

La educación emocional en adolescentes a través de las escuelas de formación deportiva.

Autores:

Sebastián Merchán Castro

Juan Pablo Uribe Triana

Wilber Orlando Peña Sabogal



Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura en Educación Física – PC LEF

Bogotá, D. C. 2022

Educación emocional en adolescentes a través de las escuelas de formación deportiva

Proyecto curricular particular para optar al título de Licenciado en Educación Física

Autores:

Sebastián Merchán Castro

Juan Pablo Uribe Triana

Wilber Orlando Peña Sabogal

Tutor:

Marco Aurelio Rodríguez Mora

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura en Educación Física – PC LEF

Bogotá, D. C. 2022

Índice.

Índice.	2
Dedicatoria	3
Agradecimientos	4
Introducción.	5
Justificación.	6
Capítulo I: Contextualización.	8
Normatividad.	17
Antecedentes.	20
Trabajos internacionales:	20
Trabajos Nacionales:	21
Capítulo II: Perspectiva educativa.	24
Teoría de desarrollo humano.	26
Modelo Curricular	28
Modelo Pedagógico	30
Tendencia de la educación física	32
Estilo de enseñanza	35
Capítulo III: Diseño de la implementación.	39
Propósito de formación General.	39
Matriz de relaciones componentes humanístico y disciplinar.	40
Macrodisño: Unidades didácticas.	42
Microcontexto.	43
Capítulo IV: Análisis de la experiencia:	44
Conclusiones.	53
Anexos.	55
Consentimiento informado	55
Formato planeación de clase.	56
Referencias	57

Dedicatoria

Este proyecto se lo dedicamos primeramente a Dios, a nuestros padres Marina Sabogal Vera. Sulma Castro y Fabio Merchán. Andres Uribe y Leyla Triana, a nuestros hermanos Natalia Merchan. Laura Uribe y Andres Uribe y demas personas especiales como Paola Rios, Rosa Cañón, Maiki Orduz, Alberto Triana, Olga Calderón, Aminta Castañeda, Jaime Uribe y Yina Fajardo que nos han apoyado en todo momento, que siempre han creído incondicionalmente en nuestro proceso académico, y que sin sus oraciones y constante ayuda no lo habríamos logrado, gracias por sus persistentes muestras de amor, por inculcar en nosotros valores como el respeto, esfuerzo y valentía, por el sacrificio que han hecho durante estos cinco años para escalar cada día un peldaño a la vez, por ayudarnos cada día a formarnos como personas y como futuros maestros que seremos, hoy gracias a ustedes estamos cumpliendo uno de nuestros valiosos sueños y es grato saber que ustedes hacen parte de este, infinitas gracias.

Agradecimientos

Agradecemos a la Universidad Pedagógica Nacional, por permitir el crecimiento personal y profesional para nosotros, a nuestro maestro y tutor Marco Aurelio Rodríguez Mora por su paciencia, sus consejos, recomendaciones y dedicación que tuvo durante todo este proyecto.

A todas las personas que hicieron posible alcanzar este gran logro.

a todo el grupo de docentes que nos acompañó desde primer semestre, donde hoy los recordamos con gran nostalgia y felicidad.

A todos nuestros compañeros por los conocimientos, las experiencias y todo lo aprendido recíprocamente, a quienes siempre recordaremos como facilitadores en este proceso de formación y quienes en este momento también se gradúan a la par.

Introducción.

El presente proyecto plantea una problemática evidenciada en escuelas de formación deportiva, desde la perspectiva y experiencia propia de los autores de este proyecto bien sea como docentes de algunas escuelas de formación o como en años anteriores siendo deportistas registrados en alguna de estas escuelas de formación, ya que hemos evidenciado la multiplicidad en los tipos y métodos de entrenamientos físicos, pero es poco evidente el acompañamiento en el ámbito emocional, donde es ineludible que las emociones juegan un papel muy importante en el desarrollo humano del niño. A partir de esto se propone un proyecto curricular educativo donde se pongan en práctica alternativas y perspectivas diferentes para lograr aprendizajes más significativos y eficaces, donde el deporte sea el medio por el cual se logren integrar unas prácticas deportivas eficientes y la autonomía de los adolescentes al poder educar sus emociones, lo que permite un buen desarrollo humano, una buena toma de decisiones en la práctica deportiva y en su desenvolvimiento en la cotidianidad.

Dado que las prácticas deportivas están enfocadas en el fútbol base y formativo, es necesario que se tenga en constante participación y contribución de la dimensión emocional para lograr un engranaje óptimo entre el aprendizaje físico y emocional con el fin de posibilitar una formación más completa en el desarrollo humano del adolescente.

Es conveniente mencionar que este proyecto se presenta en una serie de capítulos que desarrollan una contextualización, una perspectiva educativa, un diseño de la implementación, una ejecución y una evaluación, lo que permite evidenciar los tres aspectos o áreas amplias a trabajar, que en este caso son del componente humanístico, el pedagógico

y el disciplinar dentro de la aplicación de este proyecto. Al finalizar y posteriormente de la evaluación se encontrarán las conclusiones, los resultados y las reflexiones encontradas durante la intervención ejecutada del proyecto.

Justificación.

El fútbol es un hecho, un fenómeno social y universal con multiplicidad de utilidades que permite a través de la educación física y por medio de estrategias, medios, métodos, prácticas y demás formas pedagógicas ser un puente con el cual se facilita el desarrollo de los niños, adolescentes y adultos. Lo que permite ver al deporte no solo como una práctica aislada sino también como un medio formativo o educativo, esto a su vez posibilita alcanzar unos procesos de enseñanza-aprendizaje, aportando siempre en el desarrollo físico, cognitivo, psicológico, emocional, social.

Los deportes en equipo como en este caso el fútbol, fomentan una socialización y una integración entre pares, compartiendo también con otros que son iguales, pero a la vez diferentes; se promueve la colaboración mutua, el esfuerzo y la ayuda para el logro de un objetivo común, que en este caso es el bien del equipo, aceptando y reconociendo a cada uno con sus fortalezas y debilidades. Es pertinente decir que la práctica deportiva colabora con ese desarrollo de las competencias emocionales en los niños y adolescentes, ya que esto les exige desplegar esa capacidad de poder regular y educar esas emociones de una forma adaptativa en los diferentes entornos, ya sean bien en situaciones deportivas vividas o en situaciones de su vida cotidiana.

Así mismo, ganar o perder un partido, fallar dentro de un equipo, ser líder del equipo, asumir que se pueden dar ciertas injusticias dentro de las valoraciones hechas por un árbitro y tener la posibilidad de reclamar ese hecho apropiadamente, sin ningún tipo de

agresión o falta de respeto, va permitiendo a su vez aquella construcción de relaciones más armoniosas, donde se va adoptando una actitud positiva ante la vida y los desafíos, así ayudando a tener una conciencia y regulación emocional, mucho más interiorizada y sólida, a través de la educación emocional y su relación con la educación física y el deporte.

De la misma forma, este proyecto se realiza dadas las problemáticas que hemos evidenciado cada uno de los integrantes dentro de las escuelas deportivas en las que han estado, en primera instancia la incidencia que tienen las emociones sobre los jóvenes deportistas dentro del campo de juego y las que pueden tener en su vida cotidiana fuera del deporte, las cuales pueden ser negativas o positivas, por esto; se ha planteado una serie de preguntas orientadoras: ¿cómo educar las emociones?, ¿puede el joven adolescente llegar a tener una regulación de sus emociones? ¿Cómo desde la práctica deportiva del fútbol se puede contribuir en la educación emocional?. Lo que se busca en este proyecto es darle respuesta a este tipo de temas y preguntas en específico, para ello realizamos una propuesta de intervención en la escuela de formación deportiva Club Alemán, que nos permita vislumbrar una posible solución de la problemática y dar respuestas a las preguntas planteadas anteriormente.

Capítulo I: Contextualización.

En la sociedad actual se pueden evidenciar un sinnúmero de relaciones y actividades interpersonales, las cuales en su mayoría están determinadas por el desarrollo físico, emocional, intelectual y personal en la niñez. Estas relaciones están enmarcadas generalmente por sus grupos de acogida y contextos, a partir de esto, en los adolescentes empiezan a denotarse una serie de cambios físicos, psicológicos, emocionales, sociales y por ende actitudinales, siendo esta la problemática encontrada dentro de las escuelas de

formación, pues muchos niños pueden llegar a tomar decisiones que afectan su bienestar físico y social, lo que puede derivar en posibles problemáticas en su vida cotidiana. En ese sentido es importante resaltar que el objetivo es formar seres emocionalmente educados, que puedan desenvolverse en su vida cotidiana, que tenga un desarrollo humano más completo a partir de la Educación Física.

Es un hecho que la pandemia ha dejado bastantes estragos a niveles de salud, económicos, sociales y de violencia, por ejemplo la salud mental en Colombia se vio impactada de una manera muy fuerte, según los datos suministrados por gestarsalud (2021), en el primer trimestre del año 2020 se suicidaron en Colombia por lo menos 664 personas, en el año 2021 en ese mismo periodo de tiempo fueron 708 personas esto quiere decir que el promedio de muerte por medio del suicidio aumento a al menos 8 personas diarias. Las cifras entregadas por el Dane muestran que las mujeres se vieron más afectadas con síntomas como la soledad, la depresión y el estrés con un porcentaje del 28,5 %, mientras que los hombres tienen un 23,5 %. En el rango de edad entre los 19 a 40 años la mayoría de los sucesos mortales fueron de hombres con una relación cuatro a uno comparado con las mujeres.

Otra preocupación que deja la pandemia es el crecimiento de la violencia intrafamiliar, ya que estos casos normalmente se presentan en las viviendas y el hogar no es un lugar seguro para las personas víctimas, además por las medidas implementadas por el gobierno para mitigar las consecuencias del virus se puede generar un aumento en la violencia intrafamiliar. Medicina legal, (2021).

En un blog presentado por medicina legal (2021), nombran un informe del observatorio colombiano de mujeres donde se muestra un aumento claro en el mes de marzo y abril del 2020 con respecto a las llamadas a la línea de atención a la violencia con un

142% con respecto al año anterior, en esta estadística no hay una diferenciación si la llamada es hecha por un hombre o una mujer, pero en los datos del 2019 y 2020 más del 90% de las llamadas recibidas fueron por mujeres atendiendo a la violencia intrafamiliar.

Al mismo tiempo, las demostraciones más comunes de esta problemática en la vida adulta son: la falta de interacción social, conductas agresivas, el aislamiento, la baja autoestima, el resentimiento, los celos, la desconfianza en sí mismo, la inseguridad, entre otros aspectos que no permiten un desarrollo integral de la persona. A partir de esto nos hemos dado a la tarea de cuestionar, indagar y consultar acerca de las problemáticas tratadas en las edades tempranas (Niñez – adolescencia). Por ende, nos cuestionamos acerca del acompañamiento que pueden tener los niños en su desarrollo emocional, físico y cognitivo, a través de las escuelas deportivas.

Cabe destacar que se busca contribuir a un desarrollo más armonioso e integral del niño acompañándolo en este proceso de crecimiento y de cambios constantes, que permita tener adolescentes mucho más conscientes y seguros de sí mismos, que sepan manejar y desempeñarse de la forma más óptima posible en su contexto, pero sobre todo que puedan generar una sociedad más constructiva que piense más en el bien común y no tanto en el individual, comenzando desde su aporte individual.

Además se dará a conocer la raíz del problema observado en niños que están en escuelas de formación deportivas enfocadas en el fútbol, dichas observaciones se han dado gracias a que los tres autores de este proyecto y docentes en formación, son entrenadores en diferentes escuelas de fútbol desde hace dos años aproximadamente, por ende se hablará desde la experiencia propia.

Uno de los problemas que más se ha observado en las escuelas de fútbol es como los niños o jóvenes de acuerdo a su estado emocional por el que están pasando en determinado

momento, ya sean desde los nervios, ansiedad, estrés, enojo, felicidad y demás, cambian de una manera drástica la forma de relacionarse, concentrarse, actuar etc... Ya que como lo nombra Cervantez et al. (2011) “Las emociones actúan sobre la conducta motora y van acompañadas de fenómenos orgánicos por lo que pueden influir de manera notable sobre el grado de esfuerzo y en el deporte influye sobre el resultado de los rendimientos constituyendo un reflejo”, es decir, que cuando el niño expresa sus emociones, estas hacen que actúen de manera diferente a comparación de como lo harían normalmente influenciando su desempeño y afectando su posible desarrollo psicológico, social, afectivo, físico, etc.

