

Educación física como constructora de la imagen corporal



Nombres:

Johana Pineda Ortega


2013220059

Fredy Alexander Plazas Pedreros

2013220061

Tutor: Mg Jorge Lloreda Currea

**Universidad Pedagógica Nacional
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA
Mayo del 2018
Bogotá D.C.**

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <small>ANEXOS</small>	FORMATO	
	RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE	
Código: FOR020GIB	Versión: 01	
Fecha de Aprobación: 10-10-2012	Página 1 de 4101	

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Educación Física como constructora de la imagen corporal
Autor(es)	Pineda Ortega, Johana; Plazas Pedreros, Fredy Alexander
Director	Mg. Jorge Alberto Lloreda Currea
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2018. 101 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	IMAGEN CORPORAL; EXPRESIÓN CORPORAL; EDUCACIÓN FÍSICA; COMUNICACIÓN.

2. Descripción
<p>Trabajo de grado que se propone a continuación, dejar ver la problemática que se logró evidenciar en la clase de Educación Física durante la etapa de observación; que corresponde a la construcción de la imagen corporal que hacen los estudiantes del grado 603 del colegio General Santander. De igual forma, se presenta la propuesta que apunta a contribuir a que este tipo de población cree su imagen corporal a partir de criterios propios.</p>

3. Fuentes
<p>Alzate, T. (2008). El diario de campo como mediación pedagógica en educación superior. Universidad de Antioquia. Antioquia- Colombia.</p> <p>Angulo, C. (2017). La “Fenomenología de la percepción” de Merleau-Ponty como sustento del enfoque enactivo de la cognición. Universidad Nacional de Colombia. Colombia-Bogotá.</p> <p>Bordignon, N. (2006). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama Epigenético del adulto. Revista lasallista de investigación - vol. 2 no. 2. Brasil.</p> <p>Castañer, M. (2000) Expresión corporal y danza. Barcelona: Inde.</p> <p>De Zubiría, J. (2006) Los modelos pedagógicos: hacia una pedagogía dialogante, cooperativa. Bogotá: Magisterio.</p> <p>González, A. González, C. (2010). Educación Física desde la corporeidad y la motricidad. Hacia</p>

la Promoción de la Salud, Volumen 15, No.2.

- Henríquez, P., Moncada, G., Chacón, L. Dallo J. y Ruíz, C. (2012). Nativos digitales: aproximación a los patrones de consumo y hábitos de uso de internet, videojuegos y celulares. Revista Educación y Pedagogía. Universidad de Antioquia. Medellín.
- León, A. (2007). Que es la educación. Educere. Vol. 11, núm. 39. Universidad de los Andes. Venezuela.
- Lipovetsky, G. (1986). La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo. Anagrama. Barcelona.
- Merleau-Ponty (2004). El Cuerpo Vivido. España.
- Merleau-Ponty, Maurice (2002). El Mundo de la Percepción. Siete Conferencias. Buenos Aires, Argentina.
- Ostos, I. (2009). La dramatización en el contexto escolar. Innovación y experiencias educativas.
- Palacio, J. Muñoz, N. Ayala, A. Escobar, M. Uribe, J. Cuevas, C... Cabra, N. (2015). Cuerpo y Educación. Variaciones en torno a un mismo tema. IDEP. Bogotá-Colombia.
- Paul Schilder (1950): The image and appearance of the human body. N. York, International Universities Press.
- Paul Schilder (1983). Imagen y apariencia del cuerpo humano. Estudios sobre las energías constructivas de la psique. Barcelona- Buenos Aires. Paidós.
- Raich, R. (2000): Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo. Madrid, Ediciones Pirámide.
- Recuperado de: <http://www.colypro.com/revista/articulo/la-pedagogia-y-la-educacion.-dos-conceptos-distintos>
- Recuperado de: <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/proxemica#qQRdBrbPYkWfSco5.99>
- Rosen, J.C. (1997). “Tratamiento cognitivo-conductual para el trastorno dismórfico corporal”. En V. Caballo (dir.). Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. Vol.1. Madrid. Siglo XXI.
- Sacristán, J. (1998). Comprender y transformar la enseñanza. España. Editorial Morata.
- Zagalaz, L. Moreno, R. Cachón, J. (2001). Nuevas tendencias de la Educación Física. Contextos Educativos. Universidad de Jaén.

4. Contenidos

Este trabajo de grado está desarrollado en cinco capítulos, donde se puede encontrar características propias de cada uno y asimismo, las respectivas relaciones que poseen entre sí para el buen desarrollo del proyecto.

1. Caracterización contextual: En la primera parte, encontramos la identificación del problema en la sociedad actual y las consecuencias que esto tiene en la población adolescente, como los son la falta de confianza, la inseguridad y el no reconocimiento del propio cuerpo; convirtiendo al sujeto en un ser incapaz de identificar sus habilidades y capacidades. Por otra parte, podemos evidenciar cómo los medios de comunicación son en gran medida influyentes en la creación de la Imagen Corporal.

2. Perspectiva educativa: Este capítulo, está conformado por elementos fundamentales que darán pie al desarrollo de este trabajo de grado, donde, se abordan los *tres componentes principales de la Imagen Corporal: perceptual, cognitivo-afectivo y conductual* desde Thompson (1990). Así mismo, se trabaja desde diferentes elementos como; hombre, sociedad y cultura, elementos que permiten enmarcarse en definiciones claras que se desarrollan y abordan a lo largo del documento; Por otro lado, en el componente humanístico se plantea la teoría de desarrollo humano desde *Eric Erikson*; desde el componente pedagógico se propone el enfoque pedagógico interestructurante, el modelo evaluativo procesual formativo, el enfoque pedagógico práctico, los estilos de enseñanza: De indagación. Finalmente, desde el componente disciplinar, se expone el concepto de cuerpo de nuestro proyecto y la Expresión Corporal como tendencia de la Educación Física.

3 Diseño de implementación: Aquí se puede ver cómo está construido el macro diseño y cómo se pretende desarrollar en un periodo de diez sesiones de clase; en este capítulo se deja ver cada uno de los aspectos de la imagen corporal que se tuvieron en cuenta para la respectiva relación con la tendencia de la Educación Física, y así poder desarrollar de la mejor manera cada uno de los contenidos desarrollados en este, como son: esquema corporal, relajación, respiración, lateralidad, espacio-tiempo, reconocimiento del yo, reconocimiento del otro, comunicación verbal y no verbal, ritmo, juego de roles y control postural. Asimismo, la metodología y la evaluación pertinentes para el proyecto.

4. Análisis de la experiencia: Aquí se muestran las experiencias, los aprendizajes alcanzados en el proyecto, las incidencias que tuvo en la formación como docente y del mismo modo, las que deja en los estudiantes. De igual forma, se hace un contraste entre lo planeado (micro diseño) y el resultado (realidad), dejando en evidencia, lo logrado con la población.

5. Reflexión acerca del proyecto: En esta última parte de nuestro documento quisimos realizar una reflexión de las experiencias durante todo el periodo de las prácticas en la institución y como se desarrolló el proceso de enseñanza-aprendizaje.

5. Metodología

Las relaciones que se establecen en este proyecto procuran una participación activa del estudiante, la cual se da gracias a la labor del docente, pues este es mediador y propiciador de espacios que permiten la experimentación del estudiante de manera participativa, reflexiva y creativa. El proceso se dividió en cuatro momentos: *Observación, contextualización, actividades para mejorar la Imagen Corporal y la reflexión* acerca de cada una de las actividades, estos a su vez se relacionaban y permitieron la implementación del proyecto. Asimismo se desarrollaron 10 sesiones, para poder lograr los objetivos que se plantearon en cada una de las unidades, y así poder llegar a cumplir con el propósito del proyecto.

6. Conclusiones

Nosotros, vemos este espacio como una oportunidad para hacer reflexiones acerca del proyecto, por un lado, desde el componente humanístico, nos dimos cuenta que plantear una nueva alternativa que incluya la constante reflexión del entorno y las dinámicas que en este juegan y, además, que a partir de ella se construya la imagen corporal, es complejo, pero no imposible, ya que los contextos socioculturales influyen de manera determinante en el sujeto haciendo complicado este proceso de transición de la imposición a la reflexión. Es importante, que hagamos un alto en el camino para darle valor a lo humano, a la esencia del ser.

Desde el componente pedagógico, vimos que es necesario que el docente tenga nuevas y creativas formas o métodos de enseñanza-aprendizaje para con sus estudiantes, debe ser versátil y estar siempre listo a la hora de dar una clase, ser capaz de identificar las necesidades de sus estudiantes y asimismo, adaptarse a ellas, para intentar, desde su experiencia, suplirlas. Debe ubicarse desde nuevas perspectivas de evaluación, no medir constantemente al estudiante, sino, entrar en interacción con el y ver realmente que aprendió y que no.

Finalmente, a partir del componente disciplinar, evidenciamos que la Educación Física vista como una disciplina académica que busca el desarrollo integral del individuo a través del movimiento, tiene un sin número de posibilidades para intervenir en él. Por esta razón, la Expresión Corporal, como tendencia de la Educación Física, es enriquecedora ya que abarca muchos contenidos que contribuyen a la construcción integral del individuo como: el esquema corporal, el reconocimiento del yo y del otro y el juego de roles, entre muchos otros. Esto le permite al sujeto deshinibirse, liberarse, salirse de sí mismo, esto con el fin de ver nuevas perspectivas de su cuerpo y el mundo.

Elaborado por:	Pineda Ortega, Johana; Plazas Pedreros, Fredy Alexander.
Revisado por:	Mg. Jorge Alberto Lloreda Currea

Fecha de elaboración del Resumen:	09	05	2018
--	----	----	------

ÍNDICE GENERAL

	pp.
Resumen Analítico En Educación (RAE)	II
Índice General	VI
Agradecimientos	XI
Introducción	12
Justificación	16
Identificación del problema y la oportunidad	19
Caracterización Contextual	21
A manera de síntesis	30
• Desde lo local	
• Desde lo nacional	
• Desde lo internacional	
Marco legal	33
• Desde lo local	
• Desde lo nacional	
• Desde lo internacional	
Perspectiva Educativa	44
Concepción de lo Humano	44
Teoría Psicosocial	49
La imagen corporal desde la Educación Física un enfoque pedagógico	56
Enfoque pedagógico Interestructurante	63

Proceso Evaluativo	66
El papel de docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje	67
Sujeto dialogante	68
Componente disciplinar de la imagen corporal	70
• Expresión Corporal	70
El modelo didáctico constructivo o aproximativo	77
Diseño de Implementación	79
• Objetivos	79
• General	79
• Específicos	79
Metodología	80
Macrodisño	81
Contenidos	87
Análisis de la Experiencia	92
Aprendizajes como docente	92
Incidencias en los sujetos	96
Reflexión acerca del proyecto	97
Referencias	100

INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Diagrama circular edades grado 603. 92

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Estado del arte	19
Tabla 2 Marco Legal	28
Tabla 3 Etapas de desarrollo de la personalidad Eric Erickson	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 4 Modelo didáctico constructivista.	67
Tabla 5 Macrodiseño del proyecto.	70
Tabla 6 Encuesta aplicada	74
Tabla 7 Formato del diario de campo	76

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Modelo de Imagen Corporal. De Slade (1994).	9
Figura 2 Clasificación modelos pedagógicos. Julián de Zubiria (2011)	53

Agradecimientos

Agradecerles primero a nuestras familias por brindarnos su apoyo incondicional, traducido en tiempo, confianza y amor. A nuestro tutor Jorge Lloreda y nuestros profesores, Consuelo González, Angélica Larrota, Marta Arenas y Juan Manuel Villanueva por sus consejos y aportes a nuestro proyecto y a lo largo de nuestra carrera y formación como docentes.

Introducción

Nuestro proyecto tiene como propósito, en primera medida, contribuir a la solución de la problemática social de la construcción de la imagen corporal en la población adolescente, ya que esta se hace a partir de estándares de belleza y pensamiento vendidos por los medios de comunicación (radio, televisión, revistas, redes sociales, vallas publicitarias, etc.), dejando a un lado la construcción que podrían realizar desde sí mismos, teniendo en cuenta el criterio propio y la reflexión. Asimismo, aprovechar la oportunidad que tenemos como Educadores Físicos, teniendo en cuenta que, a través del movimiento y las experiencias corporales, el individuo es capaz de construir las diferentes nociones que se tienen del cuerpo; ya que entendemos la imagen corporal como *una construcción dinámica que hacemos de nuestro propio cuerpo a partir de las experiencias individuales y colectivas que tenemos dentro de la sociedad a través del tiempo.*

En este sentido, se desarrollarán los *tres componentes de la imagen corporal* que, según Thompson (como se citó en Salaberria et al., 2007), son *el componente perceptivo* el cual se refiere a la precisión con que se percibe el tamaño, el peso y la forma del cuerpo, en su totalidad o sus partes. Las sobreestimaciones o subestimaciones son producidas por las alteraciones de la percepción corporal. El componente *cognitivo-afectivo* hace referencia a las actitudes, sentimientos, pensamientos, valoraciones que despierta el cuerpo, o algunas partes de él. Desde el punto de vista emocional, la imagen corporal incorpora experiencias de placer, displacer, satisfacción, disgusto, rabia, impotencia, etc. Finalmente, los componentes *conductuales*, que giran alrededor de las conductas que se derivan de la percepción y de los sentimientos asociados con el cuerpo. Puede ser su exhibición, la evitación, la comprobación, los rituales, su camuflaje, etc. Esto, con el fin de que el individuo tenga un acercamiento a la construcción de su imagen

corporal, siendo capaz de tomar aspectos de su entorno y del otro que contribuyan a la formación de la misma.

Por otra parte, el concepto de *corporeidad* es uno de los factores más influyentes para la construcción de la imagen corporal, ya que en la corriente de la fenomenología, según Merleau-Ponty como lo cita González:

[E]s uno de los primeros autores que hablan del concepto de corporeidad como experiencia corporal que involucra dimensiones emocionales, sociales y simbólicas. La corporeidad es para él, fruto de la experiencia propia y se construye a través de la apertura sensible del cuerpo al mundo y a los otros. Nacemos con un cuerpo que se transforma, se adapta y, finalmente, conforma una corporeidad a través del movimiento, la acción y la percepción sensorial. Este proceso se desarrolla a lo largo de toda la vida y termina con la muerte, “cuando se abandona la corporeidad para acabar siendo simplemente cuerpo” (2010, p. 25).

En la primera parte, encontramos la identificación del problema en la sociedad actual y las consecuencias que esto tiene en la población adolescente, como los son la falta de confianza, la inseguridad y el no reconocimiento del propio cuerpo; convirtiendo al sujeto en un ser incapaz de identificar sus habilidades y capacidades.

En la segunda parte, se encuentra la caracterización contextual, donde se alude a una introducción acerca de los intereses de realizar el proyecto planteándola a nivel internacional, nacional y local, incluyendo determinantes experienciales y aspectos sociales que inciden en las posturas del texto. Por otro lado, se expone el lugar en el cual se ejecuta la práctica pedagógica.

A continuación, exponemos el estado del arte a manera de síntesis, trayendo a colación trabajos y proyectos a nivel local, nacional e internacional, que tienen pertinencia y aportan a

nuestro proyecto. En la última parte de nuestro primer capítulo, se presentan los referentes legales, es decir, las leyes y decretos desde los cuales se sustenta la realización del PCP dentro del marco legislativo.

Dentro del segundo capítulo, se aborda la perspectiva educativa, la cual está conformada por elementos fundamentales que darán pie al desarrollo de este proyecto curricular particular, y en el cual se darán claridades del ser humano con el cual se va a llevar a cabo el proceso de contribución de la imagen corporal al sujeto; de la misma forma, se tomarán los *tres aspectos principales*, que se exponen a continuación.

Primero, *el componente humanístico*, el cual aborda los conceptos de hombre, sociedad y cultura, además de la teoría de desarrollo humano de Eric Erikson (1998) que está comprendida en el ciclo vital de las personas y se desarrolla en ocho fases que están determinadas por la evolución personalidad y en el cual se contraponen los aspectos que afloran en cada una de las edades. El *componente pedagógico*, donde se expone en primera medida el concepto de educación y pedagogía que el proyecto acoge, relacionado así con el modelo pedagógico y el enfoque curricular, se deja saber también qué papel tienen el docente, el estudiante y el conocimiento, indicando la importancia de cada uno de ellos en el proceso educativo. La última parte de este capítulo expone *el componente disciplinar*, donde se muestra el concepto de cuerpo y la relación que tiene con el ideal o modelo de ser humano que se quiere, seguido de esto, se expone la tendencia de la Educación Física, que es la *expresión corporal* y desde qué modelo didáctico nos ubicamos para poder abordar de mejor manera a los estudiantes. En cada uno de los componentes, se verá evidenciado qué aportes hace para la construcción de la imagen corporal y la estrecha relación entre uno y otro.

