios de respeto por sí mismo, por el otro y por el entorno, con el fin de poder alcanzar un estado de bienestar físico, mental y social que les posibilite tomar decisiones asertivas, informadas y autónomas para ejercer una sexualidad libre, satisfactoria, responsable y sana; en torno a la construcción de su proyecto de vida y a la transformación de las dinámicas sociales, hacia el establecimiento de relaciones más justas, democráticas y responsables.

Dentro de esta misma ley en su artículo 6 se habla sobre Diversidad donde éste sistema se fundamenta en el reconocimiento, respeto y valoración de la dignidad propia y ajena, sin discriminación por razones de género, orientación o identidad sexual, etnia o condición física, social o cultural. Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a recibir una educación y formación que se fundamente en una concepción integral de la persona y la dignidad humana, en ambientes pacíficos, democráticos e incluyentes.

Como ya se ha mencionado, la diversidad cultural que acoge a Colombia requiere también de la comprensión de la sociedad en cuanto a que sus ideales, creencias, pensamientos etc., son diferentes a las que establece la sociedad, por esto los anteriores artículos son la evidencia legal, de la aclamación de respeto, así se inicia desde la educación formal como estrategia educativa, esta como medio para formar individuos integrales para ascender hacia un progreso humano, social y cultural.

Capítulo dos

2. PERSPECTIVA EDUCATIVA

2.1. Sentido humano

Teniendo en cuenta que se hará hincapié en potenciar el desarrollo humano en esta propuesta educativa, se toman algunas concepciones, como la generada por el programa de Naciones Unidas para el Desarrollo en cuanto que:

Definen el desarrollo humano como un proceso por el que una sociedad mejora las condiciones de vida de sus ciudadanos a través de un incremento de los bienes con los que puede cubrir sus necesidades básicas complementarias además de la creación de un entorno en el que se respeten los derechos humanos de todos ellos. También se considera como la cantidad de opciones que tiene un ser humano en su propio medio, para ser o hacer lo que desea ser; el desarrollo humano también se define como una forma de medir la calidad de vida del ser humano en el medio en el que se desenvuelve (Angulo, 2005, p. 63).

En relación con lo anterior, se toma como referencia la teoría ecológica de desarrollo humano, en la que se entiende por desarrollo un conjunto de procesos, a través de los cuales las propiedades de las personas y el ambiente interactúan para producir constancia y cambio en las características biopsicológicas de la persona a lo largo de su vida (Grife y Guitart, 2012, p. 84).

El autor subrayó algunos principios en cuanto a la necesidad de realizar políticas sociales bajo el supuesto de que la comunidad debe considerarse un agente educativo susceptible de influir tanto en el curso del desarrollo psicológico de las personas como en su bienestar y calidad de vida. En este sentido, el principio de *corresponsabilidad* lleva a considerar que no solamente se enseña y se aprende en la escuela, sino también en otros escenarios de vida y actividad. Pero para que se puedan crear situaciones donde se pongan en relación contextos que favorezcan procesos educativos de enseñanza y aprendizaje, es necesario reconocerse mutuamente (co-reconocimiento), se valoren y se acepten positivamente, así como que realicen cosas conjuntamente, (co-acción).

En este sentido, la forma en que vive la vida una persona está sujeta a una influencia del cambio social, ambiental e histórico que en el caso de la sociedad colombiana se ha evidenciado en los últimos sesenta años, en los que ha tenido cambios multidireccionales en diferentes aspectos, que de acuerdo con lo que plantea (Bronfenbrenner, 2001, p. 27.) y como propuesta para este proyecto, deben ser tenidos en cuenta los diferentes fenómenos sociales de los cuales el desarrollo humano es inseparable tanto de estos como del contexto ambiental en el que se desarrolla una persona.

Para generar estrategias donde se pueda plantear la teoría de desarrollo ecológica, es necesario traer a colación aspectos fundamentales como la cultura, la sociedad y en sí mismo el ser humano, para así intervenir con la comunicación asertiva, teniendo en cuenta lo que plantea el autor, ya que la relación entre la cultura y la vida social puede verse de dos maneras: un desarrollo cultural, que contribuya a consolidar las formas de conducta y de convivencia social basadas en el intercambio simbólico, de palabras e imágenes, en lugar de las formas de confrontación violenta; crear una sociedad que puede resolver sus conflictos promoviendo la creación y el desarrollo cultural, que enriquecerá la vida de todos los miembros de la sociedad.

De esta manera, la Unesco postula que la cultura es el conjunto de los rasgos distintivos, espirituales y materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan una sociedad o un grupo social y que, además de las artes y las letras, engloba modos de vida, derechos fundamentales del ser humano, sistemas de valores, tradiciones y creencias. La cultura da al hombre la capacidad de reflexionar sobre sí mismo y de proyectarse en el mundo:

La cultura es la que hace del hombre un ser humano, racional, crítico y éticamente comprometido. A través de ella el hombre discierne los valores y determina opciones, se expresa, toma conciencia de sí mismo, se reconoce como un proyecto inacabado, cuestiona sus propias realizaciones, busca incansablemente nuevas significaciones, y crea obras que lo trascienden (1982)².

Entrando a comprender que el hombre por su condición es la síntesis del universo material, y tomado como principal actor de la sociedad y siendo quien transforma lo que lo rodea a gusto y manera propia, por tanto, la cultura predetermina al ser y, del mismo modo, el hombre a la sociedad. Pero lo conveniente y deseable es reforzar el lazo entre cultura y convivencia o buenas relaciones, para que la cultura apoye la convivencia y el intercambio de

² Recuperado de <http://www.unesco.org/new/es/mexico/work-areas/culture/>

valores que amerita esta sociedad y, en el caso de Colombia, la reconstrucción de la paz y que, como consecuencia, esta impulse un renacimiento de la creatividad cultural.

Con lo anterior, la cultura tiene que ver con las formas como se comunican los miembros de una sociedad, como transmiten y crean sentidos comunes que les permiten reconocerse, tolerar y disfrutar sus hábitos, costumbres y formas de actuar. Esta creación de sentido incluye el reconocimiento de los rasgos propios de cada uno: que significa ser colombiano, o ser miembro de una región, la cual debería ser sobresaliente en aspectos interculturales, pero que se ha venido formando como una sociedad individualista:

Nada es más peligroso para la supervivencia humana que la excesiva adulación del egoísmo y el olvido de los principios de solidaridad y generosidad. Sociedades como la colombiana, desamparadas por un Estado irresponsable y condenadas a rivalidad permanente, al individualismo agresivo, son buen ejemplo de los niveles de violencia que produce la falta de un sueño generoso de respeto en el que puedan converger millones de seres humanos (Ospina, 2011, s. p.).

En la medida en que el desarrollo cultural es el desarrollo de herramientas simbólicas, de la capacidad de usar eficazmente la palabra y la imagen, la cultura da poder a los hombres para afirmarse y valorarse sin necesidad de recurrir a la violencia. Cuando existe la posibilidad de argumentar y razonar, la palabra y/o las expresiones aprobadas socialmente pueden reemplazar y evitar hechos violentos, esto con el fin de llegar a acuerdos y aprender de las situaciones que se tornen difíciles, lo cual puede mantener el espíritu de tolerancia en las sociedades más que el de ser indiferente a ellas.

La comunicación asertiva como propuesta de mejora en las relaciones intra e interpersonales, le apuesta a aumentar la actitud natural del respeto por el otro, la capacidad de vivir cotidianamente la diversidad y el pluralismo y de fortalecer la tolerancia con un sentido de autoestima que le permita al ser humano asertivo crecer íntimamente, respetando a los demás y en medio del respeto de los derechos humanos de estos, en otras palabras, resignificar y validar la dignidad humana más allá de roles, estatus, condiciones, raza o situaciones de contexto que desdibujen su esencia misma.

Es así que la reconstrucción de una sociedad capaz de dialogar, de discutir con seriedad las divergencias que existen siempre entre los hombres, es decir, de disentir, de someter a una crítica profunda las concepciones que no comparte, de valorar el pluralismo y enorgullecerse por la diversidad y las diferencias individuales, sociales y culturales, es una parte esencial del proceso para reconstruir las condiciones de la paz en Colombia desde los ámbitos sociales y

educativos, siendo estos los ejes fundamentales que fortalecen la cultura y por los que se puede llegar a educar la asertividad para lograr una mejor proyección de vida de los integrantes, no como absoluta y única solución de conflictos, pero si como posible contribuyente a la reducción y prevención de violencia y potenciadora de autoestima y valores afines que deben permear al ser humano.

Con una sociedad que respete los derechos humanos y sujetos que se pongan en el lugar del otro, se logra un ser humano capaz de progresar más fácilmente desde sus dimensiones cognitivas individuales y sociales, pues siguiendo a González (1986) cuando postula que:

El hombre es hombre primero por una simple razón, porque existe en el mundo, su existencia lo hace algo o alguien en el mundo, su lugar crea una dinámica diferente en el espacio, sus relaciones con la naturaleza influyen significativamente en la transformación del mismo, la relación de influencia reciproca modifica continuamente su esencia. Los diferentes individuos se relacionan constantemente formando influencias particulares con los otros.

En consecuencia, se puede decir que la relación entre el mundo-hombre y el hombre-hombre son esenciales a la hora de la construcción de realidades. Con estos dos atributos, se generan cambios significativos en el progreso de la realidad humana. Además, a partir de esto se ha logrado obtener el mundo que se ve en la actualidad, desafortunadamente su racionalidad está acabando con su propia naturaleza de la que hace parte, pero existen muchas voces a lo largo y ancho del mundo que tienen una conciencia ecológica y luchan por la protección del ambiente o en términos mayores por el *bios* o la vida en general, ya que el hombre es un ser multidimensional en cuanto es un ser afectivo, ético, estético, cognitivo, político, histórico, cultural y demás.

Teniendo en cuenta lo anterior, donde se sostiene que el ser humano se construye a partir de las realidades que lo rodean, como son la naturaleza y las relaciones con los otros, se pretende con la propuesta curricular, la cual tiene como eje fundamental la comunicación asertiva, que se llegue a tener en cuenta al otro para evitar herirlo emocional o físicamente, es decir, alcanzar una expectativa de un ser humano reflexivo antes que actuante, que se ponga en el lugar del otro para que se piense como alguien que posee sentimientos y emociones, los cuales pueden ser afectados si no se expresa de manera adecuada con lenguaje tanto verbal como no verbal, lo que involucra vivir armónicamente con el medio que lo rodea.

Ya que uno de los valores que fomenta la asertividad es el respeto, se pretende fortalecer un ser humano que conozca sus derechos, para que asimismo respete los de los demás, de esta manera será ese actor principal que genere mejores relaciones interpersonales para el bien

común y no solo para su quehacer personal, ya que al reconocer sus derechos puede potenciar la comunicación asertiva en los demás, siendo capaz de razonar y dar cuenta sobre conductas que posiblemente se tornen agresivas o pasivas ante situaciones que se presentan habitualmente, no solo dentro del ámbito educativo, sino dentro de la sociedad en la que habita.

En el marco educativo, hay entes de autoridad que pueden controlar cualquier tipo de dinámicas violentas, aunque el ideal de ser humano asertivo sería quién regule sus propias conductas, siendo así consecuente de sus actos y responsable por el otro que debe considerar como igual, independientemente de la cultura que este apropie, ya que debe tener en cuenta que de esa otra cultura también se puede seguir construyendo como humano, perteneciente a una sociedad que no lo exime de la responsabilidad de tolerar, respetar y aprender del otro para lograr una solidez ciudadana, lo que llevaría a un progreso social y personal más amplio.

2.2. Sentido pedagógico

El ser humano se encuentra en permanente cambio gracias a la interacción con su medio natural y social, es bajo estas condiciones que la educación aparece como práctica social con intencionalidades explícitas o latentes, con diversidad de procesos y procedimientos continuos presentes durante toda la vida, que aportan a la construcción de subjetividades plegadas a la cultura y sociedad en la cual se desenvuelve el sujeto, ésta influenciada por las formas de existencia en el contexto de cada cultura (educación asistemática) (Herrera, 2009, p. 27).

En este sentido, la educación es entendida como el proceso mediante el cual la cultura se mantiene, afirma, reafirma y trasciende, constituye la manifestación concreta del poder de su intencionalidad, es el medio a través del cual se facilita ejecutar explícita o implícitamente el crecimiento de los individuos pertenecientes a la cultura y la sociedad.

Para lograr procesos educativos enfocados al desarrollo del ser humano, donde prime la comunicación asertiva, es necesario tener en cuenta que en este PCP se entenderá la educación como un proceso dinámico de integración personal y cultural, orientado a la integración del ser humano en los procesos culturales y también a la asimilación de múltiples culturas, para comprenderlas, recrearlas, transformarlas, tolerarlas y seguir aprendiendo de sus interacciones en la vida social de los seres humanos.

Una educación en la que lo primordial no solo sea el aprendizaje en escala de saberes, sino que se visualice en pro del desarrollo individual, social e integral del ser humano, en el que se involucran diferentes sistemas como lo anuncia Bronfenbrenner (la familia, la escuela, la sociedad) en las que se desenvuelva de manera pertinente y aporte también al desarrollo ético

y moral de los seres humanos que lo rodean, de igual manera fortalezca la cultura en la que habita construyendo lazos interculturales, sobre todo en esta sociedad que lo reclama.

Y para lograr lo anterior, es pertinente trazar una ruta pedagógica direccionada a la mejora de las relaciones sociales y el respeto por los derechos humanos, es relevante aclarar que en este PCP, la enseñanza hacía el estudiante no solo se imparte por una institución sino con la ayuda de su medio circundante (cultura y sociedad) ya que estas repercuten y comunican de manera recíproca con el individuo, como plantea (Perinat, 2007) sobre la teoría socio-histórica de Vigotsky, en cuanto que el conocimiento no es un objeto que se pasa de uno a otro, sino que es algo que se construye por medio de operaciones y habilidades cognoscitivas que se inducen en la interacción social y como ya anteriormente se ha mencionado respecto al papel de la educación en la sociedad.

En este sentido, Vigotsky señala que el desarrollo intelectual del individuo no puede entenderse como independiente del medio social en el que está inmersa la persona. Para Vigotsky el desarrollo de las funciones psicológicas superiores se da primero en el plano social y después en el nivel individual. La transmisión y adquisición de conocimientos y patrones culturales es posible cuando de la interacción (plano interpsicológico) se llega a la internalización (plano intrapsicológico).

Es así que el entorno cultural genera y nutre la mediación entre individuos, lo que permite el proceso por el cual el ser humano se acerca a las actividades sociales y mentales como lo plantea el autor, ya que proporcionan las herramientas simbólicas que estimula la construcción de la identidad, de la conciencia y de los procesos mentales, los cuales pasan primero por un proceso interpsicológico, el cual transforma las funciones intrapsicológicas que se revierten en manifestaciones del sujeto en el plano socio-cultural, transformando su entorno social.

Por esta razón, el autor afirma que el individuo construye el conocimiento a medida que participa en actividades sociales y transfiere dichas significaciones a su estructura psicológica interna, lo que permite afirmar que la escuela debería mostrarse como un escenario cultural, mediante el cual el estudiante se apropie de los instrumentos de mediación que le ayudará en el proceso del desarrollo de las funciones mentales superiores.

Para el autor, el aprendizaje es una actividad social y no solo un proceso de realización individual, como hasta el momento se había sostenido: una actividad de producción y reproducción del conocimiento, mediante la cual el niño asimila los modos sociales de acción e interacción. Este concepto del aprendizaje sitúa en el centro de atención al sujeto activo en su interacción con otros sujetos, con sus creencias y con el objeto, elementos que a su vez permiten

las transformaciones dentro de él, es decir, sus modificaciones psíquicas y físicas (Vygotsky, 1968).

Dentro de sus postulados, también plantea que el desarrollo de la cultura humana transcurre, a través de la actividad, como proceso que mediatiza la relación entre el hombre y su realidad objetiva. Por medio de ella, el hombre modifica la realidad y se forma y transforma a sí mismo, aportando también a los demás conocimientos no solo prácticos sino también axiológicos, emocionales y morales, que en este caso va focalizado al buen trato hacía el otro y a sí mismo, lo que permite que fortalezca su naturaleza interna, autónoma, independiente y reguladora, y su naturaleza histórico-social a través del proceso de la interacción adecuada entre sujetos y su contexto.

De este modo, la comunicación asertiva intercede en el ámbito educativo de manera intencionada, donde el docente intercede como mediador para impulsar la transformación de la realidad en lugar de imitarla, en lo que la relación pedagógica debe ser orientada al desarrollo personal y relacional del niño más que a lo aptitudinal, esto quiere decir que el docente debe direccionar su método de enseñanza a que el estudiante pueda participar y transformar en la cultura en que se sitúa, con una mayor responsabilidad social, que en este caso es la de actuar asertivamente con los demás.

Con lo anterior, hay que reconocer que el conocimiento se construye por fuera de la escuela, pero que es reconstruido de manera activa e interestructurada a partir del diálogo pedagógico entre el estudiante, el saber y el docente, y que para ello es condición indispensable contar con la mediación adecuada de un maestro, que favorezca de manera intencionada y trascendente el desarrollo integral del estudiante. Un enfoque que concluya que la finalidad de la educación no puede estar centrada en el aprendizaje repetitivo, como desde hace siglos ha creído la escuela tradicional, sino en el aprendizaje como guía hacía el desarrollo humano integral.

Teniendo en cuenta factores de un modelo pedagógico dialogante, el cual reconoce las diversas dimensiones humanas y la obligatoriedad que se tiene de desarrollar y potenciar cada una de ellas, en lo que hay que tener en cuenta, que como educadores, es de responsabilidad la formación de un individuo ético que se indigne ante los atropellos, se sensibilice socialmente y se sienta responsable de su proyecto de vida individual y social. No se trata simplemente de transmitir conocimientos, como supuso equivocadamente la escuela tradicional, sino de formar individuos más inteligentes a nivel cognitivo, afectivo, social y práxico. Y este desarrollo tiene que ver con las diversas dimensiones humanas.

Con esta propuesta pedagógica, se trata de garantizar un desarrollo moral y no solo de adquirir un conocimiento que no sea aplicable a la vida cotidiana, se trata de incidir en el desarrollo y no solamente en los comportamientos de los individuos, es decir, de generar un desarrollo moral y valorativo y no simplemente un aprendizaje repetitivo y que en este sentido se involucre la comunicación asertiva, mejorando con ello el conocimiento de sí mismos y de los otros; cualificando la lectura de los gestos y actitudes externas y de las propias, orientando el manejo de sus propias emociones y de las de los demás. Y que así se reconozcan como seres humanos, no solo porque piensan, sino también porque son capaces de vivir con el otro en armonía actuando como seres sociales y así mismo culturales que mejoren y/o configuren su realidad.

Complementando lo anterior, como lo postula Andrade cuando se refiere a una enseñanza donde: “Hombres y mujeres que experimenten el imperativo de respetar las libertades y de no violentar la sociedad; que sientan que es necesaria una radical transformación de las relaciones entre los seres humanos. Hombres tolerantes y sensibles ante el dolor ajeno, pero que no por ello dejen de indignarse ante los actos de violencia y maltrato ejercido hacia sí mismos y hacia los demás” (Andrade, en prensa).