Inclusive, “Se puede decir que las emociones son las que proporcionan el hecho diferencial de la existencia humana. Asimismo tienen una gran importancia por su influencia en los procesos psicológicos, tales como la memoria o el pensamiento” (Casacuberta, 2003). Es por eso que podemos encontrar una gran diversidad de personalidades, cuerpos, corporalidades, expresiones, representaciones entre otros aspectos que se pueden tener en cuenta en este proyecto de investigación.

Por esa razón hubo un interés particular en querer estudiar, investigar y trabajar este tema más a profundidad, para después ayudar a nuestros niños y estudiantes por medio de formas de entrenamiento diferentes, charlas motivacionales, acompañamientos y demás metodologías que aporten a mejorar en esos aspectos y quizá ir un poco más allá del tipo de entrenamiento convencional, donde la educación de las emociones no solamente sean cuando juegan fútbol, sino que trascienden en su vida cotidiana.

Debido a lo que se plantea anteriormente es de suma importancia profundizar acerca de la educación emocional, Rafael Bisquerra (2012) creador de este concepto lo define como:

La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarlos para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social. (P. 27)

Para poder desarrollar de manera óptima la educación emocional se plantean una serie de competencias emocionales que son esenciales las cuales son descritas por el grupo de investigación en orientación psicopedagógica (GROP) de la Universidad de Barcelona (2019).

- Conciencia emocional: Consiste en reconocer tanto las emociones propias como las de los demás.
- Regulación emocional: Significa dar una respuesta adecuada a las emociones, hay que tener claridad que no se debe confundir la regulación con represión.
- Autonomía emocional: Consiste en no sentirse afectados de gran manera por los estímulos que rondan en el entorno
- Competencias sociales: Esto implica tener habilidades sociales, que faciliten las relaciones interpersonales.
- Habilidades para la vida: Son un conjunto de habilidades, valores y actitudes las cuales contribuyen al desarrollo tanto personal como social.

De igual modo resulta ser complejo para el ser humano manejar ciertas emociones, en el caso de los niños, donde desde temprana edad empiezan a experimentar lo que es la alegría que puede ser causada por distintas circunstancias, la tristeza, la ira y muchas otras emociones, el verdadero problema radica al momento en que no se le da un manejo adecuado a algunas de ellas, muchas veces suelen ser respuestas inadecuadas, como lo afirma Goleman(1995) “Podríamos decir que quienes se hallan a merced de sus impulsos

quienes carecen de autocontrol carecen de una deficiencia moral porque la capacidad de controlar los impulsos constituye el fundamento mismo de la voluntad y del carácter.”(p. 8), cuando se ejecuta una acción en un momento de euforia en ocasiones no se actúa sensatamente y sus respuestas son espontáneas, realmente la acción del momento es llevada a cabo por la emoción vivida, esto puede ser tanto perjudicial como inofensivo.

Es importante también destacar que para muchos autores hay varios tipos de emociones, para Paul Ekman quien fue pionero en el estudio de las emociones y su expresión facial, concibe en 1979 una clasificación donde identifica 6 emociones básicas, las cuales son el miedo, la tristeza, la ira, la alegría, la sorpresa y el asco.

Daniel Goleman también destaca 6 emociones que él denomina básicas primarias las cuales para él son el miedo, la tristeza, la ira, la felicidad, la sorpresa, y la aversión. Goleman destaca que estas están inmersas en nuestro ADN, mientras que las secundarias varían de acuerdo a las experiencias asimiladas por cada persona, por ejemplo los celos son considerados como una emoción secundaria ya que se producen entre la mezcla de el miedo y el amor. En este caso menciona que las emociones secundarias no son compartidas por todas las personas, puesto que son aprendidas y que suelen estar compuestas por la unión de dos o más emociones básicas primarias. También destacó que estas secundarias son emociones que se aprenden al interactuar con la sociedad.

Al mismo tiempo se debe resaltar que este proyecto está relacionado desde el cómo se puede educar emocionalmente por medio de un deporte, que para este caso en especial se da por medio del fútbol dentro de una escuela de formación deportiva, por eso es necesario destacar y mencionar algunas definiciones y clasificaciones que se le dan al término del deporte y su aporte en el ámbito educativo.

Es importante en una primera instancia destacar la definición que se hace acerca del deporte en edad escolar, según Blázquez (1995).

Entiende el Deporte en Edad Escolar como todo tipo de deporte o actividad física que se desarrolló en el marco de la escuela o bajo los auspicios de la estructura deportiva, abarca todo tipo de actividad física que se desarrolla durante el período escolar, dentro o fuera del centro incluso en el ámbito de un club o de otras entidades públicas o privadas, cuyo desarrollo al margen de las clases de Educación Física y como complemento de éstas tienen un carácter voluntario. (P. 1)

El manifiesto sobre el deporte en edad escolar en la VII jornada de deporte y corporaciones locales, Federación Española de municipios y provincias (1993) lo definen como “Son todas aquellas actividades físico-deportivas de carácter recreativo o competitivo que se desarrollan en horario no lectivo, independientemente de quien los organiza y del lugar donde se realizan, dirigidas a la población en edad escolar en el marco de la ocupación del tiempo libre, y por tanto, de participación voluntaria.”

El Consejo Superior de Deportes, organismo responsable del deporte en España lo define de la siguiente manera (Consejo Superior de Deportes 2006): Se denomina deporte en edad escolar a todas aquellas actividades que, de forma organizada se celebran fuera del programa de la asignatura de Educación Física en los centros escolares, clubes, asociaciones, etc. Y en las que participan estudiantes en edad escolar. De este modo se pone en evidencia los diferentes puntos de vista y diversas definiciones que se le dan al deporte en edad escolar, con lo cual se pretende empalmar este término a la finalidad de este proyecto la cual consiste en formar un ser humano educado emocionalmente en la adolescencia.

Por ende en este caso también es necesario resaltar que hay una estrecha relación entre los valores y la educación emocional, ya que los valores guían y orientan las conductas, y esas conductas en ocasiones espontáneas y explosivas, por eso daremos algunas definiciones en relación con los valores y la Educación Física/práctica deportiva,

Para Amat y Batalla (2000) hay muchos valores que pueden transmitirse mediante la práctica deportiva, pero señalan como los más significativos, clasificándolos en tres tipos:

Valores utilitarios y ligados a la organización del trabajo de las personas. El esfuerzo, la dedicación, la entrega, y la capacidad para aplazar las satisfacciones.

Valores relacionados con la salud. El cuidado del cuerpo, la consolidación de hábitos alimentarios o higiénicos correctos.

Valores morales. La cooperación y el respeto a las normas. El problema reside en establecer las condiciones que deben cumplir los procesos de enseñanza para educar verdaderamente en los valores señalados.

Martínez y Buxarrais (2000), consideran que es primordial establecer las condiciones para un aprovechamiento de la potencia pedagógica de los valores, y centran su análisis en las condiciones que hacen referencia a las dimensiones emocionales y volitivas.

Establecen tres escenarios en los que la práctica tiene lugar, la interacción entre iguales, el clima moral en que se desarrollan las prácticas, y el comportamiento que presentan los profesores y monitores. Estos tres escenarios deben enfocarse respetando las siguientes condiciones:

- Autonomía de los sujetos.
- El diálogo como forma de abordar los conflictos y las diferencias.
- Tolerancia activa, entendida como la aceptación de las contrariedades como paso para la implicación de nuevos proyectos.

En relación con este tema Romero Granados (2001), afirma que no todos los valores son éticos; hay valores sociales, estéticos, religiosos, políticos, etc. Pero los valores éticos deben servirnos de referencia en una sociedad a veces desorientada, en la que la humanidad da escasos signos de lo que debería ser.

En este texto se tratarán temas de interés educativo competentes como el curriculum, lineamientos, métodos pedagógicos y muchos otros que serán mencionados más adelante, desde los primeros años educativos se deben empezar a tratar temas fundamentales que ayuden en el crecimiento emocional e integral de los niños, no solo para que lo apliquen a futuro en sus vidas deportivas, sino también en su vida cotidiana..

También deberán articularse a diferentes temas multidisciplinarios que así mismo le sirvan para educarse de una forma más completa, que de cierta manera ayude a la resolución de conflictos en la sociedad y que se extienda en la construcción de la individualidad, donde se mejoren aspectos de la competitividad, la no violencia y muchos otros factores negativos donde lo único que hacen es afectar el crecimiento personal día a día. “Quisiera imaginar que, algún día, la educación incluirá en su programa de estudios la enseñanza de habilidades tan esencialmente humanas como el autoconocimiento, el autocontrol, la empatía y el arte de escuchar, resolver conflictos y colaborar con los demás”. (Goleman, 1995, p. 11).

Ahora es importante conocer el significado de algunos términos de gran importancia en el proyecto como lo es la inteligencia emocional, que definido por Mayer citado de un estudio de Mestre y Guil (2008), como “los procesos implicados en el reconocimiento, uso, comprensión y manejo de los estados emocionales de uno mismo y de otros para resolver problemas y regular la conducta. Desde esta línea, por un lado, la IE (inteligencia

emocional) hace referencia a la capacidad de una persona para razonar sobre las emociones y por otro lado, procesar la información emocional para aumentar el razonamiento”.

Al mismo tiempo hay que enfatizar que las emociones si se hace referencia desde la etimología de la palabra quiere decir, en esencia, movimiento. Es decir, expresión motora hecha a través de la conducta, sea ésta lenguaje verbal o simplemente corporal. Mientras que William James en 1884 al preguntarse qué era una emoción contestó que era “una respuesta del organismo ante determinados estímulos del medio ambiente”. En el diccionario de Neurociencia de Mora y Sanguinetti (2004) en el que por emoción se entiende “toda reacción conductual y subjetiva producida por una información proveniente del mundo externo o interno (memoria) del individuo que se acompaña de fenómenos neurovegetativos.

Mientras que Rolls (1999) “las emociones son parte de un sistema (cerebral) que ayuda a distinguir cierta clase de estímulos, muy ampliamente identificados como estímulos recompensantes o de castigo y que sirven para actuar en el mundo. Este sistema proporciona o sirve de interfase entre tales estímulos y las conductas correspondientes”. Para otros autores “son una respuesta y/o experiencia de todo organismo ante estímulos del ambiente” (Torices, 2017), mientras que Anna Wierzbicka (1999, cap. 1), informa de que la palabra inglesa “emotion” combina en su significado una referencia al sentimiento (feeling, término que en inglés puede usarse tanto para “sentimiento” como para “sensación”.

Normatividad.

Es importante reconocer la normatividad de los entes que regulan y estructuran la educación, el deporte y las escuelas de formación deportiva en el país, de este modo podremos ampliar el conocimiento sobre estos temas importantes a tratar en el proyecto y

que lo gubernamental dicta sobre ellos, de tal modo que a continuación en este trabajo se resaltan las normativas que se manejan acerca de los temas ya mencionados.

Según el ministerio del deporte colombiano (2017), define el deporte escolar como:

Todas aquellas actividades lúdicas, motrices y deportivas, mediante procesos educativos y pedagógicos que fortalecen la formación integral de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes en edad escolar, como complemento al desarrollo educativo, que se implementan en jornada extraescolar para satisfacer sus necesidades e intereses promoviendo la cultura de la práctica deportiva y utilización del tiempo libre. (párrafo 1)

Desde el gobierno nacional está estipulado darle gran importancia y acogida a la práctica deportiva y a la utilización del espacio libre, todo esto para contribuir a la formación integral del niño o adolescente, por eso apoyados en esta definición se pretende fortalecer en los adolescentes de la escuela de formación deportiva Alemán una óptima educación emocional que aporte en su desarrollo humano.

Así mismo otras definiciones que se pueden encontrar por medio del Ministerio de Educación Nacional desde la ley 181 de enero de 1995 en el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Donde decreta objetivos generales y rectores de la ley. para este caso se van a mencionar varios artículos y objetivos de esta ley:

Artículo 01. Los objetivos generales de la presente Ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas personas a ejercitar el libre

acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

Objetivo 1o. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles

Objetivo 2o. Fomentar, proteger, apoyar y regular la asociación deportiva en todas sus manifestaciones como marco idóneo para las prácticas deportivas y de recreación.

Objetivo 5o. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.

Objetivo 7o. Ordenar y difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación, y fomentar las escuelas deportivas para la formación y perfeccionamiento de los practicantes y cuidar la práctica deportiva en la edad escolar, su continuidad y eficiencia.

Inclusive en esta ley también se menciona un término que de cierta forma se podría relacionar con nuestro proyecto y hablamos de la educación extraescolar, que para este caso se define como: “Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones”. (Ministerio de Educación, ley 181 de enero 18 de 1995, P. 3).