En el tercer capítulo, podemos evidenciar cómo está construido el macro diseño y cómo se pretende desarrollar en un periodo de nueve a diez sesiones de clase; en este capítulo se deja ver cada uno de los aspectos de la imagen corporal que se tuvieron en cuenta para la respectiva relación con la tendencia de la Educación Física, y así poder desarrollar de la mejor manera cada uno de los contenidos desarrollados en este como son: esquema corporal, relajación, respiración, lateralidad, espacio-tiempo, reconocimiento del yo, reconocimiento del otro, comunicación verbal y no verbal, ritmo, juego de roles y control postural. Asimismo, la metodología y la evaluación pertinentes para el proyecto.

Justificación

La escuela como pilar fundamental en la formación de los seres humanos, a lo largo de la historia, ha privilegiado el aprendizaje cognitivo y en muchas ocasiones se ha olvidado del fortalecimiento de las habilidades sociales, siendo este un aspecto trascendental en el proceso educativo, pues su vivencia permite a los estudiantes aprender a reconocerse como personas con derechos y deberes, y a crear una identidad basándose en la interacción con los demás sujetos.

Desde la Educación Física, se pretende contribuir con el desarrollo de individuos que se constituyan en personas educadas físicamente, que posean las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias para moverse en una variedad de formas, en armonía con su medio físico y los otros, y capaces de seleccionar las acciones más adecuadas para sus propósitos personales con el interés de hacer esto parte de su estilo de vida; ya que la Educación Física tiene un papel vital en el desarrollo y aprendizaje motor del sujeto y, por ello, su estrecha relación con el desarrollo de la *Imagen Corporal*, la cual será entendida dentro de nuestro PCP como *la representación y percepción que se tiene del propio cuerpo, sus cualidades y características físicas, socio-afectivas y conductuales*.

Es por esto que el presente documento justifica su construcción a partir de teóricos que avalan nuestra temática, la cual envuelve nuestra disciplina en torno a la imagen corporal que tienen los individuos de su propio cuerpo y el de los demás integrantes de su contexto, los cuales son fundamentales para dicha construcción. Estos antecedentes serán implementados en nuestro proyecto desde referentes internacionales, nacionales y locales, en los cuales pudimos evidenciar diferentes relaciones y aportaciones en la construcción de nuestro PCP y para darle solidez.

De lo anterior, debemos tener claro que la sociedad es un gran influyente en la construcción de la imagen corporal, ya que los estándares de belleza son una construcción socio cultural que influye desde los diferentes núcleos sociales como la familia, la escuela, los amigos, bajo los cuales se desarrollan visiones del mundo. Y es aquí donde la Imagen Corporal empieza a construirse bajo presiones sociales, obligando al sujeto a responder de alguna manera a los estándares, sin importar la utilidad, productividad y satisfacción que esto tenga para él, acompañado esto siempre por la influencia de los medios de comunicación masiva que sumerge o hace entrar al sujeto en un sistema de consumo, el cual transgrede la posibilidad de autoconstruirse a partir de sus experiencias.

De esta manera, nosotros como docentes reconocemos que dentro de este Proyecto es necesario que en la educación formal reconozcamos el uso y se lleve a la reflexión de los contenidos que nos venden los medios de comunicación, pues el uso de estos no debe ser restringido, sino guiado para que los estudiantes tengan la capacidad de reconocimiento y de autoconstrucción de su imagen corporal, la cual se realiza para sí mismo y para los demás, por ello es que a través de la clase de Educación Física buscamos contribuir a mejorar la imagen corporal del alumnado, para que alcancen una construcción de su imagen hecha por sí mismos por la capacidad que tiene de verse, sentirse y de actuar en un contexto determinado y así favorecer el desarrollo y la aceptación del propio cuerpo, reconociendo sus distintas posibilidades, límites que posee al realizar una actividad. Del mismo modo, enseñar en cada sesión de Educación Física *la utilización del cuerpo como técnica de expresión corporal*; la comunicación de los sentimientos y las emociones a través de movimientos corporales, como elementos claves de esa expresión corporal. Es por esto que dentro del presente documento tratamos la mejora de la imagen corporal por medio de la tendencia de Expresión corporal,

teniendo en cuenta que el cuerpo en la Educación Física es analizado desde una perspectiva cualitativa como hecho expresivo, como vehículo de expresión y manifestación del mundo interno, de las sensaciones, emociones, ideas, etc., donde se puede trabajar la comunicación de los sujetos a través de diferentes componentes que se pueden realizar por medio de la expresión corporal.

Se tiene como propósito mostrar la pertinencia que tendrá como eje principal el mejoramiento y aumento de la satisfacción de la Imagen Corporal, utilizando como medio su fortalecimiento a través de la expresión corporal y serán llevadas dentro del área de Educación Física. De esta manera, se pretende generar cambios en la construcción pedagógica, disciplinar y humanística de los estudiantes.

Este PCP se lleva a cabo para brindar posibilidades de mejora con respecto a la Imagen Corporal de una manera en la que el sujeto pueda construir desde sí mismo, teniendo en cuenta que el cuerpo se percibe, se imagina, se siente y actúa respecto a su propia construcción de imagen corporal. Puesto que en estas edades de adolescencia los estudiantes inician una construcción de identidad que muchas veces se solventa a partir de lo que la sociedad les vende por diversos medios de comunicación o información. Se brindará la posibilidad de solventar estas justificaciones a través de las prácticas pedagógicas, que para este caso será en un contexto de educación formal.

Identificación del problema y la oportunidad

Las dinámicas socio-culturales nos hunden cada vez más en el juego de ofrecernos un estereotipo de la imagen, esta trata de cambiar a través de diferentes medios el cómo debemos estar para el mundo, y empieza a girar alrededor de las apariencias, de los estándares de belleza y de la aprobación bajo comportamientos aceptados socialmente, donde está prohibido salirse de ellos. Esto, sin duda alguna, afecta a gran parte de la población, en este caso, la etapa adolescente con la que estamos trabajando, la cual oscila entre 12 y 15 años, ya que en esta edad el sujeto empieza la etapa de introspección y conciencia de la propia imagen corporal, la relación social que tenga con los diferentes individuos y/o grupos que lo rodean, la cual influye grandemente con su conformidad y agrado o no con su imagen corporal.

Asimismo, vemos que la imagen corporal afecta de manera directa la forma de comunicarse con el otro, ya sea corporalmente, afectivamente, socialmente y culturalmente. Lo anterior es restringido por una sociedad impregnada de lo que los medios de comunicación nos imponen, y nos llevan a perder la identidad propia y la capacidad de expresarnos de forma espontánea y libre. Espontánea, porque el sujeto está restringido por los comportamientos *aceptados socialmente* y algo fuera de ello estaría señalado y calificado como malo o *fuera de lo normal*, y libre, porque estamos permeados por imágenes de siluetas esbeltas, estándares físicos y de conducta; un cuerpo, un lenguaje y un pensamiento diferente implicaría que no se está de acuerdo con lo que los medios imponen y de una u otra forma sería rechazado por los grupos a los que pertenezca.

De igual forma, tenemos la oportunidad de lograr un impacto y cambio significativo en los estudiantes del grado 601 que se encuentran entre los 12 a 15 años, tiempo en el que se desarrolla y construye gran parte de la personalidad, se adquieren gustos y formas de ver el

mundo y el propio cuerpo que pueden trascender por toda la vida, justo aquí entramos nosotros como educadores físicos a romper estereotipos y visiones estandarizadas, podemos darle la oportunidad a esta población de que creen y tengan una imagen corporal basada en la reflexión y el conocimiento de sí mismos. La Educación Física por sus diferentes propuestas didácticas y pedagógicas facilita el establecimiento de lazos y relaciones sociales cercanas profesor/estudiante que permite llegar a conocer las concepciones subjetivas y personales que el sujeto tiene de su propio cuerpo y su entorno.

Desde la psicología Según Slade (1994), centran su explicación más en una representación mental, la cual se origina y modifica por diversos factores psicológicos individuales y sociales, como lo muestra en la figura 1. Slade la define así:

La imagen corporal es una representación mental amplia de la figura corporal, su forma y tamaño, la cual está influenciada por factores históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos que varían con el tiempo.

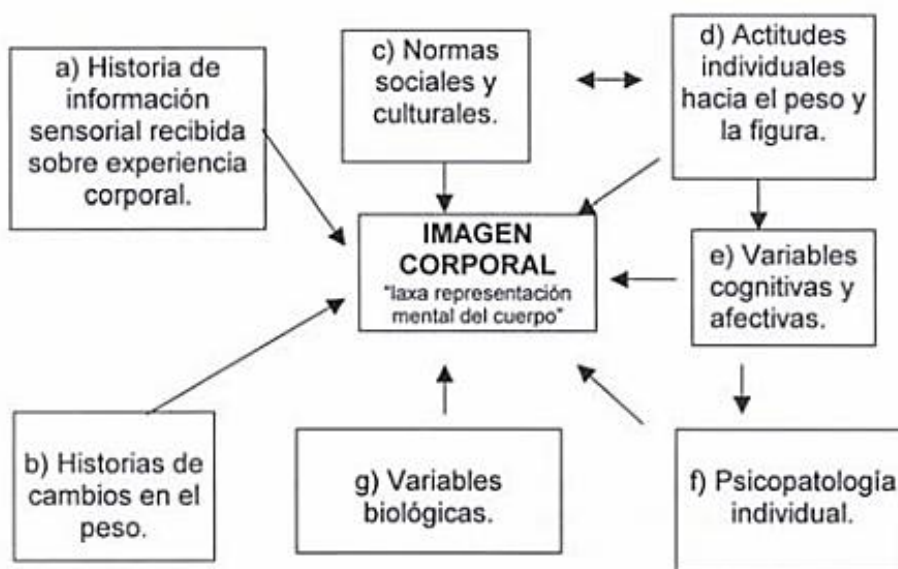


Figura 1 Modelo de Imagen Corporal. De Slade (1994).

Caracterización Contextual

La imagen corporal vista desde diversos autores que han propuesto definiciones como *la representación mental del cuerpo que cada individuo construye en su mente* según Paul Schilder (1950), quien era psiquiatra y psicoanalista norteamericano de origen vienés y proveniente de una familia de comerciantes judíos, *Paul Schilder* es conocido como creador de la noción moderna de imagen del cuerpo.

La profesora Rosa María Raich de la Universidad Autónoma de Barcelona, probablemente es la investigadora que más ha trabajado en España en Imagen Corporal y en un libro específico que dedicó a este tema propone una definición integradora de imagen corporal:

[E]s un constructo complejo que incluye tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes, como del movimiento y límites de éste, la experiencia subjetiva de actitudes, pensamientos, sentimientos y valoraciones que hacemos y sentimos y el modo de comportarnos derivado de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos. (Raich, 2000. p. 8).

Rosen (1995) plantea que la imagen corporal es la manera en la que una persona percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo contemplando componentes perceptivos, subjetivos y conductuales. Por otro lado, Cash menciona que dicha imagen tiene implicaciones perceptivas en relación con imágenes y valoración del tamaño y formas de los aspectos del cuerpo, unas implicaciones cognitivas en cuanto a creencias sobre el cuerpo y experiencia corporal, y otras implicaciones emocionales que tienen que ver con experiencias de placer-displacer, satisfacción o insatisfacción por el cuerpo.

Koide (1985) define *la Imagen Corporal como las actitudes o los sentimientos que tiene una persona hacia su propio cuerpo, incluye no solo las imágenes visuales, sino también las sensaciones o impresiones más primitivas*, por ello, los imaginarios de un cuerpo influye tanto en el desarrollo de la personalidad de los niños a tan temprana edad, en esta etapa es donde los niños comienzan a reconocer diferencias corporales ante los grupos que habitualmente ellos comparten como los son padres, tíos, primos, amigos, entre otros, y se sienten diferentes. Por otro lado, al abordar la percepción de imagen corporal propiamente dicha, se evidencia que es condicionada de acuerdo a la cultura, género, edad, educación, situación sociopolítica, la actividad y el contexto; de manera tal que se puede hablar de la construcción de un *cuerpo social* que desde la infancia y a partir del juego será el punto de partida, para que luego en la adolescencia se perfeccione y haga parte de la identidad de la persona.

Para el desarrollo de este Proyecto se abordan varios conceptos, uno de ellos es el esquema corporal definido desde Le Boulch (1987) como *el conocimiento inmediato y continuo que nosotros tenemos de nuestro cuerpo en estado estático o movimiento, en relación con sus diferentes partes y sobre todo en relación con el espacio y los objetos que nos rodean*. Coste (1979) lo entiende como *el resultado de la experiencia del cuerpo de la que el individuo toma poco a poco conciencia, y la forma de relacionarse con el medio, con sus propias posibilidades*. Y por último Legido expone que el esquema corporal es una *imagen tridimensional en reposo y en movimiento que el individuo tiene de los segmentos de su cuerpo*. Éste mantiene una estrecha relación en la construcción y modificación de la imagen corporal sobre todo en el aspecto perceptual, teniendo en cuenta que este aspecto se centra en la forma, el tamaño, el peso del cuerpo y de sus diferentes segmentos, así mismo, la empatía o desagrado que demuestre hacia estos.

Por otro lado, tenemos en concepto de identidad la cual según Larrain (2003) es un *proceso de construcción en la que los individuos se van definiendo a sí mismos en estrecha interacción simbólica con otras personas*. La construcción de identidad es un proceso al mismo tiempo *cultural, material y social*. *Cultural*, porque los individuos se definen a sí mismos en términos de ciertas categorías compartidas, cuyo significado está culturalmente definido, tales como religión, género, clase, profesión, etnia, sexualidad, nacionalidad que contribuyen a especificar al sujeto y su sentido de identidad. Estas categorías podríamos llamarlas identidades culturales o colectivas. Es *material* en cuanto los seres humanos proyectan simbólicamente su sí mismo, sus propias cualidades en cosas materiales, partiendo por su propio cuerpo; se ven a sí mismos en ellas y las ven de acuerdo a su propia imagen. Es también un proceso *social*, porque la identidad implica una referencia a los *otros* en dos sentidos. *Primero*, los *otros* son aquellos cuyas opiniones acerca de nosotros internalizamos, cuyas expectativas se transforman en nuestras propias expectativas. Pero también son aquellos con respecto a los cuales queremos diferenciarnos.

Vemos la correspondencia que tiene la relación de la Imagen Corporal con la identidad, ya que, las dos se refieren a la construcción que el individuo hace a partir de lo que ve, siente y escucha, de sus gustos, afinidades e incluso de lo que no le llama la atención. Encontramos la estrecha relación que existe entre identidad y los aspectos cognitivos-afectivo y conductuales de la Imagen Corporal; cognitivos-afectivos porque el sujeto es capaz de incorporar experiencias de placer o gusto para la construcción de su imagen y; conductuales porque la persona empieza a desarrollar diferentes modos de actuar según sus afinidades o formas de ver el mundo (hacer parte de rituales, camuflar, exhibir, evitar y confirmar su cuerpo, etc.) Gracias a la construcción

de una imagen corporal, poco a poco se va conformando, construyendo y concretando una identidad.

Teniendo en cuenta lo anterior, nuestra propuesta es que a través de la Educación Física contribuir a la construcción de la imagen corporal desde criterios propios, es decir, que el sujeto tenga un cambio de la imagen corporal negativa que tiene de sí mismo en algunos aspectos, ya sean perceptivos, cognitivos-afectivos o conductuales y que al mismo tiempo aumente la satisfacción de esa imagen corporal que construye desde las prácticas que tiene habitualmente y donde el cuerpo es fuente de identidad. La comparación social y la autoconciencia de la propia imagen corporal pueden dar lugar a una mayor satisfacción con y del cuerpo.

En edades de los 10 a 15 años los niños empiezan a generar cambios comportamentales, transformaciones físicas, modificaciones en sus movimientos debido a que su corporalidad es cambiante dentro de sus muchos contextos. Allí es cuando centramos la atención en observar cómo, los niños de estas edades inician a consolidar una imagen propia y a modificar sus pensamientos, sus formas de actuar debido a las experiencias que tienen a lo largo de la vida. Los alumnos perciben los cambios que pueden tener los compañeros con los que comparten desde la parte física que hay entre los géneros y desde la corporeidad, los niños comprendan el manejo de su cuerpo a través de los movimientos realizados dentro de las actividades propuestas en el aula o en su cotidianidad.

