

DESARROLLO DE COMUNICACIÓN ASERTIVA EN PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN

Desarrollo de la comunicación asertiva como factor fundamental en los procesos de socialización

**Autores: Diego Andrés Briceño López
Andrés David Velásquez Vargas**

Tutora: Angélica Larrota

**Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia
Diciembre 2019**

Dedicatoria

Diego Andrés Briceño López

Dedico de manera muy especial este proyecto de grado a mis padres quienes sentaron en mí las bases de la responsabilidad, compromiso y esfuerzo para superar cada uno de los obstáculos que se presentaron en este proyecto de vida. A mis hermanos quienes siempre han sido un ejemplo a seguir, quienes me han acompañado a lo largo de este proyecto de vida.

Andrés David Velásquez Vargas

Dedico este proyecto a mis padres que gracias a su esfuerzo y dedicación me apoyaron y brindaron todo su amor y comprensión. A mis hermanas quienes con su apoyo incondicional me ayudaron a seguir adelante. Ustedes fueron y seguirán siendo mi motivación para seguir con este proceso que hasta ahora inicia.

Agradecimientos

Diego Andrés Briceño López

En primer lugar, a nuestra tutora Angelica Larrota por brindarnos la orientación oportuna y necesaria que contribuyo enormemente para la culminación de este proceso.

A mi compañero de proyecto Andrés Velasquez por su dedicación y ánimo constante en la realización de este proyecto, especialmente en los momentos de adversidad.

Finalmente, a todos aquellos quienes me han acompañado en este importante logro pues su motivación fue significativa en cada instante de este proyecto.


Andrés David Velásquez Vargas

A mis padres quienes fueros parte fundamental en este proceso con su animo e interés en mi proceso formativo

A nuestra tutora Angélica Larrota quien fue un apoyo y guía en nuestro proceso formativo, con su paciencia y dedicación pudimos sacar adelante este proyecto

A mi compañero Diego Briceño quien con su dedicación y compromiso en este proyecto, logramos cumplir con este objetivo que nos habíamos planteado.

A todos los que me acompañaron, me apoyaron y me brindaron su apoyo para culminar un logro más en mi vida.

| | | |
|---|---|----------------------|
|  UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <small>Excellence in Education</small> | FORMATO | |
| | RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE | |
| Código: FOR020GIB | | Versión: 01 |
| Fecha de Aprobación: 10-10-2012 | | Página 1 de 6 |

| 1. Información General | |
|-------------------------------|---|
| Tipo de documento | Trabajo de grado |
| Acceso al documento | Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central |
| Título del documento | Desarrollo de la comunicación asertiva como factor fundamental en los procesos de socialización |
| Autor(es) | Briceño López, Diego Andrés; Velásquez Vargas, Andrés David |
| Director | Mg. Larrota Cruz, Angélica |
| Publicación | Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2019. 58p |
| Unidad Patrocinante | Universidad Pedagógica Nacional UPN |
| Palabras Claves | COMUNICACIÓN ASERTIVA; EDUCACIÓN FÍSICA; RELACIONES INTERPERSONALES; PEDAGOGÍA DIALOGANTE. |

| 2. Descripción |
|---|
| <p>Este trabajo de grado se propone desarrollar una comunicación asertiva en los estudiantes desde la clase de educación física por medio de una propuesta integradora, con el fin de involucrar todas las capacidades del ser propuestas por Camerino y Castañer. Lo anterior con el fin de contribuir a una sana convivencia para mejorar las relaciones interpersonales, potenciando los componentes</p> |

socioafectivos, cognitivo y praxico del ser humano. Se resalta que esta implementación fue realizada en el Colegio Francisco de Paula Santander IED, localidad 15 Antonio Nariño.

3. Fuentes

Aguilar, J., & Vargas, J. (2010, s.f). *COMUNICACIÓN ASERTIVA*. Retrieved from Network de Psicología:

http://eoepsabi.educa.aragon.es/descargas/G_Recursos_orientacion/g_5_habilidades_sociales/g_5.3.hhss_asertivas/1.6.Comunicacion%20asertiva.pdf

Aldana, M., & Silva, A. (2016, 11 s.f). *EDUCACIÓN FÍSICA, ESPACIO DE EXPRESIÓN Y FORTALECIMIENTO EMOCIONAL*. Retrieved from Repositorio Universidad Pedagógica Nacional: <http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2863/TE-19765.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Asociación de educadores de Latinoamerica y el Caribe. (2010). *A refundar la escuela*. México: Asociación de Educadores de Latinoamérica y el Caribe. Retrieved from Instituto Merani.

Bullying sin fronteras. (2019, 06 19). *Estadísticas de Bullying en COLOMBIA 2018. Informe del Dr. Javier MIGLINO y Equipo Internacional de B.S.F.* Retrieved from Bullying sin fronteras: <https://bullyingsinfronteras.blogspot.com/2018/11/estadisticas-de-bullying-en-colombia.html>

Castañer, M., & Camerino, O. (1996). *La Educación Física en la Enseñanza Primaria*. Barcelona: INDE.

Congreso de la República de {c. (n.d.).

Constitución Política de Colombia . (1991). *CONSTITUCION POLITICA DE COLOMBIA 1991*. Retrieved from Registraduría Nacional del Estado Civil: <https://www.registraduria.gov.co/IMG/pdf/constitucion-politica-colombia-1991.pdf>

Díaz, F., & Barriga, A. (2002). *Estrategias docentes para un Aprendizaje Significativo: una interpretación constructivista*. México: McGraw Hill.

EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA. (1994, 02 08). *Ley 115 de Febrero 8 de 1994*. Retrieved from Ministerio de educación :
https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

García, M. (1996, s.f). *COMUNICACION Y RELACIONES INTERPERSONALES*. Retrieved from Portal de revistas electrónicas UAM:
<https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1713/1816>

Goleman, D. (1996). *INTELIGENCIA EMOCIONAL*. Barcelona: KAIROS.

Gómez, E. (2016 - 2017, s.f). *Desarrollo de la inteligencia emocional a través de la expresión corporal*. Retrieved from Universidad de la Rioja:
https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE002364.pdf

Ibarra, L. (2018, 02 08). *Comunicación: una necesidad de la escuela de hoy*. Retrieved from Psicología online: https://www.psicologia-online.com/comunicacion-una-necesidad-de-la-escuela-de-hoy-2613.html#anchor_10

INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA HUERTA. (s.f). *Hacia una pedagogía dialogante*. Retrieved from MODELO PEDAGÓGICO INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA HUERTA:
<https://docplayer.es/84888496-Modelo-pedagogico-institucion-educativa-la-huerta.html>

La Rotta, J. (2010, s.f). *ASERTIVIDAD: UNA HERRAMIENTA AL SERVICIO DE LA COMUNICACIÓN INTERNA*. Retrieved from Repositorio Javeriana:
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/5625/tesis666.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lasso, E. (2011, s.f). *EL LENGUAJE CORPORAL Y LA COMUNICACIÓN Una mirada desde la Educación Física*. Retrieved from Universidad Nacional de Colombia:
<http://bdigital.unal.edu.co/6419/1/868169.2011.pdf>

Max-Neef, M. (1993). *DESARROLLO A ESCALA HUMANA*. Montevideo: Nordan - Comunidad.

- Medinilla, C. (2009, 09 22). *LA INTELIGENCIA EMOCIONAL*. Retrieved from Innovación y experiencias educativas:
https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_2_2/CRISTINA_MEDINILLA_DURAN01.pdf
- Ministerio de Educación Nacional . (2010, s.f). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*. Retrieved from Ministerio de Educación Nacional :
https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-241887_archivo_pdf_evaluacion.pdf
- Morales, J. (2017, 02 s.f). *EDUCACIÓN FÍSICA: CONSTRUYENDO UNACONDUCTA MENOS AGRESIVA*. Retrieved from Universidad Pedagógica Nacional:
<http://upnblib.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2852/TE-20563.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muñoz, J. (2014 - 2015, s.f). *Modelo para trabajar la inteligencia emocional a través de la expresión corporal*. Retrieved from Deposito de investigación Universidad de Sevilla:
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/37003/Mu%F1oz%20Moreno,%20J..pdf>
- Parra, A. (2015, s.f). *La comunicación corporal y relación con las emociones mediante el desarrollo de una Unidad Didáctica de educación física orientada a tercer ciclo de educación primaria*. Retrieved from Universidad de Valladolid:
<http://uvadoc.uva.es/handle/10324/16015>
- Redacción EL TIEMPO. (2017, 01 16). Dos de cada 10 alumnos en el mundo sufren acoso y violencia escolar. *EL TIEMPO*, p. 1.
- Rodriguez, A. (2017, s.f). *La educación física como potenciadora de las relaciones interpersonales en los jóvenes*. Retrieved from Repositorio Universidad Pedagógica Nacional: <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2849/TE-20565.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- UNESCO. (2012, s,f). *Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte, 21 de noviembre de 1978*. Retrieved from UNESCO:
https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000216489_spa

Viera, T. (2003). El aprendizaje verbal significativo de Ausubel. Algunas consideraciones desde el enfoque histórico cultural. *Redalyc*, 37 - 43.

4. Contenidos

Contextualización: Allí es donde damos a conocer donde surge el proyecto, con que sustentos legales nos basamos para mostrar la educación física como practica pedagógica dentro de la escuela, cual fue el impulso que tuvimos para responder a la problemática que nos aqueja mirando unos antecedentes nacionales y locales que le den sustento a nuestra investigación

Perspectiva educativa: En este capitulo veremos en una mirada epistemológica el sustento de nuestra problemática desde tres puntos de vista diferentes como lo son: humanístico, pedagógico, disciplinar, donde encontraremos el papel de la educación física de base en la resolución del problema, la teoría del desarrollo humano y los principios pedagógicos.

Diseño de implementación: En este capítulo planteamos los diferentes objetivos que queremos incursionar en nuestro proyecto, la metodología para desarrollarlo, los estilos de enseñanza, el desarrollo temático que utilizaremos al realizar nuestras sesiones de clase y la evaluación que vamos a implementar para verificar el cumplimiento de estos.

Ejecución piloto: En este capítulo encontraremos el micro contexto; este describe el lugar donde hicimos nuestras practicas educativas, la población con la cual interactuamos y las diferentes sesiones realizadas en la institución para darle solución al problema planteado.

Análisis de la experiencia: Abarcaremos la experiencia que tuvimos en nuestras practicas docente, sensaciones y conclusiones las cuales llegamos en consenso al finalizar nuestras intervenciones.

5. Metodología

Tomando como base la pedagogía dialogante reconocemos que el dialogo entre maestro y estudiante es parte fundamental de nuestro proceso, La reflexión y las acciones en el ambiente de aprendizaje son un eje fundamental en nuestra metodología ya que permite que se interioricen los aprendizajes y se logre un aprendizaje significativo basado en la experiencia realizada y reflexionada.

La intencionalidad es ver al maestro como un guía que estructura de acuerdo a las necesidades de los estudiantes y del grupo, para de esta manera facilitar los procesos de comunicación de los estudiantes, esto se logra gracias a preguntas orientadoras ya planteadas o que se van generando en el proceso de participación de los estudiantes, es por ello que en la evaluación valoramos el proceso que se lleva desde la observación inicial del grupo, hasta llegar a lo que denominamos “mi mundo en tensión”, este se basa en la solución de retos por medio de la comunicación y los procesos personales y grupales realizados durante las intervenciones, siempre siendo motivadores y participes del proceso educativo de los estudiantes.