Mientras que para el Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD) en su resolución No. 639 "Por la cual se establecen los requisitos, procedimientos y reglamentos para otorgar, renovar, supervisar, suspender y cancelar el Aval Deportivo a las Escuelas de Formación Deportivas en Bogotá D.C." señala:

Numeral 7°. Ordenar y difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación, y fomentar las escuelas deportivas para la formación y perfeccionamiento de los practicantes y cuidar la práctica deportiva en la edad escolar, su continuidad y eficiencia (...)".

El artículo 16° de la norma en referencia, incluye los programas de las Escuela de Formación Deportiva, como una forma de desarrollar el deporte, así:

“Deporte Formativo. Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes”.

“En el caso concreto, la Resolución 299 del 2009, expedida por el IDRD, faculta a la entidad para que, “previo cumplimiento de los requisitos, otorga el aval a las Escuelas de Formación Deportiva de Bogotá que así lo requieran para fomentar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, dentro del ámbito territorial del Distrito Capital. (Instituto Distrital de Recreación y Deporte, Resolución No. 369, 2021. P. 4).

Así mismo después de mencionar la normatividad regida en nuestro país para las escuelas de formación, para la educación en edad escolar y demás, también se haya necesario mencionar algunos trabajos o proyectos que se han realizado a nivel nacional e internacional, donde se ven involucradas las emociones o la educación emocional, los deportes, las escuelas de formación y el ámbito educativo o escolar.

Antecedentes.

En este apartado se evidenciaron algunos trabajos de investigación que preceden a este proyecto curricular particular y que tienen una gran relación y coincidencia con el mismo, la mayoría de estos proyectos son realizados en países de habla hispana, esto con la intención de contrastar y analizar de una mejor manera los contextos, es así como también están relacionados con el ámbito educativo y en edades de desarrollo tempranas.

Trabajos internacionales:

“La educación emocional en la educación primaria: currículum y práctica”, Abarca (2003) en su investigación describe de forma clara la dimensión de las emociones en las diferentes etapas del niño en el contexto escolar, y evidencia cómo estas van forjando una interpretación del mundo interno y externo en los niños. Se apoyó con el currículum para la fase de exploración e investigación, contrastando la educación emocional con el plan de estudios propio de cada nivel, realizando hallazgos como que no necesariamente estos últimos favorecen o van en la misma ruta que la educación emocional y por ende hay diferencias graduales y progresivas en la medida en que avanza el nivel de escolaridad.

“La inteligencia emocional, las emociones y el deporte” - (2014) MSc. Osmani Evelio Mercadet Portillo, MSc. Pedro Lima García, Es un texto de Cuba, realizado sobre las emociones en el deporte las cuales se deben gestionar de tal manera que se pongan al servicio de los acontecimientos, evitando que provoquen una conducta desenfrenada. También hablan de la inteligencia emocional englobada en habilidades como autocontrol, autoconciencia, agilidad mental, motivación y la confianza.

“Inteligencia emocional y deporte: situación actual del estado de la investigación” - Almudena Ros Martínez, Francisco J. Moya-Faz y Enrique J. Garcés de Los Fayos Ruiz, es

un estudio realizado en España entre los años 2001 y 2012, sobre deporte e inteligencia emocional.

“Inteligencia emocional en deportistas en función del sexo, la edad y la modalidad deportiva practicada” - Castro-Sánchez, Manuel Zurita Ortega, Félix Chacón Cuberos, Ramón, es una investigación plantea como objetivo principal analizar los niveles de inteligencia emocional de una muestra de deportistas de diferentes modalidades deportivas en función de la edad y el sexo, en una muestra compuesta por un total de 372 deportistas de edades comprendidas entre los 18 y 50 años, evaluados mediante el cuestionario de Inteligencia Emocional (SSRI).

Trabajos Nacionales:

“La importancia de las manifestaciones emocionales de padres, madres y cuidadores y su incidencia en las emociones de niños y niñas”. (Tesis de especialización). Morales, M. (2018). Universidad Distrital Francisco José de Caldas. Bogotá D.C. Colombia. reconoce que las emociones son parte fundamental del lenguaje de todos los seres humanos especialmente cuando se es padre, madre o cuidador y cómo estas inciden en las emociones de niños y niñas basándose en las teorías de emociones aplicando una metodología cualitativa con un enfoque de investigación acción participativa surge para dar respuesta a problemáticas a un grupo o comunidad es decir busca un cambio colectivo. Los resultados que obtuvo es que los padres, madres y cuidadores se sensibilizan frente a la emociones de los niños y niñas se hicieron más conscientes del papel que juegan en la vida de los niños.

“ Contexto escolar e Inteligencia emocional en instituciones educativas públicas del ámbito rural y urbano del departamento de Boyacá Colombia”, Buitrago (2012) establece la marcada diferencia entre la educación rural con respecto a la urbana y cómo esta incide en el desarrollo humano, social y académico de los niños de esta región como factor

determinante, intenta ver la aplicabilidad de la inteligencia emocional en los dos contextos, a través de la caracterización de los actores como estudiantes y docentes. Establece las condiciones y reales necesidades en los dos ámbitos, realizan hallazgos como que la cantidad de docentes es menor en la zona rural por el acceso con respecto a la población de docentes en la zona urbana.

“Aprendizaje motor, precisión y toma de decisiones en el deporte” Autor: Gustavo Ramón Suárez, Gloria Albany Hoyos Rodríguez, José Albeiro Echeverri Ramos, Juan Osvado Jiménez Trujillo, este es un trabajo realizado en Antioquia, se presenta una síntesis sobre el aprendizaje, con relación al aprendizaje motor, se hace referencia al aprendizaje cognitivo e inicia con una revisión acerca de cómo consideraban los griegos el aprendizaje.

Dada la creciente importancia de la psicología en el deporte, se plantea su influencia y la estrecha relación que guarda esta con la Neurocognición, también se presentan métodos de enseñanza, especialmente aquellos utilizados en los trabajos de investigación

“Tristeza, depresión y estrategias de autorregulación en niños” - (2007) Ángela Cuervo Martínez, Romina Izzedin Bouquet, presentan una tesis en Bogotá, realizando una revisión de los estudios sobre la tristeza en niños, su vínculo con la depresión infantil y la autorregulación emocional, así como las diferencias de género en la expresión de esta emoción primaria se presentan algunos factores asociados y destacando la autorregulación emocional.

“Valoración descriptiva de la inteligencia emocional en relación a la práctica deportiva de las selecciones masculinas de fútbol y baloncesto de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Bucaramanga.” -Ortiz Mendez, Daniel Gómez Sánchez, Nelson Javier Almeyda Macareo, Anderson, el objetivo de este estudio fue valorar la inteligencia emocional (IE, de ahora en adelante) de los jugadores masculinos de las

selecciones de baloncesto y fútbol de la Universidad Cooperativa de Colombia (UCC) sede Bucaramanga, y así, asociarla con la práctica deportiva; participaron 21 estudiantes masculinos de la UCC, con edades comprendidas entre los 17 y 34 años. Asimismo, se caracterizó morfológicamente las dos selecciones evaluadas, incluyendo la edad, peso, talla e IMC de los participantes; por otra parte, se evaluó la IE de la muestra, a través del Inventario de Inteligencia Emocional adaptado al deporte (IED) (García Coll, Graupera Sanz, Ruiz Pérez, & Palomo Nieto, 2013).

“En búsqueda de cambios de conductas que provoca la emocionalidad del Deporte, en los Fanáticos del Fútbol.” - Mora Avila Luis Felipe, Buitrago Gomez Jorge Daniel (2021), este proyecto curricular particular de la Universidad Pedagógica Nacional tiene como objetivo formar sujetos que respeten la diferencia de pensamientos, que sea un barrista reflexivo para la toma de decisiones en diferentes momentos y contextos, el cual pueda desarrollar un rol participativo, comunicativo y asertivo.

Estos antecedentes nos han servido para valernos de una guía práctica y teórica en nuestro proyecto, de este modo hemos sacado lo mejor de cada uno de estos, en el caso de la teoría, resulta ser valioso ya que nos aportaron de gran manera en el marco teórico en temas específicos como las emociones lo cual nos permite enriquecernos y apropiarnos más sobre este valioso tema del cual nos valemos para hacer este proyecto, es gratificante haber investigado sobre estos estudios porque nos permite ver varios puntos de vistas y diferentes perspectivas que se pueden llegar a tener para construir de manera adecuada este término, de igual modo en lo práctico nos refleja pequeños errores en los cuales los autores de estos proyectos recalcan para no cometerlos y de una mejor manera valorar las cosas positivas que ellos lograron en sus proyectos,

Capítulo II: Perspectiva educativa.

En este capítulo se abordarán las teorías en las cuales se va a sustentar el proyecto desde los tres ejes fundamentales como son el humanístico, pedagógico y disciplinar. En el aspecto humanístico se elige una teoría del desarrollo humano, desde lo pedagógico se escoge un modelo pedagógico, un estilo de enseñanza y un modelo curricular, por último en la categoría disciplinar se elige una tendencia de la educación física.

Esto con la finalidad de soportar teóricamente a las intenciones en el ser humano que se pretende formar, lo ideal es que se logre desarrollar la educación emocional, de tal manera que siempre busque una estabilidad emocional en las situaciones de más presión en la vida cotidiana, donde piense no solo en el bienestar individual, sino que tenga muy presente el bien común, también el cómo desde su formación individual puede aportar a la sociedad. Esto se puede lograr a partir de un acompañamiento guiado y enfocado en la parte física, axiológica y emocional, en este caso para los niños en formación y desarrollo deportivo.

Es importante tener ese autocontrol y reconocer la importancia que tiene esto en la vida cotidiana, entendiendo el autocontrol como “la facultad de frenar nuestros impulsos y pensar antes de actuar, lo que se considera una acción bastante inteligente” (Cano; Zea, 2012). En el ámbito deportivo estas acciones pueden ayudar al adolescente a mantener el equilibrio emocional cuando esté en una situación de estrés, ya sea por el resultado del juego, por un roce con algún rival, desacuerdos con el árbitro y cualquier situación que lo haga salir de estabilidad emocional.

Según Cano y Zea (2012), depende de nuestro actuar emocional el desarrollo de las habilidades sociales, y del éxito o fracaso que se proyecte de nuestra convivencia en sociedad. Esto se verá reflejado en nuestra habilidad para resolver conflictos en la

cotidianidad, tomando las pautas necesarias para tener una mejor adaptabilidad al medio y gracias a esto una vida emocional más sana.

Por otro lado, es pertinente inculcar en los niños un desarrollo en el pensamiento social, ya que este les permite tener varios puntos de vista sobre cualquier decisión tomada o por ejecutar, esto crea en ellos un proceso reflexivo sobre cada impulso emocional en su actuar deportivo y su desarrollo social, lo que va a permitir un crecimiento más armonioso al momento de tomar decisiones.

De igual modo es pertinente y adecuado que este desarrollo en el pensamiento social no solo se quede encasillado en el ámbito deportivo del niño, por el contrario que esta área aporte en su desarrollo axiológico como un ser integral ante la sociedad, para que pueda de igual modo tener éxito en su vida académica y laboral, y claramente se evidencie su crecimiento personal. Esto evidencia algunos objetivos de los educadores en la formación y la influencia en los diferentes ámbitos y áreas del conocimiento que se busca impactar en los niños y que trasciendan en la sociedad.

Teoría de desarrollo humano.

Se considera pertinente abordar la teoría de desarrollo humano cognitivo social de Albert Bandura, en la cual partiendo de los conceptos de refuerzos y observación se concede una mayor importancia a los procesos cognitivos y también a la interacción del sujeto con los demás (Pascal, 2009). Bandura tiene un rechazo absoluto hacia el conductismo, por ende no acepta que los seres humanos adquieran destrezas y conductas de manera instrumental y operante.

Según Pascal (2009) en los niños pequeños la observación y la imitación toman como modelo a los padres, educadores, amigos, y hasta los héroes de la televisión. (p. 2).

Una parte fundamental es que el comportamiento depende del ambiente, así como de los factores personales ya sea la motivación, atención, retención y producción motora.

Existe un estudio bastante reconocido hecho por Bandura llamado el muñeco bobo, allí él les enseña a un grupo de niños una película donde una joven estudiante le pega a un muñeco bobo el cual es un muñeco inflable, que se bambolea le pegan y vuelve a su posición inicial después, al momento de pegarle al muñeco la joven le grita obscenidades, luego Bandura dejó jugar a los niños en un salón, evidentemente allí habían observadores con los materiales necesarios para hacer observaciones y anotaciones, y un muñeco bobo con martillos pequeños, posteriormente los niños imitaron la conducta de la joven estudiante de la película y atacaron al muñeco, bajo este experimento se puede considerar que los niños cambiaron su comportamiento sin que siquiera hubiese un esfuerzo para hacerlo. Este fenómeno Bandura lo denominó aprendizaje por la observación o modelado.