Merleau-Ponty Filósofo francés (1947, p. 95). *Yo no estoy delante de mi cuerpo, estoy en mi cuerpo, o mejor, soy mi cuerpo*, esto para que el sujeto reconozca su cuerpo como su propiedad y acepte este de la mejor manera, a partir de actividades que le permitan evidenciar cada parte de su cuerpo, de una manera en la que se sientan aceptados por su entorno y a partir

de esto se puede tomar la imagen corporal como la pertinencia que el ser humano debe tener, y para que se reconozca tanto corpóreamente como corporalmente.

Para los niños de hoy en día es muy fácil tener un ideal o una imagen de cuerpo e incluso pensamiento que quieren tener o seguir en esta edad ya que empiezan a copiar, imitar, calcar y remedar lo que está a su alrededor. Desde Lipovetsky (1987) (*El imperio de lo efímero. La moda y su destino en las sociedades modernas*) se puede ver como las clases dominantes se encarga hasta del más mínimo detalle para imponer modas y formas de ver el mundo, siendo ellos los que están en la cima, consecuencia de esto es que el ser humano se convierte en consumidor compulsivo, no por el valor de las cosas, ni por la utilidad, sino por la apariencia, la imagen y lo que significa para su grupo social. Nos encontramos frente a una sociedad homogeneizadora (estandarizadora) en todos los aspectos, tanto físicos como intelectuales y comportamentales.

El mundo nos vende las maneras *socialmente correctas* de cómo estamos y podemos estar mejorando cada día, ya sea a través de diferentes medios como por ejemplo del cine, las novelas, los modelos, incluso las revistas; esta es una situación que tiene una incidencia profunda sobre los niños de cómo es un cuerpo correcto, bello o estéticamente agradable. Los niños cuando entran a la edad de pre-adolescencia comienzan a conocer su propio cuerpo y a reconocer los cambios que sufren, empiezan a buscar como solidificar el cuerpo para ser de una manera u otra reconocido y aceptado por sus iguales y en sus diferentes contextos, ya que el cuerpo siempre está presente en cualquier actividad o práctica social. Pero del mismo modo, nuestra sociedad occidental ha convertido al cuerpo y a sus cuidados en un negocio, así la preocupación por el cuerpo y la apariencia física se ha convertido en una fuente de consumo y en una industria Salaberria, K y otros (2007). La consecuencia es que la atención de mucha gente está centrada en

el aspecto físico. Esta preocupación del cuerpo y la insatisfacción con el mismo pueden ir desde una preocupación normal hasta llegar a ser patológica.

Así pues, como se mencionó en el párrafo anterior los sujetos pasan por medio de una etapa de adolescencia y/o pre-adolescencia la cual indica que existe una influencia desde lo sociocultural en sus manifestaciones específicas, ya sea favoreciendo o dificultando esta etapa de transición. En este periodo de la vida, el adolescente está obligado a abandonar una imagen infantil, de manera que pueda abrir su camino hacia el futuro de su adultez. Es por ello que es considerada como una etapa de transición entre la pubertad y la vida adulta. El sujeto transita por múltiples cambios, deberá ingresar al mundo del adulto e integrarse en él, aceptando esta nueva configuración. Por lo que, se encuentra en una constante búsqueda de identidad adulta, tomando los elementos que le ofrece el medio social en el cual se encuentra inmerso.

A medida que el adolescente se encuentra en la constante búsqueda de su identidad, a modo defensivo, buscará un lugar dentro del grupo de amigos, el cual le brindará seguridad y autoestima. Es característico de este grupo de amigos, la sobre identificación masiva, donde todos se identifican de igual manera con cada uno de los integrantes. Corresponde a una de las maneras que posee el adolescente para ir formando su propia identidad con las personas más allegadas dentro de estos grupos, fuera del ámbito familiar. Uno de los cambios más significativos es el físico, a partir de la pubertad comienzan a ser notorios estos cambios en el cuerpo; el adolescente los vive con gran preocupación y contribuyen a crear un sentimiento de despersonalización, el cambio físico será tan rápido que le dificultará hallarse a sí mismo. Es común que en esta etapa, los sujetos se sientan más disconformes con su imagen corporal, que va a ir reformándose constantemente, al compararse con los cánones de belleza que propone la

sociedad, a partir de la imagen del otro. Y es por eso que se pretende a partir de la clase de Educación Física se desarrollen un criterio basado en la reflexión

Más allá de quienes puedan concebir el cuerpo sólo como hecho de carne, sangre y huesos, en la perspectiva desde la que vemos al cuerpo se entiende como la parte fundamental en el que se funden diversas dimensiones: física, intelectual, afectiva, social y espiritual, por medio de la experiencia y las sensaciones. El cuerpo se construye, atravesado y marcado por las experiencias vividas, el lenguaje, la cultura y sus prácticas.

El cuerpo aprende en la experiencia. El conocimiento corporal, sacude la forma tradicional en que se piensa que se conoce. En la escuela, generalmente se ha concebido el conocimiento como meramente mental, sin embargo, cuando hay un acercamiento a una práctica corporal, el problema varía; el conocimiento allí se plantea desde la experiencia, tanto del que enseña como del que aprende, porque ahí el conocimiento no es la repetición verbal de la teoría, sino que es atravesado por el movimiento, por su asimilación y por lo que somos. Aquí se hacen más evidentes los ritmos y las formas individuales de aprender. Igualmente, en lo corporal no es posible separar el aprendizaje de la experiencia, ahí no vale que se sepa toda la teoría si no se ha experimentado corporalmente, se puede saber teóricamente toda la técnica para lanzar o pasar una pelota, pero, sin poder hacerlo.

La Educación Física debe contribuir al desarrollo integral que favorezcan la revelación o exteriorización de lo más interno y profundo de cada individuo a través del cuerpo y el movimiento espontáneo y creativo (González-Sarmiento (1982); López-Tejada, (2002); Ortiz, (2001, 2002); Pelegrín, (1996); Riveiro y Schinca, (1992); Schinca, (1988); Sierra, (1997)).

Es aquí donde vemos como Educadores Físicos la oportunidad de intervenir en el contexto educativo formal en las edades de 12 a 15 años donde los estudiantes están próximos a

empezar con la preocupación de su propia imagen frente a los demás, evidenciando la necesidad de expresar lo que piensa y siente con relación a su cuerpo, los otros y al mundo. Estamos convencidos que a través de la Educación Física somos capaces de mejorar la imagen corporal de los estudiantes y asimismo potenciar en ellos la expresión corporal que se tiene en las prácticas de la clase de Educación Física, ya que en la construcción de las mismas experiencias que se van teniendo los sujetos, crean de alguna manera una imagen corporal con la cual desean ser vistos en sus diferentes contextos. Y nosotros queremos brindar la oportunidad de mejorarla y así fortalecer sus diferentes *componentes*.

Desde su *componente perceptual*, ayudando y orientando a los estudiantes en las dimensiones del cuerpo para enfrentar de la mejor manera las actividades propuestas y así el sujeto sienta agrado por mejorar sus intervenciones en la clase.

Por otro lado, desde el *componente cognitivo* el alumno a través de la observación, de la memoria, de la atención, va adquiriendo un aprendizaje global técnico de un gesto. Hay un espacio en el aprendizaje en el que se necesita estar en ese todo; es como entrar en esa primera sensación y explorarla, lo que incluye la fluidez y la armonía que se logran en la práctica, aquí salen a flote emociones como, rabia, satisfacción, impotencia, alegría, entre otras respecto a la experiencia.

Y finalmente, en el *componente conductual* el estudiante debe vivirlo, sentirlo, explorarlo, de tal forma que con la práctica se vuelva natural y fluida. Es un aprendizaje que se valida en el hacer de las prácticas corporales, la técnica es el camino al descubrimiento, es la que permite la profundización y el trabajo sobre ella va desarrollando la habilidad. La técnica denota una forma de hacer particular, una forma de respirar, de sentarse, de moverse, que tiene

fundamentos en diversos principios y conocimientos. Por lo tanto, el alumno lograra aprender una técnica que le permite desenvolverse en un espacio.

Teniendo en cuenta que la expresión corporal desde Cáceres M (2010) (*La expresión corporal, el gesto y el movimiento en la edad infantil*) en la educación infantil tiene como objetivo fundamental el desarrollo del niño englobando todas y cada una de las facetas de su personalidad, como son el desarrollo motriz, cognitivo o intelectual, el desarrollo relacional, el afectivo, emocional, estético y de la creatividad. Pues bien, tal y como señalan Torres e Hidalgo, si el movimiento es una de las manifestaciones que utiliza nuestro cuerpo como medio de expresión, la Expresión Corporal se fundamenta en el movimiento como un fin dentro de la educación, con el motivo o designio de conseguir un desarrollo armónico de la persona en su integridad, de tal manera que ésta, la Expresión Corporal, establecerá una considerable vía de canalización de las aptitudes, tomando como herramienta el propio cuerpo.

Asimismo, potenciar la expresión corporal desde el lenguaje, la emoción y la sensibilidad, logrando así formar un ser que sabe escuchar al otro, sabe comunicar lo de piensa y sabe expresar lo que siente de forma libre y espontánea. Esto contribuye a la autonomía, el trabajo en equipo, la toma de decisiones y el actuar en diferentes circunstancias que se presenten en su cotidianidad de forma positiva.

Tabla 1

Estado del arte - Imagen Corporal desde lo Local, nacional e internacional

A manera de síntesis:			
<p>Primero que todo en la realización de este rastreo se han tenido en cuenta diferentes proyectos desarrollados anteriormente dentro de la universidad, así como a nivel nacional e internacional. Y se trajeron de nuevo a este trabajo para evidenciar las relaciones y aportes que tienen estos con nuestro proyecto.</p>			
A manera de síntesis			
TÍTULO	AUTOR	PAÍS-AÑO	DESCRIPCIÓN
LOCAL			
Aumentando la autoestima por medio de la imagen corporal	Diana Camila Fresneda Ramos, Miguel Ángel Pinzón Daza	Bogotá-Colombia (2015)	Este texto se centra en el mejoramiento de la autoestima a través de la imagen corporal, viendo una relación estrecha de estos dos términos con la Educación Física, exponiendo que ésta disciplina es de vital importancia para crear sujetos responsables.
La imagen corporal como una apropiación del mundo	Buitrago, I.	Bogotá-Colombia (2016)	Hace un análisis de la construcción que los individuos hacen de la imagen corporal a partir de lo que la sociedad y los medios de comunicación les exponen y, como esto puede cambiar.
	Diego Fabricio	Bogotá-	En este texto se puede evidenciar el manejo de la imagen corporal planteada desde diversas estrategias de

Imagen Corporal en Futbolistas	Rodríguez Camacho	Colombia (2015)	intervención, en las cuales la actividad física ha sido determinante por sus efectos benéficos incluso en personas sin trastornos aparentes de la misma. Y donde se trata de construir una imagen corporal para un deporte en específico para este caso el fútbol.
--------------------------------	-------------------	--------------------	--

NACIONAL

Cuerpo y educación: variaciones en torno a un mismo tema	Palacio, J; Muñoz, N; Ayala M; Escobar, M; Uribe, J; Cuevas, C; Pulido, O; Cabra, N.	Colombia (2015)	Es una compilación de proyectos de realizados por el Instituto para la Investigación Educativa y el Desarrollo Pedagógico, IDEP. En un apartado exponen el tema de la manifestación de las apariencias en la escuela y además plantea una discusión sobre las lógicas de producción de las subjetividades, en términos del modo como los ropajes contribuyen a las construcciones sociales de las corporalidades, en el marco de la discusión sobre la relación entre estética, poder y resistencia.
--	--	--------------------	--

INTERNACIONAL

La influencia de la expresión corporal sobre las emociones: un estudio experimental	Kiki Ruano Arrigada	España (2004)	Este documento de tesis tuvo como objetivo evaluar y analizar el impacto que tiene la clase de expresión corporal sobre el área emocional y las habilidades sociales en un grupo de estudiantes universitarios.
	Raquel Vaquero		Este documento hace una revisión bibliográfica juiciosa del

Imagen corporal; revisión bibliográfica	Cristóbal, Fernando Alacid, José María Muyor y Pedro Ángel López Miñarro	España (2013)	término “imagen corporal” citando autores como Thompson, Heinberg y Altabe, entre otros, según éstos la imagen corporal tiene tres componentes: el perceptual, el cognitivo-afectivo y el conductual.
El Cuerpo Vivido	Merleau-Ponty	España (2004)	En este documento vemos como Ponty pone de relieve el cuerpo propio del que todos hacemos la experiencia singularmente y saca las necesarias consecuencias, para iluminar lo descuidado por esa inercia natural de la vida. De este modo en este texto podemos ver la importancia del cuerpo para la construcción de la imagen corporal.
Percepción de la imagen corporal	Salaberria, K; Rodríguez, S; Cruz, S.	España (2007)	En este documento se hace un recorrido conceptual y expone los componentes de la imagen corporal, la razón de una imagen corporal negativo, sus trastornos y cuál podría ser la posible solución a ello.
La Imagen Corporal en la Sociedad del siglo XXI	Ana María Muñoz López	España (2014)	En este documento se puede evidenciar la importancia de la Imagen Corporal y el cuidado del cuerpo para que el sujeto evite las diferentes patologías que conlleva no cuidar de sí mismo. Del mismo modo nos hace ver como los medios de comunicación tienen un papel muy influyente en la sociedad para que se construyan estereotipos de la Imagen Corporal.

Marco Legal

Es necesario realizar un análisis del marco legal a nivel local, nacional e internacional, para determinar qué elementos permiten el desarrollo e intervención de este Proyecto Curricular Particular, cada uno de ellos relacionados con la educación, la Educación Física y posteriormente con la imagen y expresión corporal; estas últimas dejando ver la intención de nuestro Proyecto.

Desde lo Local.

Teniendo en cuenta que en cada institución se cuenta con una agenda, manual de convivencia entre otros, en el Colegio Distrital General Santander de la localidad de Engativá nos deja ver el perfil de los estudiantes, los propósitos a los que se quieren llegar con los estudiantes y la clase de ser humano que piensan formar en dicha institución.

Según (Chaux, Vargas, Ibarra y Minski, 2013, p. 1):

El manual de convivencia puede entenderse como una herramienta en la que se consignan los acuerdos de la comunidad educativa para facilitar y garantizar la armonía en la vida diaria de los colegios. En este sentido, se definen las expectativas sobre la manera cómo deben actuar las personas que conforman la comunidad educativa, los recursos y procedimientos para dirimir conflictos, así como las consecuencias de incumplir los acuerdos.

A partir de esto, se encuentra que dentro del Manual de Convivencia del colegio ya mencionado el perfil del estudiante santanderista, es formar un ser humano integral, responsable consigo mismo y el entorno, autónomo, crítico y propositivo, con capacidad de construir su proyecto de vida mediante la apropiación del conocimiento de la ciencia, la tecnología y el arte, que le permita comprender la realidad y mejorarla. Los valores hacen parte fundamental de la formación del ser humano, que son la base para que los niños, niñas, y jóvenes desarrollen la

voluntad necesaria para conducirse de manera responsable ante las propuestas de la sociedad. Teniendo en cuenta estas características y conjunto de orientaciones éticas, normas, derechos, deberes, acuerdos y procedimientos claros.

Desde lo Nacional.

De acuerdo con los Lineamientos de Educación Física, Recreación y deporte que se originan en la Página: 35, Párrafo: 5:

Es posible identificar procesos centrados en sí mismo, en el cuerpo que cubren el ámbito del conocimiento, cuidado, desarrollo, expresión y valoración del cuerpo. Procesos relacionados con la interacción social del ser humano a través de su cuerpo como las relacionadas con el uso social del cuerpo, las concepciones y prácticas éticas, comunicativas y de comprensión social del cuerpo. Procesos que se relacionan con la ubicación y organización del ser humano en el espacio, el tiempo y el medio ambiente, que incluyen dominios de orientación en el mundo y en las condiciones del ambiente. Procesos de carácter técnico y tecnológico de la práctica corporal, lúdica, artística, deportiva o de trabajo que hacen uso de habilidades y destrezas especializadas. Proceso de lenguajes y expresión corporal; y procesos de recreación que se relacionan con la creatividad y la lúdica.