Y para lograrlo, la pedagogía, y por consiguiente el pedagogo, deben interiorizar su concepto, dominarlo y mutarlo de acuerdo con cada situación que se presente en el aula de clase o espacio donde se genere su encuentro educativo, pese a que se parte del proceso de la interacción con otros, el pedagogo tendrá que particularizar cada situación con sus estudiantes, entenderlos, conocerlos, ayudarlos a potenciar las habilidades innatas de cada individuo, trabajando en la formación de carácter, en la afirmación de valores y enriqueciéndolo como sujeto.

Por otra parte, Freire postula una pedagogía antimétodo que rechace la rigidez de los modelos y paradigmas metodológicos. La pedagogía antimétodo obliga a entender el diálogo como una forma de praxis social para que compartir experiencias sea un hecho guiado por la reflexión y la acción política. El diálogo como praxis social “implica que el rescate de la voz de los oprimidos sea una condición fundamental para la emancipación humana” (Freire, 1987).

Zambrano (2001) enuncia que la pedagogía es la disciplina que organiza el proceso educativo de toda persona, en los aspectos psicológico, físico e intelectual, tomando en cuenta los aspectos culturales de la sociedad en general. Pedagogía es el arte de transmitir experiencias, conocimientos, valores, con los recursos que tenemos a nuestro alcance, como son: experiencia, materiales, la misma naturaleza, los laboratorios, los avances tecnológicos, la escuela, el arte, el lenguaje hablado, escrito y corporal.

En este sentido, es necesario que exista un principio pedagógico de acción-reflexión-acción tanto por parte del docente dentro de su accionar para mejorar su práctica pedagógica, como la del estudiante para fortalecer los lazos que anclan su formación como ser humano asertivo y ciudadano consciente y responsable por el cuidado y valoración de sus derechos y los del otro, a partir de la reflexión sobre las diversas situaciones que se presenten dentro del marco educativo, ya que desde allí se pueden establecer parámetros que intencionadamente ligen la educación de la asertividad con el desarrollo social e individual de los sujetos.

Esto se generará desde los espacios que se brinden en la clase de educación física como área práctica, en la que se puedan desarrollar eventos de interacción y reflexión de acciones, para que se refleje una transformación de los contenidos tradicionales que emiten activismos dentro de la clase, que quizá no a nivel general, pero si socialmente ésta reconocida como disciplina encargada de adiestrar cuerpos, más que de enseñar a reflexionar a partir de una experiencia corporal individual y grupal con fines cooperativos.

El término educación física se ha visto como la promoción o desarrollo óptimo de las capacidades físicas del hombre, hablando desde una perspectiva que ha trascendido hasta hoy en nuestro país, donde se ve al cuerpo como un simple agente para ser educado, y no para educarse por medio de éste y de sus propias experiencias, siguiendo paradigmas sociales, políticos y económicos, siendo así un cuerpo sujeto a parámetros de alienación y sumisión, de tal modo el cuerpo cae en un dualismo, interesándose por adiestrar lo físico más que su unidad totalizante (ser).

Aterrizando lo anterior a un contexto como Colombia, donde el cuerpo se educaba (y hoy en día en ocasiones se educa) para generar resultados de orden militar y productivos, es decir, la creación de “hombres útiles para la sociedad”³, (Herrera M. p.7) viéndose cosificado y transformado para fines objetivos, mostrándose como un cuerpo denigrado y utilizado bajo necesidades ajenas, y no educado en pro de prepararse integralmente para la vida tomando en cuenta las dimensiones humanas, por el contrario, han sido rechazadas o limitadas cualquier tipo de expresiones espontaneas, sometiéndose el cuerpo solo a cumplir sin derecho a protestar, pues como diría uno de los más reconocidos educadores e intelectuales del siglo XX:

Dado que nuestra sociedad permite que las culturas corporativas reduzcan las metas de la educación a los requerimientos pragmáticos del mercado y, por tanto, se forma a los estudiantes para que sean “trabajadores sumisos, consumidores expectantes y ciudadanos pasivos (Chomsky, 2007, s. p.).

³ Esto dentro de la educación popular, puesto que en las elites la educación era enfocada a fines diferentes.

Por lo anterior, se ha tornado la clase de educación física no como una posibilidad de apertura al diálogo, reflexión y construcción de mejores procesos educativos, lo cual transforme positivamente el entorno que lo rodea y asimismo viva en armonía con el otro, para reafirmar la sociedad en la que habita, sino que potencia aptitudes de competitividad y egoísmo, lo que conlleva a la individualidad y a la prepotencia de ayudar al otro cuando sea necesario, conductas que dan paso al irrespeto e intolerancia hacia los demás.

2.3. Sentido disciplinar

El concepto de educación física no ha sido unívoco en el pasado, ni lo es en el presente. La interpretación que se le da a los términos hombre, educación y física, ha tenido cambios que hasta hoy se ven polemizados dentro de la misma área, viéndose así su polaridad que es dirigida desde diferentes disciplinas como la educación, la pedagogía, la medicina etc.

Desde la perspectiva de este PCP, la educación física se ve como una práctica social que tiene una intencionalidad ética, de transformación social y personal, que para éste caso es la de la potenciación de las relaciones entre individuos y el reconocimiento de sus derechos, lo que conlleva al respeto de las diferencias y el fortalecimiento de los valores para lograr que la sociedad comprenda que se pueden construir relaciones más armónicas con los otros sin llegar a generar conflictos o formas de violencia hacia los demás, por situaciones de desacuerdo, sobreponerse ante el otro al querer posicionar una relación de poder mayoritaria o por no tolerar las diferencias de otras culturas.

Ya que se considera la EF como práctica social, se pretende tomar como estrategia metodológica contenidos la tendencia de la *Praxiología motriz* la cual según Parlebas, es la ciencia que estudia sistemáticamente las condiciones y normas de la acción o praxis humana y que por consiguiente tiene tres aspectos en los cuales puede influir en la conducta humana: En el conocimiento de sí mismo, en la relación con los demás y en la relación con el mundo circundante.

Entonces la praxiología motriz muestra que mediante las prácticas físicas se trabaja sobre la personalidad, la inteligencia, la afectividad, las relaciones y se sabe que interviniendo en las situaciones motrices, es posible favorecer el desarrollo de la persona y no como se ha venido realizando la clase de educación física con fines activistas, que se reducen al mecanicismo del cuerpo sin tener en cuenta el aspecto emocional y cognitivo de la persona.

Es necesario que las clases de Educación Física involucren propósitos como el fomento de valores para el control de la agresividad y el fortalecimiento del trabajo en equipo, donde

prime el desarrollo de la persona más que las capacidades físicas, como lo plantea Parlebas, cuando afirma que la educación física debe interesarse menos por el ejercicio físico y más por la persona que lo ejecuta; que deberá centrarse en el sujeto de forma abstracta y universal. De ahí la necesidad de construir un conocimiento de la actividad del niño, en el cual se pongan de relieve las diferentes estructuras que la conforman.

Parlebas diferencia entre la acción motriz y conducta motriz, la primera es un concepto más amplio que el de conducta motriz, e identificado en un rol que da origen a toda la teoría de Parlebas. Para su comprensión, es necesario abordar otros conceptos de la teoría general de la praxiología motriz. La acción motriz es definida como el proceso de realización de las conductas motrices de uno o varios sujetos que actúan en una situación motriz determinada. En cuanto la segunda está en el centro de la acción motriz y corresponde al objeto de estudio de la educación física, reúne actividades físicas y deportivas en un núcleo común, tiene en cuenta datos observables y medibles de comportamientos motores y también de rasgos subjetivos de la persona en acción.

Busca desarrollar en el individuo la interacción entendida como todo lo que hay de acción y reacción entre dos o más personas, a través de diversas situaciones que se convierten en la base del intercambio con el entorno. Esto lleva implícita una noción de estrategia entendida como aquellas imágenes mentales preconcebidas empleadas con el fin de conseguir objetivos determinados.

En esta tendencia, tienen cabida todo tipo de medios y actividades físicas, desde el juego hasta formas deportivas depuradas, pasando por técnicas propias del desarrollo motor, la psicomotricidad y la expresión corporal. El único requisito es un análisis previo de los aportes relacionales que dejan al estudiante su ejecución.

2.3.1 Contenidos praxiología motriz

Hacen parte de la acción motriz el conjunto de prácticas y técnicas de movimiento que, analizadas a la luz de tres grandes categorías: incertidumbre, procedente del entorno físico (escenarios dedicados a las prácticas), interacción praxica con compañeros (relación con practicantes de la misma actividad que cooperan tras el logro de un mismo fin) e interacción praxica con adversarios (relación con participantes que limitan la obtención de resultados), los cuales integran tres categorías que constituyen ocho dominios de acción, estos tienen en cuenta la presencia o no de cada una de estas tres categorías. Para este PCP, se tendrán en cuenta solo algunos dominios, los cuales apuntan a la pertinencia de actividades que fomenten las relaciones sociales, a saber:

1. Dominio 1. CAI: Situaciones motrices con presencia de incertidumbre procedente del entorno, con interacción prÁxica con compaÑeros e interacción prÁxica con adversarios.
2. Dominio 2. CAI: Situaciones motrices con presencia de incertidumbre procedente del entorno, con interacción prÁxica con compaÑeros y sin interacción prÁxica con adversarios.
3. Dominio 3. CAI: Situaciones motrices con ausencia de incertidumbre procedente del entorno, con interacción prÁxica con compaÑeros y sin interacción prÁxica con adversarios.
4. Dominio 4. CAI: Situaciones motrices con presencia de incertidumbre procedente del entorno, ausencia de interacción prÁxica con compaÑeros e interacción prÁxica con adversarios.

2.3.2 Propuestas y contenidos

2.3.2.1 Juegos cooperativos

El ser humano puede asumir distintos comportamientos, tiene la capacidad de enriquecerse o de destruirse, no solo a sí mismo sino también al ambiente que lo rodea e igualmente a los demás; puede ser agresivo o no, puede ser competitivo o solidario, sin dejar de ser competente. El comportamiento es producto de los valores que socialmente se han recibido desde los inicios de la vida, el hombre es producto de un proceso de socialización en el cual se le ha enseñado a valorar comportamientos constructivos o destructivos.

El juego cooperativo como categoría del juego pedagógico o dirigido que se emplea para lograr un objetivo predeterminado en diferentes como la educación, la recreación, la psicología, puede ser empleado como instrumento que promueve conductas sociales positivas (ayudar, cooperar, compartir, etc.). También puede utilizarse como medio para la comunicación, la socialización y la educación en valores estimulando en la infancia el progresivo desarrollo del YO social del niño, a través de actividades lúdico-grupales que potencien la integración y la participación grupal escolar y el mejoramiento del ambiente social dentro y fuera del aula de clase.

Los juegos cooperativos son propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad, no solo en el mismo juego, sino que se ancle a la vida habitual de quien lo ejecuta, promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Buscan la participación de todos, predominando los objetivos colectivos sobre las metas individuales. Pueden definirse como aquellos en los que los jugadores dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes.

Orlick (1990) destaca en este tipo de actividad “una serie de libertades que ayudan al desarrollo de la cooperación, de los buenos sentimientos y del apoyo mutuo”. Esta serie de libertades las agrupa en cinco:

1. Libres para competir: Esta característica es la verdaderamente distintiva del juego cooperativo frente al competitivo. En este tipo de juego no existe oposición entre las metas de los participantes y por tanto no se busca el logro de intereses particulares, sino que todos los logros son grupales, lo que hace que todo el grupo se sienta como protagonista, a la vez que persiguen un objetivo común. Al eliminar este rasgo competitivo del juego, se logra que la autoestima de los participantes aumente de forma general, y no solo en unos pocos.
2. Libres para crear: Los participantes, al ser niños, tienen mucha imaginación, la cual aprovechan para buscar diferentes límites y conocer la multitud de posibilidades que brindan los juegos cooperativos. Al poseer esta característica, se inculcan una serie de valores muy positivos para la formación del alumnado.
3. Libres de la exclusión: El no rechazo de ningún participante en los juegos cooperativos es una de sus características esenciales. Gracias a esta característica, se evitan situaciones en las que los participantes no se sienten integrados, todos tienen el mismo rol y nadie es superior a nadie, no se juzga por las características motrices del sujeto, sino que se tiene en cuenta la implicación de los mismos independientemente de su destreza. Al no producirse estos signos de rechazo, la autoestima de los participantes es mayor y con ella se consiguen mejoras en las relaciones sociales.
4. Libres para elegir: Es de vital importancia para los participantes elegir en diferentes situaciones durante el transcurso de los juegos. Al dotar a los alumnos de este poder de elección, su nivel madurativo crece, y con ello el nivel de autoestima y aceptación de sí mismos y de sus compañeros.
5. Libres de la agresión: Con esta característica, se dota a los alumnos de unas bases de lo que en verdad es el juego cooperativo, en el cual no se incluye el término agresión, ya que es algo opuesto a lo que se busca en el juego cooperativo, donde la mayor

herramienta que se debe usar es el diálogo para llegar a diferentes acuerdos con el resto de participantes.

Por consiguiente, en los juegos cooperativos, todos los miembros del grupo participan, nadie sobra, no hay eliminados, ni nadie pierde, todos cooperan para conseguir una finalidad común, combinando sus diferentes habilidades y uniendo sus esfuerzos, y los jugadores compiten contra elementos no humanos, en lugar de competir entre ellos, tratando de conseguir entre todos una meta. Los juegos cooperativos eliminan el miedo al fallo y la angustia por el fracaso (porque el objetivo no es ganar), reafirman la confianza de los jugadores en sí mismos, como personas aceptables y dignas, sentimientos que están en la base de una elevada autoestima necesaria para el desarrollo armónico de la personalidad.

En estos juegos, se encuentran presentes la acción corporal y la interacción social lúdico-cooperativa a través del lenguaje verbal y no verbal. Y de las aportaciones vygotskianas se desprende que en estos componentes están las bases del desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Estos programas de juego promueven que los jugadores participen en una situación interactiva que exige colaboración, e inciden en la autovaloración, en las actitudes prosociales y en la capacidad de autorregulación.

Los juegos cooperativos se pueden distribuir en dos módulos con diferentes categorías, como se muestra a continuación:

Tabla 1. Módulos con categorías de los juegos cooperativos.

Juegos de comunicación y conducta prosocial	Juegos cooperativos de creatividad
-De comunicación-cohesión grupal	-De creatividad verbal
- De ayuda-confianza	- De creatividad gráfico-figurativo
-De cooperación	- De creatividad dramática
	-De creatividad plástico-constructiva

Fuente: Elaboración propia.

A continuación, se presentan los objetivos concretos de los juegos cooperativos según Garaigordobil (2006, p. 83):

Para potenciar el desarrollo de factores de socialización con los juegos cooperativos se puede estimular: a) el conocimiento de los niños entre sí, el incremento de la interacción multidireccional, amistosa, positiva, constructiva con los compañeros del grupo y la

participación grupal; b) las relaciones amistosas intragrupo; c) las habilidades de comunicación verbal y no verbal: exponer, escuchar activamente, dialogar, negociar, tomar decisiones por consenso etc.; d) un aumento de conductas sociales facilitadoras de la socialización (conductas de liderazgo, jovialidad, sensibilidad social, respeto-autocontrol), así como una disminución de conductas perturbadoras para la misma (conductas de agresividad-terquedad, apatía retraimiento y ansiedad-timidez); e) la conducta pro-social (dar, ayudar, cooperar, compartir, consolar...): las relaciones de ayuda y la capacidad de cooperación grupal (dar y recibir ayuda para contribuir a un fin común); f) el desarrollo moral: aceptar normas sociales implícitas en las instrucciones de los juegos (turnos, estructura cooperativa, roles...) y normas sociales que el grupo estructura para la realización de los juegos, fomentar valores (diálogo, tolerancia, igualdad, solidaridad etc.).

Para favorecer el desarrollo emocional se puede promover:

1. La identificación de variadas emociones.
2. La expresión de emociones a través de la dramatización, las actividades con música-movimiento, el dibujo y la pintura.
3. La comprensión de las diversas causas o situaciones que generan emociones positivas y negativas.
4. El afrontamiento o resolución de emociones negativas.
5. El desarrollo de la empatía ante los estados emocionales de otros seres humanos.
6. La mejora del autoconcepto-autoestima.
7. Sentimientos de placer y de bienestar psicológico subjetivo

Para estimular el desarrollo de factores intelectuales como:

1. La creatividad verbal, gráfica, constructiva y dramática en indicadores como: fluidez (producir ideas), flexibilidad (variar de categorías), originalidad (novedad), elaboración (detalle), conectividad (integrar elementos simples en unidades significativas mayores), fantasía (alejamiento de la realidad).
2. La atención.
3. La memoria.
4. El pensamiento asociativo.
5. La capacidad de simbolización
6. El razonamiento lógico verbal y no verbal.

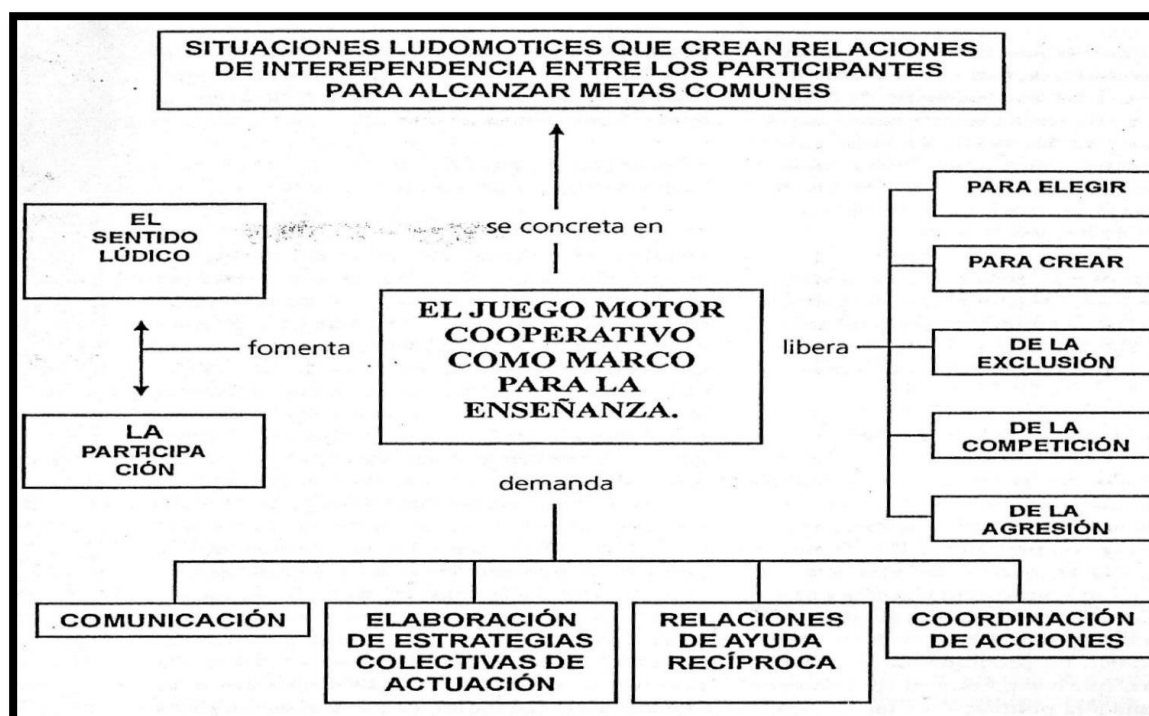


Figura 1. El juego motor cooperativo.