6. Conclusiones

Se lograron reconocer los procesos participativos de los estudiantes, encontramos un grupo que su principal característica eran los sub-grupos dentro del aula. La comunicación y las relaciones personales dentro de las actividades los estudiantes las querían realizar en esos mismos grupos, conocerse o ponerse en los zapatos del otro fue algo que se complicó mucho por los diferentes problemas que existían con anterioridad entre los estudiantes, romper ese imaginario fue complicado, pero por medio de la implementación los espacios de comunicación entre los estudiantes se iban mejorando, logramos soltar los sub-grupos y encontrar por medio del dialogo y los retos propuestos una comunicación armoniosa, donde primara el respeto y la comunicación

entre los diferentes integrantes del grupo

| | |
|-----------------------|---|
| Elaborado por: | Briceño López, Diego Andrés; Velásquez Vargas, Andrés David |
| Revisado por: | Magister, Larrota Cruz, Angélica |

| | | | |
|--|-----------|-----------|-------------|
| Fecha de elaboración del Resumen: | 15 | 11 | 2019 |
|--|-----------|-----------|-------------|

Documento Oficial. Universidad Pedagógica Nacional

Tabla de contenido

| | |
|---|-----------|
| Dedicatoria | 2 |
| Agradecimientos | 3 |
| RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE | 4 |
| Lista de tablas | 13 |
| Lista de ilustraciones | 14 |
| Lista de siglas | 15 |
| Lista de anexos | 16 |
| Planteamiento del problema | 17 |
| Marco Legal | 21 |
| Macro contexto | 22 |
| Perspectiva Educativa | 27 |
| Enfoque Humanístico | 27 |
| Enfoque Pedagógico | 30 |
| Teoría de aprendizaje | 34 |
| Enfoque Disciplinar | 35 |
| Contenidos | 36 |
| Interacción y comunicación | 37 |
| La imaginación | 37 |
| Corporalidad | 37 |
| Diseño de implementación | 38 |
| Justificación | 38 |
| Problema | 38 |
| Objetivos | 38 |
| General | 38 |
| Particulares | 39 |
| Metodología | 39 |
| Estilos de enseñanza | 40 |

DESARROLLO DE COMUNICACIÓN ASERTIVA EN PROCESOS DE
SOCIALIZACIÓN

12

| | |
|---|----|
| Evaluación | 42 |
| Ejecución piloto | 44 |
| Micro contexto | 45 |
| Análisis de la experiencia | 47 |
| Bibliografía | 56 |

Lista de tablas

| | |
|-------------------------------------|-----------|
| Tabla 1. Nivel internacional | 11 |
| Tabla 2. Nivel nacional | 12 |
| Tabla 3. Nivel local | 13 |
| Tabla 4. Desarrollo temático | 31 |

Lista de ilustraciones

| | |
|--|----|
| Ilustración 1. Contenidos de Educación Física. Referencia: (Castañer y Camerino, La Educación física en la educación primaria, 1996, pág. 56) | 36 |
| Ilustración 2. Elaboración propia (Imagen Institución Educativa)..... | 46 |

Lista de siglas

| | |
|---------------|---|
| IED | Institución Educativa Departamental |
| MEN | Ministerio de Educación Nacional |
| ONG | Organización no gubernamental |
| PCP | Proyecto Curricular Particular |
| UNESCO | Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura |
| UNICEF | Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia |

Lista de anexos

| | |
|----------------------|----|
| Anexo 1 | 50 |
| Anexo 2 | 51 |
| Anexo 3 | 52 |
| Anexo 4 | 53 |
| Anexo 5 | 54 |
| Anexo 6 | 55 |

Planteamiento del problema

En el proceso de formación docente se realizaron observaciones e intervenciones en instituciones educativas en la ciudad de Bogotá tales como IED Japón, IED Bravo Páez, IED Marruecos y Molinos, IED Francisco de Paula Santander; en dichas observaciones se pudo evidenciar que en general la convivencia se desarrolla en un clima de tensiones y de agresiones que dificultan los mismos propósitos educativos de las instituciones. Agresión constante con compañeros, apodosos ofensivos, constante uso de palabras grotescas para relacionarse, falta de empatía, egocentrismo, burla de los errores, deseos de venganza, no arrepentimiento, son las expresiones de una problemática social que obedece a múltiples factores. Nos interesa centrar la atención en este Proyecto Curricular Particular en uno de los factores que contribuye a esta problemática, la no conciencia del papel que tiene la comunicación en las relaciones sociales y el no desarrollo de las habilidades comunicativas que permitan un proceso comunicativo eficaz.

Consultando a estudiantes y docentes de dichas instituciones, se encuentra que estos problemas no solo se presentan dentro del entorno escolar, sino que se replica en otros aspectos de la vida de los estudiantes; lo más grave se evidencia cuando se revisan estadísticas no solo a nivel local, y se encuentran datos como:

- Según autores como Lourdes Ibarra (2018):

Hoy se escribe mucho sobre comunicación, se habla del tema, pero da la impresión de que existen no pocas ambigüedades y falta de clarificación al respecto. Cuando asiste un adolescente a consulta que no conversa con sus padres se dice que tiene problemas de comunicación, así se concluye si una pareja no se siente satisfecha; o al referirnos a un grupo de estudiantes que se sienten tensos y distantes, situaciones diversas, ambientes distintos y la misma conclusión.

- Según la UNESCO, en un reporte realizado por el periódico redacción El Tiempo en el año 2017 se afirma que dos de cada diez alumnos en el mundo sufren acoso y violencia escolar, indicó este lunes la UNESCO, que advierte de que el hostigamiento verbal es el más típico, pero que también ha aumentado el ejercido a través de internet y las redes sociales.

- Según la ONG Bullying Sin Fronteras (2019), entre octubre del 2017 y octubre del 2018 se presentaron 2.981 casos graves de violencia escolar, lo que sitúa a Colombia como uno de los países con mayor cantidad de casos de acoso en el mundo.

Teniendo en cuenta lo anterior, dichas cifras son la prueba estadística de la problemática que se encontró en algunos de los escenarios educativos que fueron visitados. Y de esto surge una pregunta problémica: **¿Cómo por medio de la educación física se puede desarrollar la comunicación asertiva como aspecto fundamental en el mejoramiento de las relaciones sociales?**; pregunta que esta propuesta curricular pretende sea eje para construir alternativas que contribuyan a disminuir la problemática social identificada. Se concluye que el presente PCP se gesta debido a la necesidad de mejorar la comunicación de los seres humanos, hasta lograr una comunicación asertiva, teniendo en cuenta que la comunicación es la base de toda relación humana, especialmente del ámbito académico.

Fundamentación contextual

Antecedentes

Antes de iniciar la construcción del PCP es necesario tener en cuenta las investigaciones realizadas a nivel local, nacional e internacional, principalmente sobre el eje transversal sobre el cual va a girar el presente proyecto: Comunicación Asertiva.

Tabla 1.

Nivel internacional

| INTERNACIONAL | | | |
|-------------------------|--------------------------|--|--|
| AÑO / PAÍS | AUTOR | TÍTULO | DESCRIPCIÓN |
| 2016 – 2017 (España) | Elena Gómez Fernández | Desarrollo de la inteligencia emocional a través de la expresión corporal | Este texto nos orienta debido a la similitud que hay, propone autores para documentarnos y una perspectiva para iniciar el proyecto, |

| | | | |
|-------------------------------------|-----------------------|--|---|
| | | | tener un punto de partida y luego insertar nuestro componente diferenciador |
| 2014-2015 U. Sevilla (España) | Jennifer Muñoz Moreno | Modelo para trabajar la inteligencia emocional a través de la expresión corporal | Devela el origen de la inteligencia emocional desde Benet & Simón (1905) y nos propone a Bisquerra, Pérez & García para aterrizar la IE en el contexto educativo |
| 2015 U. Valladolid (España) | Ainhoa Parra Lazaro | “La comunicación corporal y la relación con las emociones mediante el desarrollo de una Unidad Didáctica de educación física orientada a tercer ciclo de educación Primaria” | Nos planteó las temáticas de autonomía, cuerpo introyectivo, empatía, comunicación no verbal y las visiones de diferentes autores para escribir de inteligencia emocional y expresión corporal. |

Tabla 2.*Nivel nacional*

| NACIONAL | | | |
|--|------------------------|---|---|
| AÑO / PAÍS | AUTOR | TÍTULO | DESCRIPCIÓN |
| 2010 Pontificia Universidad Javeriana (Bogotá) | Juanita la Rotta Reyes | Asertividad: una herramienta al servicio de la comunicación interna | El concepto de asertividad y sus implicaciones sociales. Y el proceso de recopilar información, transmitirla y cambiar las actitudes en resolución de problemas. |

| | | | |
|--|---------------------------------|---|--|
| 2011 U. Nacional de Colombia (Bogotá) | Eneried Liz Lasso | El lenguaje corporal y la comunicación: Una mirada desde la Educación Física | Desde Gardner se analiza la importancia de las inteligencias múltiples, entre ellas la lingüística y kinestésica que atiende al movimiento como vía de comunicación y transmisión de emociones. Reconocimiento inter e intrapersonal. |
| 2017 U.de Córdoba (Córdoba) | José Manuel Armada Crespo | La Comunicación asertiva: herramienta de la práctica pedagógica que permite mediar las dificultades en el aprendizaje | Brindó las dimensiones teóricas que tiene la expresión corporal: expresiva, comunicativa, creativa y estética. |

Tabla 3.

Nivel local

| LOCAL | | | |
|---|--|---|--|
| AÑO / PAÍS | AUTOR | TÍTULO | DESCRIPCIÓN |
| 2017 Universidad Pedagógica Nacional | Janer Andrés Morales Zorrilla | Educación Física: construyendo una conducta menos agresiva | Recalca la importancia del uso de la comunicación asertiva para la resolución de conflictos y así disminuir los índices de violencia |
| 2017 Universidad Pedagógica Nacional | Andrés Giovanny Rodríguez Tovar | La Educación física potenciadora de las relaciones interpersonales en los jóvenes | Rescata la importancia de la comunicación (y sus diferentes mecanismos) en las relaciones personales, propone la mejora de la comunicación por medio de la |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | expresión corporal |
| 2016 Universidad Pedagógica Nacional | María Fernanda Aldana Herrera & Ángela Milena Silva Hidalgo | Educación Física, espacio de expresión y fortalecimiento emocional | Permite ver un análisis y una aplicación de la IE en la educación física por medio de la expresión corporal, como un parte fundamental del desarrollo de la personalidad de los sujetos |

Marco Legal

Constitución Política de Colombia.

Específicamente los artículos 44 y 45 del documento; “Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión” (Artículo 44, p.10) y “(...) La familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger al niño para garantizar su desarrollo armónico e integral y el ejercicio pleno de sus derechos”. (Artículo 45,1991, p.10)

Ley General de Educación.