El cual nos deja ver que el cuerpo pasa por unos procesos en los cuales la sociedad es un factor importante en su construcción de imagen corporal para la intervención que esté pueda tener dentro de una comunidad. Del mismo modo, el ser humano utiliza el cuerpo para las relaciones con el ambiente que dependen de la comprensión, del espacio y el tiempo en las cuales el ser humano se reconoce partícipe de ese ambiente en unas condiciones determinadas. Refiriéndose esto a los desempeños que construye el sujeto con el permanente intercambio de

valores, actitudes y conocimientos frente al medio y de criterios sobre cómo desenvolverse en él. Los cuales implican procesos de adaptación, interacción y transformación necesarios para la vida y la apropiación de un comportamiento que los preserve y reconstruya.

Los lineamientos de Educación Física, Recreación y Deporte que nos hablan de la Expresión corporal en su página: 41, párrafo: 4

La expresión corporal parte de la dimensión de lo sensible y su desarrollo práctico se basa en la experiencia sensorial. La integración de los sentidos produce el fenómeno de la sensorialidad en el cual se reúnen las percepciones únicas y vivenciales para cada individuo cuya experiencia llena de significación cada gesto, sonido, olor, sabor o imagen de su existencia.

Como buscadora de potencialidades comunicativas del movimiento corporal. Y tomando a la expresión corporal como la disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con la finalidad expresiva, comunicativa y estética en la que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento como instrumentos básicos de conducta motriz. Ya que la Expresión Corporal muestra a través de la corporalidad el interior de la persona, su forma de vivir, las emociones, la forma de ser, los sentimientos y fortalece la expresión espontánea para transmitir las ideas y las sensaciones.

Por otro lado, desde la Ley General de Educación, 115 de 1994 del Congreso de la República Nacional, en el artículo 16, el apartado a) menciona que los niños en la edad escolar deben tener *el conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía*. Aquí podemos evidenciar el papel y la pertinencia que la Educación Física tiene, ya que esta gira alrededor del desarrollo del individuo a partir de conocimiento y reconocimiento de su cuerpo, el movimiento y la experiencia corporal; siendo posible para éste construir su propia identidad.

El Artículo 21:

I) expone que en la edad escolar el conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la Educación Física, la Recreación y los Deportes deben ser adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico. Los educadores físicos son los encargados y deben estar absolutamente comprometidos en crear estrategias didácticas para potenciar el desarrollo motor de las personas, esté en cualquiera de las etapas de éste (neonatal, infantil, escolar, adolescente, adulta y vejez) causando en el individuo una fluidez y cadencia en los movimientos lo cual tiene repercusión en las relaciones con el entorno físico y las socio afectivas.

Seguido de esto, en esta misma Ley 115 de 1994, el artículo 23 nos expone que los individuos deben tener conocimiento de su propio cuerpo y así mismo ejercitarlo a través de la Educación Física, la recreación y el deporte, esas actividades deben realizarse con el objetivo de tener un desarrollo físico y armónico. La Educación Física tiene total apropiación de lo arriba expuesto ya que, es una materia obligatoria en los colegios, además de eso, tiene los elementos necesarios para guiar al individuo hacia su desarrollo, físico, cognitivo y socio-afectivo, crea hábitos saludables que trascienden en la vida de estos; siempre a través del movimiento y la experiencia corporal.

Cuando se tiene conciencia de las relaciones de la Educación Física con diferentes esferas de la existencia humana, la construcción socialmente compartida de una concepción de la dimensión corporal se presenta como un campo lleno de posibilidades. La dimensión corporal ha sido abordada, por distintas disciplinas que han producido un conjunto de conocimientos para explicar, desde diferentes miradas, los problemas y fenómenos que rodean la existencia corpórea del ser humano por ello en los lineamientos curriculares en Educación Física, Recreación y Deporte en la página 26 párrafo 4 expone que:

Abordar la dimensión corporal implica tener en cuenta que existe una relación entre cuerpo y sociedad. Por un lado, la percepción del cuerpo depende de la construcción que la sociedad haya hecho de él y por otro, reconocer que en el cuerpo se manifiesta una determinada concepción de sociedad. Si como lo plantea Mary Douglas, el cuerpo es una metáfora de la sociedad a través del cual se expresan juegos, ritos, mitos, prácticas, deportes, es posible encontrar en el conocimiento del cuerpo no sólo una explicación de lo que somos, sino también claves inesperadas de lo que debemos ser.

En síntesis, habla de la relación que tiene la sociedad en la construcción del cuerpo a partir de juegos, ritos, prácticas, deportes que hacen posible encontrar en el conocimiento del cuerpo a través de las experiencias que se generan a lo largo de la vida.

Desde lo Internacional.

En la Carta Internacional de la Educación Física y del Deporte (UNESCO/1978) el artículo primero Artículo 1. *La práctica de la Educación Física y del Deporte es un derecho fundamental de todos.*

1.1 Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte, que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad. El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social.

Dejando claro que todos y cada uno de los sujetos estén o no en instituciones educativas tienen derecho a la práctica de esta disciplina, la cual es de vital importancia para el desarrollo de la personalidad, capacidades físicas, morales e intelectuales para una fluida interacción con sus

iguales y su entorno. Garantizando está tanto en el ámbito educativo como en los demás ámbitos de la vida social. Importante lo anterior para que los sujetos se desarrollen de forma libre, creativa y espontánea siendo conscientes de la posibilidades y beneficios que tienen el poder realizar la práctica de la Educación Física, la Recreación y/o el Deporte.

A manera de síntesis

De igual forma los aspectos legales que se trajeron a colación fueron de manera pertinente con algunos artículos y lineamientos para que el proyecto educativo esté respaldado de manera legal.

Tabla 2

Marco Legal de proyecto desde lo Local, nacional e internacional

MARCO LEGAL		
Local		
CATEGORÍA	CONTENIDO	SÍNTESIS
anual de convivencia Colegio General Santander	El perfil del estudiante santanderista es formar un ser humano integral, responsable consigo mismo y el entorno, autónomo, crítico y propositivo. Con capacidad de construir su proyecto de vida mediante la apropiación del conocimiento de la ciencia, la tecnología y el arte, que le permita comprender la realidad y mejorarla. Los valores hacen parte fundamental de la formación del ser humano, que son la base para que los	El colegio nos brinda la oportunidad de conocer los propósitos que tienen las directivas con relación a la formación de los sujetos que tienen dentro de la institución. Y nos brindan la oportunidad de generar los cambios estudiantes del grado 601 jornada de la mañana. Cambios que tienen que ver con su cuerpo, su movimiento, y ayudan a la construcción, satisfacción de la Imagen Corporal de esa comunidad.

niños, niñas, y jóvenes desarrollen la voluntad necesaria para conducirse de manera responsable ante las propuestas de la sociedad.

Nacional

Ministerio de Educación Nacional
Serie lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte.
(Página:35, Párrafo:5)

Es posible identificar procesos centrados en sí mismo, en el cuerpo que cubren el ámbito del conocimiento, cuidado, desarrollo, expresión y valoración del cuerpo. Procesos relacionados con la interacción social del ser humano a través de su cuerpo como las relacionadas con el uso social del cuerpo, las concepciones y prácticas éticas, comunicativas y de comprensión social del cuerpo. Procesos que se relacionan con la ubicación y organización del ser humano en el espacio, el tiempo y el medio ambiente, que incluyen dominios de orientación en el mundo y en las condiciones del ambiente. Procesos de carácter técnico y

La pertinencia de este documento radica en que el cuerpo es un factor fundamental en la sociedad, que se expresa a partir del movimiento como acción personal que exige un esfuerzo interno para comunicarse y ser entendido por los demás sujetos. Y que a su vez es como el estudiante va construyendo su Imagen Corporal a partir de las experiencias que puede obtener de dichos procesos individuales y colectivos en los diferentes entornos por los que se pasan.

	<p>tecnológico de la práctica corporal, lúdica, artística, deportiva o de trabajo que hacen uso de habilidades y destrezas especializadas. Proceso de lenguajes y expresión corporal; y procesos de recreación que se relacionan con la creatividad y la lúdica.</p>	
<p>Ministerio de Educación Nacional Serie lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte. (Página:41, Parrafo:4)</p>	<p>La expresión corporal parte de la dimensión de lo sensible y su desarrollo práctico se basa en la experiencia sensorial. La integración de los sentidos produce el fenómeno de la sensorialidad en el cual se reúnen las percepciones únicas y vivenciales para cada individuo cuya experiencia llena de significación cada gesto, sonido, olor, sabor o imagen de su existencia.</p>	<p>Los lineamientos aquí mencionados se interrelacionan de manera asertiva ya que en la realización de este proyecto se ha tenido en cuenta como eje fundamental la expresión corporal en los estudiantes para el desarrollo de sus capacidades dentro de la diversidad de propuestas pedagógicas de la clase de Educación Física.</p>
<p>Ley General de Educación, 115 de 1994, Congreso de la República Nacional</p>	<p>Artículo 16. A) El conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su</p>	<p>La coherencia de este artículo con el desarrollo de este documento se basa en que cada individuo tiene la libertad de expresión utilizando como medio el</p>

	identidad y autonomía.	cuerpo, el movimiento y las experiencias que logra a través de ellas.
Ley General de Educación, 115 de 1994, Congreso de la República Nacional	Artículo 21: I) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la Educación Física, la Recreación y los Deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico;	La Educación Física tiene una responsabilidad grande ya que es una de las encargadas de potenciar el proceso de las diferentes etapas del desarrollo motor del ser humano (neonatal, infantil, escolar, adolescente, adulta y vejez)
Ministerio de Educación Nacional Serie lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte. (Página 26, párrafo:4)	Abordar la dimensión corporal implica tener en cuenta que existe una relación entre cuerpo y sociedad. Por un lado, la percepción del cuerpo depende de la construcción que la sociedad haya hecho de él y por otro, reconocer que en el cuerpo se manifiesta una determinada concepción de sociedad. Si como lo plantea Mary Douglas, el cuerpo es una metáfora de la sociedad a través del cual se expresan juegos, ritos, mitos, prácticas, deportes, es posible encontrar en el conocimiento del cuerpo no sólo una	La relación del lineamiento aquí mencionado se da debido al reconocimiento del cuerpo que se tiene en la sociedad pues es la principal constructora de estereotipos con relación al cuerpo. Y la pertinencia con nuestro proyecto curricular particular es que los medios por los cuales la sociedad nos vende una concepción de cuerpo a seguir y la cual dentro de este proyecto queremos brindar la oportunidad de que los sujetos creen ese concepto con base a sus experiencias.

explicación de lo que somos, sino también
claves inesperadas de lo que debemos ser.

Internacional

<p>Carta Internacional de la Educación Física y del Deporte (UNESCO/1978).</p>	<p>Artículo 1. “La práctica de la Educación Física y del Deporte es un derecho fundamental de todos.</p> <p>1.1. Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte, que son indispensables para el pleno desarrollo de su personalidad. El derecho a desarrollar las facultades físicas, intelectuales y morales por medio de la educación física y el deporte deberá garantizarse tanto dentro del marco del sistema educativo como en el de los demás aspectos de la vida social.</p>	<p>Tenemos como ley principal y esencial que la Educación Física es un derecho fundamental de todos (niños y niñas, adolescentes, adultos y adultos mayores) estén o no en instituciones educativas. La</p>
--	--	---

Perspectiva Educativa

En este capítulo encontraremos elementos importantes de nuestro proyecto como lo son el ser humano, la sociedad y la cultura, en esta medida se debe entender que en la sociedad actual, hablando desde los diferentes campos, situaciones o escenarios, los niños y jóvenes aprenden a identificarse, manifestarse y expresarse con el otro, en gran parte, basados en lo que nos venden los grandes homogeneizadores por sus distintos medios de comunicación, están destinados a ser seguidores de estas construcciones del mundo y de la imagen corporal, ya que los estándares de belleza son una construcción sociocultural que influyen desde las diferentes instituciones sociales como la familia, la escuela, los amigos, entre otros bajo los cuales se desarrollan visiones del mundo y del propio cuerpo. Es aquí donde la clase de Educación Física juega un papel transformador de estereotipos e impulsa al sujeto a construirse a partir de sus experiencias reflexionadas, vivencias personales y con el otro, ya que el ser humano está inmerso en una sociedad dinámica.

Concepción de lo Humano

Lo primero que vale la pena resaltar es que concebimos lo humano de manera multidimensional, trascendiendo los enfoques que reducían lo humano a lo racional y comunicativo, ahora, podemos ver al ser desde nuevas dimensiones de lo humano, como son: ética- axiológica, afectiva, emocional, lúdica-espiritual, política, estética, corporal entre otras.

Por lo anterior, hablaremos de las dimensiones que nos ayudan a dar el sustento al tipo de ser humano que contribuimos a formar y la pertinencia que tienen cada una de estas; entendiendo por dimensión, el conjunto de potencialidades con el cual se articula el desarrollo integral del ser humano, en este sentido estas dimensiones son:

Por un lado, la *dimensión cognitiva*, es el conjunto de potencialidades del ser humano que le permiten entender, aprender, construir y hacer uso de las comprensiones que se hacen sobre la realidad (concreta y abstracta) de objetos y sociedades, la cual ha generado en el ser humano una integración con sí mismo y con el entorno, logrando la posibilidad de transformarlos. Para que así, se pueda desarrollar, entendiendo la relación que establece la persona con el mundo y con el medio en el que está inmersa. Asimismo, desde el aspecto del conocimiento entendiéndolo como la construcción y representación de la realidad, que hace la persona a partir de estructuras teóricas y prácticas, lo cual se relaciona con las acciones que desarrolla el sujeto sobre el mundo y le permite integrarse a éste.

Los *procesos cognitivos*, en general, como el pensamiento propio creativo y productivo, no son acciones aisladas en las personas, sino que impregnan toda la personalidad; es decir, no son algo que se toma o se deja, pero que sí son procesos que se pueden estimular por medio de la creatividad, un clima permanente de libertad mental, una atmósfera integral que estimula, promueve y valora el pensamiento propio, divergente y autónomo.

Por otro lado, la *dimensión corporal* le permite al ser humano tener la posibilidad de manifestarse *desde, con y en su cuerpo*, de reconocer al otro y ser presencia material para éste a partir de sí mismo; incluye también la posibilidad de generar y participar en procesos de formación, desarrollo físico y motriz, conociendo y apropiándose del entorno mediante las experiencias sensoriales y perceptuales, que son recibidas desde el ámbito a través de los órganos receptores que son fundamentales para el aprendizaje, esto se da gracias a los sentidos táctil, auditivo, visual, gustativo, olfativo y propioceptivo, es decir, es la conciencia del cuerpo en el espacio. En el desarrollo motor cuando la persona piensa, planea, anticipa sus acciones y la

actividad motriz o el movimiento del ser humano le permite adaptarse a la realidad y desarrollar la toma de conciencia en lo corporal. En relación con la Educación Física se da en los procesos de aprendizaje, de conocimiento y apropiación del mundo mediante las experiencias sensorio - perceptuales y los intercambios culturales con los otros.

El concepto de *desarrollo físico* se refiere a los cambios corporales que experimenta el ser humano, especialmente en peso y altura, y en los que están implicados el desarrollo cerebral, el desarrollo óseo y muscular. Estos y otros cambios son los que estamos sujetos a presenciar por el tipo de población con la que se llevará a cabo el proyecto, ya que el desarrollo físico está condicionado por el muscular, de tal forma que los músculos de cabeza y cuello maduran antes que los del tronco y las extremidades. La maduración del tejido muscular es muy gradual durante la niñez y se acelera al inicio de la adolescencia, cambiando asimismo la proporción de músculo/grasa.

Entendiendo esto, la imagen corporal se vuelve cambiante frente a un factor natural de crecimiento y para muchos jóvenes se convierte en uno de los principales motivos por el cual imitan, copian, siguen una imagen vendida por un medio de comunicación; los cuales pretenden mantener estandarizada y bajo control las actitudes, conductas, pensamientos y formas de comunicarse, expresarse en su entorno y moverse con libertad debido a que estos medios están inmersos en la sociedad.