Fuente: Ruiz Omeñaca, 2003.

En este sentido, los juegos cooperativos son propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad en los juegos promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Facilitan el encuentro con los otros y el acercamiento a la naturaleza. Buscan la participación de todos, predominando los objetivos colectivos sobre las metas individuales, es decir, las personas juegan para superar retos y no para superar al otro, como se muestra en la figura 2.

2.3.2.2 Expresión corporal

La expresión corporal es una conducta existente desde siempre en todo ser humano. En un lenguaje paralingüístico el ser humano se expresa a través de sí mismo, reuniendo en su propio cuerpo el mensaje y el canal, el contenido y la forma. Es un quehacer que, desde el aspecto metodológico, debe estar específicamente ordenado para poder profundizar respecto de este lenguaje. Gracias a esta actividad cuidadosamente planificada se enriquece el lenguaje corporal merced a un proceso de aprendizaje orientado al desarrollo y profundización de la senso-percepción, la motricidad, la imaginación, la creatividad y la comunicación (Stokoe, 1967, s. p.).

Implementar la tendencia *expresión corporal* en el currículo de educación física exige para el docente la comprensión de los elementos que lo constituyen y las distintas formas que le permiten desarrollar las capacidades del individuo al utilizar el cuerpo como medio que comunica y posibilita su desarrollo.

Tabla 2. Perspectiva desde diferentes autores sobre la expresión corporal.

Autor	Concepto
Santiago P. (1985)	Propone como componentes educables la capacidad perceptiva y la espontaneidad para lograr la creatividad del estudiante.
Dennis (1980)	Diferencia la expresión sobre el cuerpo y la expresión corporal dando importancia a la segunda para el ámbito educativo, promoviendo la necesidad de la pedagogía del ambiente donde los espacios pedagógicos han de permitir al cuerpo la construcción, la libertad y la seguridad que posibiliten la creación. Se busca que en las prácticas corporales prevalezcan la expresión, la imaginación y la creación.
Stokoe (1988)	Propone como contenido educativo para la expresión corporal la danza como una expresión de arte, salud y educación en general, exigiendo así tres elementos básicos: El cuerpo, la creatividad y la comunicación; además de elementos técnicos que permitan el desarrollo creativo conceptuándola como lenguaje a diferentes niveles de comunicación ya sea con uno mismo o con otros.
Mateu (1993)	Propone que la expresión corporal es el punto de encuentro entre el desarrollo corporal y las

	actividades artísticas donde se pretende optimizar la cualidad del movimiento para potencializar la creación como factor central de las actividades artísticas.
García y Mottos (1990)	La virtud de la expresión corporal consiste en buscar y encontrar los medios adecuados para una correcta expresión y comunicación de ideas y sentimientos, lo cual se puede entender como que la expresión corporal se compone de 2 elementos, uno expresivo – acción externa – que supone la capacidad de emitir y descifrar mensajes corporales, y, el cognitivo, que engloba todas a las actividades que tienen en cuenta cualidades expresivas del movimiento, como gravedad, ligereza, lentitud, que determina el logro de la plasticidad y la creatividad.

Fuente: Elaboración propia.

A continuación, se dan a conocer los contenidos de la expresión corporal y los aspectos que competen al desarrollo en el sujeto:

1. Conciencia corporal: El individuo en un principio tiene una noción global su cuerpo que evoluciona y le permite hacerla cada vez más articulada, posibilitando la noción que el cuerpo posee unos límites y que sus partes se encuentran interrelacionadas y unidas formando una estructura muy definida. La conciencia corporal la constituyen: El esquema corporal, control y ajuste postural, respiración, relajación, lateralidad y las senso-percepciones.

Tabla 3. Contenidos de la conciencia corporal.

Aspecto	Definición
Esquema corporal	Intuición global inmediato del cuerpo, en interacción con sus partes y relación con el espacio y los objetos que o rodean. (Le Boulch (1981).
Control y ajuste postural	Rigal (1987) determina varios tipos de tonos: muscular y postural resultado de reacciones de equilibración y mantenimiento de la actitud.
Respiración	Función mecánica y automática regulada por los centros respiratorios, siendo su función la asimilación del oxígeno del aire, para nutrir los tejidos y desprender el anhídrido carbónico (Comellas, 1987).
Lateralidad	Dominio funcional de un lado del cuerpo humano sobre el otro, se manifiesta con la utilización selectiva de un miembro determinado para realizar operaciones de precisión (Rivera, 1991).
Sensopercepciones	Prácticas corporales que giran en torno a la necesidad del ser humano de abrirse a estímulos que proceden tanto de sí mismo como de su entorno (Lleixá, 1993).
Relajación	Estado caracterizado por un bajo tono muscular que favorece la toma de conciencia corporal. Su función es ayudar en el conocimiento de las percepciones interoceptivas y propioceptivas.

Fuente: Elaboración propia.

2. Espacialidad: Según (Castañer y Camerino, s. p.) la orientación espacial se entiende como la aptitud para mantener constante la localización del propio cuerpo con respecto a la posición de los objetos como para posicionar esos objetos en relación con nuestra ubicación.

3. Temporalidad: Se define desde el orden que determina la sucesión entre los acontecimientos que se producen, unos a continuación de otros, y la duración es la medida del intervalo temporal que separa los puntos de referencia. Para lograr la estructuración temporal es necesario adquirir la noción temporal y el dominio de los conceptos más significativos para orientarse en el tiempo, denominándolo orientación temporal.

4. Ritmo: Es el acto perceptivo del tiempo, movimiento ordenado. En él se consideran los siguientes elementos: pulso, compás y la subdivisión.

La expresión corporal enfocada desde el área de educación física tiene como objetivo principal ayudar al desarrollo del corporal desde lo artístico, a partir de contenidos como sentir el cuerpo, la expresión corporal y el lenguaje dramático. Este enfoque da cuenta de la propuesta con carácter globalizador que se pretende dar al proceso de formación de los individuos en la escuela. La conducta motriz se asocia a la comprensión corporal, constituyendo una unidad que se encuentra presente en todas las experiencias y en las distintas vivencias personales es así, como la educación a través del cuerpo y del movimiento no es reducido exclusivamente a los aspectos perceptivos y motrices sino que se pretende abordar desde el carácter expresivo, comunicativo, afectivo y cognitivo.

Para el análisis de la capacidad expresiva se proponen tener en cuenta:

1. Conocimiento personal: La persona se conozca así misma con sus posibilidades de expresarse a través de todo su cuerpo, posibilitando sentimientos de autoconocimiento y autorrealización consciente de lo que quiere expresar.

2. Comunicación interpersonal: Puede darse de dos formas; la comunicación verbal y la comunicación no verbal. Se trata de comprender el lenguaje corporal con sus matices hacia la persuasión, la información, la diversión, la expresión de emociones y el dominio de la interacción a través del comportamiento verbal.

3. Comunicación introyectiva: Se determina como la comunicación que damos sobre nuestro propio yo interno en los diferentes contextos donde nos encontremos.

Entre los fundamentos teóricos de la expresión corporal se propone tener en cuenta la necesidad de indagar por el papel que tienen las capacidades cognitivas, físicas o energéticas, de movimiento y expresividad, así como sus relaciones o interdependencias, a continuación de definirá cada una de ellas:

1. Capacidad cognitiva: Está representada en el momento en que el individuo debe tomar decisiones, lo cual desarrolla la lógica motriz, siendo lo más representativo la forma como se utiliza funcionalmente la capacidad de adoptar decisiones, siendo estas evidenciadas a partir de las respuestas motoras acordes a las situaciones del momento.
2. Capacidad de movimiento: Enfocada a partir del proceso evolutivo del niño, conformándose la estructura que aumenta progresivamente en la dificultad de la acción motriz a partir de la experiencia cotidiana realizada por el niño.
3. Capacidad expresiva: Definida como el resultado de la percepción reflexiva y del movimiento expresivo, centrada en la presencia, conciencia y vivencia del cuerpo como totalidad personal en el movimiento. El objetivo principal es potenciar sentimientos de aceptación y conocimiento corporal necesarios para el desarrollo de la sensibilidad, la autoestima y la valoración de la configuración y funcionamiento del cuerpo al servicio del bienestar individual y colectivo.

2.3.2.3 Proxémica

Un concepto que influye de manera determinante en la forma de comunicación es la *proxémica*, la cual se dedica al estudio de la organización del espacio en la comunicación lingüística; más concretamente, la proxémica estudia las relaciones, de proximidad, de alejamiento, etc., entre las personas y los objetos durante la interacción, las posturas adoptadas y la existencia o ausencia de contacto físico. Asimismo, pretende estudiar el significado que se desprende de dichos comportamientos.

La competencia proxémica permite a las personas crear un marco de interacción acorde con unas coordenadas espacio-temporales que expresan determinados significados y que, en ocasiones, obedecen a un complejo sistema de restricciones sociales que pueden observarse en relación con el sexo, la edad y la procedencia social y cultural de las personas.

Ruiz (2010, p. 167) retoma el estudio de Edward Hall (antropólogo), tras la causa de la problemática descubierta que lo llevo a reflexionar sobre las experiencias de *shock cultural* de muchos norteamericanos frente a las diferencias culturales en cuanto al manejo de distancias y contacto personal con personas latinas.

Es así como emprende el estudio con numerosas investigaciones que parten del análisis de situaciones comunicativas, dedicándose a observar las distancias que usan los interlocutores y el manejo de su espacio específicamente. De lo anterior logró diferenciar cuatro clases de distancias que comunican o permiten interpretar el tipo de relaciones que se manejan en un grupo señalando lo siguiente:

1. Distancia íntima: presentada entre 15 y 45 centímetros. Principalmente utilizada para acciones afectivas, confidenciales o agresivas, siendo el único caso en que participan de manera íntegra y vital los cinco sentidos de la comunicación.
2. Distancia personal: presentada entre 46 y 120 centímetros. Generalmente utilizada en relaciones laborales, conversaciones entre conocidos o reuniones, aunque en ocasiones se puede presentar con personas extrañas en los medios de transporte o en sitios públicos, principalmente en las filas, usando la vista el oído y el olfato en el marco de la comunicación.
3. Distancia social: presentada entre 120 y 360 centímetros. Habitualmente utilizada en espacios colectivos con personas desconocidas.
4. Distancia pública: presentada a más de 360 centímetros sin ningún límite. Usualmente utilizada para dirigirse a un grupo grande de personas, para lo cual es necesario usar un tono de voz alto, o en un gran espacio generalmente abierto, donde cada quien de manera independiente interactúa en un límite de espacio personal que no es interrumpido por nadie.

Es evidente que existen normas diferentes en cada cultura para el lugar y la distancia que se deben mantener en determinadas situaciones y que transmiten información sobre la relación social entre los participantes. Existe una distancia adecuada para cada situación de acuerdo a unas reglas establecidas por la comunidad que los participantes conocen, o deben aprender, para moverse con éxito en las relaciones interpersonales y evitar conflictos o interpretaciones erróneas.

Es, por tanto, necesario que los sujetos se reconozcan y comprendan que existen diferentes códigos de comunicación que corresponden a cada cultura que influyen en las conductas que se tomen frente a un acto comunicativo, sea este verbal o no verbal, por lo que se debe tener en cuenta las diferencias de la otra cultura antes de interpretar que alguna aproximación sea un acto ofensivo.

Es en este sentido que se quiere utilizar la proxémica como uno de los contenidos para la implementación del proyecto, para que por medio de esta el sujeto se reconozca y conozca al otro por medio de los sentidos, ya que se involucra la aproximación al espacio del otro, lo que en muchas ocasiones incomoda y es causa de conflictos por malinterpretar o irrespetar el espacio íntimo del otro, pero que por el contrario se quiere utilizar como estrategia de acercamiento para mejores relaciones en el entorno con los que habita diariamente.

Capítulo tres

3. DISEÑO DE IMPLEMENTACIÓN

Para tener una mayor claridad de lo que se realizará y cómo se desarrollará el proyecto -educar en la asertividad-, se presentarán a continuación los métodos y metodologías que se llevarán a cabo durante el proceso de implementación, en lo que se involucrarán propósitos, contenidos, actividades, teoría curricular, finalidades; esto enmarcado por una ruta pedagógica direccionada a la mejora de las relaciones sociales a través de la educación física como medio práctico, lúdico y didáctico para lograrlo o en manifiesto de transformaciones dentro del ámbito educativo.

3.1. Justificación

Teniendo en cuenta que anteriormente se ha mencionado que la sociedad colombiana requiere de una interculturalidad, ya que se vive en una cultura heterogénea, la cual diversifica las maneras de ser, pensar y actuar, por tanto se debería tener respeto por esas individualidades que son las que hacen de este un país rico en tradiciones y demás, se presenta este proyecto como una *oportunidad* con la que a nivel educativo se pueda fomentar en este caso, desde la clase de educación física, la educación en la asertividad, donde los estudiantes se comuniquen de manera más asertiva con los demás y de esta manera estos valores adquiridos a través de la reflexión repercutan en la sociedad, al servicio de un progreso humano en potenciación de valores y mejores relaciones inter e intrapersonales.

3.2 Propósitos

3.2.1 Propósito general

Fomentar la comunicación asertiva verbal y no verbal en pro de mejores relaciones interpersonales de cara a la resolución pacífica de conflictos dentro de la clase de educación física.

3.2.2 Propósitos específicos

1. Identificar las diferentes formas de comunicación que se presenten dentro del ambiente educativo.
2. Favorecer estrategias que generen espacios para mejorar las relaciones interpersonales.
3. Contrastar las diversas formas comunicativas (pasivas, asertivas, agresivas) y concluir cuál es la más adecuada para estar en armonía con los demás.

3.3 Metodología

Para poner de manifiesto que la intencionalidad del PCP es educar en la asertividad, se requiere hilar objetivos, contenidos, metodologías, principios, acciones, formas de evaluar, entre otros, de manera pertinente a lo anteriormente mencionado, con respecto a la mejora de las relaciones intra e interpersonales, y para su ejecución es necesario también tener en cuenta la concepción de currículo, el cual es la herramienta que ayuda a transformar los fines socio-educativos fundamentales en estrategias de enseñanza y facilitador de los procesos de aprendizaje, como menciona (Iafrancesco, 2009, p. 195):

Es el conjunto de medios y de principios para lograr la formación integral de los educandos entre ellos la gestión estratégica y estructura organizacional escolar los planes de estudio, los programas y contenidos de la enseñanza las estrategias didácticas y metodológicas para facilitar los procesos del aprendizaje, los espacios y tiempos para animación escolar y el desarrollo de los procesos de formación de la dimensión espiritual, cognitiva afectiva, socio afectiva, psicoafectiva, biológica y expresiva comunicativa de los procesos uní, multi, trans, e interdisciplinarios que favorecen el desarrollo individual y sociocultural, los criterios e indicadores evaluativos a todo proceso, proyecto, actividad resaltando los agentes educativos que intervienen como estamentos de la comunidad escolar educativa.

Teniendo en cuenta esta concepción, resulta imprescindible interpretar el currículo como una selección integradora y una reconstrucción compartida de la herencia cultural de la humanidad, con la intención no solo de comprender mejor el devenir del entorno actual, sino asimismo de sentar los pilares para la proyección y construcción de una sociedad en la que primen las habilidades sociales, para ver al otro como igual y tratarlo asertivamente en procura de mejorar sus relaciones y fortalecimiento de la cultura.

De esta manera, el currículo se convierte en un esencial instrumento intercultural que favorece la convivencia pacífica entre los diversos pueblos, sociedades y culturas, al tiempo que se avanza hacia una sociedad más pluralista, respetuosa por las diferencias y consciente de sus derechos, sirviendo de apoyo para la lucha contra la marginación, la exclusión, el irrespeto y las formas inadecuadas de tratar al otro, ya que se pretende que en situaciones de aprendizaje académico, se logre la apreciación del otro como igual, el aprendizaje por descubrimiento, experimentación y manipulación de realidades concretas, pensamiento crítico, diálogo y cuestionamiento continuo.

Relacionar el currículum escolar, los profesores y los alumnos, supone uno de los cruces temáticos más interesantes en el pensamiento educativo, no solo porque pone en contacto tres componentes básicos del mismo, sino porque toca muy directamente la práctica educativa, siendo esencial considerar esta interacción para entenderla y poder cambiarla. El currículum es la partitura de la cultura escolar en contenidos y formas pedagógicas, y los profesores y los alumnos son los intérpretes que la desarrollan manifestando su estilo personal (Sacristán, 1991, s. p.).

Y para seguir con una ruta pedagógica pertinente a la intencionalidad de este proyecto, se tiene en cuenta el currículo como enfoque práctico, en el cual su interés está centrado en el proceso de enseñanza-aprendizaje y no en el producto, aprendizaje basado en una interacción adecuada entre sus participantes, donde la práctica condiciona procesos reflexivos de interpretación de los participantes desde una perspectiva ética, dinámica, deliberativa y dialógica, donde las acciones educativas constituyen espacios de comunicación en los que las expectativas, las motivaciones, las interpretaciones y las valoraciones de los participantes interactúan dialécticamente y conformen un proceso continuo de toma de decisiones.

Decir que el currículum pertenece al ámbito de lo práctico es, en un nivel, afirmar que pertenece al campo de la interacción humana y que está relacionado con la interacción entre profesor y alumno, es decir, la interacción entre sus participantes activos. Cuando en el marco del desarrollo curricular se acepta que este es un asunto práctico, todos los participantes en el

desarrollo curricular habrán de ser considerados sujetos y no objetos, donde el currículum está comprometido con la construcción de significados compartidos en el aula, donde las experiencias de aprendizaje del alumno constituyen el núcleo de la planeación curricular desde una comprensión profunda de lo que realmente ocurre en las aulas (Cazares, p. 25).

El enfoque práctico concibe el currículum como un ámbito de la interacción humana y ética de la racionalidad en los procesos que se viven en las aulas, que permitan y promuevan una discusión razonada y una reflexión analítica de los participantes. Como consecuencia, todos los participantes en el proceso han de ser considerados como sujetos y el currículum está comprometido con la construcción de significados compartidos en el aula y fuera de ella, como única manera que compromete a todos por igual.

Taba (1991, s. p.) afirma que:

El desarrollo de la teoría curricular se centra en la investigación de las demandas y requisitos de la cultura y la sociedad, tanto para lo presente como para lo futuro; el análisis de la cultura y la sociedad brinda una guía para determinar los principales objetivos de la educación, para la selección del contenido y para decidir sobre que habrá que insistir en las actividades de aprendizaje.

Para Taba, entonces, el papel que desempeña la sociedad en la construcción del sujeto es fundamental para la elaboración de la propuesta curricular, ella concibe que el sujeto es moldeado por la sociedad y la cultura, es por esa razón que no se pueden desprender estas partes cuando se construye una propuesta curricular, además lo plantea en relación con la sociedad y el papel en el aprendizaje.