Esta ley rige el sistema educativo Nacional, acá se estipula los tipos de educación y los niveles por los cuales está dividida. El artículo 10, 36 y 43; allí se definen los tipos de educación formal, no formal, e informal respectivamente. La educación formal se entiende como “aquella que se imparte en establecimientos educativos aprobados, en una secuencia regular de ciclos lectivos con sujeción a pautas curriculares progresivas, y conducente a gradas y títulos” (artículo 10, 1994, p. 3). La educación informal está definida como “la que se ofrece con el objeto de complementar, actualizar, suplir conocimientos y formar en aspectos académicos o laborales sin sujeción de sistema de niveles y grados” (artículo 36, 1994, p. 11). Y la Informal “todo conocimiento libre y espontáneamente adquirido, proveniente de personas, entidades, medios de comunicación masiva, medios impresos, tradiciones, costumbres, comportamientos sociales y otros no estructurados.” (Artículo 45, 1991, p. 12)

Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (2010)

Para el Ministerio de Educación Nacional (MEN), las competencias específicas de atención son:

- Competencia motriz.
- Competencia expresivo corporal
- Competencia Axiológico Corporal

UNESCO (2012)

La Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte (1978), es un documento, valioso para nuestro proyecto, enmarca la importancia de la educación física para la formación integral y el desarrollo del potencial humano no solamente en su parte estrictamente motriz (p.1), sino también abordando las relaciones sociales, las capacidades individuales y grupales de los sujetos (puntos importantes en nuestro proyecto), no obstante, también cabe resaltar el llamado que hace a la sociedad en general para hacer promoción de la educación física a través de los medios de comunicación (Artículo 9,1978, p. 6). y la necesidad de la capacitación tanto de personal como de implementos para la práctica de la educación física. (Artículo 5, 1978, p. 4)

Macro contexto

Debido a la problemática planteada anteriormente, hallamos que las interacciones entre los actores sociales no permiten una comunicación asertiva, que permita el diálogo y la resolución de conflictos de manera eficiente. Los estudiantes presentaban respuestas agresivas en las diferentes situaciones a las que se veían enfrentados; estas respuestas se evidenciaban en gritos, insultos, disgustos, burlas e incluso algunas agresiones físicas, entre cada uno de los estudiantes, los cuales evitan una integración genuina en el momento para trabajar en grupo, para la colaboración en pro de un objetivo común.

Esto nos llevó a repensar la educación física como espacio en el que operen las dinámicas de comunicación y modifique las tradicionales prácticas corporales orientadas en lo motor y en la técnica. Aclaramos de antemano, que no enmarcamos las prácticas tradicionales de la educación física como inadecuadas, por el contrario, planteamos la necesidad se haga un complemento a

esta concepción, para que así, se abarquen las diferentes competencias que se mencionan en el documento Número 15 de la Ley General de la Educación, (Nacional, 2010) estas son:

Competencia Motriz.

Nos habla sobre la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. (p. 29)

Competencia Axiológica Corporal.

Esta competencia habla del conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente. (p. 29)

Competencia Expresivo Corporal.

El conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades. (p. 29)

Adicionalmente basado en los documentos internacionales como lo es la “Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte” de la UNESCO, en donde se mencionan las virtudes y deberes de la disciplina académica: acción formativa, solidaridad, fraternidad, comprensión mutua, reconocimiento de la integridad y la dignidad humana; todos estos con el fin de ser empleados para el beneficio de la humanidad.

Teniendo en cuenta estos aspectos y las observaciones realizadas en las instituciones educativas ya mencionadas, consideramos que la comunicación asertiva es un aspecto sumamente importante para trabajar, puesto que hace parte de la capacidad humana de sentir,

entender, controlar y modificar las emociones de cada sujeto, escuchar y comprender; en el ámbito escolar los estudiantes están constantemente enfrentados a sus emociones, porque tienen que convivir con diferentes personas que actúen y/o piensen diferente. Para desarrollar la comunicación asertiva se trabajará por medio de la propuesta de educación física de base de Marta Castañer y Oleguer Camerino (1996), en su libro “La educación Física en la Enseñanza Primaria” plantean la necesidad de una educación física donde se tenga en cuenta las habilidades motrices, actitudes, información verbal, habilidades intelectuales y estrategias cognitivas; gracias a ella no sólo podremos trabajar el conocimiento del cuerpo sino también las relaciones interpersonales, por medio del movimiento, la expresión de sentimientos y emociones.

El eje transversal de nuestro PCP es la comunicación asertiva. Para ello se desarrolló una propuesta que sea aplicable a cualquier contexto, en donde las dinámicas sean de comunicación abierta y sin nudos de sobrevaloración, malinterpretación o descalificación.

Partiendo de esto, la comunicación asertiva es un aspecto de suma importancia en la actualidad y en los procesos educativos, se ha convertido en una herramienta para la formación de personas y entendimiento de sí y comprensión de los demás. Gracias a la facilidad con la cual las personas pueden tener un entendimiento de sus propias emociones y el razonamiento de comprender y entender a los demás, nos permite que las relaciones interpersonales e intrapersonales fluyan armónicamente en los diferentes contextos como el hogar, la escuela, el trabajo, etc.

Para comprender mejor el concepto de la comunicación asertiva, tomaremos elementos de Daniel Goleman (1996) quien define la inteligencia emocional “como la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, discernir entre ellos y aprovechar este conocimiento para orientar nuestra conducta, y la capacidad de discernir y responder adecuadamente a los estados de ánimo, temperamento, motivaciones y deseos de los demás”. El autor propone la necesidad que las personas conozcan sus emociones y de esta manera, hacerse consciente de ellas cuando estas se presenten en diferentes situaciones; después de esto, es necesario controlar las emociones y lograr a la adecuada expresión emocional; el siguiente paso que plantea es la automotivación para que cada persona crea en sus habilidades y posibilidades; finalmente, el

resultado de este proceso es llegar al desarrollo de la empatía, tomando la empatía como la capacidad de entender, percibir y compartir todo lo que el otro puede sentir; de esta manera poder entablar relaciones interpersonales positivas, logrando entender no solo las emociones propias sino también las de las demás personas, y de esta manera lograr una comunicación asertiva.

También se tomarán elementos de Cristina Medinilla (2009, p. 4-5) quien divide el desarrollo de la inteligencia emocional en dos componentes, el personal y el social, para este proyecto estos elementos serán vistos como un proceso donde su resultado y/o punto final es el desarrollo de la Comunicación Asertiva. El componente personal está dividido en:

- **Autoconocimiento:** El autoconocimiento consiste en saber quiénes somos y qué nos diferencia de las otras personas, las diferentes sensaciones que tenemos, como por ejemplo el enojo, la felicidad, etc., y como nos comportamos con cada una.
- **Motivación:** Es el deseo por el cual la persona actúa para lograr su cometido, decimos que la motivación puede ser dirigida por diferentes entes, el interno, donde la persona lleva en su interior el deseo y las ganas por conseguir su objetivo o el externo que son impulsos del ambiente que ayudan a que se realicen los diferentes objetivos.
- **Autoestima:** La autoestima va dependiendo de lo que el sujeto va viendo de sí mismo y a esto se le suma lo que las personas piensen de él, la autoestima siempre está cambiando de acuerdo como el ambiente o la misma persona se vaya valorando, la autoestima es parte fundamental de la inteligencia emocional del sujeto, ya que tiene cuatro dimensiones las cuales son importantes para el desarrollo de la autoestima de la persona, estas son:
 1. **Dimensión afectiva:** la persona tiene que aprender a diferenciar cada una de las emociones, tomar conciencia de sus actitudes y sentimientos en cada una de ellas.

2. **Dimensión Física:** la persona tiene que conocerse con las diferentes emociones y la parte física es una de las que más resalta, aparte de ello para desarrollar un buen auto estima se le tiene que enseñar a la persona a que la aceptación relacional se logra con un aspecto adecuado.
 3. **Dimensión familiar:** La persona deberá sentirse segura y aceptada en su entorno y para ello está el hogar el cual será su entorno y pondrá en marcha nuevas experimentaciones y aprendizajes en consecuencia de su comportamiento.
 4. **Dimensión académica:** El espacio académico es un espacio donde la persona tiene que vivir en unas reglas ya establecidas, pero esto le facilita los procesos de socialización o de frustración de sentimientos.
- **Pensamiento positivo:** Resalta la importancia de ver el lado bueno de las cosas, sin importar obstáculos o dificultades que se presenten, esperando siempre los mejores resultados posibles. Menciona los beneficios que trae para la vida cotidiana el pensar de manera positiva. Señala que el pensar positivamente es algo enseñable y por ende se deben de identificar los pensamientos negativos para enseñar a cambiarlos por algo positivo.
 - **Control de Impulso:** controlar los impulsos no es reprimir las emociones, todo lo contrario, es aprender a manejar las reacciones ante las diferentes emociones que se presenten. Busca canalizar la agresividad, la violencia y la ansiedad, es un proceso que se debe de llevar poco a poco, donde el componente social está dividido por:
 - **Autonomía:** es necesario disminuir la dependencia de factores externos para poder actuar. Es la capacidad de actuar sin guías externas, haciéndose responsable de los actos propios.
 - **La empatía:** Es la capacidad de comprender las emociones de los demás y gracias a ello poder ayudar a la persona, para esto lo primero que se tiene que

hacer es tener un proceso de introspección, comprenderse y entenderse uno mismo para así poder ayudar y comprender a mi compañero.

- **La solución de conflictos:** menciona que para resolver los conflictos primero hay que aprender a escuchar a los otros para poder comprender los motivos y el punto de vista. Ser respetuoso es fundamental en este punto.
- **Las habilidades de comunicación:** la comunicación es la forma en la cual transmitimos sentimientos, pensamientos y emociones, la comunicación no siempre tiene que ser verbal sino también puede ser expresiva, estas comunicaciones son fundamentales para tener un proceso de socialización entre los diferentes individuos. Es el resultado de la dimensión personal y social, pues es allí donde se evidencia cada uno de los componentes de las dos dimensiones.

De esta manera buscamos que se llegue a la comunicación asertiva que será entendida como un proceso el cual se logra pasando desde el conocimiento propio hasta la interacción de los demás.

Perspectiva Educativa

Enfoque Humanístico

En el desarrollo del presente PCP buscamos que los procesos de comunicación asertiva se instauran dentro y fuera del contexto educativo, puesto que, la comunicación asertiva es una capacidad fundamental en el diario vivir de los seres humanos, fortalece su desarrollo individual y social, entendiendo así que, la comunicación, es un elemento que contribuye significativamente en las diferentes dinámicas de interacción social, las cuales, se dan por medio de símbolos y sistemas de mensajes, permitiendo así, el intercambio de información que sirve como base central de la interacción, reconociendo que esto se da tanto en los procesos llevados a

cabo en el ámbito educativo como en los procesos externos a dicho ámbito y que hacen parte de la vida cotidiana de cada individuo.

De acuerdo con lo anterior, el presente PCP tiene como base la formación escolar y como facilitadora para este proceso la educación física, para nosotros la educación física, permite la formación integral del ser humano, a través de procesos comunicativos, afectivos y motrices que se potencian en los individuos mediante dinámicas didácticas que se fomentan gracias a la exploración del cuerpo, de las capacidades y de las relaciones con el otro.