También, la *dimensión afectiva* se refiere a la vida psíquica del ser humano que abarca la vivencias de las emociones, la forma de relacionarse consigo mismo y con los demás, buscar la formación integral con el propósito de desarrollar procesos de interacción mutua, de aplicación de las competencias comunicativas, el desarrollo de actitudes, valores y habilidades que les

permitan mejores relaciones de convivencia social con la familia, la escuela, la cultura, entre otros. Por otro lado, es la responsable o encargada de darle una inteligencia emocional al sujeto, dándole la oportunidad de apropiarse de un sin número de sentimientos, emociones y sensaciones, teniendo un desenvolvimiento y fluidez a la hora de relacionarlos, ya sea con la percepción de su propio cuerpo, su personalidad, los otros y su entorno.

Por último, la *dimensión comunicativa* es la que le permite al sujeto construir diferentes puentes o tipos de comunicación que nacen al interactuar unos con otros. Un buen desarrollo de esta dimensión facilita la comunicación e intercambio de pensamientos, sentimientos y posturas frente a un tema o situación determinada, por consiguiente, lograr relaciones de confianza, compañerismo y cooperación con sus iguales y su entorno. La Educación Física es determinante y muy influyente en esta dimensión, ya que a través del movimiento se manifiestan una gran variedad patrones comunicativos verbales y no verbales, muchos de ellos inconscientes, desde allí, se puede hacer conscientes para darle un mejor aprovechamiento y direccionamiento a esta dimensión.

Por lo anterior, desde este proyecto, se quiere dar la posibilidad a los niños y niñas de tener diálogos expresivos acerca de si mismos, donde afloren sus sentimientos, emociones, necesidades, pensamientos, etc. respecto a su cuerpo, su pensamiento y sus estilos de vida, Pues es a través de estas formas de expresión e interacción, que consideramos que el niño puede desarrollar diferentes tipos de comunicación para transmitir un pensamiento o emoción.

Así mismo, vemos que la construcción y satisfacción de la imagen corporal que posea el sujeto, es fundamental para el desarrollo de la seguridad en sí mismo y sentimientos de agrado hacia su cuerpo. A partir de esto, inicia la formación y el desarrollo de la personalidad y la

identidad, ésta vista desde Larraín (2003) [como] un proceso cultural, material y social, [porque] es la manera en que las formas simbólicas son movilizadas en la interacción para la construcción de una auto-imagen y de una narrativa personal; desde este punto el ser humano es un sujeto socialmente histórico ya que a partir del contexto donde se desarrolla, se convierte en un ser social y cultural, permitiendo la interrelación entre los individuos.

Empleamos la expresión de Cultura dada por el antropólogo Tylor (1871, p.190):

[Es] todo complejo que incluye el conocimiento, las creencias, el arte, la moral, el derecho, las costumbres y cualesquiera otros hábitos y capacidades adquiridos por el hombre en cuanto miembro de la sociedad.

De esta manera, la cultura tiene relación con las formas de vida de los miembros de una sociedad que delimitan nuestras formas de vestir, vida familiar, creencias políticas o filosóficas, apreciaciones y prácticas corporales, en el contexto social en el que vamos a intervenir y en el cual vivimos. La cultura no es neutra, sino que se establece como dominante gracias a la capacidad de poder que tienen los agentes sociales que la difunden.

Por otro lado, el término sociedad según Max Weber:

[E]s un sistema o conjunto de relaciones que se establecen entre los individuos y grupos con la finalidad de construir cierto tipo de colectividad estructurada en campos definidos de actuación en los que se regulan los procesos de pertinencia, adaptación[,] participación comportamiento, autoridad, burocracia, conflicto y otros.

A partir de esto, la sociedad se refiere al sistema de relaciones e interrelaciones que vivencian los seres humanos, que están compuestas por millones de personas entre las cuales existen diferencias culturales; esta afirmación nos muestra una vez más que estos no son posible

separarlos, ya que, se complementan mutuamente y es visible la estrecha relación que existe entre la sociedad y la cultura aunque se diferencian conceptualmente. De esta manera, y en esa interacción de individuos e intercambio de signos, símbolos, costumbres, entre otras; se pretende contribuir a la formación de la imagen corporal desde los aspectos antes mencionados.

Teoría Psicosocial

Teniendo en cuenta que la imagen corporal es una construcción dinámica que abarca todo el ciclo vital del sujeto, se cree que para el Proyecto es pertinente la Teoría de Desarrollo Humano “psicosocial” de Eric Erikson, ya que tiene un enfoque psicodinámico; expone, que el desarrollo de la personalidad se da a lo largo de nuestra existencia y para esto son fundamentales la relaciones sociales, la comunicación y la interacción con el mundo.

Tomamos al Psicólogo Eric Erikson ya que estuvo bastante orientado hacia la sociedad y la cultura, y establecía que el desarrollo funciona a partir de un principio epigenético. Postulaba la existencia de ocho fases de desarrollo que se extendían a lo largo de todo el ciclo vital; cada una de ellas tiene algo positivo y algo negativo que se podría vivenciar o experimentar en el progreso a través de cada fase, que está determinado en parte por los éxitos o por los fracasos en las fases precedentes.

Erikson propone cada una de las fases vitales al desarrollo de una serie de competencias. Si en cada una de las nuevas fases de la vida la persona ha logrado la competencia correspondiente a ese momento vital, esa persona experimentará una sensación de dominio que Erikson conceptualiza como fuerza del ego. Haber adquirido la competencia ayuda a resolver las metas que se presentarán durante la siguiente etapa vital; otro de los rasgos fundamentales de la teoría de Erikson es que cada una de las etapas se ven determinadas por un conflicto que permite

el desarrollo individual y cuando la persona logra resolver cada uno de los conflictos, crece psicológica, social, cultural y emocionalmente.

Por lo anterior, estas fases de desarrollo de la personalidad son las más oportunas para el proyecto, debido a que se espera contribuir en la construcción de la imagen corporal del sujeto el cual representa en el individuo la manera en cómo se percibe, se imagina, se siente con respecto a su propio cuerpo; y estas etapas por las que debe pasar el sujeto, se prestan para el hombre que estamos interviniendo ya que es un ser que está en continuo crecimiento. Crecer implica muchas cosas: evolucionar, desarrollarse, adaptarse a un contexto determinado, asimilar cambios, integrarse a nuevos grupos sociales, construir (se) y expresarse.

A continuación, en la tabla 3, se presentan las etapas que Erikson señala como ciclo vital por el cual pasa toda persona

Seguido de esto, se dará una breve explicación de cada una de estas etapas que Erikson nos expone en la tabla 1, la cual contiene el desarrollo completo del ciclo vital de una persona pasando desde la temprana edad hasta llegar a la vejez, estas edades son flexibles para cada estadio atendiendo, principalmente, al desarrollo psicosexual y psicosocial de la persona. De acuerdo con Erikson, las etapas son: Etapa 1, *confianza versus desconfianza*, que está comprendida en niños de los 0 años hasta el año y medio de vida. Esta etapa se refiere a que el modo psicosexual del niño, comprende la asimilación de los patrones somáticos, mentales y sociales por el sistema sensorio motor, oral y respiratorio, mediante los cuales el niño aprende a recibir y a aceptar lo que le es dado para conseguir ser donante. Aquí podemos evidenciar como la confianza que el niño desarrolla es totalmente dependiente por su madre ya que ella suple las necesidades que el infante pasa.

Tabla 3

ESTADIOS	CRISIS psicosociales	RELACIONES / VINCULACIONES	FUERZAS BÁSICAS	PATOLOGÍA ANTIPATÍAS
1.- Infancia	Confianza Vs. Desconfianza	Madre / Orden cósmico	Esperanza	Retraimiento
2.- Niñez temprana	Autonomía Vs. Vergüenza	Padres / De ley y orden.	Voluntad	Compulsión
3.- Edad de Juego	Iniciativa Vs. Culpa	Familia Básica / Dramáticas e ideales	Finalidad	Inhibición
4.- Edad escolar	Industria Vs. Inferioridad	Vecindad, escuela / Formalismo-Tecnología	Competencia	Inercia
5.- Adolescencia	Identidad Vs. Confusión	Pares, grupo, liderazgo/ Ideología	Fidelidad	Repudio
6.- Juventud	Intimidación Vs. Aislamiento	Amistad, sexo: Afiliativas / cooperación y competición.	Amor	Exclusividad
7.- Adulthood	Generatividad Vs. Estancamiento	Generacionales: trabajo dividido- casa compartida/ Cultura-Educación-Tradicición	Cuidado	Actitud rechazante
8.- Vejez	Integridad Vs. desesperanza	Especie humana (mis especies) / Filosóficas	Sabiduría	Desdén

Teoría de desarrollo humano de Eric Erikson. Etapas de Desarrollo de la Personalidad.

Con respecto a la Etapa 2, que comprende los conceptos de la *autonomía versus vergüenza y duda*, es el periodo en el que el sujeto desarrolla una maduración de su sistema muscular y de aprendizaje de la autonomía física en las edades de infancia que está comprendida entre los 24 y 36 meses de edad. En este periodo la presencia del papá y la mamá es fundamental para ayudar al niño en el proceso de la voluntad de aprender, de discernir y decidir, en términos de autonomía física, cognitiva y afectivamente.

En la Etapa 3, compuesta por la *iniciativa versus culpa y miedo* que se produce en la edad preescolar comprendida ésta entre los 3 y 5 años. Así pues, la dimensión psicosexual de esta edad corresponde al descubrimiento y al aprendizaje sexual (masculino y femenino), la mayor capacidad locomotora y el perfeccionamiento del lenguaje. El niño va desarrollando su

propia realidad y fantasía dentro de cada aprendizaje que el sujeto va adquiriendo, aquí podemos ver cómo el niño va desarrollando el componente *cognitivo-afectivo*; *cognitivo* desde la forma lógica pre operacional y comportamental y *afectivo* en la expresión de sus sentimientos.

Entonces, en la Etapa 4 que trabaja la *industria versus inferioridad* en la edad escolar - latencia (5 a 11 o 13 años), un período de la latencia que disminuye los intereses por la sexualidad personal y social, acentuándose los intereses por el grupo del mismo sexo. La niñez desarrolla el sentido de la industria en relación con la iniciación científica y tecnológica; en este desarrollo cognitivo el alumno comienza a tomar conciencia de responsabilidades y compromisos. Del mismo modo, los alumnos tienen más disposición a procesos de aprendizaje con respecto a movimientos, juegos, deportes que se les enseñan en contextos de placer, alegría e integración social.

En la Etapa 5 que se trabajan los conceptos de *Identidad versus confusión de roles* y que está determinada en una edad desde los 12 años hasta su mayoría de edad. El período de la pubertad y de la adolescencia se inicia con la combinación del crecimiento rápido del cuerpo y de la madurez psicosexual, que despierta intereses por la sexualidad y formación de la identidad sexual de roles. Esta etapa se desarrollará más adelante debido a que es la etapa en la cual se centra este proyecto.

La Etapa 6 *Intimidad versus aislamiento* (joven adulto: de 20 a 30 años) la madurez - psicosexual del adolescente tiene su culminación en lo que la psicoanálisis llama momento de la genitalidad, que consiste en la capacidad de desarrollar una relación sexual saludable, con un partícipe amado del otro sexo.

Posteriormente se encuentra la Etapa 7: *Generatividad versus estancamiento* (adulto: de 30 a 50 años) En este estadio, la prevalencia del modo psicosexual es la cualidad de la generatividad que es, fundamentalmente, el cuidado y la inversión en la formación y la educación de las nuevas generaciones, de los propios hijos, los hijos de los otros y de la sociedad. Y finalmente la *Integridad versus desespero* (vejez: después de los 50 años) El trazo sintónico de este estadio es el de la integridad. En ella, los modos y los sentidos anteriores son resignificados a la luz de los valores y de las experiencias de ese momento, sean los sanos o los patológicos.

Estas etapas nos muestran que el ser humano es dinámico en la medida en que sus experiencias individuales, colectivas y con el entorno lo van construyendo y transformando en sus diferentes aspectos. Estas etapas, se articulan de manera coherente con nuestro proyecto, sin embargo, la *Etapa 5* corresponde al tipo de población con en la cual vamos a intervenir. Por esta razón a continuación la desglosamos y mostramos su relación.

La etapa cinco, de 12 a 18 años, donde el niño sufre una crisis entre *la identidad y confusión de roles*, es decir, empieza a preguntarse por su papel en la sociedad, evalúa y califica sus habilidades, necesidades y deseos para poder aportar algo a ella. Según Erikson (1998):

La "virtud" fundamental que surge de esta crisis de identidad es la virtud de la fidelidad. Implica un sentido de pertenencia a un ser amado, o a un amigo y compañeros. También, implica identificarse con un conjunto de valores, una ideología, una religión, un movimiento, o un grupo étnico. La autoidentificación emerge porque el individuo ha seleccionado las personas y los valores que considera justa antes que aceptar los de sus padres.

Entendemos entonces que, el individuo pasa por una etapa donde construye su personalidad a partir de diferentes factores sociales, religiosos, culturales y afectivos; que influyen directamente

en la construcción de su imagen corporal y la satisfacción que este tenga con ella. El sujeto es muy susceptible a las opiniones, visiones y perspectivas que el mundo y sus iguales tenga de él.

Cierta cantidad de confusión de identidad es normal, sin embargo, existe la naturaleza caótica de la conducta de muchos adolescentes (intolerancia, impaciencia y la no reflexión de los actos), como también su penosa timidez por su apariencia. (Alto, bajo, delgado, gordo, incapaz, inseguro, etc.). Este es el punto preciso de articulación con nuestro PCP, teniendo en cuenta los aspectos de la imagen corporal que es una construcción dinámica y no estática, que cambia paralelamente a las experiencias del sujeto; la imagen corporal tiene tres componentes desde Thompson que son: *el perceptual*, *el cognitivo-afectivo*, *el conductual* y un cuarto que creemos muy importante en el ser humano y es el componente *social*; la naturaleza confusa del adolescente casa perfectamente con estos procesos psicosociales de la construcción de la imagen corporal.

En consecuencia, estos componentes se involucran de manera directa en estas edades afectando el desarrollo social, comunicativo y psicológico de los sujetos, ya sea de manera positiva o negativa. Las alteraciones de este componente podrían causar sobreestimaciones o subestimaciones referentes al cuerpo, ya que es el encargado de cómo los sujetos van adquiriendo conciencia de sus diferentes segmentos corporales con el peso, el tamaño y la forma. La incidencia de este aspecto es fundamental para que el alumno adquiriera seguridad de sí mismo, ya que en la medida que su percepción sea de tal o cual manera, se ubicara y localizara en el mundo como una ficha importante o una no tan relevante.

Por otro lado, el desarrollo de este componente tiene como consecuencia modificaciones o cambios en el aspecto cognitivo-afectivo, ya que, el sujeto sufre una serie de emociones y

sentimientos referentes al propio cuerpo como por ejemplo: rabia, gusto, placer, etc. Es evidente que este proceso por el que atraviesa el sujeto es determinante para la comunicación corporal que pueda tener este para con los demás, por eso es necesario que el sujeto se reconozca física y mentalmente con datos y/o apreciaciones aproximado de lo que es realmente, y a su vez reconozca al otro como parte importante de su construcción como persona.

Así mismo, el *componente conductual* es uno de los más reveladores ya que este se exterioriza y es observable con facilidad, la fluidez de los gestos corporales y faciales, la mirada, la tensión o relajación que tenga el cuerpo cuando está expuesto a ciertas situaciones de exhibición. Este nos da información de los dos primeros componentes a través de la conducta.

La sociedad actual tiene como característica basar su criterio por lo que ve, por la primera impresión, por lo superficial, poco o nada de importancia le dan al fondo, estos componentes se ven relegados a lo que el sujeto ve.

Ya que, consideramos que el desarrollo no debe ser visto como un proceso individual, sino netamente social, vemos que, la Educación, en este aspecto es fundamental, ya que es la encargada de orientar y facilitar el desarrollo integral del sujeto desde el ámbito sociocultural, en tanto, buscamos un tipo de ser humano capaz de relacionarse de forma asertiva, comunicando lo que piensa y expresando lo que siente, con la capacidad de tomar decisiones respecto a su cuerpo, que de su entorno le sirve para su construcción personal y que definitivamente no. Con una identidad cultural, con bases históricas y sin dejarse llevar de los medios de comunicación homogeneizadores. Capaz de identificar y reconocer al otro y los otros, darse cuenta que no está solo en el mundo, que las historias, formas de ver el mundo y las dinámicas sociales de sus iguales también cuentan en su proceso de desarrollo individual.