Según Delgado (2019) Bandura describe el aprendizaje social en cuatro pasos:

El primero es la atención, es necesario estar enfocado y prestar atención, particularmente en los niños que si observan algo novedoso o diferentes es probable que presten más atención. Segundo, la retención, asimilar la información que acaban de aprender y almacenarla como recuerdo. Tercero, la producción, producir la información que se tenía anteriormente y utilizarla cuando se considere necesario. Cuarto, la motivación, se puede generar cuando se observa que otra persona es recompensada o rechazada por hacer algo o no, lo que motiva a la persona que está observando a realizar la acción o no.

Esta última parte está estrechamente relacionada con este proyecto particular curricular ya que de esos factores personales o de ambiente es que los adolescentes actúan de una u otra manera en el terreno de juego, ahora bien, más adelante se intentará dar más

profundidad a las características específicas que influyen en las emociones de los sujetos en cuestión.

También es relevante y de gran semejanza la teoría del aprendizaje y desarrollo de Lev Vygotski, pues él nos dice que el desarrollo es quien sigue al aprendizaje y no al contrario, por lo tanto resulta importante primero aprehender para que después haya un desarrollo, este autor hace mención sobre la ley de la doble formación de los procesos psicológicos superiores, “en el desarrollo cultural del niño, toda función aparece dos veces: primero, a nivel social, y más tarde, a nivel individual; primero entre personas (interpsicológica), y después en el interior del propio niño (intrapsicológica).” (Vigotski, 1979, p. 94 de la ed. cast., citado por Coll, 1985), esto quiere decir que el desarrollo de un sujeto se genera primero a un nivel de interacción social, para después adquirir mediante esta experiencia una apropiación e interiorizarla en un pensamiento propio o individual.

De este modo entendemos que es pertinente aplicar esta teoría en nuestro PCP por lo que los adolescentes durante el juego en este caso están en constante construcción social vista desde varios puntos, dentro del campo de juego puede incidir la provocación de algún rival, fuera de ella la hinchada, la decisión equivocada de un compañero, una decisión propia que no haya terminado bien, una jugada mal pitada por el árbitro, una discusión con algún familiar antes del entreno o el partido, también en su vida cotidiana cuando discute con sus padres hermanos o círculo social, cuando es conflictivo en el colegio, estos y muchos más factores influyen de gran manera sobre el adolescente, lo cual entre más se presente, más se deberá trabajar para aprender sobre los pro y contra de estas acciones.

Nos apoyamos sobre las teorías previamente mencionadas, ya que se crea un desarrollo dentro del adolescente y posteriormente con ayuda de los profesores aclara el pensamiento individual, manejando las emociones que sobre él influyen y así poder esperar

un mejor resultado dentro del campo de juego y fuera de este, el autor también hace referencia a las herramientas de las cuales podemos hacer uso para interactuar con nuestro entorno, como por ejemplo el lenguaje oral o escrito y así mismo se ve reflejado en una acción educativa como lo denomina Vygotski, esta se vuelve oportuna para los profesores que acompañarán el proceso sobre los adolescentes.

Modelo Curricular

El modelo curricular es un modo de ver la educación, que en este caso está determinado por la época o momento histórico que se viva, también es una respuesta política y social a las demandas de la educación, es decir, el modelo curricular es el modo en el que los organismos del estado y otros entes educativos realizan la transición de conocimientos, es así como el modelo curricular contempla cuestiones de contenidos en relación con el modo o la forma en la cual deben ser transmitidos.

También existe otra definición dada por el ministerio de educación nacional acerca de lo que es el currículo (2021)

Es un plan académico formal que incluye las experiencias de aprendizaje de los estudiantes, en coherencia con el programa de estudios de la disciplina y el grado que se otorga. Incluye metas para el aprendizaje de los estudiantes (habilidades, conocimientos y actitudes); contenido (los temas en los cuales se integran las experiencias de aprendizaje); secuencia (el orden en que se presentan los conceptos); recursos educativos (materiales y entornos); y evaluación (métodos utilizados para evaluar el aprendizaje de los estudiantes como resultado de estas experiencias)

El curriculum que se considera más apropiado para el proyecto es el que propone Abraham Magendzo, este es Integrador y tiene dos ejes fundamentales, un diseño

problematizador y otro diseño comprensivo, de esta manera se incorpora una visión holística e integradora de conocimiento, además haciendo hincapié en el valor particular y en la política social.

Es por medio del eje problematizador que el alumno llega a ser el centro de este diseño, de igual modo las metodologías deben ser activas y permitir una participación democrática para que este tome un sentido congruente y no llegue a ser incoherente, el rol del docente tiene que ser contextualizador y reconstructor, la evaluación consolide una vida espiritual, afectiva, emocional, social y los aprendizajes de las personas sean fundamentados con fines formativos.

En el eje comprensivo las metodologías posibilitan procesos donde hay una selección, organización, transmisión y apropiación del conocimiento, se articulan contenidos de manera multicultural y pluricultural, además por medio de esta organización curricular se tienen presentes las dimensiones de los alumnos y el contexto donde están inmersos. Este tipo de currículum es flexible, está en constante cambio y negociación, es evaluado por la comunidad participante que lo evalúa regularmente.

Modelo Pedagógico

El modelo pedagógico mejor afianzado a nuestro PCP es el constructivista, en el cual las bases teóricas y metodológicas que usaremos están sustentadas en el autor David Ausubel, nos resulta llamativo ya que en su teoría encontramos elementos valiosos, uno de ellos es que hace un gran aporte al constructivismo con su teoría, está planteada sobre los conocimientos previos que tiene el estudiante y este se entiende como una estructura

cognitiva, el papel del maestro es muy importante ya que es de vital importancia que conozca los conceptos y proposiciones que maneja el estudiante, conocer esto permite tener un grado más estable en la estructura cognitiva y facilitará una mejor orientación educativa.

Esto quiere decir que teniendo en cuenta el conocimiento previo del estudiante se debe establecer una relación con aquel nuevo conocimiento que se va aprender, esto tiene una mejor acogida si el maestro tiene claro diferentes tipos de conceptos como las ideas y proposiciones con lo cual la nueva información interactúe adecuadamente con el conocimiento previo, para ser más claros con la idea anteriormente expuesta Ausubel(2002) nos dice “El aprendizaje significativo requiere tanto que el estudiante manifieste una actitud de aprendizaje significativa (es decir, predisposición a relacionar el material nuevo que se va a aprender de una manera no arbitraria y no literal) como que el material que aprende sea potencialmente significativo para él, es decir, que sea enlazable con sus estructuras de conocimiento de una manera no arbitraria y literal.” (pág 122).

De acuerdo a este modelo pedagógico se busca implementar de manera adecuada en la escuela de formación deportiva Club Aleman, los conceptos ofrecidos por este modelo, con lo cual nos valemos de los conocimientos previos que tienen los jóvenes sobre las emociones y de acuerdo con las actividades propuestas se vaya afianzando más y pase por alguna de las 3 maneras de la asimilación propuestos por Ausubel, en particular reducir la probabilidad de que se olvide del conocimiento aprendido.

De igual modo también es pertinente mencionar que Ausubel consideraba que ciertos tipos de aprendizaje eran más favorables que otros por ejemplo, el aprendizaje por recepción era más eficiente que el aprendizaje por descubrimiento y el aprendizaje memorístico, ya que este aprendizaje se produce cuando el docente presenta los contenidos organizados y digeridos, donde los conceptos son presentados de una manera simple y no tal

cual como aparece en el tema que va a enseñar, por otro lado el aprendizaje por descubrimiento implica que el estudiante se encargue de digerir el material por sí solo, este aprendizaje también suele ser significativo por ejemplo valiéndonos en nuestra experiencia de la clase que tenemos con el profesor Jorge Lloreda, este nos deja guías o libros por sesión y la intención es utilizar nuestra capacidad de síntesis para sacar nuestros apuntes importantes en relación a este proyecto y entregarle un documento sobre este y socializar entre todos durante su clase.

Y finalmente el aprendizaje memorística, este implica la memorización de la información tal cual es presentada y sin necesidad de realizar modificaciones o relacionarlo con otra información, este aprendizaje no es visto como significativo, en este caso nos valemos del aprendizaje por recepción ya que se considera el más adecuado para la implementación, de este modo se toman los conocimientos previos sobre las emociones que tienen los deportistas, es decir ellos conocen lo que son algunas emociones como lo son la ira, la tristeza, la alegría, el miedo y la vergüenza pero no reconocen el porqué es la causa de estas y mucho menos controlarlas, por medio de esta teoría resulta ser más práctico lograr el objetivo de educar las emociones en ellos, esto basado en sus conocimientos previos.

Tendencia de la educación física

Tendencia Deportiva - Deporte en edad escolar

El deporte es un fenómeno presente en la cotidianidad del ser humano desde hace siglos, está constantemente en la época contemporánea en las discusiones con amigos, en la práctica del mismo en el tiempo libre, visto en las redes sociales y canales de comunicación y hasta en la clase de educación física de los más pequeños hasta los del último grado.

Según Olivera Beltrán (1993), junto con la música, es uno de los fenómenos sociales más significativos de nuestros tiempos.

Se puede señalar que el deporte desde su aparición ha generado mucha controversia, muchas divisiones, muchos postulados y multiplicidad de utilidades, utilidad que se ve reflejada en un ambiente constante de aprendizaje, lo que lleva a confirmar que la educación utiliza el deporte como medio educativo para llegar a la formación integral del niño.

Es así como se puede decir que el deporte tiene un carácter formativo, que muchas veces depende de la intencionalidad que el docente o entrenador busque impartir en sus clases, para este caso es importante la práctica de la reflexión la cual debe informar el objetivo de la práctica y permitir al estudiante vislumbrar lo realizado y alcanzado por sí mismo.

Nuestro punto de partida para este caso será el deporte praxis, ocio o educativo como lo define José María Cagigal, este autor hace una división sobre el deporte, inicialmente lo divide en dos, la primera distinción es deporte espectáculo, donde se hace referencia al deporte con finalidad de rendimiento, explotado para la difusión, propaganda y comercialización enfocada en la industrialización y finanzas. Por otro lado define al deporte praxis o educativo como una práctica más humana, recreativa y espontánea que se enfoca más en el ocio y la acción social de divertirse.

También Cagigal habla de un tipo de deporte que “naturalmente fue el primero, ajeno a la propaganda, a la comercialización, a la política, al rendimiento, antropológica y vivencialmente el primero” (Cagigal, 1975, pp 59-60). Es el deporte praxis. En este sentido esta realidad que da el deporte tiene como funciones principales el ocio activo, higiene-salud, desarrollo biológico, esparcimiento, educación, pausa en el tecnicismo, relación social, superación, en sentido amplio es la modalidad educativa del deporte.

Al mismo tiempo el deporte educativo se diferencia y tiene ciertas características distintivas, Cagigal expone ciertos aspectos:

- Aprendizajes básicos psicomotores.
- Aprendizajes psicomotores adaptados a tareas específicas frecuentes en la vida cotidiana.
- Aprendizaje social, por medio de la relación con los demás.
- Vinculación psicoafectiva.

De la misma forma se puede decir que el deporte educativo trabaja en el desarrollo de facultades cognitivas, facultades de movimiento, como también facultades afectivo sociales, que son expresadas en la cotidianidad y generan un desarrollo adecuado en el niño que está en formación.

No obstante el deporte en edad escolar y el deporte educativo deberán alejarse claramente del deporte tradicional y competitivo, ya que comúnmente suele compararse debido al ser un fenómeno social y universal tan común, que va relacionado más al rendimiento y resultados. mientras que el deporte educativo busca ser un puente de aprendizaje que puede estar al alcance de la gran mayoría de personas interesadas en el proceso de aprendizaje y en la práctica de éste. Aunque uno de los objetivos de las escuelas de formación deportivas es que después de estos procesos formativos se pueda trascender a un deporte más competitivo.

Inclusive también existen otras posiciones en la que ponen al deporte como una práctica competitiva, selectiva, restringida y muchas veces hasta exclusiva de unos cuantos en la variedad de su especialidad, para comprender un poco mejor se darán un par de definiciones del término y su relación con la escuela. Para comenzar algunos autores hacen referencia, “al deporte escolar agrupa todo tipo de prácticas o actividades físicas con un

carácter lúdico, recreativo o competitivo que se realizan en el interior de la escuela” (Le Boulch, 1991; Koch, 1981; Pila, 1988).