Teniendo en cuenta esto, para poder entender dicho proceso, es necesario reconocer que la comunicación asertiva es:

La forma por la cual transmitimos nuestras opiniones, sentimientos y emociones a otras personas. Para comunicarnos hace falta un lenguaje verbal (palabras) y un lenguaje no verbal (gestos). La coherencia entre la comunicación verbal y no verbal es primordial para que el mensaje tenga credibilidad. Las habilidades de comunicación son necesarias para poder establecer y mantener cualquier tipo de relación con otras personas. (Medinilla, D, 2009)

A partir de esto, se logra comprender que la comunicación asertiva es un proceso verbal y no verbal que se emplea de forma positiva y que permite la interacción entre uno o más individuos, teniendo en cuenta que para ello se necesita de determinadas habilidades que fomenten la comunicación para que esta se desarrolle de forma clara, activa y oportuna.

Es por ello que, autores como Jorge Eduardo Aguilar y Jaime Ernesto Vargas (2010, p.4), mencionan la existencia de tres maneras de enfrentar las relaciones interpersonales: la ansiosa, la asertiva y la agresiva, siendo la primera, aquella que se da cuando las personas se comportan de manera pasiva, permitiendo que los demás decidan por ellas y que dan paso a la violación de sus derechos, no logran sus objetivos, se mantienen en constante frustración, infelices, heridas y ansiosas: la segunda, la cual es, la respuesta agresiva, se da en personas que violan los derechos de los demás, logran sus objetivos pasando por encima de los otros, son explosivos de reacción imprevisible, hostil e iracunda, se meten y/o deciden por los demás; y finalmente la respuesta

asertiva, siendo esta nuestro tema de principal interés, en la cual, se encuentran las personas que protegen sus derechos, respetando siempre el de los demás, además estos individuos en se caracterizan por lograr sus objetivos sin desmeritar a los otros y siempre están conformes consigo mismos, tienen confianza, son seres sociales y emocionalmente expresivos que deciden por sí mismos.

Por esta razón, el propósito formativo del presente proyecto tiene como fin mejorar los procesos de comunicación para de esta manera contribuir en el desarrollo o potenciación de una sana convivencia en los diferentes niveles y/o ámbitos de socialización del ser humano, en donde prime el respeto y la comprensión, teniendo como meta la satisfacción de las necesidades del ser humano en sus diferentes roles como ser social.

Para poder comprender lo anterior, se tuvo en cuenta la teoría de desarrollo humano, en donde el autor Manfred Max-Neef (1993) propone un desarrollo a escala humana, planteando la necesidad de establecer relaciones adecuadas entre los procesos globales que tienen lugar en la sociedad, ligados a los procesos que ocurren a nivel individual en entornos y/o ámbitos más cercanos a los individuos.

A partir de esto, para este autor, el desarrollo existe cuando se concentra y sustenta en la satisfacción de las necesidades humanas fundamentales, es por eso que, vemos en la comunicación asertiva una alternativa para mejorar las relaciones interpersonales del ser humano como medio facilitador de estos procesos, tomando la comunicación, desde el autor Aranguren Lopez (1997) citado por la autora Matilde García en su documento “*Comunicación y relaciones interpersonales*”(1996) afirma que la comunicación es:

La necesidad personal que presupone participación, diversidad, algo poseído solidariamente por varias personas, al menos dos, e implica al mismo tiempo unidad, cierta concordancia o fusión de las partes para formar un todo: al menos unas de ellas o ambas hacen donación de algo al otro. (p.2)

Lo cual, refiere que la comunicación está presente en diferentes ámbitos, en los cuales, los seres humanos por naturaleza se encuentran emitiendo y recepcionando información de

forma verbal y no verbal, ya que, son seres sociales que se encuentran en constante participación social y que para ello implementan diversidad de habilidades que les permiten generar un sistema de comunicación en el que se involucran dos o más individuos que promueven el intercambio e interacción de cierta información.

Lo anterior permite comprender que existe una relación directa entre comunicación y calidad de vida, puesto que la segunda existe en el instante en que se satisfacen las necesidades humanas fundamentales, reconociendo que cada necesidad puede ser satisfecha de manera intra (en relación con uno mismo), inter (en relación con el grupo social) o extra humanamente (en relación con el medio ambiente), a partir de esto, es necesario aclarar que, para el presente proyecto nos centraremos específicamente en las relaciones interpersonales, es decir, en las interacciones con los demás, ya que, es allí donde la comunicación juega un papel fundamental como mediadora de los seres humanos.

En este sentido, la propuesta de Max-Neef (año) le aporta significativamente al desarrollo de este PCP, puesto que la comunicación asertiva será tomada en cuenta como satisfactor central, por medio de esta serán satisfechas las necesidades axiológicas propuestas por el autor tales como el afecto, entendimiento, ocio, creación e identidad; esto no quiere decir que las otras seis necesidades que plantea el autor no se vayan a tener en cuenta, puesto que, la comunicación asertiva será tomada como un satisfactor sinérgico que no solo responda a una necesidad, sino por el contrario, estimule y contribuya a la satisfacción de otras necesidades.

Enfoque Pedagógico

Entendiendo la educación de las personas como un proceso de socialización que supone su incorporación a la sociedad; por medio de la educación se adquiere lenguaje, costumbres, conocimientos y normas morales, que se rigen en ella para así tener una aceptación en la sociedad y mejorar las relaciones interpersonales. Por esta razón queremos lograr procesos de aprendizaje desde nuestro PCP enfocados en un desarrollo del ser humano desde nuestro eje transversal que es la comunicación asertiva, para ello, tenemos que orientar al ser humano a unos procesos de integración y aceptación de las diferentes actitudes y culturas que pueda encontrar inmersas en la sociedad.

Para llevar a cabo el objetivo propuesto en el presente proyecto se tendrá como base el enfoque de la pedagogía dialogante propuesto por Julián de Zubiría. Desde el presente PCP se entiende que la escuela tradicional se ha centrado en los procesos educativos centrados en lo memorístico y en la transmisión de conocimientos, sin embargo, no se desarrolla de manera integral al ser. Por esta razón, el enfoque dialógico que propone De Zubiría se adapta a los objetivos planteados. Para entender mejor el aporte de este modelo pedagógico es necesario analizar primero las características conceptuales que lo componen:

Vygotsky: Muestra la importancia de la interacción social en el aprendizaje, ya que se establecen mejores relaciones con los demás, aprenden más, se sienten motivados, aumenta su autoestima y aprenden habilidades sociales más afectivas.

Henry Wallon: Expone que “se requiere una educación liberadora cuyo fin último debería ser formar un ser más libre para pensar, sentir y actuar”.

Alberto Merani: en términos de este autor, “Somos seres histórica y culturalmente determinados. De este modo, los individuos somos por nacimiento, nos mantenemos en el ser histórico por duración y realizamos nuestro ser en las circunstancias socioculturales en que nos toca vivir”. Por ello, es tan complejo ser creativo y por ello se parecen tanto nuestras representaciones mentales, nuestras estructuras cognitivas y valorativas, nuestras ideas y nuestros juicios de valor.

Ausubel: La teoría de Ausubel aporta a este modelo pedagógico, el concepto de conocimiento previo, aprendizaje significativo y el de memoria comprensiva. Ausubel demostró en su teoría del aprendizaje significativo, la principal variable que incide en el aprendizaje tiene que ver con la presencia de conceptos claros y diferenciados en la estructura cognitiva del estudiante. De allí que aprender sea fundamentalmente interrelacionar de manera significativa los conocimientos nuevos con los antiguos.

Jean Piaget: (1960), en reacción al modelo conductista imperante, desarrolló el modelo constructivista, en el que dio por primera vez un carácter científico al sujeto. Sus estudios lo llevaron a postular que el pensamiento se construye a través de etapas influenciadas por sus denominadas invariables funcionales, que no son más que la adaptación, la organización y la reacomodación del pensamiento.

Luis Not: (1983), considera que básicamente existen dos grandes modelos pedagógicos: hetero estructurante y auto estructurante. El hetero estructurante, parte de la escuela

tradicional y evolucionó hacia la escuela conductista. Le asigna al maestro el rol de ser el transmisor del conocimiento, quien se encarga de que el estudiante asimile de forma pasiva los saberes para que este último los repita. Entre tanto, los modelos auto estructurantes, con base en su visión de escuela activa, propenden por un maestro que busca la trascendencia de sus estudiantes, quienes, a partir de su papel activo, participan en la construcción del conocimiento desde sus experiencias e intereses. De acuerdo con esto, la enseñanza prioriza al sujeto como protagonista del proceso de enseñanza aprendizaje y lo reivindica como la persona que opina, pregunta, participa, siente y que en definitiva es transformado por el otro. (Institución Educativa La Huerta, s.f, p.4).

Teniendo claros los referentes teóricos del modelo dialogante y su principal aporte, es necesario tener claro el propósito educativo planteado, en este caso es el de formar individuos éticos, con competencias ciudadanas y prácticas de valores; en otras palabras, seres humanos que no sólo comprendan lo aprendido, sino seres humanos que estén capacitados para enfrentar situaciones extracurriculares.

En cuanto los diferentes roles que se dan dentro del aula de clase, el rol docente se define como el mediador de la cultura, que por medio de su práctica docente desarrolle las dimensiones del ser (cognitiva, socioafectiva, práxica), que favorezca el desarrollo del estudiante no sin antes diagnosticar el nivel para tener claras fortalezas y debilidades de sus estudiantes y desde ahí modificar las diferentes actividades a realizar. El rol del estudiante está caracterizado por tener un rol autónomo, donde se evidencie su papel principal de los procesos de enseñanza y aprendizaje. Es importante recalcar que desde este modelo existe una clara necesidad de interacción entre ambos actores del proceso educativo: estudiantes y docentes.

En cuanto al conocimiento y su construcción, Julián de Zubiría afirma junto con la Asociación de Educadores de Latinoamérica y el Caribe (2010) que:

Hay que reconocer que el conocimiento se construye por fuera de la escuela, pero que es reconstruido de manera activa e Inter estructurada a partir del diálogo pedagógico entre el estudiante, el saber y el docente y que para que ello se presente, es condición indispensable contar con la mediación adecuada de un maestro, que favorezca de manera intencionada y trascendente el desarrollo

integral del estudiante. Un enfoque que concluya que la finalidad de la educación no puede estar centrada en el aprendizaje, como desde hace siglos ha creído la escuela, sino en el desarrollo. (p.2)

Teniendo en cuenta lo anterior, se plantea este modelo, como una alternativa para generar una transformación a los patrones educativos que se han planteado a lo largo de la historia, buscando dar un rol más activo a los estudiantes, como individuos con capacidad de decisión, autonomía e integridad que puedan desenvolverse en diferentes contextos y no únicamente en el educativo, de tal manera que logre replicar aquellos conocimientos que adquiere en diferentes situaciones, de tal manera que se aplique una perspectiva humana en la formación académica de dichos individuos.