La imagen corporal desde la Educación Física un enfoque pedagógico

Este proyecto entiende la educación [como] la formación del hombre por medio de una influencia exterior consciente o inconsciente o por un estímulo, que si bien proviene de algo que no es el individuo mismo, suscita en él una voluntad de desarrollo como conforme a su propia ley. Nassif (1980) . Como plantea Lemus (1969), “sin la educación no habría pedagogía, pero sin pedagogía la educación no tendría carácter científico, viéndola como intencional y sistemática”. En la construcción de este proyecto se nota la importancia del papel de la educación, ya que a través de ella se puede transmitir conocimiento, además, de diferentes perspectivas del mundo, como actuar frente a diferentes situaciones de la vida y además de eso, amor propio; estos valores son la base para que los niños y jóvenes desarrollen la capacidad necesaria para interactuar con el otro en los diferentes contextos. Así mismo, dejar ver que el pedagogo es un actor importante en el proceso educativo, pues es él, quien por medio de un constructo teórico construye un método para sus prácticas e intervenciones en el campo educativo.

Como manifiesta Lemus (1973. p. 15) “[e]l fin educativo es la formación de hombres libres, conscientes y responsables de sí mismos, capaces de su propia determinación”. La construcción de la imagen corporal, hace una coyuntura directa aquí, ya que es evidente que para lograr una construcción libre de estereotipos y presiones sociales; el sujeto debe ser capaz de tener una visión/lectura crítica y reflexiva de su propia realidad y contexto, tomando así los elementos que cree pertinentes y fieles a su perspectivas del mundo, sin dejarse llevar de la mayoría o la moda.

Se puede ver como la educación transforma y potencia al hombre natural para hacer emerger un hombre distinto, que se va fortaleciendo cuando interactúa en el proceso de

enseñanza aprendizaje, asimismo, se busca potenciar cualidades y actitudes que son importantes desarrollar en los sujetos como un ser inteligente, conocedor, independiente, seguro, amoroso, disciplinado, honesto, alegre, un ser capaz de expresarse con los otros en diferentes contextos; donde ellos intervengan y puedan participar de forma libre y espontánea en la construcción de sí mismos y en el reconocimiento del otro.

Por consiguiente, creemos que la educación es el elemento fundamental para lograr potenciar en los estudiantes una construcción en el proceso de conocimiento y al mismo tiempo desarrollar sus capacidades físicas, motoras, psíquicas y sociales, contribuyendo a esto, desde nuestro proyecto curricular particular que tiene como eje central la imagen corporal, que se construye en el sujeto desde los *aspectos perceptivos, cognitivos-afectivos y conductuales*.

En primera medida, el *aspecto Perceptual* se refiere a cómo la concepción y/o visión que tenemos de nuestro cuerpo físico, es decir, el tamaño, peso y forma de este o algún segmento corporal, afecta la propia imagen ya sea de forma positiva o negativa. La importancia de conocer el propio cuerpo es fundamental para la concientización e interiorización de sus diferentes partes y de su utilización, para brindar la posibilidad de movimiento.

En segundo lugar, el *aspecto cognitivo-afectivo* señala los sentimientos que despierta el propio cuerpo, esto es determinante para la vida intra e interpersonal, ya que depende si las emociones y sentimientos son de carácter positivo o negativo, las actitudes que el sujeto tenga para con sí mismo y los demás, de ahí se desglosa el *aspecto conductual* que es el que indica que tal son las relaciones sociales y comunicativas del individuo, tanto en los grupos sociales más próximos como los más lejanos.

Ahora bien, cuando hablamos de pedagogía, decimos que esta es la que le da sentido a la intención educativa que se refleja en acciones planeadas y sistemáticas que pueden ser modificadas para lograr los objetivos educativos que son esencialmente sociales y humanos. Siendo estos los más importantes, pues estos se plantean en función de un ser humano, queriendo siempre el desarrollo integral del sujeto, es decir, según los Lineamientos Curriculares de Educación Física desarrolla todas sus dimensiones: corporal, cognitiva, comunicativa, ética, espiritual y estética.

Así mismo, que desarrolle las capacidades necesarias para desenvolverse en el mundo y, a través de ello buscamos tener un impacto en el educando que se pretende formar; puesto que esté sujeto tendrá una constante interacción con la sociedad, en la cual el individuo influye y está a su vez interviene en él, debido a que el ser humano requiere de la interacción y de la convivencia con otros seres humanos para educarse, desarrollarse y reproducirse desde lo físico y lo intelectual; el proceso educativo requiere también de una reflexión acerca de cómo el sujeto aprende, que se le enseña y para qué le sirve lo que aprende; estas preguntas no sólo orientan la educación y sus objetivos, sino que además propician una mejora en la calidad de la educación que se brinda al sujeto.

Por otro lado, la pedagogía *es la que estudia y propone estrategias para lograr la transición del niño del estado natural al estado humano, hasta su mayoría de edad como ser racional, autoconsciente y libre.* (Flórez, 2005). Dicho esto, el proceso que pretendemos se de en la clase de Educación Física es que sea dirigido a mejorar y hacer más objetivo el tratamiento didáctico o metodológico, y a posibilitar con ello el aumento de las capacidades cognoscitivas, motrices y afectivas de los alumnos, y por medio de las actividades motrices que son el primer

recurso que poseen los niños y las niñas para comunicarse y relacionarse con el mundo que les rodea; por lo que a partir del propio movimiento y a través de la interacción social, el sujeto deberá aprender a conocer su propio cuerpo y a utilizarlo como medio de expresión y de intervención en el medio. Desde este punto, el individuo tendrá la posibilidad de construir su identidad personal dentro de los diferentes contextos en los cuales este se encuentra inmerso, gracias a la construcción que este logra incorporar en las diferentes experiencias y vivencias de la clase de Educación Física. Ahora bien, cuando un niño logra tener interacción con el otro y con su entorno a partir de su movimiento, el sujeto crea una relación de confianza con su propio cuerpo, la cual puede generar en el individuo un mejor desenvolvimiento en las actividades.

Desde el enfoque curricular, debemos tener en cuenta la concepción de hombre y sociedad que se está formando, ya que, la concepción curricular asumirá un punto de vista sobre el conocimiento (posición epistemológica). De la misma manera se pronunciará sobre la relación que la educación establece con la sociedad y su transformación (posición social), también, tomará una postura frente al aprendizaje, el rol del maestro y el alumno en el espacio o encuentro educativo (posición psicopedagógica). Partiendo de la riqueza semántica de este término podemos definir algunas regularidades que lo pueden identificar en torno a la concepción teórica del currículum según Cazares, M (2008, p.175) es visto como:

- El currículum como formación, porque es donde los profesores desde su práctica en las aulas van consolidando nuevas estrategias de enseñanza-aprendizaje y condicionando su desarrollo profesional en la acción.
- El currículum como un conjunto de experiencias vividas, donde se enfatiza el carácter dialéctico del proceso, no en lo que se debe hacer sino realmente cómo se hace y por qué

se hace, donde la flexibilidad curricular condiciona la actuación del docente desde la perspectiva organizacional de las instituciones educativas.

- El currículum como sistema, donde se profundiza este carácter desde la relación coherentes de sus componentes didácticos; objetivos, contenidos, estrategias, medios, recursos y evaluación, visualizando la necesidad de organizar alternativas metodológicas que den respuesta al encargo que la sociedad demanda de las instituciones educativas en un momento histórico concreto y a la luz de las exigencias del nuevo milenio
- El currículum como concurrencia de prácticas, donde las relaciones profesor-alumno condicionan un nivel de reflexión sobre la praxis en las aulas condicionando las relaciones afectivas en el proceso hacia la búsqueda de reflexiones profundas que retroalimentan la actuación docente, por lo que se distingue un currículum vivido que es efectivamente el que vivencia el estudiante su formación
- El currículum en la formación de valores, desde una perspectiva axiológica en la integración de lo instructivo y lo educativo en respuesta a los retos de la sociedad contemporánea.

Relacionando lo dicho, con nuestro proyecto curricular particular opta por el enfoque curricular Práctico que en coherencia con lo que hasta ahora se ha dicho éste, Cazares, M. (2008) está centrado en el proceso de enseñanza-aprendizaje y no en el producto, aprendizaje basado en una interacción adecuada entre sus participantes, donde la práctica condiciona procesos reflexivos de interpretación de los participantes desde una perspectiva ética, dinámica, deliberativa y dialógica, donde las acciones educativas constituyen espacios de comunicación en los que las expectativas, las motivaciones, las interpretaciones y las valoraciones de los

participantes que interactúan dialécticamente y conforman un proceso continuo de toma de decisiones.

Con relación a lo anterior, Erikson reinterpretó las fases psicosexuales elaboradas por Freud y enfatizó, según Engler *los aspectos sociales* de cada una de ellas en cuatro aspectos principales: a) incrementó el entendimiento del *yo* como una fuerza intensa, vital y positiva, como una capacidad organizadora del individuo con poder de reconciliar las fuerzas sintónicas y las distónicas, así como de solucionar las crisis que surgen del contexto genético, cultural e histórico de cada individuo.

b) [E]xplicitó profundamente las etapas de desarrollo psicosexual de Freud, integrando la dimensión social y el desarrollo psicosocial; c) prolongó el concepto de desarrollo de la personalidad para el ciclo completo de la vida, que estaba comprendido desde los 0 a la etapa de la vejez; d) exploró el impacto de la cultura, de la sociedad y de la historia en el desarrollo de la personalidad.

Erickson desde su postura nos muestra siete estadios de manera procesual en las diferentes edades y que integran las cualidades y las limitaciones de cada estadio; el modelo epigenético de Erikson es también un modelo ontogenético. Ya que los estadios son procesales y en continuo desarrollo, implicando la transformación de las estructuras operacionales como un todo, en la dirección de la mayor diferenciación interna, complejidad, flexibilidad y estabilidad.

Según Kemmis (1988) :

Adopta un punto de vista más activo acerca del papel de la educación, de las escuelas y de los profesores, en su contribución a la sociedad y a la cultura mediante el desarrollo de personas educadas (capaces de pensar de manera crítica, actuar en forma sensata, y así sucesivamente) y de los valores y decisiones educativos de los profesores.

La teoría práctica del currículum desde la interacción humana en este caso en el ámbito educativo y más específicamente entre el docente y el alumno, ya que son los participantes activos dentro de la interacción y en el desarrollo curricular aceptamos que éste es un asunto práctico, donde todos los participantes en el desarrollo curricular habrán de ser considerados sujetos y no objetos, donde el currículum está comprometido con la construcción de significados compartidos en el aula, donde las experiencias de aprendizaje del alumno constituyen el núcleo de la planeación curricular desde una comprensión profunda de lo que realmente ocurre en las aulas. Del mismo modo, en este contexto la preocupación fundamental del profesor estará centrada en el aprendizaje teniendo como núcleo principal la construcción del significado del alumno como sujeto activo de dicho proceso, donde las relaciones profesor-alumno emerjan en un clima de igualdad y comprensión afectiva en la búsqueda del valor educativo de lo enseñado.

Así mismo, se llevará de la mano entre maestro-alumno esas dinámicas socio-culturales que contribuyan a construir bajo criterios propios una imagen corporal, la cual se trabajara en las diferentes actividades que se desarrollen en la clase de Educación Física; para ir dejando a un lado esos estereotipos hegemónicos que los diferentes medios tratan de que los individuos adapten para fines externos y ajenos a cada sujeto que compone la sociedad.

Figuroa Díaz (1981) toma el concepto de Currículum *como un proceso dinámico de adaptación al cambio social, en general, y al sistema educativo en particular*, sabiendo que el currículum tiene como propósito deliberado y manifiesto la formación y el desarrollo en los alumnos y alumnas, de una identidad, una conciencia y una moral, que les permite definirse como personas individuales; el propósito de la educación de la sociedad y la cultura que sin duda alguna, son muy trascendentes, ya que a través de las actividades motrices, esquema corporal,

identidad, el reconocimiento del sí, todas trabajadas por medio de la clase de Educación Física, y desarrolladas por los sujetos los cuales a través de esas experiencias, lograrán generar conciencia y a partir de ello tengan la posibilidad de satisfacción de su Imagen Corporal.

Hoy por hoy, la educación colombiana, ha tomado rumbos diferentes, teniendo un sentido menos axiológico que en otros tiempos, esta no tiene en cuenta los sentimientos y emociones del sujeto, tampoco, los forma en valores, como el respeto, la honestidad, el amor y la solidaridad entre otros, los jóvenes de hoy en día ya no tienen arraigados, inculcados y/o apropiados estos valores que permiten una fluidez y armonía sociocultural.

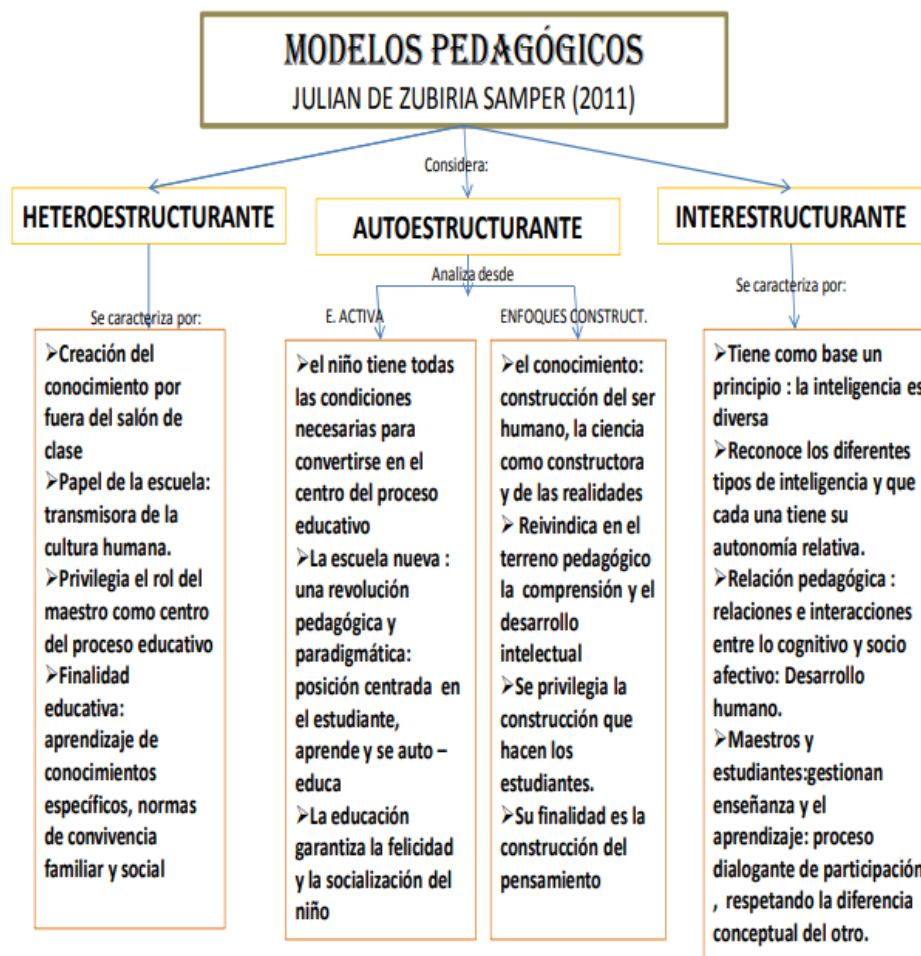
Según *Flórez Ochoa*, un modelo es la imagen o representación del conjunto de relaciones que definen un fenómeno, con miras a su mejor entendimiento. Se puede decir entonces que un modelo pedagógico es una aproximación teórica útil en la descripción y comprensión de aspectos interrelacionados de un fenómeno en particular como lo expresan Pinto, Castro.

Enfoque pedagógico Interestructurante

Para desarrollar este proceso de enseñanza aprendizaje desde el proyecto, se tendrá en cuenta el modelo pedagógico interestructurante siendo la educación un fenómeno social, un modelo pedagógico, es un sistema formal que busca interrelacionar los agentes básicos de la comunidad educativa con el conocimiento científico para conservarlo, producirlo o re-crearlo dentro de un contexto histórico, geográfico y cultural determinado. Este constituye modelos propios de la pedagogía, reconocida no sólo como un saber sino también que puede ser objeto de crítica conceptual y de revisión de los fundamentos sobre los cuales se haya construido.