En este caso Blázquez (1999), delimita el espacio de acción del deporte escolar y el deporte en edad escolar. El deporte escolar remite en primer lugar, y en sentido restringido al tipo de deporte y de actividad física que se desarrolla en el marco legal de la escuela. En segundo lugar y en sentido amplio, a todo tipo de actividad física que se desarrolla durante el periodo escolar al margen de las clases obligatorias de educación física y como complemento de estas (Blázquez, 1999: 25).

La diferenciación que da Blázquez en el deporte en edad escolar está muy relacionado con cumplir los aspectos curriculares que manejen dentro de la Educación Física, en este caso no haría diferencia entre otras prácticas deportivas fuera de la escuela y su relación con el currículo.

Pero para tener la relación directa con la educación es necesario que el deporte sea abierto, accesible y sin restricciones permitiendo estar al alcance de todas las personas sin discriminar ya sea por el sexo, nivel de habilidad, edad, accesibilidad económica, etc.

Tendencia deportiva- deporte educativo. Según la definición dada por el Ministerio del Deporte, el deporte educativo/escolar, está caracterizado por actividades lúdicas, motrices y deportivas, mediante procesos educativos y pedagógicos que fortalecen la formación integral de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes en edad escolar, como complemento al desarrollo educativo, que se implementan en jornada extraescolar para satisfacer sus necesidades e intereses promoviendo la cultura de la práctica deportiva y utilización del tiempo libre.

Estilo de enseñanza

Los estilos de enseñanza recuperan el interés para quienes buscan nuevas propuestas educativas que atiendan a la diversidad y a la enseñanza individualizada. Es un modo o forma que adoptan los docentes en relación con los estudiantes y su forma o didáctica para abordar el proceso de enseñanza-aprendizaje. También está muy relacionado en cómo el docente se compromete, transforma, comparte, orienta e imparte sus clases y transforma la perspectiva de la experiencia educativa, por tal motivo el estilo de enseñanza tiene un carácter social.

Algunos autores pueden definir el estilo de enseñanza, para B. B. Fisher y L. Fisher (1979, en Alonso, et al., 1997, p. 59), lo definen como un "modo habitual de acercarse a los alumnos con varios métodos de enseñanza". Mientras Butler (1984, en Guild y Garger, 1998, p. 94), lo describe como "un conjunto de actitudes y acciones que abren un mundo formal e informal para el estudiante".

Otros autores como Dolch definen los estilos de enseñanza: Cargo esencial, común, característico, la expresión peculiar de la conducta y actuación pedagógica de un educador o de un grupo de educadores que pertenecen a la misma ideología o edad (citado por Centeno et ál., 2005), Weinert: Formas fundamentales, relativamente unitarias y que pueden describirse separadamente del comportamiento pedagógico (por ejemplo, la forma autoritaria o tolerante de la educación) (citado por Centeno et ál., 2005), Grasha: Conjunto de necesidades, creencias y comportamientos que los profesores preuniversitarios expresan en el aula de clase. Por tomar en consideración múltiples dimensiones, los estilos afectan el cómo los docentes presentan información, interactúan con los alumnos, dirigen las tareas en el aula, supervisan asignaciones, socializan con los estudiantes y los orientan, Guerrero: Conjunto de actitudes y acciones sustentadas y manifestadas por quien ejerce la docencia,

expresadas en un ambiente educativo definido y relativas a aspectos tales como relación docente alumno, planificación, conducción y control del proceso de enseñanza aprendizaje (citado por De león, 2005), Camargo: Forma específica de enseñar. Existen diferencias claramente identificables entre los profesores respecto al ejercicio de la labor educativa y remite a la propia vivencia como estudiante. Tendencia del profesor a expresarse de una cierta forma, a organizar cierto tipo de actividades, a evaluar de una determinada manera, a interactuar con sus alumnos de cierto modo, etc.

Como se puede evidenciar son muchas las definiciones que le dan a los estilos de enseñanza, hay que tener muy en cuenta la influencia que tiene el maestro sobre sus alumnos y está muy determinada por los estilos de enseñanza. Es importante mencionar a Muska Mosston pues menciona que los estilos de enseñanza muestran cómo se desarrolla la interacción profesor alumno en el proceso de toma de decisiones y para definir el rol de cada uno en este proceso. En lo esencial un estilo de enseñanza está compuesto de todas las decisiones que se toman durante el proceso docente educativo, a fin de introducir un Estilo particular de aprendizaje.

Para el caso de este proyecto se ha pensado en varios estilos que pueden ser útiles, pero hay cierta inclinación dos estilos de enseñanza expuestos por Muska Mosston, los cuales nos hablan del estilo de enseñanza mando directo modificado, donde se amplía la toma de algunas decisiones, traspasando las del profesor al alumno, para Mando Directo, se alude a la relación estímulo respuesta, es decir que el profesor, frente a los alumnos, da una consigna y el estudiante acata, a través de la ejecución, la repetición y el cumplimiento. El profesor toma un rol protagónico ante la toma de decisiones en todo momento, es decir en el antes, durante y después de la clase. En este caso también se quiere relacionar con el descubrimiento guiado, donde el profesor guía a los estudiantes a través de preguntas, que

genera en los alumnos una disonancia cognitiva (Teoría de la disonancia cognitiva de Festinger, 1957), que permite a los estudiantes reflexionar y experimentar la propuesta del profesor para resolver el problema. De esta manera, las preguntas solamente tienen una sola respuesta para poder arribar al objetivo prefijado. Con estos estilos de enseñanza se pretende que el profesor brinde confianza en los niños para que abra la posibilidad que ellos actúen con espontaneidad y comiencen a naturalizar ese momento de aprendizaje.

En este caso también Muska Mosston presenta las características del estilo de mando directo:

- Total protagonismo del profesor en la toma de decisiones en las tres fases (pre-impacto-post).
- La función del alumno consiste en ejecutar, seguir y obedecer.
- Enseña y ayuda a los alumnos a alcanzar objetivos de precisión, uniformidad, etc.
- Ha sido el más utilizado en la Educación Física y todavía sigue siéndolo.
- Directa e inmediata relación entre el estímulo del profesor y la respuesta del alumno de forma apropiada. El primero da la señal de mando en cada acción, y el alumno ejecutará según el modelo presentado. Así la decisión del lugar, postura, momento inicial y final, ritmo, duración e intervalos es tomada por el profesor.

Mientras que para el descubrimiento guiado las características son:

- Consiste en una relación particular entre el profesor y el alumno, donde la secuencia de preguntas del primero conlleva una serie de respuestas del segundo.
- Cada pregunta provoca una sola respuesta correcta descubierta por el alumno.
- Se persigue la participación del alumno en el proceso dirigido a descubrir y al desarrollo de destrezas en la búsqueda.

- Tiene el objetivo de iniciar al alumno en un proceso particular de descubrimiento. El profesor orienta el aprendizaje de los alumnos pero permitiendo que sean ellos los que investiguen, tomen decisiones y descubran.
- El profesor no enseña mediante modelos, permite mayor participación cognitiva del alumno en el proceso y plantea situaciones que conduzcan al alumno a la respuesta.

Se piensa que estos estilos son los más acertados para ser manejados durante la intervención de este proyecto de investigación ya que permiten al niño ser guiado de una manera en la que también puede expresarse sin ser cohibido, donde pueda ser guiado pero a su vez siguiendo una serie de instrucciones que le permitan la adquisición del conocimiento o aprendizaje planteado.

Capítulo III: Diseño de la implementación.

En el siguiente capítulo se presenta la planeación que se llevará a cabo para el pilotaje, teniendo en cuenta la problemática hallada en la escuela de formación deportiva Alemán, para lo cual se consideró pertinente trabajar por medio de unidades didácticas las cuales serán cuatro, cada una tendrá un objetivo específico y varios temas que derivan de ella, la metodología a realizar y además se denotará como es la evaluación para observar si se ha cumplido con el objetivo o aún está en proceso de mejoramiento.

Las unidades didácticas surgen a partir del diseño de la matriz de relaciones las cuales de acuerdo al ser humano a formar se relacionan los componentes humanísticos con los disciplinares y se vinculan unos contenidos para que tengan una coherencia transversal.

Propósito de formación General.

Desarrollar un ser humano educado emocionalmente, por medio de las competencias emocionales anteriormente nombradas, algunos propósitos son a corto y mediano plazo tales como el reconocer las emociones propias y la de los demás, mejorar el autoestima, responder adecuadamente a las emociones que se experimentan, mejorar las habilidades sociales, mejorar los valores éticos y saber cómo utilizar estas habilidades en la vida cotidiana, a largo plazo lo que se pretende es que ya interiorizadas todas estas habilidades se pueda prevenir el uso de sustancias psicoactivas, ansiedad, depresión, agresividad, ayudar a la resolución de conflictos y toma de decisiones adecuadas.

Matriz de relaciones componentes humanístico y disciplinar.

		Matriz de componentes humanístico y disciplinar			Secuencia de contenidos del Macrodisño			
Componente humanístico		Componente disciplinar						
Ser humano educado emocionalmente		Tendencia deportiva Cagigal – Deporte en edad escolar			Unidades	Temas		
Conciencia emocional	Toma de consciencia de las propias emociones	Expresión de sentimientos	Condición y cualidades físicas.	Velocidad	Reconociendo mis emociones y las de los demás por medio del fútbol.	Reconocimiento de emociones propias		
	Dar nombre a las emociones			Resistencia – Aeróbica - Anaeróbica			Identificación de emociones primarias	
	Comprensión de las emociones de los demás			Fuerza				Conociendo las emociones de los demás
	Tomar conciencia de la interacción entre pensamientos, comportamientos y estados emocionales			Flexibilidad				
Autonomía emocional	Virtudes		Técnico	Control y pase de balón		Ejecuciones específicas – Por posicionamiento	Autogestionándome en la práctica futbolística.	Reconocimiento de las virtudes
	Autoeficacia emocional							Estimular la capacidad de adaptación
	Actitud positiva							
	Capacidad de adaptación							
Regulación Emocional	Expresión emocional apropiada		Reglamento	Faltas		Respondo de manera adecuada a las emociones generadas por el juego	Uso adecuado de las emociones	
	Habilidades de afrontamiento			Sanciones				
	Autogenerar emociones positivas	Gesto técnico apropiado						
		Fuera de juego		Estimulación de pensamientos positivos.				
Competencias sociales	Respeto por los demás	Compañerismo y diversión	Táctica	Defensivo	Mi relación social con el entorno de la escuela deportiva	Dominio de las habilidades sociales básicas		
	Comportamiento social y cooperación			Ofensivo		Desarrollo de valores		
	Resolución de conflictos			Transiciones Def-atac, Atac-Def		Conocimiento básico de valores y objetivos.		
Habilidades para la vida	Ciudadanía activa cívica y responsable			Pelota detenida				
	Buscar ayuda y recursos			Balance posicional			Comunicación asertiva	
	Bienestar subjetivo							

Tabla No. 1: Elaboración propia.

En el costado izquierdo de la matriz se pone en evidencia las características principales para poder formar ese ser humano educado emocionalmente, las características son las competencias emocionales. Conciencia emocional, autonomía emocional, regulación emocional, competencias sociales y habilidades para la vida.

En el costado derecho se pone en evidencia unas categorías del deporte en edad escolar, las que se consideran más apropiadas y coherentes con el proyecto, estas son: expresión de sentimientos, compañerismo y diversión. A partir de esto salen a flote cuatro

categorías que se inducen desde la tendencia deportiva, deporte praxis de Cagigal, estas son: Condición y cualidades físicas, Técnica, Táctica y reglamento, esto se trabajo en cada una de las sesiones planteadas en la escuela de formación, pero se hizo un énfasis especial a cada una dependiendo el momento y la temática a trabajar.

Macrodiseño: Unidades didácticas.