Por tal motivo, es necesario hablar acerca de los diferentes factores que se deben tener en cuenta a la hora de trabajar un modelo dialogante, entre los cuales se encuentran las dimensiones cognitiva, afectiva, social y práxica, las cuales buscan potenciar el desarrollo y el bienestar de los sujetos, a nivel individual y social, identificando las dimensiones humanas en tres ejes principales “La primera dimensión está ligada con el pensamiento y el lenguaje, la segunda con el afecto, la sociabilidad y los sentimientos; y la última, con la praxis y la acción, en función del “sujeto que siente, actúa, interactúa y piensa” como decía Wallon citado por la Asociación de Educadores de Latinoamérica y el Caribe (2010).

A partir de lo anterior, este PCP, tiene por objeto, implementar y/o tener como fundamento las tres dimensiones propuestas bajo la perspectiva dialógica, buscando, a través de estas, desarrollar una comunicación asertiva entre los individuos, afirmando que: “La enseñanza dialogada exige que el que aprehende comprenda lo que hace, sepa por qué lo hace, conozca las razones que justifican la elección de las actividades seleccionadas para conseguir las metas y comprenda la organización de su desenvolvimiento (Not, L. 1992 citado por la Asociación de Educadores de Latinoamérica y el Caribe, 2010, p.11).

Lo que permite comprender que, lo que se quiere mediante este PCP, no es solo generar un proceso de comunicación asertiva entre estudiantes, sino que también, se quiere lograr dicho proceso entre estudiantes y docentes, permitiendo así que exista una trascendencia en los

diferentes ámbitos en los que se puede encontrar inmerso el ser humano, para ello, se tiene en cuenta el reconocimiento de sus capacidades cognitivas, las cuales le facilitarían poner los conocimientos adquiridos en práctica con un desenvolvimiento social a través de la comunicación asertiva, recordando que no se quiere llegar al conocimiento sin una razón específica, si no por el contrario, se tiene por fundamento el desarrollo integral del ser humano.

Relacionando nuestro enfoque pedagógico con la propuesta de desarrollo humano de Max-Neef, los seres humanos alcanzan un mayor desarrollo cuando estos logran satisfacer sus necesidades, por ende, para nuestra perspectiva pedagógica vemos la necesidad de potenciar desde la comunicación asertiva, las múltiples necesidades que tiene el ser humano y cómo a través de esta, se logran satisfacer para así generar un desarrollo y un bienestar que contribuyan en el cumplimiento de los objetivos del presente proyecto; damos hincapié a este modelo para decir que gracias a él podemos centrarnos en la comunicación asertiva como base fundamental de nuestras prácticas, buscando generar un proceso de fortalecimiento e intriga entre los estudiantes por tener esta necesidad más fundamentada.

Finalmente, este es un proceso sistémico ya que la evaluación no se puede dar cuantitativamente, por ello, nos enfocamos en la reflexión del ser y la manera de valorar el proceso será por medio de la comprensión de las personas de acuerdo con su actuar y lo que esto implica en su vida familiar y social.

Teoría de aprendizaje

Las teorías de aprendizaje determinan los procesos de aprendizaje y cognición del ser humano. Para ello se tendrá como referente a David Ausubel y su teoría de aprendizaje significativo mencionado por Trilce Vierta (2003), donde se comprende que en esta teoría el autor plantea la necesidad de basar la enseñanza en los conocimientos previos que tiene el estudiante para potenciarlos y a partir de allí ir generando nuevos conocimientos, pero al igual que De Zubiría, no se centra en la transmisión memorística de conceptos.

Los nuevos conocimientos que van adquiriendo los estudiantes están supeditados por los conocimientos previos que a su vez se reconfiguran en el proceso de aprendizaje a medida que se adquieren los nuevos conocimientos. Las principales características de esta teoría son: interacción entre los conocimientos previos (estructura cognitiva del estudiante) y los nuevos conocimientos que se adquieren, los conocimientos previos dan significado a los nuevos conocimientos solo hasta que estos interactúan; y, los nuevos conocimientos posibilitan la estabilidad de los conocimientos previos.

Enfoque Disciplinar

Desde este PCP, la educación física se ve como una práctica social, que permite el desarrollo personal y social de las personas, a través de procesos comunicativos, afectivos y motrices que le permiten al ser disfrutar y aprender jugando, también la tomaremos como una disciplina de transformación social y ética, es allí donde nos centraremos en el desarrollo de la comunicación asertiva para mejorar las relaciones interpersonales y crear entornos de sana convivencia donde trabajaremos las relaciones interpersonales y la resolución de problemas sin llegar a generar conflictos que atenten contra el pensar del otro, actuando pertinentemente en situación de desacuerdos para lograr crear un comportamiento pertinente en cada cultura y pensamiento que se va a involucrar en el ser humano.

Para el desarrollo del presente proyecto se tomará como ruta metodológica la propuesta integradora de Castañer y Camerino (1996) en su libro “La educación física en la enseñanza primaria”, que busca des enmarcar el espacio académico de lo deportivo, de la educación psicomotriz, de la expresión corporal y de lo socio motriz; se busca integrar los contenidos de estas tendencias para favorecer el desarrollo y satisfacer las necesidades del ser humano.

Los autores organizan los contenidos de la educación física en: capacidades perceptivo-motrices, capacidades físico-motrices, capacidades socio motrices y habilidades motrices. A su vez, estos están compuestos por elementos constitutivos; perceptivo motriz: corporalidad, espacialidad, temporalidad, equilibrio y coordinación; físico motriz: resistencia, velocidad,

flexibilidad, fuerza; socio motriz: interacción y comunicación, proyectarse y crear, imaginación, juego; habilidades motrices: locomoción, manipulación y estabilidad.

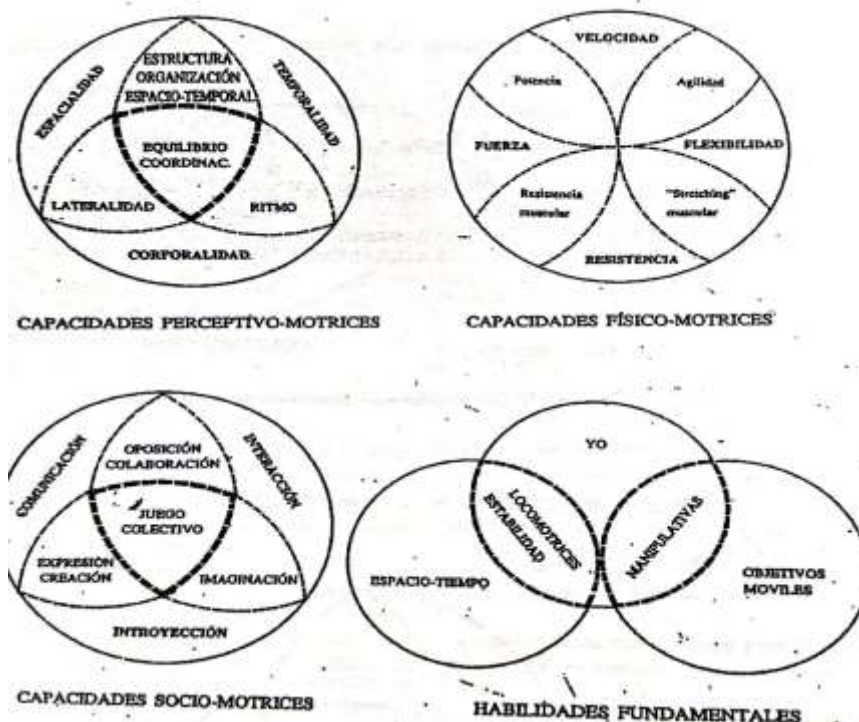


Ilustración 1. Contenidos de Educación Física. Referencia: (Castañer y Camerino, La Educación física en la educación primaria, 1996, pág. 56)

Contenidos

Por medio de los contenidos planteados en la propuesta integradora, se busca un desarrollo integral del ser humano, capaz de adaptarse a las diferentes situaciones a las que se vea enfrentado, poniendo siempre en práctica la comunicación asertiva. Cabe resaltar que los contenidos propuestos estarán en función del desarrollo de la comunicación asertiva, es decir, fortalecer en el ser las diferentes capacidades para lograr el ideal de hombre ya propuesto; sin embargo, resaltaremos a continuación los contenidos más importantes para el desarrollo del presente proyecto.

Interacción y comunicación

El ser humano es un ser social, que se encuentra en constante interacción y/o relación con otras personas, por ende, es necesario preparar y mejorar el desarrollo de estas relaciones de los seres humanos. La interacción comprende todo lo que hay de acción, por consecuencia de reacción, entre dos o más personas. Toda acción lleva implícitamente una estrategia: conseguir un objetivo en las interacciones, en este caso, que el mensaje que se emite llegue al receptor de la mejor manera posible, siendo asertivo. Para desarrollar una interacción es necesario que la comunicación se dé siempre en escenarios asertivos.

La imaginación

Este contenido es a veces, infravalorado en las clases de educación física e incluso en otros entornos. La imaginación coincide con el pensamiento divergente, permite desarrollar y crear, asocia y combina los elementos que ofrece la experiencia con lo interno, la mente, obteniendo productos variados, originales. En pocas palabras, la imaginación es la aptitud para combinar los modelos internos (entendiendo estos modelos como el resultado de anteriores experiencias) con los externos (nuevas experiencias).

Corporalidad

Todo acto motor, en sus diferentes manifestaciones, requiere un conocimiento del propio cuerpo, estático o en movimiento. Al ser un proyecto centrado en la comunicación e interacción con los demás, es necesario primero lograr un conocimiento de lo que soy y lo que proyectó con mi cuerpo, para ello se iniciará con la imagen corporal, esquema corporal y la conciencia corporal.

Diseño de implementación

Justificación

Este diseño surge para darle respuesta a la problemática que nos aterriza en este proyecto y evidenciar cómo por medio de la educación física podemos hacer que nuestros estudiantes mejoren la comunicación asertiva que se desarrolla al estar envueltos en una pequeña sociedad como lo es la escuela, es por ello que no solo queremos que estos cambios se generen dentro de la clase de educación física, si no por el contrario que se vea un cambio amplio en las diferentes prácticas que llevan dentro y fuera del ámbito escolar.

Problema

Este proyecto nace de los problemas evidenciados en los procesos de socialización y comunicación entre los seres humanos, la falta de comunicación asertiva propicia mayores índices de violencia, agresividad, falta de empatía y no permite una sana convivencia entre los diferentes miembros de la comunidad. Por medio de la educación física y de la propuesta de Educación física de base se propone, mejorar los procesos comunicativos que permitan crear espacios de sana convivencia, donde prime el respeto y la comprensión dentro y fuera del espacio y/o ámbito académico. Para ello es necesario potenciar los componentes socioafectivos, cognitivos y praxicos para así favorecer la comunicación asertiva y lograr los procesos de comunicación adecuados.

Objetivos

General

Generar espacios de fortalecimiento de la comunicación asertiva del ser, contribuyendo a una sana convivencia y un reconocimiento de si, del otro; para así mejorar las relaciones interpersonales desde las clases de educación física.

Particulares

- Aceptar las diferentes expresiones y pensamientos que se puedan presentar en los diferentes contextos en los que se desenvuelva el ser.
- Reconocer las fortalezas y/o debilidades en la comunicación asertiva
- Contemplar la expresión corporal y la comunicación asertiva como factor fundamental en la educación física

Metodología

En las sesiones de clase se van a seguir una serie de parámetros para cada una de las sesiones, esto nos permitirá un acercamiento a los seres de acuerdo con el tema a trabajar.