Según Julián de Zubiría los modelos pedagógicos que dan respuesta a los postulados:

Los fines y las intenciones educativas, los contenidos, los propósitos, las estrategias metodológicas, la manera de trabajar en clase y la evaluación son los modelos que se muestran en la figura 2:



De acuerdo con esto, el modelo pedagógico que se desarrolla en este proyecto será el interestructurante el cual tiene como propósito enfocarse en el desarrollo constante de habilidades cognitivas, socio-afectivas y praxiológicas de los sujetos, haciendo énfasis no solamente en el aprendizaje sino en el desarrollo de los mismos. Este tipo de modelo da más relevancia y prioridad al proceso educativo, que al resultado final.

Según De Zubiría:

El cuaderno de un niño, los textos que usamos, un tablero con anotaciones, la forma de disponer el salón o simplemente el mapa o el recurso didáctico utilizado, nos dicen mucho más de los enfoques pedagógicos de lo que aparentemente podría pensarse. Son en realidad la huella inocultable de nuestra concepción pedagógica.

Este modelo pedagógico se enfoca en el desarrollo de *3 tipos de dimensiones* que son *la cognitiva, la afectiva y la práctica*. Donde los maestros no se ocupan solamente del aprendizaje y la transmisión del conocimiento de los estudiantes sino también del desarrollo de los mismos *como*, una gran misión de este modelo es la de convertir personas que piensen, sientan y actúen, en hombres y mujeres más integrales y más humanos.

Es necesario que el docente busque la interrelación del aprendizaje y desarrollo, ya que desde la escuela se debe reemplazar los conceptos que tiene el estudiante, para que de este modo desarrolle el conocimiento enlazando conceptos nuevos con los antiguos, esto para lograr que con la ayuda del docente como mediador vaya enfocando el desarrollo de conocimiento de forma inductiva y deductiva. Así de esta manera se intervendrá en los sujetos por medio de los diversos grandes momentos que se tienen planteados desarrollar en este PCP, logrando así la asociación o articulación de conocimientos.

Del mismo modo, se van produciendo estrategias pedagógicas que son las que deben tener como principal importancia el papel activo de los estudiantes y el del maestro, donde el docente es el encargado de organizar y seleccionar los propósitos a los cuales quiere llegar con cada una de las actividades que plantea o desarrolla, como por ejemplo seminarios y juegos grupales e individuales, donde permita a los estudiantes interactuar conocimiento ya sea en la teoría o práctica, tanto con sus compañeros como con el docente. Esto con el fin de que el

estudiante participe; tenga un papel activo, una comunicación constante y además de eso que su voz y su opinión tenga peso o cierta importancia en el proceso educativo, esto, le da al estudiante una sensación de seguridad, permitiendo que se comunique con facilidad y menos timidez (si se tiene) y con más apropiación de lo que piensa y siente.

Por consiguiente, para posibilitar un mejor proceso de enseñanza-aprendizaje se deberá evaluar las experiencias que van teniendo los estudiantes con respecto a la imagen corporal, por medio de los diferentes conocimientos que logra obtener en el desarrollo de las actividades propuestas. Teniendo en cuenta, que se entiende por evaluación a un proceso en el cual se reconoce como uno de los puntos para estudiar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Proceso Evaluativo.

El tipo de evaluación que se tomó en este proceso, fue la *evaluación formativa*, que es un proceso en el cual profesores y estudiantes comparten metas de aprendizaje y evalúan constantemente sus avances en relación a estos objetivos. Esto se hace con el propósito de determinar la mejor forma de continuar el proceso de enseñanza y aprendizaje según las necesidades de cada estudiante.

Cardinet (1986) dice que la evaluación formativa:

[P]ara que este tipo de evaluación sea aplicable por los profesores, no tiene que exigirles el uso de un extenso conjunto de instrumentos apropiados. Porque es en el mismo curso del aprendizaje donde la forma de operar y donde las realizaciones de los alumnos tienen que ser observadas y utilizadas inmediatamente para rectificar su forma de proceder (p.45).

Además, la evaluación con finalidad formativa es aquella que se realiza con el propósito de favorecer la mejora de: *un proceso de aprendizaje, una estrategia de enseñanza, la creación de material pedagógico*, entre otros. este tipo de evaluación tiene con fines formativos sirve a la

toma de conciencia que ayuda a reflexionar al sujeto sobre su proceso, se inserta en el ciclo reflexivo de la investigación como; la planificación de una actividad, la toma de conciencia de lo ocurrido en la clase y una intervención posterior. Igualmente ayuda a cómo están aprendiendo y/o progresando los estudiantes.

El enfoque de evaluación formativa, considera esta como parte del trabajo cotidiano del aula y la utiliza para orientar este proceso y tomar decisiones oportunas, que den más y mejores frutos a los estudiantes. Su foco está en determinar cómo seguir avanzando y en esta función todas las formas de retroalimentación (oral, escrita, visual, individual o grupal), juegan un papel fundamental, pues son las herramientas con las que el profesor orienta a sus estudiantes, entregándoles información que describe: qué deben lograr, cómo lo están haciendo y cómo pueden mejorar.

El papel de docente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

De esta manera se puede decir que el docente por medio de la clase de Educación Física, es capaz de contribuir a la formación integral de los estudiantes desde la reflexión de las experiencias que realiza en sus clases; que orienta a sus estudiantes en la incidencia que tiene la sociedad sobre cada uno de nosotros, las consecuencias que puede tener ello en sus vidas; y así permitir al sujeto desarrollar de la mejor manera los procesos, donde los individuos van teniendo sus experiencias individuales y colectivas haciendo posible que desde la praxis pedagógica se desarrolle elementos fundamentales para el afianzamiento del sujeto como la motricidad, el movimiento, la expresión a través del cuerpo, entre otros. El docente como mediador entre el conocimiento y el estudiante debe ser capaz de tener en cuenta el conocimiento y experiencias de los estudiantes para tener un diálogo bidireccional o si se quiere multidireccional entre los tres

componentes (estudiante-conocimiento-docente). Así mismo, el profesor de Educación Física tiene la ventaja de tener contacto verbal, expresivo y corporal constante con el estudiante en un ambiente diferente al resto de espacios académicos (magistrales) porque educa a través, en y para el movimiento.

Sujeto dialogante.

El sujeto al que se quiere contribuir de una u otra forma en este proyecto debe trabajar en equipo, ser capaz de auto-dirigirse, auto-evaluarse y auto-monitorearse, de resolver problemas, etc.; del mismo modo, el alumno ha de cambiar también su rol y buscar un rol activo en la construcción de su propio proceso de aprendizaje, dominar las habilidades requeridas para la conducción de las diferentes actividades a trabajar en la clase, el trabajo en equipo y la acción colectiva. Además de asumir posturas frente a los fenómenos sociales que van a tratar de influir en su transformación tanto de su realidad y su imagen corporal.

Por medio del proceso de socialización los individuos son enseñados a comportarse mediante unos patrones culturales siendo los individuos moldeados por los contextos donde estas culturas se desarrollan. el ser humano muestra características biológicas que le imponen la necesidad de vivir en sociedad, pues nace tan desvalido físicamente, que su sobrevivencia es casi imposible sin sus padres, se desarrolla, aprende, y poco a poco nota que puede valerse por sí mismo. Luego reconoce que llega a esa etapa porque tuvo apoyo de sus mayores, quedando así ligado racionalmente a ellos y posteriormente también adquiere un instinto de protección para sus hijos; el ser humano al vivir en sociedad, se ve en la necesidad de organizarse en todos sentidos, creando estructuras sociales diversas y dinámicas, entidades éstas como la forma propia

que observa cada cultura para organizar su convivencia: familia, trabajo, educación, gobierno, ciudad, etc.

Retomando la etapa 5 de la teoría psicosocial de Erikson del desarrollo de la personalidad, donde se contraponen La identidad vs la confusión, el sujeto atraviesa por un desarrollo cognitivo complejo donde debe identificar los elementos socioculturales que hace parte de él, de su corporeidad y que lo hace un ser único e irrepetible. Por otro lado, existe todos los factores sociales que de una u otra manera hacen que nazca una confusión acerca de si es o no lo que él quiere ser. Contra estos dos procesos cognitivos se enfrenta el sujeto; aquí es donde el proyecto pretende intervenir para de alguna manera ayudar al sujeto a resolver esas inquietudes de forma crítica y reflexiva.

El hombre adquiere, mediante el aprendizaje y la acumulación de experiencias, unas pautas de comportamiento que harán de él, tras un largo proceso, un ser social maduro, dotado de una personalidad propia, capaz de participar en la vida de su sociedad. Ahora bien, esta larga etapa de aprendizaje es una experiencia que se realiza mediante la interacción con otros individuos, perteneciente a diversos grupos sociales, inmersos todos ellos en una determinada cultura. Este proceso mediante el cual el individuo aprende unas pautas de comportamiento, unas actitudes, unos hábitos, unos valores, unas creencias, que lo integran en la sociedad en que ha nacido recibe el nombre cultura.

La cultura determina cuál de los muchos caminos de conducta elige un individuo y a través de ello es importante rescatar que dichos elementos de la sociedad y de la cultura son apropiados por el sujeto hasta tal punto de influir en su personalidad, siendo estas las conductas que hacen parte de la identidad de las personas como un constructo personal y social, con la que

viven los sujetos y la cultura puede ser una base de predicción de la conducta diaria del individuo y se busca la ejecución de las rutinas sociales. La cultura es una herramienta que permite situar y precisar el verdadero contenido social y así el concepto de cultura ha sido considerado como el de mayor importancia para la Sociología. La cultura se identifica al menos por un componente socio estructural, un referente conductual y una base material.

Componente disciplinar de la imagen corporal

Expresión Corporal

Como educadores físicos, preocupados por la falta de criterio en la construcción de la imagen corporal de los sujetos y todas las repercusiones que esto tiene en su desenvolvimiento social, afectivo y cognitivo en el mundo, nos acogemos como proyecto a la Expresión Corporal, ya que, esta tendencia de la Educación Física permite al sujeto comunicarse a través del cuerpo, el movimiento y el sentimiento, que son sus elementos básicos para relacionarse con su entorno.

La tendencia de la expresión corporal conduce al descubrimiento de sentimientos, emociones, perspectivas de sí mismo, de los otros y del mundo a través del reconocimiento del propio cuerpo y de sus segmentos corporales, como lo señala Ponty (2013):

[...] volver al mundo vivido, más acá del mundo objetivo, pues es en él que podremos comprender así el derecho como los límites del mundo objetivo, devolver a la cosa su fisonomía concreta, a los organismos su manera propia de tratar el mundo, su inherencia histórica a la subjetividad, volver a encontrar los fenómenos, el estrato de experiencia viviente a través de la que se nos dan el otro y las cosas, el sistema «Yo-El Otro-las cosas» en estado de nacimiento, despertar de nuevo la percepción y desbaratar el ardid por el que ésta se deja olvidar como hecho y como percepción en beneficio del objeto que nos ofrece y de la tradición racional que ella funda. (Merleau-Ponty, 1993, p. 78)

Desde este punto de vista, se contribuye a la expresión de la corporeidad del sujeto. Del mismo modo permite potenciar aspectos de la identidad y la personalidad ya que el sujeto es capaz de reconocerse a sí mismo, identificarse con varios aspectos sociales y culturales como la religión, los rituales, las como creencias, las tradiciones, las formas de vestir y los estilos de vida, entre otros.

Como lo menciona Vázquez (1986) p. 64, citado por Zalagaz; Moreno; Cachón (2001) p. 4 , “La expresión corporal [es un] cuerpo comunicante, [que] surge para buscar el equilibrio psíquico-físico de estudiante y, posteriormente, se constituyó como tendencia. En un principio la falta de concentración de los contenidos de esta tendencia, hace que en ella se den cita de manera compulsiva las prácticas más variadas: desde actividades extraescolares relacionadas con la expresión, hasta la danza, la psicomotricidad, el mimo, las técnicas de expresión corporal, el teatro, todo dependía del conocimiento e implicación del profesorado”.

Hoy por hoy, es un núcleo de contenidos de la enseñanza primaria, secundaria y bachillerato, en el que se trabajan desde las habilidades perceptivo motrices, hasta las coreografías, pasando por los cuentos motores, los bailes de salón, el aeróbic, de alguna manera sistematizada, adaptada a las diferentes necesidades del entorno y los sujetos, ésta que gusta mucho a nuestros estudiantes.

Desde este punto de vista, la tendencia de la Expresión Corporal apunta al desarrollo de la imaginación, la improvisación, la espontaneidad y la creatividad. El resultado de esta es un enriquecimiento del crecimiento personal, además, enseña a encontrar modalidades de comunicación más profundas e integrales, lo que influye directamente en el encuentro con los demás. Ostos. (2009)

No basta, sólo con entender que es la Expresión Corporal y cuáles son sus fundamentos teóricos: hay que experimentarla. Y a través de la propia experiencia es la manera en la cual se debe facilitar la posibilidad de que los alumnos la descubran y la vivencien. Por ello es importante que los aspectos conceptuales sean complementados y reforzados a través de ejercicios prácticos y haciendo un puente entre la teoría y la práctica; de esta manera se puede generar que el estudiante pueda afrontar las clases con tranquilidad, seguridad, y creatividad.

La Expresión Corporal puede ayudar a agudizar la sensibilidad ante la diversidad que presentan los sujetos y colaborar a que se formen una imagen corporal ajustada de sí mismos. Ya que se genera la espontaneidad y a la tendencia natural al movimiento propio de esta edad. Amplía y enriquece el lenguaje corporal de los niños, fomentando la concienciación y expresión de sus sentimientos.

La aplicación práctica de la Expresión Corporal en Educación Física, basándonos directamente en los planteamientos de la LOGSE (Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo), se componen de:

- Educación postural e imagen corporal.
- Expresión y comunicación no discursiva: Lenguaje corporal y gesto.
- Dominio del espacio tiempo.
- Danza/Baile.
- Teatro evolutivo (Juego simbólico; juego de roles; juego dramático; dramática creativa; creación colectiva y montaje de textos).
- Mimo.

Por consiguiente, la expresión corporal se refiere a la forma de cómo el ser humano puede expresarse por medio de movimientos con el cuerpo, señas o gestos; pueden ser medidas por medio de sus conductas de expresión y comunicación manifestadas a través del cuerpo. Ya que el sujeto está en constante comunicación con el entorno, con los otros y consigo mismo. Un factor importante es que la persona sea muy expresiva y que esto depende en gran medida de la autoestima, seguridad y confianza que tiene en sí mismo.

Dentro de la tendencia de Expresión Corporal, la imagen corporal se puede dividir en propioceptivo y perceptivo, es decir la primera se refiere al hecho de cómo nos vemos a nosotros mismos, cómo nos percibimos, incluso en nuestra mente. Y la segunda es él como vemos a los demás, y no se refiere sólo al hecho físico, sino incluso los sentimientos y emociones que manifestamos o percibimos del cuerpo. De esta forma la corporeidad es vista como unidad única e irrepetible, su imagen, esencia, alma, sentimientos, pensamientos, etc.; es algo más complejo, pero que incluso queda grabada en una fotografía, ya que cuando se ve y la recuerdan las personas que conocen al sujeto.

Dentro de la clase de educación física se pretende desarrollar los contenidos propios de esta tendencia como lo son el esquema corporal, lateralidad, proxemia, reconocimiento del yo, identidad, juego de roles, ritmo y respiración todos estos contenidos están directamente relacionados con la imagen corporal.

Esquema corporal: Este momento donde el niño va adquiriendo conciencia de su propio cuerpo y queriendo mejorar las capacidades motoras del mismo. Se fortalecerán por medio del deporte en el cual el sujeto tiene la posibilidad de mejorar capacidades como la fuerza, coordinación, velocidad, equilibrio, flexibilidad y resistencia.

Lateralidad: Este momento donde los niños tienen dificultades de diverso tipo por el predominio motor relacionado con las partes del cuerpo, que integran sus mitades derecha e izquierda y a través del Juego donde los estudiantes van a tener que utilizar sus dos hemisferios en este caso en el juego de ponchados donde por cierto límite de tiempo podrá usar una mano y luego la otra.

Proxemia: Ya que la proxemia es vista desde la Educación Física como una producción de significados a partir del manejo y relaciones de distancia con nuestro cuerpo. Concluimos que las actividades adecuadas (teniendo en cuenta en grupo de estudiantes que tienen entre 12-15 años de edad) son las de deportes de conjunto y contacto ya que en estos espacios se facilita tener conciencia de la distancia que existe entre los compañeros y el sujeto, que tanto se puede alejar o acercar de ellos y hasta donde es permitido hacerlo, de igual manera con el objeto ya sea, una pelota, balón, disco, etc. Evidenciando así la aparición de las relaciones sociales entre los involucrados.