Los procesos sociales, incluyendo la socialización de los seres humanos no son lineales, por tanto, ellos no pueden ser diseñados con un modelo lineal. En otras palabras, el aprendizaje y el desarrollo de la personalidad no pueden ser considerados como un proceso de una sola vía o manera en el establecimiento de las direcciones educacionales y la derivación de los objetivos específicos del ideal de la educación proclamadas o imaginadas por alguna autoridad (Taba, 1991, p. 199).

Ahora bien, la teoría curricular de Taba brinda una buena parte de interés a los objetivos y la finalidad, así que hace precisión en estos términos de la siguiente manera:

1. La función principal del conjunto más específico de objetivos consiste en guiar la toma de decisiones en el currículo en cuanto a qué incluir y destacar, qué contenido seleccionar y sobre qué experiencia de aprendizaje se debe insistir.

2. Principal función de establecer finalidades, a tales niveles de generalización, consiste en proporcionar una orientación respecto a lo que debe destacarse más en los programas educativos.

Teniendo en cuenta lo anterior, los contenidos del currículo para este proyecto deben concernir con la intencionalidad educativa a la que se quiere llegar, en este caso deben ir en procura de educar la asertividad, y para ello el docente es el principal transformador de dichos contenidos, en cuanto que el currículo también debe ser flexible frente a cambios y mejoras de los fenómenos educativos que se presenten, y de esta manera intervenir deliberadamente en pro de la configuración y transformación de objetivos y temáticas acordes al progreso social y educativo de los seres humanos.

Para este fin, el docente debe actuar como mediador en los procesos de enseñanza–aprendizaje, y para ello debe tener claros los procesos que encierran un conjunto de principios axiológicos, psicológicos, cognitivos, sociales, epistemológicos, formativos, metodológicos, didácticos, etc., así como planes de estudio, los programas, los contenidos de la enseñanza, la formación de la dimensión socio-afectiva y comunicativa.

Es por esto que la principal función del profesor debe ser la de saber escuchar y percibir el estado del desarrollo intelectual, emocional y moral del estudiante, de otro lado, la del estudiante supone el aprendizaje reflexivo, esto para lograr mejoras en los propósitos educativos de enseñanza–aprendizaje, pero para esto se deben tener en cuenta algunos aspectos que a manera particular son los que dan paso a una modificación de la acción docente y a cambios o mejoras en los contenidos y métodos que se utilizan en la clase.

Lo anterior teniendo en cuenta las cuatro fases fundamentales que plantea Aranguren (2007, pp. 173-195) para obtener un proceso adecuado: la exploración, la planificación del proceso, la experimentación y la sistematización, en este sentido como señala (Garces, 1988, s. p.) en cuanto a la sistematización de experiencias:

La sistematización es un proceso que organiza la información, construye experiencias, evalúa y propone acciones para el mejoramiento de la práctica. (...)

Es un procedimiento heurístico que utiliza la reflexión para analizar discursos y acciones, a fin de descubrir situaciones que limitan las decisiones y las prácticas efectivas; a su vez, es un proceso consciente que captura los significados de la acción y sus consecuencias. Asimismo, es un sistema de investigación, por ser un método de análisis que recupera y genera el conocimiento social. Puede ser

ofrecido para orientar experiencias, generalizar información, comunicación y difusión del saber.

En caso particular para este PCP, la sistematización se está tomando cómo la *reflexión* que se hace sobre la sesión anterior de clase, siendo esta la que muestra los resultados del desempeño docente y del estudiante, lo que permite identificar conflictos y contradicciones tanto individuales como grupales y, por otro lado, ayuda a jerarquizar fenómenos y a incidir en la realidad del aprendizaje.

Durante la reflexión, se deben revisar aspectos que se hayan evidenciado durante el proceso educativo en cuanto a los *avances o retrocesos de las relaciones sociales*, es decir, al ser la comunicación asertiva el propósito que se tiene como proyecto de transformación, es preciso analizar si se han tenido en cuenta las intervenciones y reflexiones sobre el tema, o por el contrario hay que afianzar más en las actividades para la mejor relación del grupo, pues a lo que se apuesta es a mejorar las relaciones intra e interpersonales, las cuales fortalecen el vínculo entre los estudiantes para enriquecer y construir conocimientos a partir de esta interacción y reconocer los derechos propios y de los demás, lo que conlleva a una reflexión de las conductas inapropiadas evitando llegar a la agresión.

Para fomentar la asertividad como estrategia de mejor relación entre los estudiantes, es necesario que la *posición del docente* durante la clase sea de mediar entre las propuestas que se lleguen a obtener durante la sesión y las planteadas por él, teniendo en cuenta las expuestas por los estudiantes o aportes que ellos tengan para la clase. Durante la sesión, el docente debe promover estrategias en las que primen las buenas relaciones entre los estudiantes y generar ambientes en los que interactúen sin llegar a conflictos y si se llegase a ellos, ser pertinente en la toma de decisiones para evitar agresiones o vulneraciones de la integridad del otro.

Para esto, el docente debe plantear con anterioridad los *objetivos o finalidades* con la que va a intervenir en la sesión relacionadas en este caso con fomentar el trabajo en equipo, la libre expresión y el aporte para la transformación y mejora de las clases próximas o actividades que se generen, de esta manera se involucran derechos que intrínsecamente se deben incluir en la clase de manera pertinente y con las actividades adecuadas para lograr una mejor comunicación asertiva entre ellos.

Finalmente, el docente debe *analizar* las diferentes dinámicas ocurridas en la clase, como actitudes comunicativas, conductas, emociones generadas por las actividades, entre otros aspectos que se tendrán en cuenta para las siguientes sesiones, no solo en cuanto al actuar de los estudiantes, sino retroalimentar la postura del docente ante la clase, evaluando su

metodología para finalmente tomar decisiones en su accionar y así llevar a cabo una mejora pedagógica, actitudinal o disciplinar para fortalecer el vínculo entre docente-estudiante y, por ende, estudiante-estudiante e intentar que el fin de su propuesta se logre mejorar o por lo menos escalar niveles de mejora.

Para dar cuenta de estas mejoras actitudinales, es menester saber que la evaluación permite el seguimiento personal, familiar e institucional de las actitudes y ayuda a tomar las medidas necesarias cuando comienzan a detectarse los problemas. La evaluación favorece la reflexión valorativa y la conciencia sobre los procesos y las tendencias. Indudablemente, es una evaluación de naturaleza compleja e intersubjetiva, y teniendo en cuenta ello hay que abordarla de manera intersubjetiva, dado que la intersubjetividad es la mejor manera, hoy por hoy, de acercarnos a lo objetivo. Por su parte, las intervenciones actitudinales favorecen la conciencia y la reflexión personal y colectiva, individual, grupal y mediada sobre las actitudes.

3.4 Evaluación

Según el MEN, la evaluación debe servir como elemento regular del trabajo en el aula, es una herramienta para promover el aprendizaje efectivo, la pertinencia de la enseñanza, la comprensión de las metas del aprendizaje y la motivación del estudiante. Las experiencias exitosas de la evaluación en el aula muestran la importancia de la evaluación permanente, la participación activa y la autoevaluación del estudiante, la retroalimentación asertiva del docente y la confianza en el mejoramiento.

Además, ha definido los principales rasgos que caracterizan una buena evaluación en el aula:

1. Es formativa, motivadora, orientadora, más que sancionatoria.
2. Utiliza diferentes técnicas de evaluación y hace triangulación de la información para emitir juicios y valoraciones contextualizadas.
3. Está centrada en la forma como el estudiante aprende, sin descuidar la calidad de lo que aprende.
4. Es transparente y continua.
5. Convoca de manera responsable a todas las partes en un sentido democrático y fomenta la autoevaluación en ellas.

En este orden de ideas, la evaluación es un proceso dinámico, flexible, continuo y sistemático, orientado hacia los cambios de formas de concebir la realidad y mejorar el rendimiento. Además, el proceso evaluativo cobra sentido en la medida en que se pone a prueba la eficacia y la posibilidad de perfeccionamiento de la acción docente. Por tanto, la evaluación del aprendizaje termina trascendiendo el aula de clases y se constituye en un elemento de Reflexión para mejorar el currículo, las tareas institucionales y la transferencia de habilidades y conocimientos, por su parte, Alvarez (2001, p. 14) afirma que:

La evaluación que aspira a ser formativa tiene que estar continuamente al servicio de la práctica para mejorarla y al servicio de quienes participan en la misma y se benefician de ella. La evaluación que no forma y de la que no aprenden quienes participan en ella, debe descartarse en los niveles básicos de educación. Ella misma debe ser recurso de formación y oportunidad de aprendizaje.

En este sentido, para una participación más activa entre docente-estudiante en la que se evidencie un proceso más equitativo al realizar una evaluación, que en este caso es formativa-compartida, por la que se entiende como todo proceso de evaluación, cuya finalidad principal es mejorar los procesos de enseñanza y aprendizaje mientras estos tienen lugar (Pérez, 2009, pp. 9-14). Y en relación con este, como ya planteaba López (1999, s. p.), el término *evaluación compartida*, se refiere a los procesos de diálogo entre el profesor y su alumnado sobre la evaluación de los aprendizajes y los procesos de enseñanza que se producen en su interacción.

Es así que la evaluación pedagógica (formativa) no debe estar revestida de connotaciones de amenaza o de castigo. Por el contrario, debe tener muchos elementos de estímulo, de reforzamiento de los progresos que se dan durante el proceso formativo, y de estrategias orientadas a superar las dificultades emocionales, expresivas, comunicativas o a las falencias que presente la población intervenida, teniendo en cuenta el enfoque del PCP y, por supuesto, los criterios éticos que den valor al mundo individual de cada persona, a las expectativas de los estudiantes, al desarrollo de la libertad de aprender y a contribuir al cultivo del respeto por el otro y la diversidad de costumbres y el reconocimiento de múltiples aspectos de la vida, representados en los intereses de quienes se están formando.

Tabla 4. Evaluación formativa y compartida.

Procedimientos de la evaluación formativa	Características
Autoevaluación	Ayuda a desarrollar habilidades personales de evaluación y meta cognición.
Coevaluación	Proporciona retroalimentación entre los compañeros.
Evaluación basada en los grupos	Ayuda a desarrollar habilidades interpersonales y a construir un aprendizaje significativo.
Negociación o contratos de aprendizaje	Los/as estudiantes participan en el progreso de sus aprendizajes, planifican acciones y tareas de acuerdo a sus conocimientos previos, experiencias, intereses y necesidades, mostrando lo que han aprendido.

Fuente: Elaboración propia.

Capítulo cuatro

4. EJECUCIÓN PILOTO

4.1. Microcontexto

En Liceo Campestre los robles se brindan espacios de interés diversos como: artes, danzas, pre-deportivos o experiencias corporales entre otros. En este caso se trabajó con el espacio de interés de experiencias corporales, titulado así por la docente en formación, para no limitar el espacio por su nombre y llamarlo pre-deportivo, pues se puede tener una visión más amplia de contenidos argumentados a partir del propósito del espacio, es así que se tuvo la oportunidad de trabajar con dos grupos, dado que el colegio plantea los espacios de interés por bimestre y los niños que se intervienen no son de un solo curso, ya que la institución ofrece espacios a los estudiantes de los que se puedan nutrir sin importar edad, curso o género.

En el primer bimestre se trabajó con quince estudiantes de los grados primero, segundo y tercero de primaria con edades promedio entre los seis y ocho años, todos con características convencionales; y en segundo bimestre se intervino con estudiantes de los grados primero, segundo, tercero, cuarto y quinto, de edades entre los seis y diez años. Toda la población mixta (niños y niñas).

4.1.1. Población.

- 1) Municipio: Tabio
- 2) Departamento: Cundinamarca
- 3) Modalidad: Preescolar, básica primaria.
- 4) Carácter: Privado, Calendario A
- 5) Dirección: Vereda Lourdes Sector las Vegas, Tabio. Cundinamarca
- 6) Teléfonos de contacto: 864 8037 3134375663 3105761557
- 7) e-mail: liceocampestrelosrobles@gmail.com

Resoluciones de aprobación:

- 8) Resolución No. 005022 del 02 de agosto del 2010.
- 9) Resolución No. 0011916 del 28 de Diciembre del 2015 de la secretaria de educación de Cundinamarca
- 10) Dane Número: 325785000257
- 11) Código Del Núcleo Educativo: 00052
- 12) Nombre Del Rector: Licenciada Nélida Giral Ramírez
- 13) Coordinadora General: Diana Carolina Beltrán Urrego

4.1.2. Aspectos educativos

4.1.2.1 Horizonte institucional

Artículo 6. Misión.

Ofrecer una educación de calidad con una opción diferente a la metodología tradicional, dirigida a la población del municipio de Tabio, con el fin de generar procesos que permitan fortalecer el aprendizaje y sean una guía para la formación de personas con valores morales, respeto y aceptación al prójimo y sus diferencias, apoyando el crecimiento equilibrado y armónico de las áreas que conforman la personalidad de los niños, niñas y jóvenes.

Artículo 7. Visión.

Ser la institución educativa líder en el municipio de Tabio en donde se brinda un espacio para desarrollar, fortalecer y direccionar las diferentes habilidades de los estudiantes y así lograr una educación de calidad, que se refleje en el mejoramiento del desempeño académico y personal brindando herramientas para dar solución a los diferentes retos que presenta el quehacer cotidiano.

Artículo 8. Filosofía de la institución

Los estudiantes del Liceo Campestre Los robles en la educación preescolar y básica deben ser conscientes que ellos son los constructores de su propio proyecto de vida, permitiendo la creación de una sociedad justa y equitativa en la que se practiquen los valores humanos, en búsqueda de una mejor calidad humana.

Entendiendo que la educación es un proceso de formación permanente personal, cultural, social y que se fundamenta en una concepción integral del ser humano, de su dignidad, derechos y deberes; la Institución se preocupa por la formación de niños niñas y jóvenes con valores sociales, culturales, deportivos, científicos, artísticos y que fundamenten el desarrollo de habilidades y competencias laborales, en su autodeterminación y así concretar los elementos necesarios que les posibiliten la construcción de un verdadero proyecto de vida.

La orientación pedagógica busca ajustar la educación hacia las necesidades primordiales de convivencia y superación académica que posteriormente serán aplicadas en todos los aspectos de su vida.

Artículo 9. Principios.

El Liceo campestre los robles se fundamenta en los principios de Convivencia social y armónica, la democracia, la reflexión y la acción crítica constructiva, el trabajo en equipo, la preservación del medio ambiente, la responsabilidad, la identidad, la justicia, la autonomía, la participación, el sentido de pertenencia, la objetividad, la pro actividad, la coherencia y la justicia

Artículo 10. Valores.

La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad así como en el ejercicio de la tolerancia y la libertad.

El respeto, empieza por el valor que tengo de mí mismo y a su vez el valor que debo tener hacia los demás, la cual es una base fundamental para una convivencia sana y pacífica.

Tolerancia, entendida como el arte de preservar la diferencia entre personas para construir a partir de la diversidad.

Ser impulso para afianzar todos los valores que se puedan crear en comunidad para tener la mejor convivencia y así lograr una calidad de vida en sociedad.

Artículo 11. Lema de la institución

“La escuela es la vida, con sabiduría y visión construimos el camino”.

4.1.3. Planta física.

La institución tiene cuatro espacios, dos de esparcimiento y dos en los que están ubicados los salones. Uno de los espacios de esparcimiento es un pequeño parque donde hay un rodadero, pasamanos, túnel y casita de juegos. El otro, es una zona verde en el que se generan los espacios de educación física, experiencias corporales y talleres lúdicos, no cuenta con una zona pavimentada, canchas de micro o baloncesto. El primer espacio de salones contiene cuatro salones de clase en donde se encuentran ubicados los grados pre-jardín, segundo, tercero, cuarto y quinto, almacén de materiales, comedor, dos baños, salón grande para danzas y eventos; Y en el segundo espacio que es una casa a parte, están ubicados dos salones con los grados kínder y primero, y otros dos baños.

4.2. Microdiseño

4.2.1. Cronograma

Tabla 5. Programa de sesiones.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROGRAMA DE SESIONES			
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles			
Nombre del proyecto: Educar la comunicación asertiva en la sociedad colombiana: El reto de la Praxiología motriz.			
Objetivo general: Fomentar la comunicación asertiva verbal y no verbal, en pro de mejores relaciones interpersonales de cara a la resolución pacífica de conflictos dentro de la clase de educación física.			
Tendencia: Praxiología motriz			
CRONOGRAMA			
Sesión	Curso	Fecha	Actividades
1	1º 2º y 3º	25/02/2016	Contenido: Praxiología motriz, <u>C</u> A I Con compañero, sin adversario, sin incertidumbre – juegos cooperativos.