- ***Preludio temático:*** En este momento se realizará una introducción al tema y/o contenido designado a cada sesión de clase y se revisará las apreciaciones que los seres tienen de este núcleo.
- ***Valoración continúa:*** Proceso de retroalimentación que se realiza de principio a fin, allí se tienen en cuenta las apreciaciones del preludio temático y de la reflexión final.
- ***Reflexión final:*** Este sería el momento en el cual se refleja si los contenidos de la clase fueron interiorizados, comprendidos y con posibilidades de ser aplicados en su vida diaria; ya que, para el desarrollo de este proyecto, es de suma importancia realizar esta reflexión, pues es donde se evidencia cómo lo trabajado en la sesión lo podemos trasladar a la realidad que cada uno estamos viviendo y cómo esta actividad ayudará a la problemática planteada en el proyecto.

Como método didáctico de evaluación se llevará a cabo un portafolio por cada estudiante, este se realizará de modo original y creativo, donde se dé constancia de lo aprendido con un enfoque reflexivo.

Estilos de enseñanza

Debido a la importancia para este PCP de la interacción, haciendo un énfasis en la comunicación, con el otro, los estilos de enseñanza que se han tomado como eje fundamental son:

- ✓ **Solución de conflictos:** por medio de este estilo de enseñanza los estudiantes se deberán de crear la manera de resolver los diferentes retos propuestos en clase, tendrán que crear, imaginar y comunicarse; también podrán modificar o proponer variantes a las actividades que tengamos para la sesión de clase y de esta manera podremos integrar los conocimientos previos de los estudiantes es decir la parte cognitiva; para de esta manera integrar los otros dos aspectos que también nos interesan como lo son la parte afectiva y práctica, estos son procesos que no se pueden desligar ya que para nuestro proyecto se tienen que tomar los tres enfoques de manera conjunta.

- ✓ **Enseñanza recíproca:** escogemos la enseñanza recíproca para que los estudiantes tengan que interactuar entre sí, queremos que las relaciones entre compañeros se denoten en todo momento para ello los estudiantes tienen que estar en los dos roles propuestos en este estilo de enseñanza: como observadores y ejecutores de las dinámicas propuestas para que de esta manera y en pro del diálogo logren encontrar soluciones que fortalezcan las diferentes capacidades requeridas en el proceso planteado.

- ✓ **Aprendizaje cooperativo:** debido a la importancia de fortalecer la comunicación asertiva de los estudiantes por medio de la clase de educación física, se define este estilo de enseñanza que parte desde la distribución en pequeños grupos para así resolver actividades o retos que se proponen en las diferentes sesiones. Por medio del presente proyecto se busca fomentar la empatía, por esta razón los retos propuestos los tendrán que cumplir respetando las decisiones del grupo con el cual está interactuando, de la misma manera, poner en cuestionamiento, dando un punto de vista propio a cada situación allí expuesta, con respeto y donde prime el diálogo entre los participantes.

Tabla 4.*Desarrollo temático*

| Temáticas | Contenidos | Objetivos | Actividades |
|--|--|---|--|
| Observación y valoración de mi entorno educativo | <ul style="list-style-type: none"> ● Habilidades comunicativas ● Solución de conflictos ● Juego colectivo | <ul style="list-style-type: none"> ● Conocer los procesos de socialización en el ámbito académico. | <ul style="list-style-type: none"> ● Sesión de observación con fines valorativos tanto a nivel individual como grupal. ● Actividad valorativa de solución de problemas por medio del trabajo en equipo |
| Conociendo el mundo que soy | <ul style="list-style-type: none"> ● Autoconocimiento ● Autoestima ● Motivación | <ul style="list-style-type: none"> ● Conocer quién soy y en que me diferencio de los demás ● Conocer mis capacidades y hasta donde me permiten llegar | <ul style="list-style-type: none"> ● Creación del “Portafolio comunicativo” ● Actividades de comunicación corporal ● Juego de roles |
| Mi mundo en relación con los demás | <ul style="list-style-type: none"> ● Autonomía ● Empatía ● Control del impulso | <ul style="list-style-type: none"> ● Comprender y respetar los diferentes puntos de vista ● Participar en los procesos de socialización | <ul style="list-style-type: none"> ● Juego colectivo ● Rally por equipos ● Juegos de estrategia |
| Mi mundo en tensión | <ul style="list-style-type: none"> ● Habilidades comunicativas | <ul style="list-style-type: none"> ● Interiorizar los contenidos | <ul style="list-style-type: none"> ● Actividades de tensión grupal |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Solución de conflictos | trabajados <ul style="list-style-type: none"> • Evidenciar el proceso comunicativo de los estudiantes | <ul style="list-style-type: none"> • Obra de teatro • Recolección del “portafolio comunicativo” |
|--|--|--|---|

Nota: Elaboración propia.

Evaluación

Para el presente proyecto, la evaluación es fundamental pues es donde se realiza la reflexión sobre el proceso llevado. Esta se realizará bajo la definición propuesta por Frida Díaz Barriga y Gerardo Hernández Rojas, específicamente en su texto “Estrategias docentes para un aprendizaje significativo” (Barriga, F; Hernández, G citados por Gómez, F, s.f) donde definen la evaluación como:

“La actividad de evaluación es ante todo compleja, de comprensión y reflexión sobre la enseñanza, en la cual al profesor se le considera el protagonista y responsable principal. La evaluación del proceso de aprendizaje y enseñanza es una tarea necesaria, en tanto que aporta al profesor un mecanismo de autocontrol que la regula y le permite conocer las causas de los problemas u obstáculos que se suscitan y la perturban. Desde una perspectiva constructivista la evaluación de los aprendizajes de cualquier clase de contenidos debería poner al descubierto lo más posible todo lo que los alumnos dicen y hacen al construir significados valiosos a partir de los contenidos curriculares. De igual manera, se debe procurar obtener información valiosa sobre la forma en que dichos significados son construidos por los alumnos de acuerdo con criterios estipulados en las intenciones educativas” (p.4)

Desde ese punto hay que dejar claro que la evaluación es un proceso inacabable pero que ha de llevar tener un punto inicial con sentido valorativo, esto con el fin de conocer el estado del grupo y así poder adaptar la práctica docente a la realidad educativa. El objetivo es observar el proceso del estudiante y a partir de ahí evaluarlo. Esto es definido por Barriga y Hernandez como

evaluación formativa, donde proponen una evaluación netamente pedagógica asumiendo que “...no importa tanto valorar los resultados, sino comprender el proceso, supervisarlo e identificar los obstáculos o fallas que pudiera haber en el mismo, y en qué medida es posible remediarlos con nuevas adaptaciones didácticas in situ” (2002, p. 406), de esta manera se enfatiza la importancia de evaluar el proceso de cada uno de los estudiantes y encontrar los problemas, fallos, inconvenientes que se le presenten y desde allí reformular el proceso llevado para alcanzar los objetivos propuestos.

Para nuestro proyecto curricular la estrategia que nosotros utilizamos es lo que denominamos el portafolio académico, este portafolio nos permite tener un proceso evaluativo de los estudiantes por medio de la reflexión que parte de las actividades planeadas en clase, también nos permite reconocer las problemáticas que se iban generando y los aspectos por mejorar de parte de los estudiantes ya que de una manera creativa se iba diligenciando este portafolio que iba a dar evidencia de los cambios ocurridos a nivel individual y social, este sería nuestro insumo para tomar la evaluación de una manera pedagógica y acorde a nuestros objetivos

Dentro de este enfoque evaluativo existen tres modalidades para que ocurra el proceso enseñanza-aprendizaje: regulación interactiva, regulación retroactiva y la regulación proactiva. En este caso se tomará la modalidad de regulación interactiva como eje central del enfoque. El docente deberá observar e interpretar todas las acciones y expresiones de los estudiantes para implementar estrategias de recolección de información para evaluar y transformar la práctica docente. “Este tipo de regulación se realiza principalmente mediante técnicas de evaluación de tipo informal (observaciones, entrevistas, diálogos), ya sea por medio de la evaluación, de la coevaluación con el profesor, y de la autoevaluación y la evaluación mutua otros compañeros” (2002 p. 408).

Para el caso exacto del presente proyecto, las tres técnicas de evaluación se han categorizado de la siguiente manera:

- **Autoevaluación:** los estudiantes evaluarán de manera individual su proceso, allí se busca desarrollar conciencia del proceso propio. Se tiene como intención sensibilizar al estudiante sobre sus capacidades, sus logros, sus debilidades o aspectos por mejorar.

- **Coevaluación:** los estudiantes, por medio de pequeños grupos, trabajarán y evaluarán de forma cooperativa. Tiene como objetivo, evaluar lo que observan los demás de cada uno de los estudiantes.
- **Heteroevaluación:** es un proceso llevado por una persona distinta al estudiante o sus pares, será llevada en este caso por el docente.

Sin embargo, para mantener una evaluación constante del proceso y lograr la evaluación formativa planteada anteriormente, hemos designado tres momentos de la evaluación:

- **Evaluación inicial:** el objetivo es conocer el estado inicial del grupo tanto a nivel individual como a nivel grupal, se dará de forma valorativa y de esta manera poder adaptar las sesiones de clase al nivel del grupo.
- **Evaluación continua:** el objetivo es observar paso a paso el proceso que va llevando el estudiante con la intención de realizar las correcciones a tiempo, esta se dará constantemente siendo un eje principal para conocer el proceso de cada estudiante.
- **Evaluación final:** en este punto se evidenciará el proceso llevado, es importante aclarar que, aunque es un punto final a nivel evaluativo, se le dará mayor importancia al proceso y no al resultado, el resultado se tendrá en cuenta como parte de un proceso inacabable del estudiante

Ejecución piloto

En este capítulo se presentan las sesiones que se les facilitaron a los estudiantes, para así de esta manera darle un fin al contenido que se presentó anteriormente, así mismo se anexara las planeaciones como evidencia del trabajo formativo que se realizó en las sesiones de clase trabajadas con los estudiantes y de igual manera se presentará la población e infraestructura de la institución con la cual contamos para realizar nuestra implementación. Se tendrá en cuenta para cada sesión de clase el propósito formativo que está planteado y así mismo los tres diferentes ítems que ya describimos anteriormente como lo son el modelo pedagógico dialogante, el

desarrollo a escala humana y la educación física de base; esto con el fin de darle una estructura curricular y didáctica a nuestras sesiones de clase para lograr nuestro fin particular que es el desarrollo de la comunicación asertiva en nuestros estudiantes.

Micro contexto

La institución donde realizamos las prácticas fue en la Institución Educativa Distrital Francisco De Paula Santander sede A, ubicada en la Calle 23 Sur # 27-27, localidad Antonio Nariño, estrato 3. La institución cuenta con dos jornadas, la jornada de la mañana que cuenta con un horario de 6:30am a 12:15 pm; la jornada de la tarde tiene un horario de 12:30pm a 6:30 pm. El colegio está dividido en dos sedes: en la sede B se encuentran los estudiantes de básica primaria, mientras que en la sede A se encuentra secundaria: El enfoque de desarrollo humano del colegio está dirigido al compromiso con la formación de gestores de su proyecto personal y social en diversos contextos, para mejorar su calidad de vida. A nivel de infraestructura, los espacios con los cuales cuenta el colegio son bastante reducidos puesto que el colegio fue remodelado en el año 2010 y en este momento solo cuenta con un patio en la mitad de dos edificios, es ahí donde se tiene que integrar las clases de cursos de sexto a octavo, y en el mismo espacio de 9 a 11, tomando en cuenta que son dos profesores diferentes para los diferentes cursos.