Macrodiseño					
Organización temática	Metodología	Temas	Métodos	Evaluativo	
Unidad didáctica 1 <i>Reconociendo mis emociones y las de los demás por medio del fútbol.</i>	Objetivo: Desarrollar la conciencia emocional	Inclusión	<ul style="list-style-type: none"> Reconocimiento de emociones propias Comprensión de las emociones de los demás Identificación de emociones primarias 	Por medio de registro fotográfico y retrato fotográfico. Muestra de imágenes representativas Reflexión.	Evaluación formativa. ¿Distingue las emociones? ¿Es capaz de reconocer sus propias emociones? ¿Reconoce las emociones de las personas que lo rodean?
Unidad didáctica 2 <i>Autogestionándome en la práctica futbolística</i>	Objetivo: Desarrollar la autonomía emocional.	Autoevaluación	<ul style="list-style-type: none"> Reconocimiento de las virtudes Estimular la capacidad de adaptación 	Charlas introductorias. Ejercicios deportivos individuales y colectivos donde se destacarán Reflexión.	Autoevaluación Nombro tres fortalezas que tengo. Nombro tres elogios que recibo normalmente.
Unidad didáctica 3 <i>Respondo de manera adecuada a las emociones generadas por el juego</i>	Objetivo: Desarrollar la regulación emocional.	Autoevaluación	<ul style="list-style-type: none"> Uso adecuado de las emociones. Estimulación de pensamientos positivos. 	Mediante alteraciones en el juego, creando situaciones tensas. Estrategias de autorregulación. Reflexión	Autoevaluación. ¿Acepto y comprendo cuando las cosas no suceden como lo tengo esperado? ¿Esas emociones negativas las puedo transformar en positivas?
Unidad didáctica 4 <i>Mi relación social con el entorno de la escuela deportiva.</i>	Objetivo: Desarrollar las competencias sociales y las habilidades para la vida	Autoevaluación	<ul style="list-style-type: none"> Dominio de las habilidades sociales básicas Desarrollo de valores Comunicación asertiva 	Mediante charlas donde se presentan situaciones del juego y la vida cotidiana. Ejercicios colectivos por medio de la táctica. Reflexión	Autoevaluación. ¿Qué valores considero importantes para las relaciones con mis compañeros? Retroalimentación verbal.

Tabla No. 2: Elaboración propia

Microcontexto.

La ubicación donde se desarrolló el pilotaje de este proyecto es en Bogotá específicamente en la localidad séptima de Bosa, barrio Bosa la Esperanza en el sur occidente de la capital. El nombre de la localidad en idioma muisca significa “cercado del que guarda y defiende los cultivos”, allí se pueden encontrar diferentes sitios culturales tales como el parque fundacional, barrio el Regalo, un cabildo indígena : Actualmente la localidad de Bosa cuenta con un poco más de ochocientos mil habitantes, esto la hace una de las más pobladas de la ciudad.

La escuela de formación deportiva alemán fue la que nos permitió realizar la intervención, esta escuela tiene dos ramas deportivas las cuales son el patinaje y el fútbol, en esta última fue en la que se tomó el enfoque, la cual se divide en tres categorías que son la infantil, prejuvenil y juvenil, los entrenamientos se realizaban los días jueves de 3pm a 5pm y los días sábados y domingos de 9am a 11am, dichos entrenamientos se realizaban en canchas sintéticas, el día jueves en una cancha de fútbol 11 y los fines de semana en una de fútbol 8, lo cual provocaba que los días sábados y domingos se presentara algo de hacinamiento ya que el espacio era muy reducido para las tres categorías que entrenan simultáneamente.

Los participantes en el proyecto (tabla 3) son todos adolescentes entre las edades de 14 a 17 años de edad, pertenecientes a la escuela de formación deportiva Club Aleman, los adolescentes varían en la participación de las sesiones por ciertos aspectos, ya sea por los días que se entrenaba, los horarios, las jornadas académicas, entre otros. Alrededor de 10 y 15 participantes asisten a cada sesión de entrenamiento, estos son pertenecientes a la categoría juvenil, quienes en su mayoría hacen parte del sistema educativo Colombiano.

Edad	14 años	15 años	16 años	17 años	Total
<hr/>					
Género					
Masculino	6	4	2	1	13
Femenino	-	2	-	-	2
					15

Tabla 3. Muestra de participantes en el proyecto

Capítulo IV: Análisis de la experiencia:

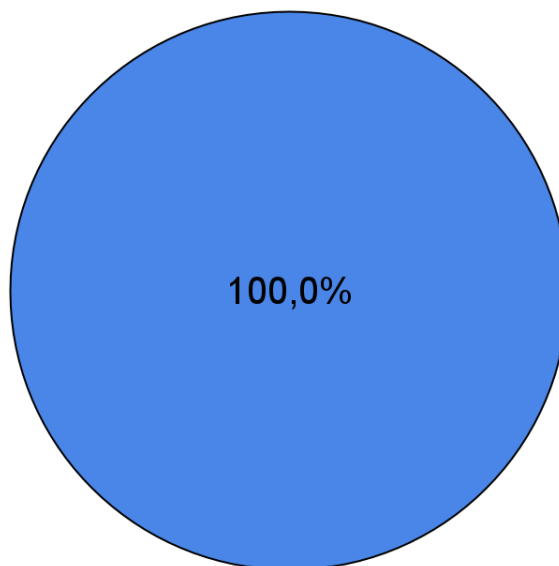
Para la primera unidad didáctica denominada “reconociendo mis emociones y las de los demás”, se diseñó una serie de actividades en las que se evaluaba si los adolescentes tenían la capacidad de reconocer las emociones propias y las de sus compañeros. De acuerdo a esto durante las actividades se recopila información fotográfica, fotografías en

forma de retrato y una reflexión que permite evidenciar el conocimiento que poseen los adolescentes acerca de las emociones.

Una de las actividades de esta unidad era observar una serie de imágenes de jugadores de fútbol profesional, quienes siendo referentes y conocidos demostraban sus emociones en momentos específicos de sus carreras deportivas, siendo así mucho más fácil para los adolescentes intentar identificar las emociones y dar la descripción que ellos crean conveniente en este aspecto. Al final de la unidad se evalúa si logran distinguir qué es una emoción, si reconocen las propias emociones y si al final pueden reconocer las emociones de los otros, por medio de imágenes muy expresivas, dejando como resultado las siguientes respuestas:

Figura 1. *Reconocimiento de las emociones 1.*

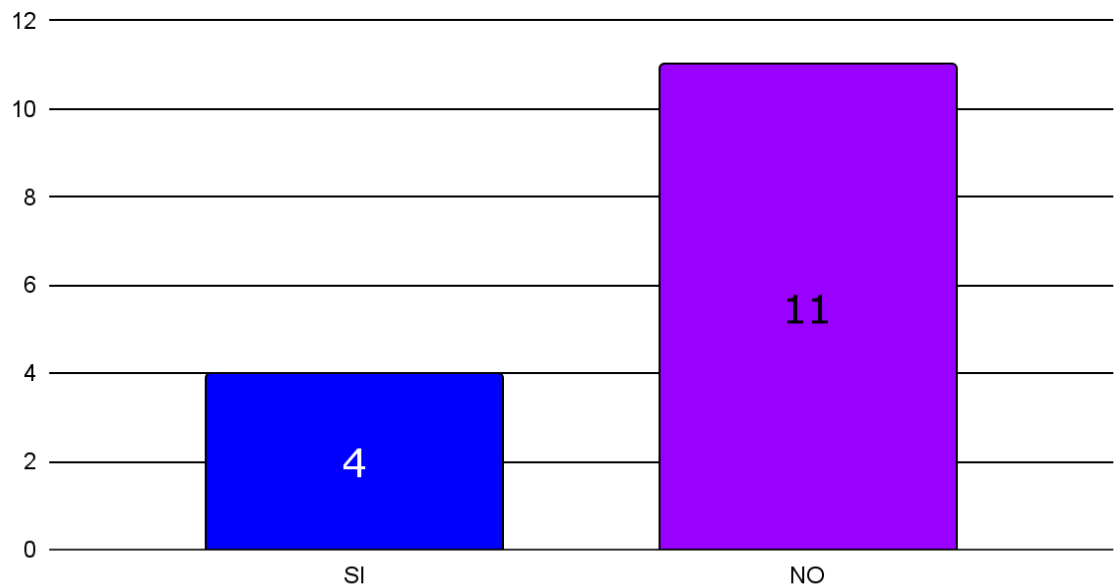
¿Distingue la emoción de la felicidad?



Para este caso el total de los participantes (15) fue capaz de identificar y reconocer la emoción de la felicidad.

Figura 2. *Reconocimiento de las emociones 2.*

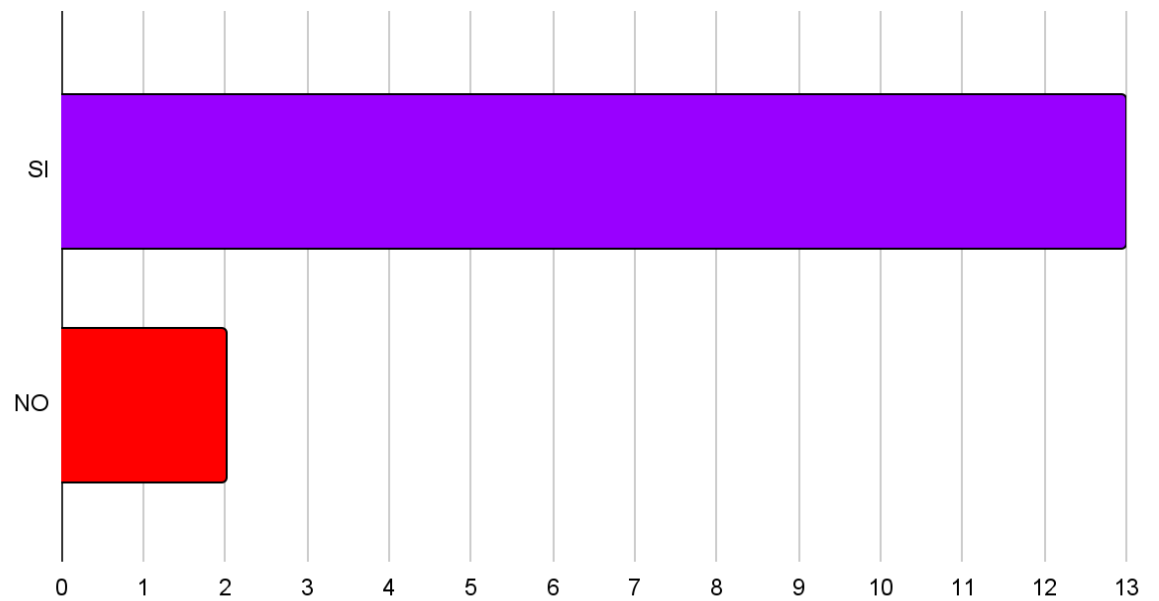
¿Identifican la emoción de miedo?



Para el caso del miedo las respuestas obtenidas dan como resultado que 11 adolescentes no identifican o reconocen la emoción, mientras que solo 4 si la reconocen y la contextualizan.

Figura 3. *Reconocimiento de las emociones 3.*

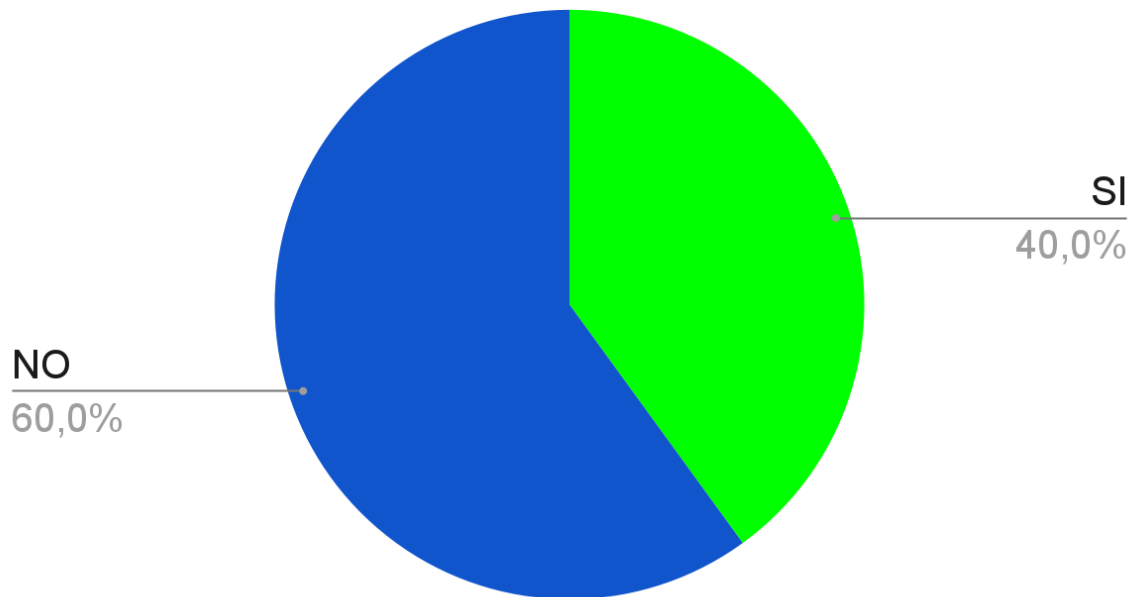
¿Reconocen la tristeza?



Al mismo tiempo para los resultados del reconocimiento de la tristeza 2 adolescentes no reconocen la tristeza mientras que por el contrario 13 de sus compañeros si lograron reconocerla.

Figura 4. Reconocimiento de las emociones 4.

¿Diferencia la emoción de la ira?