			Implementación: Se inicia la clase con el juego de congelados bajo cielo con frutita, es decir, cada vez que se descongele a un compañero hay que pasar por debajo de su brazo diciendo el nombre de una fruta. Ésta actividad combina diferentes variaciones como: colores, nombres de compañeros, nombres de animales, nombres de cosas. -Durante la sesión se reitera la importancia de la respiración y se hacen pausas activas para generar ejercicios respiratorios, mientras que se explica la siguiente actividad, la cual consiste en hacer entre todos los integrantes un círculo y se lanza el balón a un compañero repitiendo su nombre. -Luego se procede a jugar al “Gol con la mano”, en el mismo círculo con las piernas abiertas al ancho de los hombros, se procede a golpear el balón por el suelo intentando pasarlo por debajo de las piernas de alguno de sus compañeros, intentando hacer gol sin lastimar a sus compañeros. Ésta actividad tiene variaciones, se puede realizar en pequeños grupos y nombrando diferentes cosas, colores, frutas etc., e involucrando 2 o 3 balones al mismo tiempo.
2	1º 2º y 3º	10/03/2016	Contenido: Proxemia. Se trabajará la confianza y el respeto hacía el cuerpo y espacio del otro. Implementación: Actividad los siameses: La docente indicará con que parte del cuerpo estarán juntos los siameses, de ésta manera se irá indicando que actividades realizarán, por ejemplo: correr, saltar, caminar, etc., sin alejarse de su siamés, por lo que deberán comunicarse y coordinar sus movimientos. -La actividad a seguir es al ritmo de la música, a lo que los siameses deberán bailar coordinadamente poniéndose de acuerdo con su compañero hacía que dirección bailarán. -Luego de esto cada pareja de siameses representará una labor, oficio etc., a los demás compañeros.
3	1º 2º y 3º	17/03/2016	Contenido: Proxemia Implementación: En dos grupos se colocan los estudiantes en filas y sentados entre las piernas de sus compañeros, acostados hacía atrás. A cada grupo se le hará entrega de una bomba, la cual va a pasar de mano en mano por cada estudiante desde el primero hasta el último, ésta persona se levanta y va a ocupar el primer

			puesto, así sucesivamente la fila va avanzando hasta una distancia determinada. -Luego por parejas y con una bomba deberá desplazarse hasta una distancia determinada sin dejar caer la bomba, atendiendo al llamado de la docente cuando indique con que parte del cuerpo deberán llevar la bomba. Variación con aros: ardillas a sus casas, deberán las parejas encontrar una casa desocupada (aro) cuando la docente lo indique, sin dejar caer la bomba. Habrá una pareja que queda sin casa. -En grupos se realiza la actividad anterior con más bombas sin dejar caer ninguna, por lo que deberán llegar a su destino todos los integrantes con las bombas. -Bailar al ritmo de la música sin dejar caer la bomba. Primero se realiza por parejas luego por grupos con más bombas.
4	1º 2º y 3º	31/03/2016	Contenido: Praxiología motriz, <u>C A I</u> Con compañero, sin adversario, con incertidumbre. -Implementación: El tren: En dos grupos, habrá un maquinista (líder) en cada grupo quien dirige el tren, los vagones (resto del grupo) irán cogidos de los hombros unos tras otros, quienes se dejarán guiar de su maquinista. Durante el recorrido habrán fronteras y túneles que pasar (obstáculos con aros, conos, y artículos del gimnasio), el recorrido finaliza cuando hayan interactuado por diferentes partes del espacio. -Familia perdida: Por todo el grupo habrán dos líderes y el resto del grupo estará con los ojos vendados quienes deambularán por todo el espacio sin hablar, cuando vayan encontrando a un miembro de su familia le darán un abrazo y se cogerán de la mano a seguir buscando a los demás. Los líderes son quienes observarán que no se lastimen, y guiarán por el camino a sus compañeros hasta que toda la familia este completa.
5	2º 3º 4º y 5º	07/04/2016	Contenido: Praxiología: <u>C A I</u> Con compañero, sin adversario y con incertidumbre. Implementación: Inicialmente se realiza movilidad articular y calentamiento de tren inferior y tren superior antes de ingresar a la piscina. Luego se procede a realizar por parejas ejercicios de respiración y exhalación dentro y fuera del agua de manera coordinada; salir y entrar al agua al mismo tiempo, tomando aire por la boca y exhalando dentro del agua. Éste

			mismo ejercicio se ejecuta de a cuatro personas, y en esos mismos grupos cogidos de la mano, deben flotar de cúbito ventral y cúbito dorsal por un tiempo determinado sin soltarse de los compañeros. Para finalizar esta actividad se realiza éste mismo ejercicio pero con todo el grupo. Adicionalmente se realiza una actividad de atravesar la piscina realizando los ejercicios de respiración que anteriormente se había realizado en grupo, generando solo pateo y solo braceo. -Al finalizar la sesión de actividades, se realiza el juego de congelados, el que consiste en que solo se puede descongelar al compañero pasando por debajo de las piernas.
6	2° 3° 4° y 5°	14/04/2016	Contenido: Praxiología motriz, <u>C</u> <u>A</u> <u>I</u> con compañero, sin adversario, sin incertidumbre. Implementación: En grupos de tres personas se hará entrega de un balón el cual irá ubicado en la espalda de todos los integrantes, puesto que ellos deberán ir cogidos de los brazos y de espalda. EL fin consiste en no dejar caer el balón y pasar por una serie de obstáculos sin soltarse. -Actividad de relevos: En dos grupos y ubicados en hileras, se entregará una pelota a cada grupo, en el que cada integrante deberá realizar la posición de mesita (cuatro apoyos boca arriba) y llevará la pelota hasta una distancia determinada en su abdomen sin dejarla caer. Esta actividad varía realizándose también por parejas, trasladando el objeto con alguna parte del cuerpo sin dejarla caer.
7	2° 3° 4° y 5°	21/04/16	Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> <u>A</u> <u>I</u> con compañero, con adversario y sin incertidumbre. Implementación: Puente de aros, la actividad consiste en que tienen que formar dos grupos, a cada uno se les entregará dos aros, los cuales deberán servir como puente hasta llegar a una distancia determinada. El primer integrante de cada grupo deberá llevar al segundo hasta al otro lado del río, ambos deben estar dentro de los aros o sino caerán al río y deberá devolverse hasta el inicio; el primero integrante se queda al otro lado del río si logran cruzar sin salirse del aro, se regresa el segundo por el tercero y así sucesivamente hasta que cada grupo este al otro lado del río.
8	2° 3° 4° y 5°	05/05/16	Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> <u>A</u> <u>I</u> Con compañero, sin adversario y sin incertidumbre.

			Implementación: Pelota cooperativa. Todos los estudiantes estarán dentro de un círculo, el cual serán lazos que van alrededor de la cintura de ellos, el balón será golpeado hacia arriba sin dejarlo caer, si esto llega a pasar todo el círculo deberá desplazarse para recogerlo sin que la cuerda caiga al piso. -Puente de manos: Todos los estudiantes en dos hileras uno frente al otro, entrelazarán las manos con el compañero del frente sucesivamente las dos hileras de estudiantes, mientras que un estudiante se acostara y pasará por todo el puente sin que sus compañeros lo dejen caer. Pasarán todos los estudiantes siempre y cuando no haya ninguna adversidad durante la actividad. Esta misma actividad se intentara hacer acostados y con los brazos estirados.
9	2° 3° 4° y 5°	12/05/16	Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> <u>A</u> I con compañero, con adversario y sin incertidumbre. Implementación: Volei con costales: Se conforman dos grupos y cada uno de ellos debe estar distribuido por parejas, a las que se les entregará un costal con el que deberán recepcionar la pelota por encima del lazo que hará de malla; se plantean las reglas con los estudiantes.

Fuente: Elaboración propia.

4.2.2. Plan de clase o sesiones

Los planes de clase están divididos en nueve sesiones, los cuales contienen un formato de plan de clase y un formato de reflexión de la praxis; en el primero se diligencia lo relacionado con las actividades que se proponen para ejecución y en el segundo formato se expone lo sucedido durante la sesión y las posibles mejoras que se puedan generar, también aparecen los criterios de evaluación que se tienen en cuenta para los estudiantes y para la docente, es decir, es una herramienta que apoya la recolección de información y se toma como diario de campo para mejorar la implementación, este formato se diligenciaba luego de hacer la implementación respecto a las evaluaciones escritas realizadas en los formatos de evaluación de la sesión.

A continuación se presentará los formatos diligenciados de las nueve sesiones con su respectiva reflexión de la praxis, haciendo un contraste de lo planeado y lo ocurrido durante las sesiones de clase.

Tabla 6. Plan de clase o sesiones y reflexión de la praxis.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 1	Fecha: 25/02/16	Curso: 1, 2° y 3°	Bimestre: 1	N° de estud.: 13	Edades: entre 6 y 8 años	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica González Chacón						
Objetivo de la sesión: Integrar a los estudiantes con actividades cooperativas, para potenciar la comunicación asertiva y la socialización.						
Contenido: Praxiología motriz, C A I Con compañero, sin adversario, sin incertidumbre – juegos cooperativos.				Metodología: Se trabajará con todo el grupo inicialmente y luego se harán variaciones para trabajar por pequeños grupos sin ánimo de competición.		
Materiales - Recursos: - 2 balones y un espacio amplio						
Implementación: - Se inicia la clase con el juego de congelados bajo cielo con frutica, es decir, cada vez que se descongele a un compañero hay que pasar por debajo de su brazo diciendo el nombre de una fruta. Ésta actividad combina diferentes variaciones como: colores, nombres de compañeros, nombres de animales, nombres de cosas. Durante la sesión se reitera la importancia de la respiración y se hacen pausas activas para generar ejercicios respiratorios, mientras que se explica la siguiente actividad, la cual consiste en hacer entre todos los integrantes un círculo y se lanza el balón a un compañero repitiendo su nombre. Luego se procede a jugar al “Gol con la mano”, en el mismo círculo con las piernas abiertas al ancho de los hombros, se procede a golpear el balón por el suelo intentando pasarlo por debajo de las piernas de alguno de sus compañeros, intentando hacer gol sin lastimar a sus compañeros. Ésta actividad tiene variaciones, se puede realizar en pequeños grupos y nombrando diferentes cosas, colores, frutas etc., e involucrando 2 o 3 balones al mismo tiempo.						

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN				
Sesión: 1	Fecha: 25/02/16	Curso:1, 2º y 3º	Nº de estudiantes: 15	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30
Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> A I, Con compañero, sin adversario, sin incertidumbre.				
Descripción de la sesión: Al iniciar con la sesión se dan como opciones algunos juegos de los que los niños escogen uno, el cual es congelados con frutita. A determinado tiempo se va haciendo la variación de los nombres para descongelar al compañero, mientras 3 o 4 estudiantes congelan, durante la sesión se reitera que no se debe hacer trampa, puesto que algunos niños no se quedaban en su lugar cuando eran congelados. También se pone en relevancia que deben descongelar a sus compañeros ya que todos son un equipo de frutas. En la siguiente actividad se pretendía potenciar la comunicación entre ellos y para esto debían poner atención a quién se iba a pasar el balón para decir su nombre, y ya que se involucraron dos balones en el juego debían estar más atentos. Luego con la actividad de “Gol con la mano” debían mantener el círculo cerrado y así mismo proteger su espacio para que no les hicieran gol, en ésta actividad se evidencio que algunos niños le llamaban la atención a otros por no abrir bien las piernas, por no lanzar en balón a otros compañeros para hacer el gol, o por no mantener el círculo cerrado. Luego de realizar las actividades se elige a dos niños para que dirijan un pequeño estiramiento, mientras que uno dirige el otro corrige la postura de sus compañeros, mientras que los niños que hacen el estiramiento cuentan en unísono hasta 15.				
Experiencia docente (autoevaluación): - Relación entre docente-estudiante: Amena respecto al criterio de la docente. Aunque en las evaluaciones aparecen algunas inconformidades de los estudiantes a quienes se les llamo la atención por no prestar atención en la explicación de las actividades. - Habilidades comunicativas: Respecto a los resultados de la evaluación la mayoría de estudiantes coincide con que se entendieron las actividades cuando la docente las explico y fue consecuente con argumentar en el momento pertinente porque se debía respetar al compañero. - Pertinencia de actividades: Acertada ya que se evidencio el trabajo en equipo y el respeto por las reglas que se establecieron durante la actividad. En los resultados de la evaluación se evidencia la satisfacción y motivación de los estudiantes de realizar dichas actividades. - Manejo del tiempo: Bien distribuido de acuerdo al horario de clases. Se distribuyó de tal manera que al final se realizara la reflexión.				
Criterios de evaluación estudiantes: - Disposición: Fue la adecuada desde el inicio de la sesión, ya que los estudiantes estaban con la expectativa de las actividades que se iban a realizar afuera del salón.				

- Actitud: Durante la sesión los estudiantes estuvieron activos en las actividades, a excepción de 2 o 3 niños que se dispersaban por hablar con el compañero, pero en general mostraron buena actitud al realizar la sesión.
- Relaciones con los compañeros: Algunos niños al momento de realizar las actividades no se expresaban de la mejor manera con sus compañeros, pero se intervenía de inmediato reiterando que se debía respetar a los demás y que pedirle disculpas era lo adecuado para evitar agresiones más graves.
- Relación con la docente: Durante la sesión la relación docente-estudiante fue asertiva, ya que aceptaban el llamado de atención cuando se referían de mala manera a otro compañero, asimismo acogían las sugerencias de la docente para llevar un ambiente más ameno en las próximas sesiones, para evitar agredir de manera verbal o física a sus compañeros. También realizaban preguntas frente a las actividades generadas, lo que permitió una buena comunicación entre ambas partes.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 2	Fecha: 10.03.16	Curso: 1° 2 y 3	Bimestre: 1	N° de estud.: 8	Edades: entre 6 y 8	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica González Chacón						
Propósito de la sesión: Comunicarse con el otro para llegar a acuerdos y así coordinar movimientos con el cuerpo sin sentirse intimidado por la cercanía del otro.						
Contenido: Proxemia. Se trabajará la confianza y el respeto hacia el cuerpo y espacio del otro				Metodología: Se trabajará inicialmente por parejas para empezar por actividades sencillas hasta llegar a lo complejo (por grupos).		
Materiales - Recursos: - El cuerpo						
Implementación: - Actividad los siameses: La docente indicará con que parte del cuerpo estarán juntos los siameses, de ésta manera se irá indicando que actividades realizarán, por ejemplo: correr, saltar, caminar, etc., sin alejarse de su siamés, por lo que deberán comunicarse y coordinar sus movimientos. - La actividad a seguir es al ritmo de la música, a lo que los siameses deberán bailar coordinadamente poniéndose de acuerdo con su compañero hacia que dirección bailarán. - Luego de esto cada pareja de siameses representará una labor, oficio etc., a los demás compañeros.						

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN				
Sesión: 2	Fecha: 10.03.16	Curso: 1º 2º y 3º	Nº de estudiantes: 8	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30
Contenido: Proxemia. Se trabajará la confianza y el respeto hacia el cuerpo y espacio del otro				
Descripción de la sesión: Se inicia la sesión con 8 estudiantes, puesto que los demás están en un simulacro de pruebas saber. Debido a esto los estudiantes no se veían con mucha disposición para realizar la clase, ya que siempre se inicia con un juego cooperativo y por no haber tantos integrantes no tenía la misma armonía el juego. Luego al desarrollarse las actividades de proxemia se presentaron algunas dificultades porque los estudiantes se sentían incómodos al realizar aproximaciones corporales, sin embargo algunos de los estudiantes intentaron hacer la sesión de la mejor manera pero hubo otros que se burlaban intimidándolos y haciéndolos sentir avergonzados. En este momento interviene la docente aclarando la situación, resaltando que se debe respetar al otro cuando se tiene contacto cercano con él, y no hay porque sentirse avergonzado por realizar actividades con sus compañeros. Esta sesión finalizó con una reflexión referente a lo sucedido en las actividades y en esta ocasión no se realizó evaluación.				
Experiencia docente (autoevaluación): - Relación entre docente-estudiante: Amena. Maestro acompañante. - Habilidades comunicativas: Se explicaron las actividades y se resolvían dudas de la mejor manera. En los momentos de intervenir por malos entendidos se realizaba la explicación pertinente. - Pertinencia de actividades: Es adecuada pero no en esta ocasión cuando los estudiantes no estaban en confianza para realizar un contacto corporal tan cercano. - Manejo del tiempo: Inadecuado, pues los estudiantes al sentirse incómodos desertaban de las actividades, lo que generó realizar otras de agrado de ellos. Pero se cumplió con el tiempo estimado de la sesión, más no de las actividades que se tenían programadas. -				
Criterios de evaluación: - Disposición: No fue la adecuada para realizar la sesión, ya que influyó la ausencia de los compañeros para generar más motivación al jugar e interactuar con los otros. - Actitud: La de algunos niños al realizar las actividades fue muy buena, aunque otros por sentirse incómodos no las realizaban o se burlaban de quienes las hacían.				

- Relaciones con los compañeros: Hubo llamados de atención, por compañeros que se burlaban de otros, sin embargo al final la mayoría intento realizar el ejercicio luego de argumentar porque se debía respetar al otro.
- Relación con la docente: Amena, realizaron preguntas respecto a las dudas que les generaba las actividades.

Aspectos a mejorar:

- Antes de realizar un contacto corporal se debió realizar la actividad con un objeto para generar confianza entre los estudiantes y evitar malos entendidos.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 3	Fecha: 17.03.16	Curso: 1° 2° y 3°	Bimestre: 1	N° de estud.: 13	Edades: entre 6 y 8	Tiempo de ejecución:
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica González Chacón						
Objetivo de la sesión: Implementar principios de proxemia para lograr una mejor comunicación, confianza y cooperación entre los estudiantes sin irrespetar el espacio personal de cada uno.						
Contenido: Proxemia			Metodología: Se trabajará inicialmente con todo el grupo para adquirir confianza con los compañeros; luego se trabajará por parejas con el globo de manera que los estudiantes se aproximen y se comuniquen entre sí, por último se realiza una actividad cooperativa por pequeños grupos.			
Materiales - Recursos: - Bombas, aros, bafle o equipo de sonido						
Implementación: - En dos grupos se colocan los estudiantes en filas y sentados entre las piernas de sus compañeros, acostados hacia atrás. A cada grupo se le hará entrega de una bomba, la cual va a pasar de mano en mano por cada estudiante desde el primero hasta el último, ésta persona se levanta y va a ocupar el primer puesto, así sucesivamente la fila va avanzando hasta una distancia determinada. - Luego por parejas y con una bomba deberá desplazarse hasta una distancia determinada sin dejar caer la bomba, atendiendo al llamado de la docente cuando indique con que parte del cuerpo deberán llevar la bomba. Variación con aros: ardillas a sus casas, deberán las parejas encontrar una casa desocupada (aro) cuando la docente lo indique, sin dejar caer la bomba. Habrá una pareja que queda sin casa. - En grupos se realiza la actividad anterior con más bombas sin dejar caer ninguna, por lo que deberán llegar a su destino todos los integrantes con las bombas. - Bailar al ritmo de la música sin dejar caer la bomba. Primero se realiza por parejas luego por grupos con más bombas.						

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN				
Sesión: 3	Fecha: 10/ 03/16	Curso: 1º, 2º y 3º	Nº de estudiantes: 13	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30
Contenido: Proxemia				
Descripción de la sesión: La actividad estaba planteada para un espacio amplio donde los estudiantes pudieran tener un mejor desplazamiento, pero en esta ocasión llovió, por lo que la clase se generó en un salón grande. Al iniciar la sesión se realizó la correspondiente aclaración del espacio a utilizar y se recalcó que debían proteger su bomba y la de sus compañeros; luego se entregó un globo a cada niño para que lo inflara, mientras que buscaba una pareja con quien realizar la primera actividad. Luego se procede a explicar la actividad que consiste en pasar la bomba por el aire a mi compañero sin dejarla caer y evitando que se rompan. Esta actividad se realiza después de a cuatro niños, ocho niños y por último todo el grupo, con el fin de que cada niño debía cuidar su bomba y la de sus compañeros para que no se explotara, en esta actividad se evidenció el trabajo en grupo, el cuidado por el elemento del otro y la comunicación que emergió para no explotar las bombas que estaban en el piso. A continuación, de nuevo por parejas se colocaban las dos bombas en las partes del cuerpo que la docente indicara, y los dos estudiantes debían desplazarse por el espacio al ritmo de la música sin dejar caer las bombas, sucesivamente se mencionaban diferentes partes del cuerpo; esta actividad se hace luego por grupos de ocho estudiantes y por último interactúa todo el grupo. La última actividad consistió en sentarse en el piso uno detrás del otro acostados sobre su compañero, en dos filas, y se debía pasar la bomba hacía atrás, en esta actividad uno de los grupos se concentró más y logro hacer más rápido el ejercicio ya que su comunicación y la organización emergió entre los participantes, pero luego de hacerlo dos veces más los dos grupos lograron trabajar en equipo. Por último esta actividad se realizó con los ojos cerrados para adquirir más confianza con sus compañeros y mejor concentración, de esta manera concluyó la sesión con excelentes resultados en la parte reflexiva por parte de los estudiantes.				
Experiencia docente (autoevaluación): - Relación entre docente-estudiante: Fue de comunicación asertiva, reflexión y resolución de dudas – maestro como guía - Habilidades comunicativas: En su mayoría, los estudiantes entendieron las actividades cuando la docente las explico y así mismo las ejecutaron, esto respecto a la co-evaluación que hicieron al final de la sesión. - Pertinencia de actividades: Se evidenció en la evaluación que los estudiantes lograron un buen trabajo en grupo y el reconocimiento del otro como igual para llegar a un mismo fin sin recriminaciones. - Manejo del tiempo: Se tuvo en cuenta la hora y media de clase incluyendo el tiempo para la reflexión y la evaluación.				