Para el proceso que se llevó en la institución se realizó dos grupos el curso 602 y el curso 702 de la jornada de la mañana, la población cuenta con un rango de edad aproximado entre los 11 años y los 16 que cuentan con 18 niños y 15 niñas en el grado 602, mientras en el grado 702 hay 14 niños y 20 niñas. La institución cuenta con actividades relacionadas a la educación física como lo son las olimpiadas en donde cada curso tiene que plantear una coreografía sea con elemento e integrando la gimnasia y presentarla a toda la comunidad y el carnaval santanderista, esta es una integración entre las áreas de educación física y de artes, donde los estudiantes tienen que utilizar la expresión corporal y la danza para crear una obra de teatro o un baile el cual se va a transmitir por todo el barrio en forma de carnaval o comparsa. Estas actividades el colegio las hace abiertas al público para de esta manera fomentar el interés de la comunidad en las actividades escolares y mostrar que el colegio también trabaja en sus estudiantes el desarrollo motoriz.



Ilustración 2. Elaboración propia (Imagen Institución Educativa)

Análisis de la experiencia

Este último capítulo quiere abarcar la experiencia que tuvimos en esta práctica docente realizada, sensaciones y conclusiones a las cuales llegamos en consenso al finalizar nuestra práctica educativa, uno de los objetivos es poder reflexionar sobre la práctica en la institución ya que esto nos debe servir como una experiencia de vida y no solo como una recolección de información, los aprendizajes y las correcciones que nos deja este proyecto tienen que ser aprovechadas en nuestro campo como un insumo en nuestro mejoramiento a la educación física actual y tradicional que se vive en las diferentes instituciones educativas del país.

Para realizar el análisis sobre las conclusiones del proyecto, es necesario tener en cuenta los objetivos planteados anteriormente en el diseño metodológico. El objetivo general del proyecto fue: Generar espacios de fortalecimiento de la comunicación asertiva del ser, contribuyendo a una sana convivencia y un reconocimiento de si, del otro; para así mejorar las relaciones interpersonales desde las clases de educación física. A nivel general se cumplió el objetivo planteado pues se logró crear espacios donde la convivencia entre los estudiantes a pesar de entrar en situaciones de tensión lograba realizar las actividades planteadas.

Esto lo pudimos evidenciar en una actividad del colegio llamada “Carnaval Santanderista”, para esta actividad los estudiantes tenían que preparar una presentación que sería trasladada a las calles en forma de comparsa, en nuestro proceso estuvo involucrada esta actividad puesto que era algo que hacía parte de las áreas de educación física y artes; gracias a la preparación de esta actividad pudimos denotar los sub- grupos que tenían en el aula de clase los estudiantes, entre ellos los que mandaban, los que aportaban y los que obedecían, a medida de que iban pasando nuestras intervenciones y con actividades donde íbamos trabajado estos factores de conocimiento de si y de los compañeros, de retos impuestos en grupos se empezó a ver un trabajo mas grupal donde las opiniones de los compañeros que en su momento eran pasivos empezaron a ser aceptadas, respetadas y escuchadas; esto evidenciado no solo por nosotros sino también por los mismos estudiantes y el profesor del área denotaron cambios en las conductas comunicativas de los grupos mejorando así el compañerismo, el respeto por la opinión del otro y el dialogo; estos aspectos hicieron parte fundamental de este proceso y los cambios se fueron viendo de una

manera gradual en la organización de la actividad donde los diferentes puntos de vista fueron respetados para el desarrollo final de dicha actividad.

En cuanto a los objetivos particulares, se lograron reconocer las fortalezas y debilidades que tenían para entrar en espacios de asertividad. Aunque se evidencia la existencia de un proceso y avances tanto en la comunicación asertiva como en una mejora de la participación de los estudiantes es necesario aclarar que el tiempo de implementación no es suficiente para lograr cambios en las conductas de los estudiantes pues se tenía planteado no solo avances en el espacio de la clase sino lograr trascender y repercutir en espacios extracurriculares.

Se logró reconocer los procesos participativos de los estudiantes, encontramos un grupo que su principal característica eran los sub-grupos dentro del aula, la comunicación y las relaciones personales dentro de las actividades se quería realizar en esos mismos grupos, conocerse o ponerse en los zapatos del otro era algo que se complicó mucho por los diferentes problemas del pasado, romper ese imaginario fue complicado, pero a medida que se fue realizando la implementación y por medio de las actividades planteadas, la comunicación entre los estudiantes fue mejorando, se logró que los estudiantes participaran en las actividades con compañeros con los que en su diario vivir no interactuaban incluso encontrando por medio del diálogo y los retos propuestos una comunicación armoniosa, donde primara el respeto y la comunicación entre los diferentes integrantes del grupo.

El portafolio académico fue base fundamental para conocer el proceso de los estudiantes llevaron, para nosotros el portafolio académico fue tomado como base central de la recolección de información de los estudiantes ya que de esta manera se veía plasmado lo que ellos sentían, pensaban, actuaban y comprendían de cada uno de las actividades, también nos sirvió como recolector de información para conocer los cambios actitudinales y participativos que iban teniendo los estudiantes; evidenciando así un cambio en los procesos de socialización, especialmente en lo comunicativo, llegando a un acercamiento de la comunicación asertiva.

En cuanto al propósito formativo que se tenía planteado como: mejorar los procesos de comunicación para de esta manera contribuir en el desarrollo de una sana convivencia en los diferentes niveles y/o ámbitos de socialización del ser humano, en donde prime el respeto y la comprensión, teniendo como meta la satisfacción de las necesidades del ser humano en sus

diferentes roles como ser social. Para poder cumplir con dicho propósito formativo, planteamos actividades que giren en la solución de conflictos, trabajo en equipos y actividades en tensión, guiando siempre a los estudiantes con el fin de evitar situaciones no esperadas; estos procesos de comunicación tuvieron un cambio importante en los estudiantes, pues se logró crear entornos de sana convivencia donde se disminuyó el uso de apodos, palabras grotescas y se inculco el respeto como factor indispensable para la comunicación. Sin embargo debemos resaltar que el tiempo durante el cual se realizó la implementación no es el suficiente para poder trascender como se había planteado.

Uno de los aspectos fundamentales fue que la comunidad pudo entrar en estados de empatía con sus pares académicos y así poder expresar sentimientos y pensamientos sin transgredir o entrar en entornos violentos, esto permitió un cambio significativo en el transcurso de las actividades, donde los integrantes entendieron que para que las actividades se desarrollaran de la mejor manera era importante la comunicación entre partes, por un lado quienes estaban de acuerdo en las decisiones grupales, por otro lado quienes estaban en desacuerdo, para luego poder llegar a un consenso y trabajar y de esta manera los retos propuestos se cumplieran por medio de un trabajo grupal y de común acuerdo, todo esto con el fin de mejorar las relaciones interpersonales y lograr la comunicación asertiva.

Anexo 1

| |
|----------------------------------|
| Universidad Pedagógica Nacional |
| Facultad de Educación Física |
| Licenciatura en Educación Física |
| Implementación PCP |

| | |
|---|--|
| Institución: IED Francisco de Paula Santander | Docentes: Diego Andrés Briceño López / Andrés David Velásquez Vargas |
| Materia: Educación Física | Docente Titular: Angelica Larrota |
| Curso: 602/702 | Unidad: |
| Fecha: 25 de septiembre 2019 | Tiempo de clase: |

| Objetivo General | Objetivo de clase | Actividades | | |
|--|--|--|--|--|
| | | Preludio temático | Valoración | Reflexión final |
| Generar espacios de fortalecimiento de la comunicación asertiva, contribuyendo a una sana convivencia y un reconocimiento de sí, del otro; para así mejorar las relaciones interpersonales desde las clases de educación física. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer fortalezas y debilidades comunicativas de los estudiantes 2. Generar impacto en los estudiantes por medio de juegos cooperativos | Presentación del proyecto y sus objetivos a mediano y largo plazo Juego rompehielos Organización de grupos | Juego "salva tus pertenencias" Juego "Al pín, al pon" con material y por posición | Retroalimentación de las actividades y de las sensaciones durante la sesión Explicación del portafolio comunicativo |

| Evaluación | Recursos didácticos | Observaciones |
|---|---|---------------|
| Se evaluará la participación por medio del portafolio comunicativo Se realizará un diario de campo por parte del grupo docente donde se registrarán las diferentes situaciones presentadas y las actitudes de los estudiantes en cada una de estas | Hojas blancas Objeto propio estudiantes 10 platillos 15 aros | |

Anexo 2

| |
|----------------------------------|
| Universidad Pedagógica Nacional |
| Facultad de Educación Física |
| Licenciatura en Educación Física |
| Implementación PCP |

| | |
|---|--|
| Institución: IED Francisco de Paula Santander | Docentes: Diego Andrés Briceño López / Andrés David Velásquez Vargas |
| Materia: Educación Física | Docente Titular: Angelica Larrota |
| Curso: 602/702 | Unidad: |
| Fecha: 03 de octubre 2019 | Tiempo de clase: |

| Objetivo General | Objetivo de clase | Actividades | | |
|--|---|---|--|--|
| | | Preludio temático | Interludio | Reflexión final |
| Generar espacios de fortalecimiento de la comunicación asertiva, contribuyendo a una sana convivencia y un reconocimiento de sí, del otro; para mejorar las relaciones interpersonales desde las clases de educación física. | Conocer el nivel de comunicación de los estudiantes para resolver conflictos de manera grupal Aprender a solucionar conflictos por medio del trabajo en equipo | Reflexión inicial sobre el autoconocimiento y motivación Grupos de 6 en fila formando un círculo | En grupos crearán una historia, para luego representar. "Salva tus pertenencias" luego triqui. Salir del círculo. | Reflexión final sobre las actividades del día (relacionadas con la anterior sesión) Segunda parte del portafolio comunicativo |

| Evaluación | Recursos didácticos | Observaciones |
|---|--|---------------|
| Participación por medio del portafolio comunicativo Diario de campo Registro anecdótico | 18 aros 12 conos Una hoja por estudiante | |