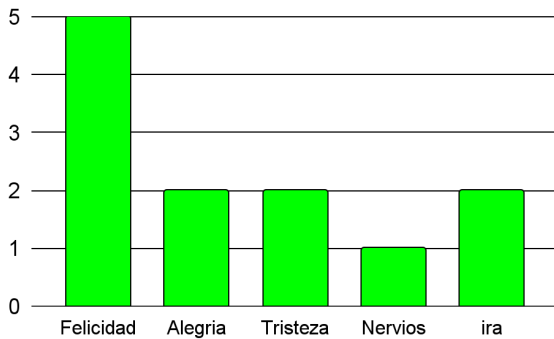


De la misma forma para la ira 6 participantes logran diferenciar esta emoción de otras, mientras que 9 no la reconocen o se les dificulta identificar.

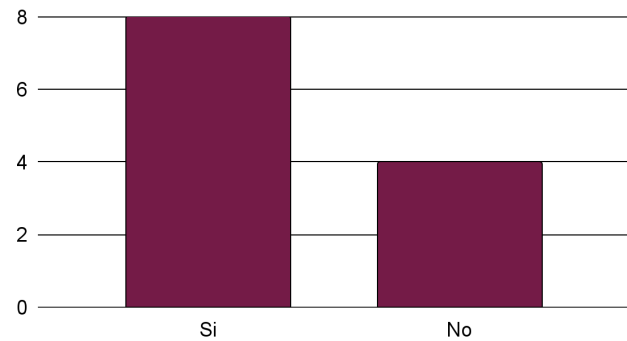
Mientras que para la segunda unidad denominada “respondiendo de manera adecuada a mis emociones” se trabajó con el objetivo de crear una regulación emocional en los adolescentes, partiendo de crear situaciones o momentos que los llevarán al límite y expresaran de manera espontánea lo que sentían, un ejemplo de una de las actividades más destacadas fue, la organización de un partido en el que el árbitro (docente encargado) dirigía y arbitraba de forma incorrecta varias jugadas durante el tiempo de juego, lo que generaba una tensión, inestabilidad, desequilibrio, inseguridad, ira, entre otras, lo que permitió que los adolescentes se expresaran de manera autónoma de ciertas formas que no eran siempre las correctas, lo que posibilitó la reflexión de su actuar en una autoevaluación al final de esta unidad. Apoyados de otras actividades se llegó a los siguientes resultados de la unidad didáctica:

Figura 5. Regulación de emociones.

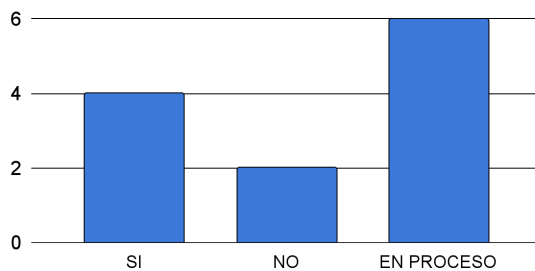
¿De acuerdo al ejercicio realizado que emoción experimento?



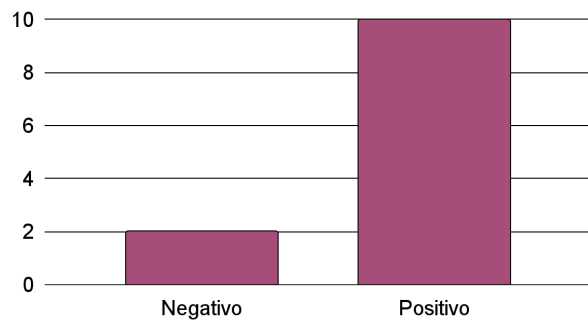
¿Regulo su emoción en el ejercicio 1?



¿Al repetir el ejercicio continua regulando sus emociones?



¿Considera que la respuesta fue negativa o positiva?



En consecuencia estas fueron las preguntas que se realizaron en la unidad número 2, dejando como resultado que los adolescentes reconocen emociones como la felicidad, la alegría, la tristeza, los nervios y la ira. Mientras que para regular estas emociones durante el ejercicio 1, fue posible para 8 adolescentes a diferencia de 4 que no lo pudieron lograr inicialmente.

Por su su parte siguiendo con el ejercicio, permite mostrar en la tercera gráfica que 4 adolescentes logran o continúan regulando sus emociones, 2 por su parte siguen sin controlarlas, mientras que 6 reconocen que están en proceso, ya que de lograr ir desequilibrando el estado “normal” de su aspecto emocional.

En la tercera unidad didáctica la cual nombramos “Autogestionándome”, aquí se realizó un tipo de evaluación que correspondía al conocimiento adecuado de las virtudes tanto propias como las de los demás. Teniendo en cuenta esto, después de realizar el ejercicio deportivo puesto por el profesor, los adolescentes tenían que resaltar tres virtudes propias, ya fueran deportivas o no deportivas y la idea era que fueran combinadas para que el profesor tomará nota de ellas, esto se hacía mediante una entrevista semiestructurada para orientarlos a dar una respuesta, gracias a este acompañamiento todos pudieron decir las 3 virtudes entre las cuales las respuestas más comunes eran colaborativos, inteligentes, fuerte y ágiles .

En cuanto a las actividades de esta unidad se realizaron diferentes charlas trayendo a colación momentos en los que quizá los adolescentes se hayan dejado afectar en su vida cotidiana y en este caso en lo deportivo, donde se dejan afectar por los comentarios u otros actos, también desde lo físico y lo técnico ellos resaltan sus valores individuales y grupales.

En esta última unidad la cual lleva por nombre “Mi relación social con el entorno”. Se realizó una autoevaluación la cual tenía como premisa considerar los valores más importantes para una sana y adecuada relación con mis compañeros y otros entornos sociales, de este modo se hizo una recopilación de audios tomados por los profesores en los cuales los adolescentes daban su respuesta llevada a cabo bajo su visión personal, esta evaluación se hizo acorde con las temáticas propuestas por los docentes.

Las temáticas propuestas para llevar a cabo dicha intervención se hicieron mediante charlas formativas puesto que mediante un diagnóstico se evidenció que no tenían claro el término emoción y había confusión con las emociones, se les hace la aclaración de los términos, las emociones son aquello que se manifiestan inconscientemente y los sentimientos son el reflejo de estas, y se reflejan conscientemente; luego de hacer la

aclaración realizamos ejercicios donde tuvieron que familiarizar las emociones y reflexionar sobre ellas, de igual manera se les hace una contextualización formativa sobre los valores y se les nombra algunos de ellos como por ejemplo el respeto, honor, lealtad, empatía, tolerancia, solidaridad y de inmediato ellos fueron asimilando la información y empezaron a contarnos como en algún momento de su vida cotidiana aplicaron estos valores, ya para el final de manera auto evaluativa se les pide que de acuerdo a su experiencia en la clase asocien una emoción con un valor y lo puedan narrar en un audio al profesor.

A Continuación las tablas y gráficas de los resultados sobre esta unidad.

Figura 6: *Tabla con los datos recopilados de la unidad 4.*

Participantes	Valor resaltado	Emoción expuesta
1	Respeto y tolerancia	Ira
2	Ninguna	Frustración
3	Respeto	Ninguna
4	Ninguna	Ira
5	Respeto y tolerancia	Ira
6	Ninguna	Tristeza
7	Respeto	Felicidad
8	Respeto y solidaridad	Felicidad
9	Respeto	Ira

Figura 7: *Valores resaltados*

Valores resaltados	Número de respuestas	Frecuencia relativa	Porcentaje
Respeto y tolerancia	2	0,285714286	0,28571429
Ninguna	3	0,428571429	0,42857143
Respeto	1	0,142857143	0,14285714
Respeto y solidaridad	1	0,142857143	0,14285714
	7		

Figura 8: *Valores resaltados*



Figura 9: *Emociones expuestas*

Emociones expuestas	Número de respuestas	Frecuencia relativa	Porcentaje
Ira	4	0,444444444	0,444444444
Frustración	1	0,111111111	0,111111111
Ninguna	1	0,111111111	0,111111111
Tristeza	1	0,111111111	0,111111111
Felicidad	2	0,222222222	0,222222222
	9		

Figura 10: *Emociones expuestas*



Conclusiones.

Se puede decir que a partir de esta intervención se realiza el planteamiento de un proyecto curricular enfocado a trabajar la educación emocional por medio de una serie de competencias emocionales. Pero por el poco tiempo en el desarrollo de las actividades no fue posible evidenciar resultados positivos o negativos, por tal motivo es necesario recalcar que todo proyecto para que pueda generar cambios significativos en la conducta humana es pertinente realizarlo con una duración más prolongada, lo que permitiría evidenciar algún cambio en los adolescentes, en este caso por el poco tiempo estimado para realizar las intervenciones se dificulta observar cambios significativos en la conducta de los participantes del proyecto, sin embargo se puede dar un abordaje inicial de las competencias emocionales para poder sembrar una base para la transformación del ser humano en cuestión.

Es de considerar el dejar bien estructurado el proyecto y sea visto como un pilotaje el cuál a futuro se pueda ahondar más en el tema de las emociones y de este modo se pueda llegar a unos resultados y conclusiones más concretas, ya sea de carácter cualitativo, cuantitativo o mixto, de igual modo resultaría valioso que otros proyectos puedan servirse de éste para aportar o contradecir la tesis principal que se propone, y de igual manera pueda servir a los autores para futuros proyectos de postgrado que consideren realizar.

La educación emocional al involucrarse con el deporte puede ser una buena opción de aprendizaje, siendo esta un poco más flexible, dinámica, y de mayor aceptación ya que el deporte juega un papel fundamental desarrollando aspectos de psicomotricidad, cognitivos, sociales, con el fin de potenciar el desarrollo del individuo en la vida personal y social.

La mayoría de participantes en la intervención lograron llegar a reconocer e identificar las emociones principales, donde fue muy significativo su aprendizaje, logrando

demostrar su conocimiento en las actividades posteriormente realizadas lo que permitió mayor aprehensión y facilitó el desarrollo de las mismas.

Es importante resaltar que estos procesos de enseñanza emocional se deben empezar desde la primera infancia, ya que como se nombro anteriormente es un proceso largo y continuo, además dentro de la escuela de formación deportiva Alemán se puede crear un espacio para los padres para que también tengan conciencia de la importancia del desarrollo emocional tanto en la vida de ellos como la de sus hijos, de esta manera se puede trabajar no solo en el poco tiempo que pasan los niños en la escuela, sino que traspase a espacios donde no se observaban antes como la casa, escuela, reuniones y demás sitios y actividades donde se encuentren.

Por último es importante que los maestros no solo los del pilotaje, si no los que están en formación o también los que ya ejercen esta profesión, tengan esta educación emocional para que puedan transmitirla a sus alumnos desde cada uno de sus ámbitos disciplinares.

Anexos.

Consentimiento informado

Consentimiento informado.

Estimado participante:

Tres estudiantes de la Universidad Pedagógica Nacional de la licenciatura en Educación Física están haciendo un estudio sobre cómo trabajar la educación emocional apoyándose en escuelas de formación deportivas.

Objetivo de la investigación: El objetivo consiste en potencializar la educación emocional en los adolescentes de la escuela de formación deportiva Alemán.

Riesgos de la investigación: Los riesgos en esta investigación son los que se pueden presentar al jugar al fútbol ya sean, golpes leves o moderados, esguinces, fracturas, desgarros.

Compensación: No se les dará ninguna compensación por participar en el estudio. Solamente se compartirán los resultados finales de este pilotaje al director de la escuela Edilson Romero

Confidencialidad: Los datos e imágenes recolectadas serán de uso netamente académico, no se publicarán nombres, ni datos específicos de los adolescentes.

Participación voluntaria: La participación es estrictamente voluntaria.

Derecho de retirarse del estudio. El participante tiene total libertad de retirarse del estudio si así lo desea no le acarreará una sanción o represalia por eso.

Nombres de los estudiantes:

Sebastián Merchán Castro

Juan Pablo Uribe

Wilber Orlando Peña

Si desea que su hijo participe por favor diligencie la autorización y devuelva el formulario a uno de los investigadores.

Autorización

He leído el procedimiento descrito en la parte de arriba. El investigador me ha explicado el estudio y ha contestado a mis preguntas. Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo _____, participe en el estudio de Merchán, Uribe, Peña sobre la educación emocional en escuelas de formación deportivas.

Tutor del menor

Fecha

Formato planeación de clase.