Criterios de evaluación estudiantes:

- Disposición: Al inicio algunos niños estaban dispersos, luego que se establecieron algunas reglas para la participación en la clase todos estuvieron atentos.
- Actitud: Durante la sesión toda participaron de manera activa, dos niñas no estaban haciendo alguna de las actividades por lo que la docente se acercó y las involucro, luego de ello cooperaron en grupo y compartieron con sus compañeros.
- Relaciones con los compañeros: En el transcurso de la clase hubo buena comunicación, aunque habían momentos en que la docente intervenía para integrar a algunos niños que estaban dispersos, de lo contrario todos se integraron para realizar las actividades grupales, ya que sabía que sin la ayuda del otro no podían realizar la actividad.
- Relación con la docente: Comunicativa, participativa.
-

Aspectos a mejorar:

- Utilizar más objetos para interactuar de manera diversa durante la sesión y ampliar más el contacto corporal con el otro.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 4	Fecha: 31.03.16	Curso: 1° 2° y 3°	Bimestre: 1	N° de estud.: 13	Edades: entre 6 y 8	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica González Chacón						
Objetivo de la sesión: Realizar actividades con fines cooperativos, cuidado de si y por el otro						
Contenido: Praxiología motriz, <u>C</u> <u>A</u> <u>I</u> Con compañero, sin adversario, con incertidumbre				Metodología: Por grupos		
Materiales - Recursos: - Obstructores visuales, aros, conos, lazos						
Implementación: - El tren: En dos grupos, habrá un maquinista (líder) en cada grupo quien dirige el tren, los vagones (resto del grupo) irán cogidos de los hombros unos tras otros, quienes se dejarán guiar de su maquinista. Durante el recorrido habrán fronteras y túneles que pasar (obstáculos con aros, conos, y artículos del gimnasio), el recorrido finaliza cuando hayan interactuado por diferentes partes del espacio. - Familia perdida: Por todo el grupo habrán dos líderes y el resto del grupo estará con los ojos vendados quienes deambularán por todo el espacio sin hablar, cuando vayan encontrando a un miembro de su familia le darán un abrazo y se cogerán de la mano a seguir buscando a los demás. Los líderes son quienes observarán que no se lastimen, y guiarán por el camino a sus compañeros hasta que toda la familia este completa.						

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN				
Sesión: 4	Fecha: 31.03.16	Curso: 2 y 3	Nº de estudiantes: 13	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30
Contenido: Praxiología motriz, <u>C</u> <u>A</u> <u>I</u> Con compañero, sin adversario, con incertidumbre				
Descripción de la sesión: Se inicia la sesión con el juego de congelados con frutita, al que se pone variantes con nombres de cosas y personas, en ésta actividad se reitera la importancia de no hacer trampa pues hay que ponerse en el lugar del otro y respetar las normas de la actividad, poniendo el ejemplo de cuando a cada uno le toque congelar no le gustaría que le hicieran trampa. Luego de ello, se procede a entregar un opta luz u obstructor visual a cada estudiante a excepción de 3 quienes apoyan a la docente para que los demás no se lastimen, proceden a caminar por el espacio inicialmente con un compañero después se forman grupos de cuatro personas quienes van uno tras otro cogidos de los hombros, hay un líder quien constantemente les habla para que no se tropiecen o se estrellen, haciendo la simulación de un tren y quien lidera es el maquinista. Los líderes van siendo diferentes personas a medida que avanza el juego. Posteriormente se van poniendo algunos obstáculos por los que tienen que pasar cada estudiante y volver al tren. Durante la actividad hubo algunos estudiantes que chocaron contra otros, algunos inseguros se alzaban el opta luz porque en algunos casos se soltaban y se perdían del grupo. Al finalizar la actividad se hizo la reflexión del cuidado de si y del otro y la importancia de cooperar en grupo. Se finalizó la sesión con un dibujo que ilustraba lo más significativo para ellos durante la sesión, tomando este como instrumento de evaluación.				
Experiencia docente (autoevaluación): - En esta sesión se realizó un dibujo como herramienta evaluativa de la sesión, en las que algunos estudiantes manifestaron que les había gustado la clase porque había sido divertida, porque habían tenido que cuidar a otros y porque trabajaron en equipo.				
Criterios de evaluación: - Disposición: Fue muy buena ya que estaban a la expectativa de las actividades a realizar con los opta luz - Actitud: En las actividades participaron de la mejor manera, aunque no se quedaba de lado la curiosidad de levantarse el opta luz y mirar por donde iban. Cuando se chocaban unos con otros no reaccionaron de manera agresiva, ya que entendían que no veían y ninguna de las partes tenía la culpa de lo sucedido. - Relaciones con los compañeros: Quienes iban guiando intentaban tener el mayor cuidado de que ningún miembro de su grupo se fuera a perder o a lastimar, y cuando lo hacían buscaban la manera de que volviera al grupo sin tener contacto agresivo con él. En la mayoría de los grupos se evidenció la cohesión grupal, por la condición en que tenían que caminar. - Relación con la docente: Respetuosa y de comunicación, sobre todo en el inicio y al final de la sesión, puesta que las actividades debía ser generadas y controladas por los estudiantes, como deber y responsabilidad de proteger al otro.				

Aspectos a mejorar:

- Colocar más circuitos u obstáculos por los que puedan interactuar con los ojos vendados.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 5	Fecha: 07.04.16	Curso: 3°4° y 5°	Bimestre: 1	N° de estud.:	Edades: Entre 8 y 10	Tiempo de ejecución: 2 horas
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica González Chacón						
Objetivo de la sesión: Relacionarse con el otro realizando actividades cooperativas de manera coordinada, manejando la respiración y la resistencia anaeróbica.						
Contenido: Praxiología: <u>C</u> <u>A</u> <u>I</u> Con compañero, sin adversario y con incertidumbre.				Metodología: Por parejas inicialmente y luego por grupos pequeños, para finalizar con actividad de cohesión grupal de todos los integrantes.		
Materiales - Recursos: Piscina						
Implementación: Movilidad articular y calentamiento. - Inicialmente se realiza movilidad articular y calentamiento de tren inferior y tren superior antes de ingresar a la piscina. Luego se procede a realizar por parejas ejercicios de respiración y exhalación dentro y fuera del agua de manera coordinada; salir y entrar al agua al mismo tiempo, tomando aire por la boca y exhalando dentro del agua. Éste mismo ejercicio se ejecuta de a cuatro personas, y en esos mismos grupos cogidos de la mano, deben flotar de cúbito ventral y cúbito dorsal por un tiempo determinado sin soltarse de los compañeros. Para finalizar esta actividad se realiza éste mismo ejercicio pero con todo el grupo. Adicionalmente se realiza una actividad de atravesar la piscina realizando los ejercicios de respiración que anteriormente se había realizado en grupo, generando solo pateo y solo braceo. Al finalizar la sesión de actividades, se realiza el juego de congelados, el que consiste en que solo se puede descongelar al compañero pasando por debajo de las piernas.						

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN				
Sesión: 5	Fecha: 07.04.16	Curso: 4º y 5º	Nº de estudiantes:	Tiempo de ejecución: 2 horas
Contenido: Praxiología: <u>C A I</u>				
Descripción de la sesión: Esta sesión se realiza debido a que el profesor de piscina no asistió, por lo que la coordinadora pidió que se generara la clase con este grupo para no perder el espacio. Se inicia la sesión con movilidad articular, luego con un breve calentamiento, lo que da paso al ingreso a la piscina, allí se procede a realizar ejercicios de respiración, primero por parejas para que los realicen al tiempo y luego en grupos de cuatro personas; Luego, en los grupos de cuatro personas deben hacer amnea de cúbito ventral cogidos de la mano y resistir el mayor tiempo posible, relajando el cuerpo sin soltar a sus compañeros. Después, se realiza este mismo ejercicio con todo el grupo, amnea de cúbito ventral y flotar de cúbito dorsal sin soltar a su compañero, hasta llegar a que todos los estudiantes se relajen y coordinen en el agua. Como ejercicio final se desplazaron haciendo braceo e implementando la respiración. Por último se realizó el juego de congelados bajo el agua, que consistía en descongelar a sus compañeros debajo de las piernas.				
Experiencia docente (autoevaluación): - Relación docente-estudiante: Docente como guía, comunicativa, se actuó propositivamente y resolviendo dudas. - Habilidades comunicativas: Según la evaluación se expresaron de buena manera las actividades que se desarrollaron en la clase, se brindó aclaraciones y además se reforzaba con el ejemplo de la docente. - Pertinencia de actividades: Al ser una sesión que no era planeada se intentó involucrar actividades en grupo, en las que se pudieran coordinar movimientos y experimentar la relajación teniendo en cuenta al otro para que ningún miembro del grupo se hundiera. En la mayoría de las evaluaciones se evidencia que se logró un trabajo cooperativo con sus compañeros. - Manejo del tiempo: Fue el adecuado para cada actividad, una de las actividades que intencionalmente se quería trabajar el juego al finalizar, y el tiempo fue el pertinente para culminar con ésta lúdica.				
Criterios de evaluación: - Disposición: Al ser una actividad alternativa y divertida, la disposición de los estudiantes fue la mejor, pues saben que el tiempo lo tienen que aprovechar en este espacio que solo se les brinda cada ocho días. - Actitud: Las ansias de estar rápidamente en la piscina generaba que algunos estudiantes no prestaran atención a las recomendaciones y por ende se les advirtió que no entrarían a piscina si no prestaban atención. Durante la sesión estuvieron atentos a lo que se tenía que				

hacer en grupo y lo realizaban de la mejor manera, al principio no coordinaban mucho, luego se les recomendó que lo hicieran al mismo tiempo y más despacio para lograr relajar más el cuerpo y así se le daba seguridad también al compañero. Cuando se intentaban dispersar pagaban una penitencia de veinte sapitos fuera del agua y luego volvían a retomar y se les reiteraba del respeto a escuchar, de esta manera prestaban atención.

- Relaciones con los compañeros: En todas las actividades trabajaron en grupo, lo que les obligaba a autorregularse al realizar cada ejercicio, ya que algunos estudiantes eran más hábiles que otros, sin embargo estos ayudaban a los otros a tener un mejor de su cuerpo dentro del agua y a trabajar en equipo para lograr el objetivo de coordinar movimientos.
- Relación con la docente: La única dificultad que se presento fue en algunos momentos la dispersión de la atención, pero no se desenfreno a mayor nivel por lo que en su mayoría la sesión se desenvolvió de la mejor manera.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 6	Fecha: 14/04/16	Curso: 2° 3° 4° y 5°	Bimestre: 2	N° de estud.: 18	Edades: entre 7 y 10 años	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30 min
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica González Chacón						
Propósito de la sesión: Fomentar espacios de cooperación por medio de actividades de proxemia y juegos de relevos para lograr cohesión grupal y confianza.						
Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> A I Con compañero, sin adversario y sin incertidumbre; Proxemia.				Metodología: Se trabajara por parejas en la actividad de proxemia y en dos grupos para los juegos de relevos, en el que se evidenciara la honestidad y la comunicación al realizar la actividad.		
Materiales - Recursos: - Balones, pelotas pequeñas, túnel del gimnasio, sillas, aros, canchas de banquitas, banquillo para equilibrio y llantas.						
Implementación: - En grupos de tres personas se hará entrega de un balón el cual irá ubicado en la espalda de todos los integrantes, puesto que ellos deberán ir cogidos de los brazos y de espalda. EL fin consiste en no dejar caer el balón y pasar por una serie de obstáculos sin soltarse. - Actividad de relevos: En dos grupos y ubicados en hileras, se entregará una pelota a cada grupo, en el que cada integrante deberá realizar la posición de mesita (cuatro apoyos boca arriba) y llevará la pelota hasta una distancia determinada en su abdomen sin dejarla caer. Esta actividad varía realizándose también por parejas, trasladando un palo de escoba con alguna parte del cuerpo sin dejarla caer.						

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN				
Sesión: 6	Fecha: 14/04/16	Curso: 3º 4º y 5º	Nº de estudiantes: 18	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30 minutos
Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> A I Con compañero, sin adversario y sin incertidumbre; Proxemia.				
Descripción de la sesión: Inicialmente se realiza el juego de vaqueritos ya que fue el que escogieron los estudiantes, la cual consiste en que la mitad del grupo tiene aros individualmente (vaqueritos) y la otra mitad debe correr por el espacio sin dejarse atrapar (caballitos). Cuando es atrapado algún caballo debe dirigirse al corral y será libre solo cuando un compañero suyo le toca la cabeza; cuando se complete en ser cogido todo el grupo se cambia de roles. Luego de esto se inicia con la primera actividad propuesta por la docente que varía al no haber la cantidad suficiente de balones, así que se procede a realizar la actividad con pelotas pequeñas y por parejas; se les entrega una pelota y empiezan el recorrido por algunas estaciones con la pelota entre la frente de las dos personas, la intención es hallar la manera más pertinente de comunicarse para pasar coordinadamente sin que caiga la pelota. A medida que avanza la actividad se colocan más obstáculos y se varia la parte del cuerpo con la que tienen que transportar el objeto, al principio pocas parejas se comunicaban adecuadamente y cumplían el objeto, por el contrario otras no llegaban a consensos para trasladarse. En éste momento se reunió al grupo y se reiteró que el propósito no era quién llegara primero sino quienes lograban hacer de la mejor manera la actividad y se pudo como ejemplo los compañeros que pasaron paulatinamente por cada estación y lograron una buena comunicación con su compañero. Luego de esta aclaración la mayoría mejoraron su actitud respecto a las actividades y mostraron diversión ante las dificultades, no obstante hubo dos estudiantes que prefirieron ser espectadores, pues las actividades en grupo les incomoda, a ellos se les pidió la colaboración para apoyar en trasladar los obstáculos ya que a pesar de insistir en que participaran se negaron a ello. Se iba a proceder a cambiar de actividad y la disposición de los estudiantes no fue la mejor por lo que se procedió a dirigirse al salón y realizar la reflexión de la actividad y la discusión sobre el cambio de disposición, a lo que respondieron que algunos estaban comportándose bruscamente. Se finalizó la sesión con la evaluación y con algunas condiciones para la siguiente.				
Experiencia docente (autoevaluación): - Relación docente-estudiante: Según la evaluación realizada por los estudiantes en su mayoría fue amena la relación entre docente-estudiante, resolución de dudas y reflexión sobre conductas agresivas e inadecuadas contra sus compañeros. No obstante, unos pocos estudiantes (3) en su respuesta colocaron que en esta ocasión la docente no fue muy amable, puesto que hubo que llamarles la atención y no siempre les agrada que se les reitere las normas de buena convivencia. - Habilidades comunicativas: Fue adecuado el acto comunicativo, en dar las normas respectivas para el desarrollo de la sesión y la resolución pertinente y coherente de dudas durante las actividades. - Pertinencia de actividades: La totalidad de los estudiantes coincidieron con que les pareció agradables las actividades ya que se divirtieron y compartieron con sus compañeros, algunos hacen la acotación de querer más actividades.				

- Manejo del tiempo: En esta sesión sobro un poco de tiempo ya que hubo que dirigirse al salón por mal comportamiento de algunos estudiantes ante sus compañeros, sin embargo durante la actividad fue pertinente el manejo de tiempo igualmente que para la reflexión y la evaluación.

Criterios de evaluación:

- Disposición: Los estudiantes tenían la disposición de salir a realizar las actividades, sin embargo estando en el salón hablaban mientras la docente daba las indicaciones, sin embargo se trata de acoger la atención y poner algunas normas para desarrollar de la mejor manera la sesión.
- Actitud: Al inicio de la clase la mayoría de los estudiantes intentaban realizar las actividades, al ver la dificultad empezaban a discutir entre parejas y su actitud no era de acuerdos, por lo que interviene la docente para aclarar dudas y motivarlos a seguir participando sin importar si se equivocan o si no llegan primeros.
- Relaciones con los compañeros: Algunos de los estudiantes se agraden constantemente
- Relación con la docente: de dialogo

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 7	Fecha: 21/05/16	Curso: 2° 3° 4° y 5°	Bimestre: 2	N° de estud.: 18	Edades: entre 7 y 10 años	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30 minutos
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica González Chacón						
Objetivo de la sesión: Afianzar la confianza entre los integrantes de cada grupo, respetando sus habilidades para lograr un trabajo en equipo teniendo en cuenta el valor del respeto y la honestidad.						
Contenido o dominio: Praxiología motriz <u>C</u> <u>A</u> I con compañero, con adversario y sin incertidumbre.				Metodología: Se realizarán dos grupos con lo que se hará la actividad con la condición de que gana quien realice con honestidad el juego más no quienes lleguen primero.		
Materiales - Recursos: -Aros						
Implementación: Puente de aros: La actividad consiste en que tienen que formar dos grupos, a cada uno se les entregará dos aros, los cuales deberán servir como puente hasta llegar a una distancia determinada. El primer integrante de cada grupo deberá llevar al segundo hasta al otro lado del río, ambos deben estar dentro de los aros o sino caerán al río y deberá devolverse hasta el inicio; el primero integrante se queda al otro lado del río si logran cruzar sin salirse del aro, se regresa el segundo por el tercero y así sucesivamente hasta que cada grupo este al otro lado del río.						

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN				
Sesión: 7	Fecha: 21/05/16	Curso: 2º 3º 4º y 5º	Nº de estudiantes: 18	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30 minutos
Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> <u>A</u> I con compañero, con adversario y sin incertidumbre				
Descripción de la sesión: Inicialmente se realiza el juego de vaqueritos, que consiste en que los estudiantes que tienen aros (vaqueros) deben coger a sus compañeros que no tienen aros (caballitos) y llevarlos al corral, luego se cambia de roles. Luego, se explica la actividad de puente de aros y se da inicio con un ejemplo, algunos estudiantes por el afán de llegar saltan por fuera del aro y deben volver a empezar, otros lanzan el aro a larga distancia y tampoco les alcanza el salto para llegar, por lo que también se tienen que devolver, durante la sesión se develan cuestionamientos por algunos estudiantes que hacen trampa a quienes se hace también devolver. Intentan de varias maneras llegar más rápido, hasta que se dan cuenta que es mejor hacerlo despacio y bien hecho, sin necesidad de afanar a su compañero.				
Experiencia docente (autoevaluación): - Relación docente-estudiante: Amable, comunicativa y divertida según las respuestas de la evaluación de los estudiantes. - Habilidades comunicativas: Se entendieron adecuadamente las explicaciones y aclaraciones durante la sesión - Pertinencia de actividades: Al involucrar un valor agregado de respeto y honestidad los estudiantes actuaban de mejor manera con sus compañeros e intentaban hacer más divertida la actividad, por lo que les agrado ya que no hubo discusiones. - Manejo del tiempo: El adecuado para cada actividad y juego, se tomó el tiempo para la respectiva retroalimentación y la evaluación.				
Criterios de evaluación: - Disposición: Fue muy buena para empezar con la sesión. - Actitud: En esta sesión no hubo peleas, se llamó la atención pocas veces por comportamiento y falta de atención. - Relaciones con los compañeros: Fue más armónica a comparación de otras sesiones, al principio se afanaban por querer ganar, pero se involucró otra regla de juego y por ello trabajaron con más pasividad. - Relación con la docente: Amable y comunicativa al realizar preguntas sobre las reglas.				