Anexo 3

| |
|----------------------------------|
| Universidad Pedagógica Nacional |
| Facultad de Educación Física |
| Licenciatura en Educación Física |
| Implementación PCP |

| | |
|---|--|
| Institución: IED Francisco de Paula Santander | Docentes: Diego Andrés Briceño López / Andrés David Volásquez Vargas |
| Materia: Educación Física | Docente Titular: Angelica Larrota |
| Curso: 602/702 | Unidad: |
| Fecha: 23 de octubre 2019 | Tiempo de clase: 1 hora y 40 minutos |

| Objetivo General | Objetivo de clase | Actividades | | |
|--|---|--|--|-----------------|
| | | Preludio temático | Interludio | Reflexión final |
| Generar espacios de fortalecimiento de la comunicación asertiva, contribuyendo a una sana convivencia y un reconocimiento de sí, del otro; para mejorar las relaciones interpersonales desde las clases de educación física. | Conocer el nivel de comunicación de los estudiantes para resolver conflictos de manera grupal Aprender a solucionar conflictos por medio del trabajo en equipo | Presentación del proyecto Movilidad articular y calentamiento Grupos de 6 en fila formando un círculo, dos libres (uno deberá coger al otro) | Juego Batalla naval (capitán guía el resto ojos vendados) Alzar botella sin las manos, circuito de obstáculos y buscaminas Roto grupal | |

| Evaluación | Recursos didácticos | Observaciones |
|---|---|---------------|
| Participación por medio del portafolio comunicativo Diario de campo Registro anecdótico | 42 aros 16 conos 40 Palos escoba 12 estacas 20 lazos 2 cuerdas | |

Anexo 4

| |
|----------------------------------|
| Universidad Pedagógica Nacional |
| Facultad de Educación Física |
| Licenciatura en Educación Física |
| Implementación PCP |

| | |
|---|--|
| Institución: IED Francisco de Paula Santander | Docentes: Diego Andrés Briceño López / Andrés David Volásquez Vargas |
| Materia: Educación Física | Docente Titular: Angelica Larrota |
| Curso: 602/702 | Unidad: |
| Fecha: 29 de octubre 2019 | Tiempo de clase: 1 hora y 40 minutos |

| Objetivo General | Objetivo de clase | Actividades | | |
|--|---|---|--|---|
| | | Preludio temático | Interludio | Reflexión final |
| Generar espacios de fortalecimiento de la comunicación asertiva, contribuyendo a una sana convivencia y un reconocimiento de sí, del otro; para mejorar las relaciones interpersonales desde las clases de educación física. | Conocer el nivel de comunicación de los estudiantes para resolver conflictos de manera grupal Aprender a solucionar conflictos por medio del trabajo en equipo | -Reflexión inicial sesión anterior -Juego cogidas con variantes -Teléfono roto corporal | -Juego Batalla naval (capitán guía el resto ojos vendados) -“No dejes caer las bombas” -Tren de bombas -Carrera orugas con bombas | -Si y el No en cada lado del salón, se dice una situación y deberán ir al Si o No -Realizar rubrica evaluativa |

| Evaluación | Recursos didácticos | Observaciones |
|---|--|---------------|
| Participación por medio del portafolio comunicativo Diario de campo Registro anecdótico | 40 bombas 16 conos 4 sogas 40 colas papel celofán | |

| |
|----------------------------------|
| Universidad Pedagógica Nacional |
| Facultad de Educación Física |
| Licenciatura en Educación Física |
| Implementación PCP |

| | |
|---|--|
| Institución: IED Francisco de Paula Santander | Docentes: Diego Andrés Briceño López / Andrés David Velásquez Vargas |
| Materia: Educación Física | Docente Titular: Angelica Larrota |
| Curso: 602/702 | Unidad: |
| Fecha: 06 de Noviembre 2019 | Tiempo de clase: 1 hora y 40 minutos |

| Objetivo General | Objetivo de clase | Actividades | | |
|--|--|---|--|--|
| | | Preludio temático | Interludio | Reflexión final |
| Generar espacios de fortalecimiento de la comunicación asertiva, contribuyendo a una sana convivencia y un reconocimiento de sí, del otro; para mejorar las relaciones interpersonales desde las clases de educación física. | -Fomentar la comunicación asertiva de los estudiantes -Aprender a solucionar conflictos por medio del trabajo en equipo | -Reflexión inicial sesión anterior -"No dejes caer las bombas" | -Tren de bombas -Carrera orugas con bombas -8 equipos, organizados en parejas, juego de fútbol cogidos de la mano, quienes descansan dibujo grupal | -Si y el No en cada lado del salón, se dice una situación y deberán ir al Si o No -Evaluación final |

| Evaluación | Recursos didácticos | Observaciones |
|---|-----------------------|---------------|
| Participación por medio del portafolio comunicativo Diario de campo Registro anecdótico | 40 bombas 16 conos | |

Anexo 5

Anexo 6

Curso: 702

El presente cuestionario tiene como objetivo una valoración individual del proceso llevado durante la práctica docente. Lea atentamente cada uno de las preguntas y responda de manera objetiva según las actividades realizadas durante las sesiones de clase.

¿Evidenció algún cambio personal en la forma que se comunica con sus compañeros después de las sesiones de clase?
 Sí, por que aprendí a comunicarme más con mis compañeros y más con los compañeros que nunca les había hablado

¿Las actividades planteadas en las sesiones de clase le permitieron ver de una manera más amplia su participación y la participación de los demás?
 Sí, por que antes lo mayor se quedaba sentado sin hacer nada y gracias a estas actividades los todos tuvimos una mejor comunicación entre nosotros

¿Por medio de las actividades evidenció sus fortalezas y aspectos por mejorar para lograr una comunicación asertiva?
 Sí, por que ahora hago más actividad y no me quedo aburrida

Referente a los docentes a cargo ¿Cuáles son las fortalezas y aspectos por mejorar en su práctica?
 Yo en mi opinión digo que no tienen nada que mejorar, por que hacen actividades que nos divierten mucho y también son muy creativos

Autoevaluación
 Escriba una nota que cree merece usted como estudiante participe del proceso y dé una argumentación de dicha nota. (Escala de 0.0 a 5.0) NOTA: 4.0
 Yo digo que me merezca esta nota por que hubo unas veces en las que yo no quise participar



Bibliografía

- Aguilar, J., & Vargas, J. (s.f de 2010). *COMUNICACIÓN ASERTIVA*. Obtenido de Network de Psicología:
http://eoepsabi.educa.aragon.es/descargas/G_Recurso_orientacion/g_5_habilidades_sociales/g_5.3.hhss_asertivas/1.6.Comunicacion%20asertiva.pdf
- Aldana, M., & Silva, A. (s.f de 11 de 2016). *EDUCACIÓN FÍSICA, ESPACIO DE EXPRESIÓN Y FORTALECIMIENTO EMOCIONAL*. Obtenido de Repositorio Universidad Pedagógica Nacional:
<http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2863/TE-19765.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Asociación de educadores de Latinoamérica y el Caribe. (2010). *A refundar la escuela*. México: Asociación de Educadores de Latinoamérica y el Caribe. Obtenido de Instituto Merani.
- Bullying sin fronteras. (19 de 06 de 2019). *Estadísticas de Bullying en COLOMBIA 2018. Informe del Dr. Javier MIGLINO y Equipo Internacional de B.S.F*. Obtenido de Bullying sin fronteras: <https://bullyingsinfronteras.blogspot.com/2018/11/estadisticas-de-bullying-en-colombia.html>
- Castañer, M., & Camerino, O. (1996). *La Educación Física en la Enseñanza Primaria*. Barcelona: INDE.
- Congreso de la República de {c. (s.f.)
- Constitución Política de Colombia . (1991). *CONSTITUCION POLITICA DE COLOMBIA 1991*. Obtenido de Registraduría Nacional del Estado Civil:
<https://www.registraduria.gov.co/IMG/pdf/constitucion-politica-colombia-1991.pdf>
- Díaz, F., & Barriga, A. (2002). *Estrategias docentes para un Aprendizaje Significativo: una interpretación constructivista*. México: McGraw Hill.
- EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA. (08 de 02 de 1994). *Ley 115 de Febrero 8 de 1994*. Obtenido de Ministerio de educación :
https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
- García, M. (s.f de 1996). *COMUNICACION Y RELACIONES INTERPERSONALES*. Obtenido de Portal de revistas electrónicas UAM:
<https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1713/1816>
- Goleman, D. (1996). *INTELIGENCIA EMOCIONAL*. Barcelona: KAIROS.

- Gómez, E. (s.f de 2016 - 2017). *Desarrollo de la inteligencia emocional a través de la expresión corporal*. Obtenido de Universidad de la Rioja:
https://biblioteca.unirioja.es/tfe_e/TFE002364.pdf
- Ibarra, L. (08 de 02 de 2018). *Comunicación: una necesidad de la escuela de hoy*. Obtenido de Psicología online: https://www.psicologia-online.com/comunicacion-una-necesidad-de-la-escuela-de-hoy-2613.html#anchor_10
- INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA HUERTA. (s.f). *Hacia una pedagogía dialogante*. Obtenido de MODELO PEDAGÓGICO INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA HUERTA:
<https://docplayer.es/84888496-Modelo-pedagogico-institucion-educativa-la-huerta.html>
- La Rotta, J. (s.f de 2010). *ASERTIVIDAD: UNA HERRAMIENTA AL SERVICIO DE LA COMUNICACIÓN INTERNA*. Obtenido de Repositorio Javeriana:
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/5625/tesis666.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lasso, E. (s,f de 2011). *EL LENGUAJE CORPORAL Y LA COMUNICACIÓN Una mirada desde la Educación Física*. Obtenido de Universidad Nacional de Colombia:
<http://bdigital.unal.edu.co/6419/1/868169.2011.pdf>
- Max-Neef, M. (1993). *DESARROLLO A ESCALA HUMANA*. Montevideo: Nordan - Comunidad.
- Medinilla, C. (22 de 09 de 2009). *LA INTELIGENCIA EMOCIONAL*. Obtenido de Innovación y experiencias educativas:
https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_22/CRISTINA_MEDINILLA_DURAN01.pdf
- Ministerio de Educación Nacional . (s.f de 2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*. Obtenido de Ministerio de Educación Nacional :
https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-241887_archivo_pdf_evaluacion.pdf
- Morales, J. (s.f de 02 de 2017). *EDUCACIÓN FÍSICA: CONSTRUYENDO UNACONDUCTA MENOS AGRESIVA*. Obtenido de Universidad Pedagógica Nacional:
<http://upnblib.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2852/TE-20563.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muñoz, J. (s.f de 2014 - 2015). *Modelo para trabajar la inteligencia emocional a través de la expresión corporal*. Obtenido de Deposito de investigación Universidad de Sevilla:
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/37003/Mu%F1oz%20Moreno,%20J..pdf>
- Parra, A. (s.f de 2015). *La comunicación corporal y relación con las emociones mediante el desarrollo de una Unidad Didáctica de educación física orientada a tercer ciclo de*

educación primaria. Obtenido de Universidad de Valladolid:
<http://uvadoc.uva.es/handle/10324/16015>

Redacción EL TIEMPO. (16 de 01 de 2017). Dos de cada 10 alumnos en el mundo sufren acoso y violencia escolar. *EL TIEMPO*, pág. 1.

Rodriguez, A. (s.f de 2017). *La educación física como potenciadora de las relaciones interpersonales en los jóvenes*. Obtenido de Repositorio Universidad Pedagógica Nacional: <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2849/TE-20565.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

UNESCO. (s.f de 2012). *Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte, 21 de noviembre de 1978*. Obtenido de UNESCO:
https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000216489_spa

Viera, T. (2003). El aprendizaje verbal significativo de Ausubel. Algunas consideraciones desde el enfoque histórico cultural. *Redalyc*, 37 - 43.