Deporte	Fútbol	Categoría	Pre - Juvenil	Fecha	09/04/2022	Duración	120 MINUTOS
Profesores	JUAN URIBE - SEBASTIAN MERCHAN - WILBER PEÑA			Tiempo De cambio			10 MINUTOS
Objetivo General de fútbol	Mejorar habilidades tecnicas a partir de trabajos grupales.						
Objetivo Emocional	Reforzar los valores de respeto, solidaridad y tolerancia a partir de la expresión de sus emociones.						
Partes de la sesión	Actividad	Tiempo	Materiales	Descripción - Variantes			
Fase Inicial (calentamiento)	Charla formativa	5 MIN	N/A	La charla consistirá en reforzar los valores tales como el respeto la solidaridad y la tolerancia, y la manera en que estos se asocian con las emociones.			
	Para empezar vamos con el juego "carrera de piñas" y posteriormente con el juego "la cadenita".	20 MIN	Cuerpo, balones y conos.	Carrera de piñas: Juego en el que forman grupos de 5 o 6 personas, posteriormente tomados de las manos y en circulo deben ir de un punto A en direccion de un punto B en el menor tiempo posible. Variantes: con balon dominado por el piso sin dejarlo salir, con balon sin dejarlo caer, saltando, en un apoyo por persona, etc. La cadenita: Juego en el que un participante es elegido para tocar o tomar al resto de compañeros, que se iran tomando de la mano del que inicio el juego hasta lograr alcanzar a todo el grupo. Variante: Cambiar la forma en la que se desplazana, es decir, en saltos. en cuatro apoyos, etc.			
Fase Central	Ejercicio de lanzamiento por parejas.	15 MIN	Balon, conos, cancha, silbato.	Ejercicio por parejas donde los profesores lanzan balones desde el costado para que uno de los niños controle mientras el otro llega a patear a gol. Variante: pases por el piso, control con tren superior, colocando un defensa de obstaculo.			
	Ejercicio 2vs2	15 MIN		Allí 2 jugadores estarán defendiendo y 2 atacando, los jugadores que estan defendiendo en una primera instancia tendrán que pasar el balón a los atacantes y de inmediato organizarse para evitar el gol.			
	Juego de futbol tenis 3	10 MIN		Juego de futbol tenis por grupos de 3, donde la idea es tocar el balon con un maximo de 3 veces por equipo para pasar el balon a la zona rival.			
	Juego de simulacion con pausas y correcciones.	30 MIN		Juego de correcciones.			
Fase Final (vuelta a la calma)	Estiramientos	15 MIN	Cuerpo	Estiramientos por parejas			
	Reflexion			Cuestionar sobre la sesion, los valores aprendidos y su relacion con las emociones.			
Observaciones							

Referencias

- Abarca, M.M. (2003) “La educación emocional en la educación primaria: currículum y práctica” Universidad de Barcelona. Barcelona. España. España. Recuperado de: <https://www.tdx.cat/handle/10803/2349#page=1>.
- Alfonso, N. (2020). Tesis Educación Emocional en niños de primaria en Colombia del año 2008 al 2018 estado del arte. Bogota, D.C. Universidad Distrital Francisco José de Caldas Facultad de Ciencias y Educación Especialización en Infancia, Cultura y Desarrollo.*
- Amat, M.; Batalla, A. (2000). Deporte y educación en valores. Aula de innovación educativa, N° 91, pp. 10-13.*
- Andres, F. (1993) El equipamiento deportivo escolar. En la Federación Española de*
- Beltran, O. (1993). Reflexiones en torno al origen del deporte. Revista Apunts. N° 33. Septiembre. Citado por Anton, E. (2011). El deporte educativo. Pag. 72.*
- Ausubel, D. (2002). Adquisición y retención del conocimiento una perspectiva cognitiva. Barcelona : Paidós Ibérica.*
- Bisquerra, R. (2012). De la inteligencia emocional a la educación emocional. Cómo educar las emociones, 24-35.*

Blázquez, D. (1999) *La iniciación deportiva y el deporte escolar. (4ª. ed.)* Barcelona: INDE Publicaciones. p. 24, 21, 253. Citado por Valdivia, J. *El deporte escolar en la institución educacional. Revista Digital - Buenos Aires - Año 13 - N° 130 - Marzo de 2009. Tomado de:*
<https://www.efdeportes.com/efd130/el-deporte-escolar-en-la-institucion-educacional.htm>.

Cagigal (1985). *La pedagogía del deporte como educación. Revista de Educación Física. N° 3. La Coruña.* Citado por Anton, E. (2011). *El deporte educativo. Pag. 75.*

Cagigal, J.M. (1975): *El deporte en la sociedad actual. Madrid: Magisterio Español.*

Campano, M. Di Menna, D. Dorado, M. Gabellini, M. Latorre, J. Romero, I. Vincent, W. *Congreso Argentino y 8o Latinoamericano de Educación Física y Ciencias. Estrategias de enseñanza en la Educación Física Mosston, el espectro y los estilos de enseñanza. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. 2019. Tomado de*
http://163.10.30.35/congresos/congresoeducacionfisica/13oca-y-8o-la-efyc/actas/Mesa02_Campano_Estrategias.pdf

Cano Murcia, S. R., & Zea Jiménez, M. (2012, Diciembre). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida. *Revista LOGOS CIENCIA & TECNOLOGÍA*, 4(1), 58-67. <https://www.redalyc.org/pdf/5177/517751763003.pdf>

Casacuberta, D. (2003). *Cultura, societat i emocions. En J. T. Limonero (Coord.). Motivació i emoció. Barcelona: UOC (Universitat Oberta de Catalunya).*

Cervantes Morejón, B., Fernández Reyes, J., & Verdura Morales, E. (2011, Agosto). *Estados emocionales y rendimiento deportivo, un estudio correlacional en lanzadores de*

béisbol de la provincia Ciego de Ávila. efdeportes.com, 16(159), 1.

<https://www.efdeportes.com/efd159/estados-emocionales-y-rendimiento-deportivo.htm>

Colom Bauzá, J. Fernández Bennassar, M. ADOLESCENCIA Y DESARROLLO

EMOCIONAL EN LA SOCIEDAD ACTUAL International Journal of Developmental and Educational Psychology, vol. 1, núm. 1, 2009, pp. 235-242.

Consejo Superior de Deportes (2006) (Consultado en línea 30 de mayo del 2006).

<http://www.csd.mec.es/CSD/Default.htm>. Citado por Plaza M. Daniel (2012).

Constructivismo. Tipos y características. (n.d.). Constructivismo.net.

<https://www.constructivismo.net/constructivismo-vigotsky/>

Delgado, P. (2019, 12 9). La teoría del aprendizaje social: ¿Qué es y cómo surgió? Instituto para el futuro de la educación. Recuperado 11 1, 2021, de

<https://observatorio.tec.mx/edu-news/teoria-del-aprendizaje-social>

Doyle y Rotherford 1984, citado en Alonso, et al., 1997 p. 61.

Fernandez, A. (2017) Salud emocional y práctica deportiva en niños y adolescentes. tomado de:

<http://www.quoiapro.com/inicio/salud-emocional-y-practica-deportiva-en-ninos-y-adolescentes>

Gestarsalud. (2021, septiembre 10). Informe especial: salud mental en Colombia, al borde del abismo. Gestarsalud. Recuperado de:

<https://gestarsalud.com/2021/09/10/informe-especial-salud-mental-en-colombia-al-borde-del-abismo/>

Goleman, D. (2015). *El cerebro y la inteligencia emocional: nuevos descubrimientos*. B de Books.

Goleman, Daniel. *La Inteligencia Emocional*. Barcelona, Kairos, 1995,

<https://ciec.edu.co/wp-content/uploads/2017/08/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>

Instituto Distrital de Recreación y Deporte, Resolución No. 369. "Por la cual se establecen los requisitos, procedimientos y reglamentos para otorgar, renovar, supervisar, suspender y cancelar el Aval Deportivo a las Escuelas de Formación Deportivas en Bogotá D.C.". Tomado de:

<https://bogota.gov.co/sites/default/files/tys/2017/11/Resoluci%C3%B2n-639-de-2021-Avales-a-Escuelas-deportivas.pdf>

James, W. (1884). *What is an emotion?* *Mind*, 9, 188-205 tomado de:

<https://www.jstor.org/stable/2246769>

Le Boulch, J. (1991). *El Deporte educativo: Psicocinética y aprendizaje motor*. Barcelona: Paidós.

Marin, B. (2018, Febrero 23). *La teoría del aprendizaje y el desarrollo de Lev Vygotski*.

EIDLE Educación, Innovación, Desarrollo y Lengua Escrita.

<https://blog.uclm.es/beatrizmartin/la-teoria-del-aprendizaje-y-el-desarrollo-de-lev-vygotski/>

Martínez, M.; Buxarrais, M. R. (2000). *Los valores de la Educación Física y el deporte en la edad escolar*. *Aula de innovación educativa*. N° 91. pp. 6-9.

Mestre, J., & Guil, R. (2008). *INTELIGENCIA EMOCIONAL: DEFINICIÓN, EVALUACIÓN Y APLICACIONES DESDE EL MODELO DE HABILIDADES DE MAYER Y SALOVEY*. *Quned.es*, 1.
http://webprueba2.quned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/inteligencia_emocionaldefinicionevaluacionyaplicaciones.pdf

Ministerio de educación, ley 181 de enero 18 de 1995. por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Tomado de:
https://www.mineduacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf

Mora, F. (2013). *¿Qué es una emoción?. Universidad Complutense. Facultad de Medicina. Madrid.*

Mora, F. y Sanguinetti, A.M. (2004). *Diccionario de Neurociencias. Madrid: Alianza Dictionarios.*

Mora, L. F. & Buitrago, J. D. (2021). *En búsqueda de cambios de conductas que provoca la emocionalidad del Deporte, en los Fanáticos del Fútbol*. Recuperado de:
<http://hdl.handle.net/20.500.12209/17216>.

Morales, M. (2018). Universidad Distrital Francisco José de Caldas. Bogotá D.C. Colombia.
Recuperado de:
<http://repository.udistrital.edu.co/bitstream/11349/8935/1/MoralesCorbobaMaribel2018.pdf>.

Mosston, M. (1978). *La enseñanza de la Educación Física. Buenos Aires, Paidós.*

Municipios y Provincias. Actas de las VII jornadas de deporte y corporaciones locales. Madrid; FEMP. Pp. 77-89.

Olivera Beltrán (1993). *Reflexiones en torno al origen del deporte*. Revista Apunts. Nº 33. Septiembre.

Pascual Lacal, P. L. (2009, 10, 22). Teorías de Bandura aplicadas al aprendizaje. *Innovación y experiencias educativas*. Recuperado de:

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/55682388/2_Teoria_de_Bandura_art-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1635218596&Signature=BgOzfTrB8BetqPDYLP1TgxX5VLfonLwN4XTqOqLNEgdEgyDqMLqnOqZ062wuA6kq6HTJOaeUxIHGGTtkQU1UArgQSCqmBBVBEbmyFQ7jUam5lL428KI7KeUNxmo4jD1nSxeWY

Pérez Herrera, M. A. (2008). Currículum integral como trayecto de desarrollo en Abraham Magendzo. *Revista Educación y Humanismo*, (15), 122.
<http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/educacion/article/view/2157>

Piaget, J. (1968). *Los estadios del desarrollo intelectual del niño y del adolescente*. Editorial Revolucionaria. La Habana.

Quirós, C. (2019, October 7). *¿Qué es la educación emocional?* UNIBA. Retrieved April 11, 2022, from
<https://www.unibarcelona.com/int/actualidad/noticias/que-es-la-educacion-emocional>

Rolls, E.T. (1999). *The Brain and Emotion*. Oxford: Oxford University Press tomado de:
https://www.researchgate.net/publication/247208054_The_Brain_and_Emotion_by_Edmund_T_Rolls

Romero, G. (2001), *Reflexiones conceptuales de la iniciación Deportiva Escolar, y estudio de los enfoques metodológicos. En AYUNTAMIENTO DE DOS HERMANAS. I Congreso Nacional de Deporte en edad escolar, Sevilla: pp. 81-109.*

S.N. Ministerio del Deporte marzo de 2017. Recuperado de:

<https://www.mindeporte.gov.co/?idcategoria=85656>

Torices, J. (2017). *Emoción y percepción: una aproximación ecológica. Anal. Filos, 37 (1).*

Recuperado de:

https://www.researchgate.net/publication/317646834_Emocion_y_percepcion_una_a_proximacion_ecologica

- *Violencia intrafamiliar durante la pandemia por COVID-19.* (2021, June 18). Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. Retrieved May 19, 2022, from <https://www.medicinalegal.gov.co/blog/-/blogs/violencia-intrafamiliar-durante-la-pandemia-por-covid-19>

Wierzbicka, A. (1999). *Emotions across language and cultures: Diversity and universals.* Oxford: Oxford University Press.