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 8	Fecha: 05/05/16	Curso: 2° 3° 4° y 5°	Bimestre: 2	N° de estud.: 18	Edades: entre 7 y 10 años	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30 minutos
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica Gonzáles Chacón						
Objetivo de la sesión: Potenciar el trabajo cooperativo, la comunicación asertiva y la resolución de problemas con todo el grupo.						
Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> A I, con compañero, sin adversario y sin incertidumbre.				Metodología: Todo el grupo realizará las dos actividades propuestas en las que deberán encontrar la mejor solución comunicándose asertivamente con el otro. La sesión estará dividida en tres momentos: El primero, que se será la apertura de la clase con un juego libre, que escogerán los estudiantes, luego se ejecutarán las actividades propuestas por la docente y por último se genera la reflexión y la evaluación.		
Materiales - Recursos: - Pelota - Lazos - El cuerpo						

Implementación:

- Pelota cooperativa: todos los estudiantes estarán dentro de un círculo, el cual serán lazos que van alrededor de la cintura de ellos, el balón será golpeado hacia arriba sin dejarlo caer, si esto llega a pasar todo el círculo deberá desplazarse para recogerlo sin que la cuerda caiga al piso.
- Puente de manos: Todos los estudiantes en dos hileras uno frente al otro, entrelazarán las manos con el compañero del frente sucesivamente las dos hileras de estudiantes, mientras que un estudiante se acostara y pasará por todo el puente sin que sus compañeros lo dejen caer. Pasarán todos los estudiantes siempre y cuando no haya ninguna adversidad durante la actividad. Esta misma actividad se intentara hacer acostados y con los brazos estirados.

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN

Sesión: 8	Fecha: 05/05/16	Curso: 3° 4° y 5°	N° de estudiantes: 18	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30 minutos
-----------	-----------------	-------------------	-----------------------	--

Contenido: Praxiología motriz C A I, con compañero, sin adversario y sin incertidumbre.

Descripción de la sesión: Se inicia la sesión con la actividad de congelados con frutita. Luego se procede a explicar la siguiente actividad que es la pelota cooperativa, en esta se encierra todo el grupo de estudiantes con el lazo y se procede a lanzar el balón al aire para que los estudiantes lo golpeen. Algunos estudiantes halan bruscamente el lazo lo que hace que otros estudiantes se lastimen, otros se apoderan del balón sin dejar que los demás participen, en esta situación se hace el primer llamado de atención en el que se reitera que se debe tener cuidado con sus compañeros y que la actividad debe ser realizada por todos. Esto genera que algunos estudiantes no quieran participar, así que algunos se salen del círculo y se quejan de que sus compañeros son bruscos. Se intenta de nuevo realizar la actividad, y avanza un poco más con las recomendaciones realizadas, solo que ahora hay estudiantes que sienten temor al golpear el balón, así que solo la mitad del grupo termina realizando la actividad. Por ende, se procede a seguir con la siguiente, la cual al principio se inicia con buena actitud y en la que empieza una niña quien es la que pasa por el puente de manos, pero cuando deben pasar compañeros un poco más pesados algunos empiezan con las quejas, por el contrario otros motivan para que ellos pasen. Es así que algunos estudiantes renuncian momentáneamente de la clase mientras que otros no, cuando empiezan a pasar uno por uno aquellos que habían renunciado vuelven y deciden apoyar el puente y al final alcanzaron a pasar la mayoría de los estudiantes, los que no pasaron fue por temor, pero se respetó la decisión. Al final de esta actividad se realizó la retroalimentación sobre la importancia del cuidado de la integridad del otro, ya que los que pasaron por el puente debían sentirse protegidos y en confianza por no caer. Se felicitó el grupo

por trabajar cooperativamente, pero también se llamó la atención por renunciar ante las que aparentemente eran dificultades, pero que la final se dieron cuenta que si se trabajaba en equipo se podían lograr.

Experiencia docente (autoevaluación):

- Relación docente-estudiante: Respecto a las evaluaciones la docente actuó de manera asertiva. Se recibieron uno o dos quejas de los estudiantes cuando la docente llamó la atención, de lo contrario se muestra que se comunicó con amabilidad y respeto.
- Habilidades comunicativas: Fue pertinente al momento de explicar y resolver dudas frente a las actividades propuestas; los estudiantes entendieron claramente lo que se explicó y aconsejo durante la sesión.
- Pertinencia de actividades: A muchos de los estudiantes no les gusta trabajar con todo el grupo porque algunos niños son muy bruscos, pero se intenta motivar para que lo intenten y logren una cohesión. Los estudiantes que se sienten lastimados o incomodos suelen manifestar que las actividades no son de su agrado, pero se llega a la conclusión que es por el comportamiento de sus compañeros.
- Manejo del tiempo: Fue pertinente en cuanto a las actividades, la reflexión y la evaluación.
-

Criterios de evaluación:

- Disposición: Al inicio de la sesión se tiene la mejor disposición para iniciar.
- Actitud: Durante el primer juego que se realiza se muestra una buena actitud, pues todos participan y se divierten ya que es un juego escogido por ellos. Durante las actividades se observa que algunos estudiantes no quieren participar por el comportamiento brusco de otros, quienes quieren liderar y empoderarse de la actividad, esto en la primera lúdica; en la segunda, algunos estudiantes sienten temor al pasar pero luego se motivan al ver a sus compañeros que lo logran.
- Relaciones con los compañeros: En la primera actividad se refleja que todos quieren participar, pero algunos compañeros quieren empoderarse del balón por lo que los demás pierden motivación. En la segunda actividad se observa más trabajo grupal, ya que no tienen objetos porque pelear, sin embargo se quejan porque no pueden pasar a su compañero hasta el final del puente.
- Relación con la docente: La única debilidad es la falta de atención intermitente.

Aspectos a mejorar:

- Tener en cuenta que algunos estudiantes no han tenido la posibilidad de recepcionar un balón y sienten temor al hacerlo, es preciso tener con antelación una sesión o tiempo determinado para hacer una interacción con este tipo de ejercicios, por ende también ser pertinente con el tipo de balón a utilizar, pues con el que se estaba interactuando era de fútbol, por lo que sería mejor utilizar uno de plástico inicialmente. Sin embargo, la institución no posee dentro de sus materiales balones, lo que se debe solucionar con antelación como pedir que los estudiantes lleven sus materiales, si los tienen.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL PROYECTO CURRICULAR DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO PLAN DE CLASE						
Sesión N°: 9	Fecha: 12/05/16	Curso: 2° 3° 4° y 5°	Bimestre: 2	N° de estud.: 18	Edades: entre 7 y 10 años	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30 minutos
Nombre de la institución: Liceo Campestre los Robles						
Docente a cargo del proyecto: Mónica González Chacón						
Propósito de la sesión: Potenciar el trabajo en equipo teniendo en cuenta el dialogo para llegar a un objetivo en común.						
Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> <u>A</u> I con compañero, con adversario y sin incertidumbre				Metodología: Se realizaran dos grupos, los cuales encontraran la mejor manera de participar colaborativamente para llegar a un mismo objetivo sin dejar de lado a ninguno de sus compañeros.		
Materiales - Recursos: - Costales - Balòn						
Implementación: - Volei con costales: Se conforman dos grupos y cada uno de ellos debe estar distribuido por parejas, a las que se les entregará un costal con el que deberán recepcionar la pelota por encima del lazo que hará de malla; se plantean las reglas con los estudiantes.						

REFLEXIÓN DE LA SESIÓN				
Sesión: 9	Fecha: 12/05/16	Curso: 2º 3º 4º y 5º	Nº de estudiantes: 18	Tiempo de ejecución: 1 hora y 30 minutos
Contenido: Praxiología motriz <u>C</u> <u>A</u> I con compañero, con adversario y sin incertidumbre				
Descripción de la sesión: Se inicia la sesión con un juego que es propuesto por los estudiantes. Luego se da paso a la explicación de la actividad de volei con costales, pero se distraen un poco por la presencia de un perro que ingresa al colegio e interviene en la clase y los estudiantes intentan sacarlo de las instalaciones; después que lo sacan se continúa con la sesión. Inicialmente deben recepcionar el balón con los costales y lanzarlo de nuevo al otro campo sin importar que pareja lo haya obtenido, después se pone la condición de que se deben hacer mínimo tres pases para que valga el punto. Uno de los grupos intentaba organizarse mejor que el otro, ya que se sugirió que fueran rotando de lugar y que todas las parejas debían ser partícipes de hacer el saque, mientras que el otro grupo seguía discutiendo por la desorganización, culpándose entre sí por no recepcionar adecuadamente y por no estar atentos cuando les hacían punto. Al final solo el grupo que logro organizarse fue quienes se comunicaron sin pelear y no se tornaron discusiones, mientras que el otro grupo no muy agrado por haber perdido discutieron hasta el final. Por último se realizó la retroalimentación en el salón, donde se sugirió hablar en vez de gritar y comunicarse mejor para lograr un mejor trabajo en equipo y se puso como ejemplo el grupo que había logrado la actividad sin discusiones.				
Experiencia docente (autoevaluación): - Relación docente-estudiante: Mediadora, la docente explico la actividad y realizaba sugerencias para que no discutirán al generar las actividades, aunque habían momentos en que se dejaba actuar al grupo para que solucionaran la dificultad. - Habilidades comunicativas: De acuerdo con la evaluación docente fue buena la manera de explicar las actividades y atender a las dudas sobre las reglas. - Pertinencia de actividades: A la mayoría de estudiantes le gusto la actividad, pero sirvió para que se dieran cuenta que sin pelear se puede lograr trabajar mejor en equipo; en la reflexión algunos estudiantes sugirieron a sus compañeros no gritar cuando se equivocaban. - Manejo del tiempo: El adecuado respecto a las actividades, la reflexión y la evaluación. -				
Criterios de evaluación: - Disposición: Fue la mejor al iniciar la sesión ya que siempre se inicia con juego que proponen los estudiantes. - Actitud: Durante la sesión se evidenciaron actitudes pasivas cuando algunos estudiantes no podían recepcionar bien el balón y los demás los hacían sentir culpables, otros molestos porque sus compañeros no estaban atentos del balón y por el contrario otros buscaban soluciones para realizar en grupo la actividad. - Relaciones con los compañeros: Cooperativa en algunos casos, en otros de pasividad y otros de agresión verbal, claro está que sin llegar a las groserías pero si de mal humor por no coordinar grupalmente.				

- Relación con la docente: De cuestionamiento por algunas faltas que se cometían durante el juego, pero al final, algunos estudiantes hicieron la aclaración que las sugerencias de la docente las habían tenido en cuenta para poder trabajar mejor en equipo.

Aspectos a mejorar: Poner las reglas del juego al principio de la actividad construyéndolas entre estudiantes y docente; y realizar más variantes para el juego para que no se sientan algunos en desventaja.

Capítulo cinco

5. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

5.1. Aprendizajes como docente

La tarea de ser docente es un aprendizaje continuo y es a través de la experiencia que se va formando un carácter, el cual el docente empodera e interioriza para accionar en las diferentes situaciones que se presentan en la escuela, pues cada momento es nuevo y conlleva a una reflexión distinta, lo que permite mejorar, transformar o cambiar su carácter, brindándole perspectivas de conocimiento que aún dentro de la academia se desconocen, pero que se viven con el propósito de formar seres humanos a partir de experiencias recíprocas (maestro-estudiante), en las que el cuidado de sí, del otro y del contexto primen, porque algo importante que ha dejado la praxis docente es que el afecto entre las personas, una convivencia amena y coexistir con su entorno, es más importante que solo asistir a la escuela a apropiarse de conductas individualistas de competencia de saberes que solo se miden por aptitud, de las cuales emergen personas que piensan en escalar dentro de la pirámide social como mejores y competentes laboral y/o económicamente, olvidándose que a su alrededor existen otros seres que aportan a su construcción como personas.

Sin embargo, no hay que menospreciar este tipo de autoestima que se obtiene por querer ser mejor, pero lo que sí se debe apreciar es como se utiliza al servicio de la sociedad, para ayudar a promulgar los derechos que se tienen como personas, para actuar con un sentido humano y no rivalizante al que se está acostumbrado a vivir por el afán de “asegurar una calidad de vida digna” para un futuro, razón que da paso a enfrentamientos, desigualdades e indiferencias, fenómenos sociales que se viven hoy en la escuela y que repercuten en la vida social.

Esto es un reflejo de lo poco que se vive en servicio del otro y del mundo, se convive en una sociedad en la que ser el mejor en el ámbito escolar y sobresalir en pruebas de saber, es más importante que un día de campo para compartir con la naturaleza y con los demás, donde el maltrato físico y moral hacia el otro es la mejor opción para solucionar un conflicto y la opinión del otro no es tan valiosa como la propia, pues se siguen asumiendo esos roles de

poder en el que siempre debe haber un líder y se deja de lado el trabajo en equipo y la iniciativa de cualquiera de los integrantes, sin importar si es más o menos importante dentro del margen social o educativo, se sigue viendo relevante la discriminación por aquellos que tienen conductas de rebeldía y no son socialmente “adaptados”, y en algunos casos por no pertenecer al mismo género, viéndose marcado aun el machismo y la falta de empatía, menospreciando las capacidades del otro y subyugándolo ante los demás como débil.

Cabe aclarar que, así como se evidencian dificultades socio-afectivas en los estudiantes también se muestran actitudes de impotencia y debilidad por parte del docente, pues es incierto y especulativo lo que se pueda llegar a encontrar un docente en formación que quiere implementar un proyecto con el que posiblemente impacte de buena o mala manera, ya que inicialmente se presume que todo lo planeado saldrá a la perfección y no se tiene en cuenta que hasta el altercado más imaginable puede llegar a cambiar toda una sesión, y es donde en muchas ocasiones comienza la frustración, porque bien lo diría Estanislao Zuleta, estamos acostumbrados a la facilidad, a evadir la dificultad, a que todo salga como se planea y si ocurre lo contrario carecemos del valor para enfrentarlo.

Esa experiencia también fue dotada de emociones positivas, negativas, neutrales, impotentes, de las que en muchas ocasiones no se sabía cómo actuar, ya que entra en juego el rol como persona individual que enmarca principios, ética, juicios etc., y el rol de docente como formador social, en el que se llegan a contradecir con las características personales y empieza la confusión para tomar decisiones sobre una situación que se tiene que resolver en el momento. Todos esos periodos de tensión, en el que se quiere evadir esa figura de autoridad porque no se está preparado para enfrentar situaciones que se tornan incómodas y difíciles, son las que más enseñan, las que dejan huella al vivir un instante de incertidumbre en una labor que tiene la obligación de tener las mejores respuestas, pues el docente es el ejemplo, el reflejo de los valores, el forjador de enseñanzas, el justiciero de los antivalores, el argumentador de los ¿por qué?, y es así, que todas estas situaciones difíciles son las que hacen de la reflexión la herramienta más importante para pensarse en su quehacer.

Es por ello que el docente también debe aplicar el proyecto en su vida personal, porque hay que ser congruente con lo que se es como persona y lo que se enseña como docente, la habilidad de autorregulación frente a situaciones incómodas con los estudiantes debe ser de ayuda para no llegar a enfrentamientos, la buena comunicación, la comprensión y empatía porque no se sabe con certeza las situaciones que vive el estudiante en su hogar, saber escuchar y tener en cuenta sus aportes, molestias o inconformidades, la construcción recíproca de normas o reglas de convivencia. Todas son características que mejoran el proceso de enseñanza-

aprendizaje y afianzan las capacidades del formador para realizar paulatinamente mejores propuestas al servicio de la educación en procura de un progreso más humano.

Es así, que se debe ser cauteloso con el trato de los estudiantes, ya que su comportamiento muchas veces es el resultado de conductas agresivas por parte de su núcleo familiar, y esto repercute en cómo actúa en la escuela, tanto con sus compañeros como con los profesores. En un principio no se tenía en cuenta la vida personal de los estudiantes ya que se veía ajeno a los referentes académicos, luego de una experiencia con un niño con conductas agresivas quien dijo odiar la clase y a su profesora de espacios de interés, se optó inicialmente por castigarlo y no dejarlo participar más de las sesiones, pero luego se llegó a la reflexión de que no era la mejor opción, pues dentro de una ética docente era dicotómico pensar en principios pedagógicos del dialogo y de interculturalidad, y en la praxis, marginándolo, excluyéndolo y subestimándolo por mal comportamiento, en lo que se veía reflejado por parte del docente la falta de tacto pedagógico y carencia de oportunidades que se podía brindar a partir de la sesión, para aumentar y mejorar su participación con los demás.

Decía Vygotsky que el aprendizaje se da del plano social al individual aportando también a los demás conocimientos no solo prácticos sino también axiológicos, emocionales y morales, que en este caso va focalizado al buen trato hacía el otro y a sí mismo, lo que permite que fortalezca su naturaleza interna, autónoma, independiente y reguladora. En este sentido, se da cuenta de que intervenir en un grupo de ocho estudiantes es de total diferencia a intervenir en un grupo de veinte, se especulaba que por ser menor cantidad de integrantes sería más productiva la sesión, pero por el contrario afecto la parte social, ya que por estar acostumbrados a compartir con más compañeros la ausencia de estos involucro en el desánimo de realizar la sesión, tanto por parte de los estudiantes como por parte de la docente, pues la falta de compromiso y actitud generó que la sesión terminara por rumbos de actividad autónoma, lo que no fue malo pero tampoco lo que se esperaba referente al propósito de la sesión.

En ocasiones, por la falta de materiales en la institución había que improvisar con las pocas herramientas que se encontraban en un almacén pequeño, inicialmente se esperaba que la docente fuera dotado con lo que necesitaba para hacer ejecución de su sesión, pero al parecer los estudiantes ya estaban acostumbrados a la carencia de materiales y trabajaban recursivamente con lo que se pudiera brindar. Se especulaba que sin materiales no se podía realizar adecuadamente una sesión y se llegaba a pensar que el aprendizaje no iba a ser el mismo, pero en el transcurso de las clases se llegaron a adaptar los pocos materiales al espacio, permitiendo experiencias creativas y adaptación al contexto en el que se realizaba la praxis.

La imagen del educador físico en las instituciones suele ser de que es profesional en cualquier tipo de actividad física o deporte, y en realidad hay que estar preparado para todo lo que competa el oficio, no significa que estar preparado sea sinónimo de que debe improvisar, pues si se tiene un conocimiento no profundo, pero si con el que pueda plantear una sesión de manera creativa con lo que sabe, puede brindarle mayor enriquecimiento didáctico y obligarlo a pensar en soluciones inmediatas a situaciones que se presentan, y en las que debe tomar decisiones momentáneas que involucren su disciplina y de eso depende su imagen como educador físico. Esto se trae a colación, por una situación que se presentó al no asistir a una clase con otro grupo el profesor de natación, por lo que la coordinadora opino que la docente de espacios de interés podía realizar la clase ya que también se trataba de su campo de acción.

En esta situación intervienen diferentes aspectos, como la ética, la imagen docente, la toma de decisiones (en cuanto a dejar la prioridad de su grupo por otro) y la capacidad de brindar la clase, es decir, si el docente no hubiese tenido los conocimientos prácticos sobre el tema ¿Se hubiera generado de igual manera la sesión?. En este caso se tomó la decisión de realizarla porque se tenían conocimientos básicos, pero puede suceder con temas de lo que no se ha visto en la academia y es deber del docente ser creativo para situaciones inmediatas, no solo con su disciplina sino con diferentes fenómenos educativos que necesiten respuestas de un intelectual de la educación, capaz de generar posibles soluciones, las cuales son el reflejo del pensamiento crítico, creativo e innovador.

A pesar de algunas dificultades que se hayan presentado, también queda el recuerdo de aquellos estudiantes que piensan que la labor docente es importante, de aquellos que siempre están en la puerta y a la expectativa, esperando a que llegue el profesor con nuevas actividades que les dejan una enseñanza, de quienes se aprendió por sus ideas creativas que a la docente nunca se le hubieran ocurrido y que de alguna manera la transformaron como persona, porque aprender de veinte personalidades diferentes, de diversos tamaños, visiones, genios, géneros, es lo más enriquecedor que se gana como maestro, pues el verdadero camino arduo es seguir generando oportunidades, caminos y esperanzas para quienes ven como imposible vivir experiencias que trasciendan al ser humano a través del cuerpo, pero que con perseverancia, creatividad y paciencia se pueden llegar a hilar sueños, esos que se ven como utópicos en nuestro país, de los que todo el mundo habla pero pocos aplican, los de vivir sin miedo a ser marginado, criticado, agredido, subyugado, irrespetado por hacer valer lo que es propio, como sus derechos, su integridad, su personalidad.

Al final se piensa que esto de la frustración por algo que sale mal ya no es de gran relevancia, o no en términos de frustrarse, sino por el contrario de fortalecerse, cada instante,

etapa o periodo de dificultad que se presenta dentro del saber-saber, saber-hacer y saber-ser es un nuevo aprendizaje para el docente, del cual se tiene que nutrir para transformar su pensamiento, volverlo crítico y trascenderlo con afirmación, porque cada decisión que toma es importante para su labor, porque está formando seres que de una u otra manera que también transformarán, forjarán y/o cambiarán sociedades con sus acciones, ideas, opiniones, valores y costumbres, esas mismas que aprendieron y potenciaron cuando estaban en sus etapas más fértiles de conocimiento, esas que algún docente les arraigo de la mejor manera y con el mayor esfuerzo, para querer ver en ellos el reflejo de lo que no se hizo o no se ha hecho en una sociedad que aclama vivir en paz desde sí mismos y con los demás.

5.2. Incidencias en el contexto y en las personas

Pensar en la comunicación asertiva como tema a implementar llevaba a cuestionarse como ejecutarlo en una población académica en la que bimestralmente cambia de espacio, además la diversidad de edades y cursos en un mismo espacio confundía las posibilidades de ver transformaciones, pues se especulaba que la interacción entre los estudiantes no iba a ser la misma cuando todos eran de la misma edad. Pero, la peculiaridad del colegio radica en eso, en que dentro de los espacios de interés los niños van mezclados sin importar curso, edad o género, pues las políticas del colegio se enfocan en un aprendizaje que promueva la aceptación al prójimo y sus diferencias. Lo que permitía realizar con mejor oportunidad el proyecto, puesto que el concepto de la materia “espacios de interés” es de libre albedrío de contenidos para el profesor, es decir, no se daba una clase de educación física en concreto encaminada a los imaginarios sociales tradicionales, sino por el contrario, es de actividades lúdicas con un propósito formativo e integral para los estudiantes. En este sentido, los niños no estaban arraigados a una sesión enfocada a los deportes, por la falta de espacio y por la falta de materiales, lo que fue atributo para la implementación, pero a la vez debilidad, ya que la falta de materiales en varias ocasiones fue relevante para realizar las sesiones.

Debido a esto, se podía generar abiertamente cualquier tipo de sesión con contenidos de diversos índoles, enfocados claramente al propósito de formación del proyecto, así que siempre los estudiantes estaban a la expectativa de lo que se iba a generar. En un principio la docente era quién llevaba todas las actividades y muchas veces no todos querían participar de ellas, luego se decidió iniciar siempre las sesiones con un juego que ellos propusieran para dar paso

a las actividades que la docente iba a implementar, las cuales en el transcurso de la clase se iban modificando respecto a las sugerencias de los mismos estudiantes.

El primer bimestre se inició con los cursos primero, segundo y tercero de primaria, con ellos la intervención fue de mejor impacto porque había un niño de tercero con gran egocentrismo de liderazgo que ayudaba a la docente a mantener la cohesión y la atención del grupo. Este niño era quien tenía dificultades de comportamiento, agredía verbal y físicamente a sus compañeros de clase, pero al trabajar con los más pequeños se veía en la obligación de ser más cuidadoso y empático con ellos, además que la docente le dio un lugar importante dentro de la clase, lo que hacía aumentar su autoestima y agradecer cada vez que se terminaba la sesión, sin embargo, era necesario estar reiterando el respeto y cuidado por los otros para que lo tuviera en cuenta, se resaltaban buenos comentarios cuando generaba buenas conductas de comportamiento o colaborativas y se felicitaba cuando tenía buena actitud con la docente y con los compañeros. Él, Sebastián, en este primer bimestre tuvo un buen avance en cuanto a comunicarse asertivamente con sus compañeros de espacios de interés, y la cohesión de este grupo fue amena en la mayoría de sesiones por ser una población un poco más vulnerable a la figura de autoridad.

En el segundo bimestre Sebastián cambio su actitud, pues el grupo con el que ahora tenía que compartir eran los niños de tercero, cuarto y quinto, con los que estuvo solo una sesión en la que se peleó con muchos, lo rechazaron para trabajar en grupo, y por decisión de los entes administrativos lo cambiaron de espacio.

Con este grupo fue más complejo trabajar, pues sienten que tienen más poder de decisión, están en una etapa de rebeldía y no siempre acatan las normas de convivencia. En algunas ocasiones había que terminar las sesiones antes y hacer la reflexión en el salón por mal comportamiento, falta de interés y carencia de atención, pero siempre se reiteraba que la mejor manera de resolver un conflicto no era la violencia, que las actividades siempre eran juegos en los que se tenía que ayudar al otro y que había que ponerse en el lugar del otro para saber que sentía cuando lo agredían.

En su mayoría, los estudiantes eran conscientes de que irrespetar es sinónimo de agredir, sin embargo muchos no aplicaban lo que siempre se les reiteraba sobre el respeto a las diferencias, la cooperación con el otro y el trabajo en equipo. En ocasiones se observaba que en algunas actividades lograban trabajar en equipo y se reflejaba en la evaluación, en la que colocaban que les había gustado trabajar con sus compañeros, que no importaba si perdían o ganaban que lo importante era divertirse, que habían aprendido a no ser groseros, a no pelear y jugar limpio entre otras que no escribían pero lo decían durante la reflexión.

En algunos estudiantes de quinto de primaria se evidencia la educación en valores que poseen y potencian en su hogar, pues a pesar del ambiente tenso que se tiene en algunas sesiones, son capaces de lograr una buena comunicación con sus compañeros, son colaborativos y mantienen el rango de respeto entre estudiante-docente.

El fenómeno de la agresión entre algunos estudiantes se ve muchas veces por diversión o por relación de poder sobre el otro, donde el más brusco es a quién le tienen miedo o pretende ser líder del grupo, cuando se tornaban agresivas este tipo de situaciones, se detenía la actividad y se les llamaba la atención a quienes estaban generando conductas comportamentales inadecuadas en las que se veía involucrada la integridad de los estudiantes, se advertía que se finalizaban las actividades y se culminaría en el salón, solo de esta manera prestaban atención y atendían al llamado de respeto que exigía la docente para con sus compañeros.

No hay que dejar de lado que mientras acogían las actividades para la diversión, pasaban un rato agradable, sobre todo con las actividades de proxemia, con las que tenían que tener un acercamiento con el compañero y se convertía en gracioso por el tipo de dificultad o la vergüenza que generaba hacerlo, lo que se volvía un reto que aparentemente era fácil pero al momento de generarlo se volvía incómodo y que al final terminaban lográndolo porque algunos de sus compañeros lo hacían de manera más sencilla, es así que el egocentrismo en el juego se volvía reto y lo generaban por ver a los demás realizarlo.

5.3. Incidencias en el diseño

Como se mencionó en el primer capítulo, la palabra asertividad es de origen empresarial y darle un giro para enfocar su definición a lo educativo era complejo, puesto que sus características iban enfocadas a lo óptimo, a la buena calidad, la eficacia etc., lo que llevaba a pensar que se estaba direccionando hacia una producción de conocimiento, sin embargo, se quiso dar un mejor atributo a la palabra y consultar sobre comunicación asertiva que era una mejor opción para la resolución de conflictos y mejor convivencia dentro del ámbito educativo, al hacer énfasis sobre la comunicación se vio a la obligación de buscar las características de la palabra en lo que se encontró tres tipos de comunicación agresiva, pasiva y asertiva, siendo esta última el tema a elegir para el proyecto, teniendo en cuenta que ya se tenían algunas problemáticas educativas definidas como el irrespeto a las diferencias, el bullying, la violencia física y verbal, el individualismo dentro del aula, entre otras debilidades que afectan a la sociedad colombiana y que son causas que terminan en conflicto.

En este sentido, se realizó la ruta pedagógica que fuera pertinente al tema a la que contenía un propósito de formación que estuviera en servicio de una comunicación asertiva para la resolución pacífica de los conflictos, para ver como igual al otro, para hacer valer los derechos, en el que se pudiera convivir de manera amena sin denigrar la integridad de los demás. Es así que esta ruta pedagógica se creó y se implementó con satisfacción en las prácticas, pues se pensó primero en que los grupos logran tener una cohesión, es decir, comunicarse adecuadamente con el otro, confiar en él, trabajar en equipo, afianzar amistad y buenas relaciones, y que aunque todo no se logró ni al tiempo y completamente, se tuvo el gran acercamiento en algunas de estas habilidades que se evidenciaron en las evaluaciones realizadas, pues los estudiantes se daban cuenta que trabajando en equipo se lograban más fácil los objetivos y sin necesidad de pelear se compactaban lazos de amistad más que de competitividad. Muchos de los estudiantes aprendieron a perder y tomaban las actividades como juegos para divertirse, dejando de lado la cuantificación de los puntajes al perder o ganar.

El acercamiento de la práctica a los principios pedagógicos fluyo intermitentemente durante las sesiones de clase, ya que paralelo a que se iban presentando situaciones comportamentales incómodas se generaban las respectivas reflexiones o un llamado de atención frente a los hechos, el llamado al diálogo, al respeto y cuidado por el otro se veía intrínseco en las actividades, lo que permitía una mejor evidencia de las conductas asertivas de los estudiantes; frente a esto las posturas de la docente fueron mediadoras al realizar argumentaciones de porque se debía tener en cuenta al otro y evitar las agresiones.

Cabe aclarar, que los formatos de evaluación asumieron algunas modificaciones respecto al grado de los estudiantes, ya que su nivel de escritura y comprensión de lectura no era paralelo y las respuestas variaban respecto a esto. A mediados de la tercera sesión ya tenían una apropiación de cada criterio que presentaba el formato, por lo que era más fácil para ellos responder analíticamente lo correspondiente a la pregunta, y daban paulatinamente más críticas propias frente a la sesión, la docente y sobre sus compañeros.

5.4. Recomendaciones

Dentro de esta propuesta se pueden trabajar diferentes contenidos, en este caso se implementaron algunos dominios de la tendencia de praxiología motriz, pero hay que tener en cuenta que se trabajaron juegos en que algunas veces tenían que competir y no se vio como perjudicial a pesar que no se está incluido dentro de las características de los juegos cooperativos, ya que estos son libres de competición, así que se tiene que atribuir alguna

variable para hallarle sentido a ese juego con competencia; sin embargo hay que ver mayores posibilidades de contenidos de otras tendencias o principios de otras disciplinas que también se puedan implementar, sin dejar de lado la parte formativa a la que le compete la educación física.

Siempre se planteaban dos o tres actividades para la sesión, a las que muchas veces se generaba solamente una y la mitad de la otra, es pertinente tener en cuenta el tiempo de ejecución o de la clase respecto a las actividades, ya que es mejor realizar de la mejor manera una actividad que puede generar más experiencias y enriquecer más un proceso, que el afán de llenar de actividades a los estudiantes por querer alcanzar más rápido un propósito que se puede ganar mejor con cautela, paciencia y perseverancia.

Un proyecto de este índole, como el de querer primero obtener mejores relaciones sociales en un grupo tan variado puede llevar mucho tiempo, hasta que todos sean conscientes de que sus compañeros tienen ritmos de aprendizaje diferentes, por ser de edades diversas y tener perspectivas diferentes frente a lo que se les está brindando, que en este caso eran actividades de cohesión de grupo. Es por esto, que el afán de querer transformaciones a corto plazo es lo menos que se puede esperar de un proyecto que puede ser largamente duradero, como pueda que no, esa es la gran variable que se puede encontrar en querer mejoras y potenciaciones de lo que se quiere como propósito, pero que de a poco se va logrando, pues con cada herramienta que se tiene (diarios de campo, formatos de evaluación, comportamientos etc.) se puede seguir mejorando el proceso formativo, sin perder la esperanza de que siga siendo un proyecto al servicio del respeto, resolución de conflictos y resignificación de los derechos.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Alvarez. (2001). *Evaluar para conocer, examinar para excluir*. Madrid: Morata.
- Andrade, G. (s.f.). *Ética y pedagogía dialogante*. Bogotá: Editorial del magisterio.
- Angulo, N. (2005). El derecho humano al desarrollo frente a la mundialización del mercado. *Revista facultad de derecho y ciencias políticas*, 63.
- Aranguren , G. (2007). La investigación-acción sistematizadora como estrategia de intervención y formación del docente en su rol de investigador. 173-195.
- Bronfenbrenner, U. (2001). *The bioecological theory of human development*. New York: Internatioanal enciclopedia of the social and behavioral sciences.
- Carrobbles, B. (1976). *Práctica de la terapia de la conducta*. Barcelona: Pablo del río.
- Cazares, M. (s.f.). *Una reflexión teórica del currículo y los diferentes enfoques curriculares*. Cuba: UCF.
- Chomsky, N. (2007). *La (Des) educación*. España: Biblioteca de bolsillo.
- Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido*. México: Siglo XXI Editores S.A.
- Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprmido*. México: Siglo XXI.
- Freire, P. (1987). *Reading the Word and the World, South Hadley*. Berging y Garvey .
- Garaigordobil, M. (2006). *El juego cooperativo para prevenir la violencia en los centros escolares*. Secretaria general técnica.
- Garces, C. (1988). *Sistematización de experiencias de educación popular: Una propuesta metodológica*. México: Crefal.
- Gasque, E. (1997). Relación entre el locus de control y la asertividad en estudiantes universitarios. *Revista de la Universidad Autonoma de Yucatán*, 45.
- González, H. (1986). *Persona humana, sociedad y estado*. México : Instituto Mexicano de Doctrina Social Cristiana.
- Grife, M., & Guitart, M. (2012). Consideraciones educactivas de la perspectiva ecológica de Urie bronfenbrenner. *Contextos educativos*.
- Habermas, J. (1989). *Teoría de la acción comunicativa: Complementos y estudios*. Madrid: Catedra.
- Herrera, M. (s.f.). *Historia de la educación en Colombia, la republica liberal y la modernización de la educación:1930-1946*. Bogotá.
- Herrera, M. J. (2009). PCLEF. *pclef*, 27.

- Iafrancesco, G. (2009). *Currículo y plan de estudio*. Bogotá: Magisterio.
- Lange, A., & Jakubowski, P. (1976). *Responsible Assertive Behavior*. Champaign, Research.
- Lopez, P. (1999). *Educación Física, Evaluación y Reforma*. Segovia.
- Mockus, A. (2003). Cultura ciudadana y comunicación. *Revista la Tadeo* N° 68.
- Mockus, A. (2007). *Estándares Básicos de Competencias*. Bogotá: Ministerio de Educación Nacional.
- Orlick, T. (1990). *Libres para cooperar, libres para crear*. España: Paidotribo.
- Ortega, R. (2000). *Violencia escolar: Mito o realidad*. Sevilla: Mergablum.
- Ortega, R. (2005). *IX Encuentro internacional violencia y escuela*. Valencia.
- Ospina, W. (2011). Nuestra edad de ciencia ficción. *El espectador*.
- Parlebas, P. (Junio de 2009). Entrevista a Pierre Parlebas. (J. Saraví, Entrevistador)
- Perez A, .. L. (2009). Evaluación formativa y compartida en el Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). En L. Pastor, *Formativa y Compartida en Docencia Universitaria: propuestas, técnicas, instrumentos y experiencias*. (págs. 9-14). Madrid: Narcea.
- Perinat, A. (2007). La teoría historico-cultural de Vigotsky: Algunas acotaciones a su origen y su enlace. *Revista de historia de la psicología*, Vol 28, 20.
- Roca, E. (2003). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Valencia: ACDE.
- Roca. (2003). *Cómo mejorar tus habilidades sociales. Programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional*, 12.
- Ruiz, N. (enero-junio de 2010). *Revista actualidades pedagógicas* N° 55. Obtenido de Revistas la salle: <http://revistas.lasalle.edu.co/index.php/ap/article/viewFile/880/788>
- Sacristán, G. (1991). *El curriculum: Una reflexión sobre la práctica*. Madrid: Ediciones Morata.
- Stokoe, P. (1967). *La expresión corporal y el niño*. Buenos aires: Ricordi americana .
- Taba, H. (1991). *Elaboración del currículo teoría y práctica*. Buenos Aires: Troquel.
- Vigotsky, L. (1968). *Pensamiento y lenguaje*. La Habana: Revolucionaria.
- Zambrano, A. (2001). *pedagogía, educabilidad y formación de docentes*. Cali, Colombia: Nueva biblioteca pedagógica.
- Zubiria, S. (2015). *Dimensiones políticas y culturales en el conflicto colombiano*. Cuba: Espacio Crítico.

ANEXOS

Anexo 1. Formato de evaluación para primero, segundo y tercero de primaria.

PREGUNTA	SÍ 	UN POCO 	NO 
1. ¿La docente fue amable conmigo y mis compañeros?			
2. ¿Entendí las actividades cuando la docente las explicó?			
3. ¿Me gustaron las actividades que realizó la docente?			
4. ¿Participo en todas las actividades que realizó la docente?			
5. ¿Compartí con mis compañeros cuando realice las actividades?			
6. ¿Trate bien a mis compañeros cuando realice las actividades?			
¿Que aprendí hoy?			

Anexo 2. Formato de evaluación para cuarto y quinto de primaria.

PREGUNTA	SÍ	NO	RESPUESTA
1. ¿La docente fue amable conmigo y mis compañeros?			
2. ¿Entendí las actividades cuando la docente las explicó?			
3. ¿Me gustaron las actividades que realizó la docente? ¿Por qué?			
4. ¿Participe en todas las actividades que realizó la docente? ¿por qué?			
5. ¿Compartí con mis compañeros cuando realice las actividades? ¿Por qué?			
6. ¿Trate bien a mis compañeros cuando realice las actividades?			
¿Qué aprendí hoy?			

Anexo 3. Fotos de sesiones de clase.