Reconocimiento de sí mismo: Aquí se debe hacer una reflexión en cada actividad ejecutada acerca de la importancia del papel que juega el sujeto en los grupos o núcleos sociales como lo son: la sociedad, la familia, la escuela, el grupo de iguales, ya que al tener conciencia de este

Identidad: La práctica educativa contribuye a la construcción de la identidad personal y social al trabajar las sensaciones y las emociones. Por medio del deporte el sujeto entabla relaciones que se generan por medio de la competencia; el individuo llegará a evaluar su participación dentro de este tipo de actividades y esto generará una identidad para este tipo de práctica. Además, se trabajará desde el reconocimiento del entorno en el que el sujeto vive, las

personas que lo rodean, las dinámicas sociales, la música, las creencias, entre muchos otros aspectos. Identificar cómo el entorno y todo lo que lo acompaña influye en su forma de ver el mundo, de expresarse, de verse a sí mismo, de ver a los iguales y en cómo se siente consigo mismo.

Mateu (1993), establece cuatro ámbitos en los que se desarrolla la expresión corporal: social, psicológico, artístico y pedagógico. Dentro del ámbito social comenta que las prácticas sociales persiguen como objetivo el bienestar y la liberación del individuo a través de su expresividad. La expresión del cuerpo constituye una de las componentes de la personalidad, manifestación de la motricidad y referencia de la motricidad, contrastable en las actitudes y en las posturas, la voz, y producto de la historia individual y social del sujeto. La expresión corporal se convierte así en un elemento constitutivo de las personas.

De esta manera podemos entender el cuerpo como una construcción propia de la sociedad; aquí en esta noción del Cuerpo Lipovetsky, en su libro “La era de vacío” (1986) p. 61: “[ve el cuerpo como una] representación social que ha sufrido una mutación, y la llegada de ese nuevo imaginario social del cuerpo produce el narcisismo. El cuerpo ha perdido su estado de materialidad muda en beneficio de su identificación con el ser-sujeto, con la *persona*”.

En el sujeto, hoy en día se puede observar el temor de llegar a la vejez y morir que es parte de la vida; el desinterés por las generaciones del mañana aumenta esa angustia de la muerte. Es el proceso de personalización que al evacuar cualquier posición trascendente genera una existencia puramente actual. El individuo pasa a enfrentar a su condición mortal sin ningún apoyo trascendente.

En cuanto a la personalización del cuerpo, el permanecer joven y no envejecer es el mismo absoluto de reciclaje. El cuerpo psicológico ha sustituido al cuerpo objetivo, para el narcisismo se trata de hacer existir el cuerpo por sí mismo, estimular su autorreflexividad, reconquistar la interioridad del cuerpo, estamos inmersos en una “*cultura de la personalidad*” a condición de precisar que el propio cuerpo se convierte en sujeto y debe situarse en la órbita de la liberación. Simultáneamente a una función de personalización, el narcisismo cumple una misión de *normalización* del cuerpo; el interés febril que tenemos por el cuerpo no es “libre” ya que obedece a imperativos sociales como la línea y la forma. El cuerpo se convierte en un espacio flotante que queda en manos de la movilidad social.

A través de la interacción que el individuo tiene con el contexto socio-cultural gracias al movimiento, genera pequeñas huellas y experiencias que a lo largo de su vida se manifiestan con la expresión de sentimientos, la puesta en escena de la apariencia, las técnicas corporales, entre otros. La noción de cuerpo se construye a partir de las vivencias y las experiencias; a medida que vamos conociendo y experimentando, vamos asumiendo una noción diferente del cuerpo. Entonces, conforme vivimos el cuerpo, de una u otra manera se puede resignificar; debido a que el ser humano puede tener diferentes tipos de vivencias y/o experiencias por los cuales se construyen aprendizajes.

Según la Serie de Investigación IDEP (2015):

El cuerpo no es algo dado, algo quieto, sino que está en continuo cambio. Al estar el cuerpo ligado a la conciencia, también se mueve en el plano de las relaciones. La relación con el otro permite un acercamiento y conocimiento de sí mismo. A partir de la lectura del cuerpo y de las respuestas del otro, se aprende de sí mismo (p.32).

Siendo así, se puede tener claridad que el cuerpo está en constante movimiento con lo que hace, cómo actúa. En este sentido me construyo y reconstruyo mi cuerpo en gran medida en relación con el otro. De esta manera, el cuerpo aprende a través de las prácticas corporales que está vivencia, es lo que hace que el individuo genere conocimiento de las intervenciones en que participa activamente. Las prácticas corporales generan en el sujeto emociones, la actividad física, la práctica deportiva, las artes escénicas, las artes marciales, todas producen una gama de emociones.

El modelo didáctico constructivo o aproximativo.

Se podría decir que el constructivismo no es un método o una técnica, sino un enfoque o una corriente educativa cuyo marco teórico está sostenido por teorías psicológicas definidas por Piaget, Ausubel, Bruner y Vigotsky. Este movimiento aglutina una serie de principios que ayudan a diagnosticar, establecer juicios y tomar decisiones sobre la enseñanza.

Así mismo, el modelo constructivista en el aula ofrece una pauta sobre cómo atender al pensamiento de los niños, reconociendo su originalidad y ayudándoles a explicitar sus contradicciones. Ya que de esta manera se va inculcando en los sujetos principios de relación frente a las actividades; este tipo de metodología se da de manera activa, creativa y solidaria. El trabajo en grupo permite que el sujeto logre superar el egocentrismo y llegue a la resolución de problemas contrastando las diferentes opiniones que se produce dentro del contexto.

Tabla 4

Modelo didáctico constructivista.

MODELO DIDÁCTICO CONSTRUCTIVO	
OBJETIVO	Construir conocimiento en estudiante y docente
CONOCIMIENTO	Construido en la interacción con el contexto, el docente y los compañeros
APRENDIZAJE	Propuesta por el estudiante y colectivo
QUE SE ENSEÑA	Procesos de interacción Docente- Estudiante
RELACIÓN- PODER	Diálogo claro entre los implicados
AUTONOMÍA	Autonomía
EVALUACIÓN	Autoevaluación y Coevaluación
MÉTODO	Resolución de problemas, programa individualizado, iniciados
TENDENCIAS	Expresión corporal, Experiencia corporal, Sociomotricidad

Fuente : Consuelo González

DISEÑO DE IMPLEMENTACIÓN

Se busca contribuir a la construcción de un ser capaz de crear su imagen corporal a través de criterios propios y la reflexión constante de lo que lo rodea y las dinámicas socioculturales. Además de esto, un ser comunicativo que pueda expresarse libre y espontáneamente de forma positiva con los demás y en su entorno. Para este fin, se realizan formatos de diario de campo, de evaluación, y encuestas que se implementan al inicio de las prácticas para realizar un acercamiento de los estudiantes al proyecto que se implementa en este proceso educativo.

Objetivos

General.

- Propiciar espacios para la construcción de una imagen corporal a partir de la reflexión, el diálogo constante y la comunicación consigo mismo y los otros, permitiendo que el sujeto se exprese con su cuerpo, expresando así lo que siente y piensa de forma libre y espontánea.

Específicos.

- Adquirir conocimiento y diferenciación de su propio cuerpo y sus segmentos corporales ya sea en un estado estático o dinámico con relación a sí mismo, el otro y su entorno. Con el fin de llegar a una conciencia corporal.
- Crear y construir su imagen corporal a partir del reconocimiento de sí mismo como individuo libre y espontáneo; y el reconocimiento de otro como parte importante en la construcción de la misma.
- Concebir al cuerpo como un proceso, continuo, progresivo e integrado para identificar la estructuración del mismo con la direccionalidad y orientación temporo-espacial en acción y movimiento.

- Desarrollar habilidades comunicativas verbales y no verbales con el fin de que el individuo pueda entablar relaciones interpersonales de forma positiva.
- Conocer las funciones y límites de los distintos segmentos corporales.

Metodología

Las relaciones que se establecen en este proyecto procuran la participación activa del estudiante la cual se da gracias a la labor del docente, pues este es mediador y propiciador de espacios que permiten la experimentación del estudiante de manera participativa, reflexiva y creativa.

Por otro lado, el docente reconoce que el espacio en el cual se va a trabajar está permeado por agentes externos los cuales generan esta problemática; esto permite al sujeto desarrollar de la mejor manera los procesos, donde los individuos van teniendo sus experiencias individuales y colectivas haciendo posible la construcción de la imagen corporal.

En la planeación general de este proyecto se tomaron en cuenta los tres aspectos fundamentales de la imagen corporal para generar los contenidos de la tendencia de la Educación Física y así desarrollarlos en tres unidades que se llevarán a cabo en 10 sesiones de clase. Con el fin de que el estudiante tenga la oportunidad de reconocer una imagen corporal creada por sí mismo.

Macrodisño

Tabla 5

Macrodisño de proyecto. Unidades respectivas a los componentes de la imagen

corporal

EDUCACIÓN FÍSICA COMO CONSTRUCTORA DE LA IMAGEN CORPORAL				
DOCENTES Fredy Alexander Plazas Pedreros Johana Pineda Ortega		SER HUMANO: Buscamos contribuir a la construcción de un ser capaz de crear su imagen corporal a través de criterios propios y la reflexión constante de lo que lo rodea y las dinámicas socioculturales. Un ser comunicativo que pueda expresarse libre y espontáneamente de forma positiva con los demás y en su entorno.		
ASPECTO	IMAGEN CORPORAL	EXPRESIÓN CORPORAL	UNIDADES	NOMBRE
PERCEPTUAL	<i>Conocimiento y control del propio cuerpo en movimiento:</i> -Control y dominio segmentario. -Estados de tensión y relajación muscular.	Esquema corporal	Adquirir conocimiento y diferenciación de su propio cuerpo y sus segmentos corporales ya sea en un estado estático o dinámico con relación a sí mismo, el otro y su entorno. Con el fin de llegar a una conciencia corporal.	1
		Relajación		TEJIENDO MI CUERPO
	Respiración			
	Lateralidad			
	Experiencia individual y colectiva que permitan el reconocimiento de los objetos y sujetos en su entorno.	Ubicación temporal y espacial		
COGNITIVO-AFECTIVO	Un ser introspectivo, capaz de reflexionar acerca de sus deseos, pensamientos y sentimientos respecto al cuerpo.	Reconocimiento del yo	Creación y construcción de su imagen corporal a partir del reconocimiento de sí mismo como individuo libre y espontáneo; y el reconocimiento de otro como parte importante en la construcción de la misma.	2
	<i>Reconoce la existencia y perspectivas del mundo del otro y los otros y sus dinámicas socioculturales:</i> - Reconoce la existencia de diferentes ideologías y culturas en sus compañeros.	Reconocimiento del otro		CONCIENCIA SOCIO-CORPORAL

	- Reconoce la existencia de diferentes formas de cuerpos.			
CONDUCTUAL	Sujeto con habilidades comunicativas, capaz de expresar lo que piensa y siente a través de su cuerpo.	Comunicación verbal y no verbal	Desarrollar habilidades comunicativas verbales y no verbales con el fin de que el individuo pueda entablar relaciones interpersonales de forma positiva.	3
		Expresión no verbal		
	Juego de roles			
	Ritmo			
	Control postural			
	Toma actitudes y sentimientos positivos frente a su cuerpo situaciones donde es necesario interactuar con el otro y los otros.			MI CUERPO EN ACCIÓN

Nota 1 Fuente propia

Este macro diseño fue construido bajo unas características y/o aspectos puntuales de la imagen corporal como el perceptual, el cognitivo-afectivo y el conductual, cada uno de estos aspectos, dada su importancia, representan una unidad, seguido de ello se encuentran de 2 a 3 características propias que debe tener un sujeto que construye una imagen corporal desde la reflexión constante, a continuación, de ellas se desglosan de 2 a 5 contenidos puntuales de la Educación Física y la tendencia de la Expresión Corporal, los cuales se irán desarrollando en cada una de las sesiones correspondientes a cada uno de los aspectos. Siendo esta la que establecerá una considerable vía de canalización de las aptitudes, tomando como la herramienta el propio cuerpo.


La primer unidad tiene por nombre, tejiendo mi cuerpo, esta corresponde al aspecto perceptual de la imagen corporal, ya que este se refiere a la construcción abstracta que se hace del cuerpo, teniendo en cuenta, el peso, el tamaño del cuerpo o algunos de sus segmentos y la forma de los mismos, también, la relación del cuerpo con algunos elementos externos a él y su

entorno, se tomó la decisión de tratar contenidos como el Esquema Corporal, ya que a partir de la construcción de este se tiene una percepción global del cuerpo y sus segmentos, y un tamaño aproximado del cuerpo. En segundo y tercer lugar vemos que se encuentra la relajación y la respiración, estos como contenidos fundamental de la tendencia, son de gran importancia ya que el cuerpo está en constante tensión y relajación ya sea por circunstancia externas o internas, por consiguiente actúa según esto. Aprender a regular la respiración y la tensión en las diferentes actividades, circunstancias cotidianas o introspectivas puede ayudar a la construcción de un esquema e imagen corporal global más acertada. En cuarto y quinto lugar, se encuentra la lateralidad y la ubicación temporo espacial, aquí se pueden reconocer los segmentos corporales, el rango de movimiento y la distancia entre cada uno de ellos, también como el cuerpo se relaciona con objetos, personas y diferentes ambientes o entornos.

Por otro lado, la segunda unidad que tiene por nombre, conciencia socio-corporal, desarrollada desde el aspecto cognitivo-afectivo, se hace una reflexión respecto a la construcción corporal que se hace a partir de las dinámicas socioculturales; esto a partir del reconocimiento de sí mismo, del otro y del entorno, como sujeto activo de la sociedad y la construcción de la imagen corporal desde sus diferentes espacios de formación y construcción como individuo, siendo esto determinante en cómo se ve y cómo se siente con su propio cuerpo. Permitiéndole al sujeto identificar diferentes tipos de cuerpo, culturas, ideologías y estilos de vida en sus compañeros y los grupos sociales más cercanos como la familia, con el objetivo que sea un sujeto haga una introspección acerca de lo que siente, piensa y quiere.

Teniendo en cuenta lo anterior, se podrá evidenciar el desarrollo de una sesión correspondiente al *componente cognitivo-afectivo* que corresponde a la segunda unidad, más específicamente, la cuarta sesión, los contenidos los tenemos desde la tendencia de la Expresión

Corporal (Reconocimiento del yo y Reconocimiento del otro). En la primera parte de la clase, encontramos un calentamiento correspondiente al reconocimiento de los segmentos corporales, los cuales son importantes tener claros para percibir de manera correcta los mismos y de esa manera tener una visión clara del cuerpo físico. Seguido de esto, en la parte central de la sesión se pretende trabajar el reconocimiento de sí mismo y del otro en un entorno o espacio específico; y en este caso usamos la actividad del balonmano, ya que permite la constante interacción de todos los actores, en donde cada uno de los participantes puede apreciar su importancia dentro del juego y al mismo tiempo lo importante que es la otra persona para lograr alcanzar objetivo trazado. De igual modo, nos deja ver a los docentes de qué forma y con qué actitud realiza la actividad el sujeto. (Pasivo, activo, entusiasmado, desanimado, etc.).

	
UNIDAD 2 ASPECTO COGNITIVO-AFECTIVO	
CONCIENCIA SOCIO-CORPORAL	
OBJETIVO GENERAL: Creación y construcción de su imagen corporal a partir del reconocimiento de sí mismo como individuo libre y espontáneo; y el reconocimiento de otro como parte importante en la construcción de la misma.	
SESIÓN 4	
GRADO: 603 Estilo Enseñanza: Indagación y resolución de problemas.	TEMA: Reconocimiento del yo y el otro.
OBJETIVO: Identificar y reconocer mi cuerpo en función de otro, para un beneficio común.	DOCENTES: Johana Pineda y Fredy Plazas.
DESARROLLO	

Fase Inicial:

- Explicación del objetivo y/o concepto a desarrollar en la sesión de clase y las actividades que se realizarán para tratar de alcanzarlo.
- El calentamiento será jugado: Se conformarán cuatro grupos de diez personas, cada equipo tendrá 3 balones, a continuación se desplazaran de un extremo al otro de la cancha transportando el balón con distintas partes o segmentos corporales (Abdomen, frente, espalda, cadera, hombro, etc.) que ellos deciden utilizar. Una vez que todo el equipo esté al otro lado, se devolverán en tríos haciendo el mismo ejercicio, gana el primer equipo que llegue completo al otro extremo.

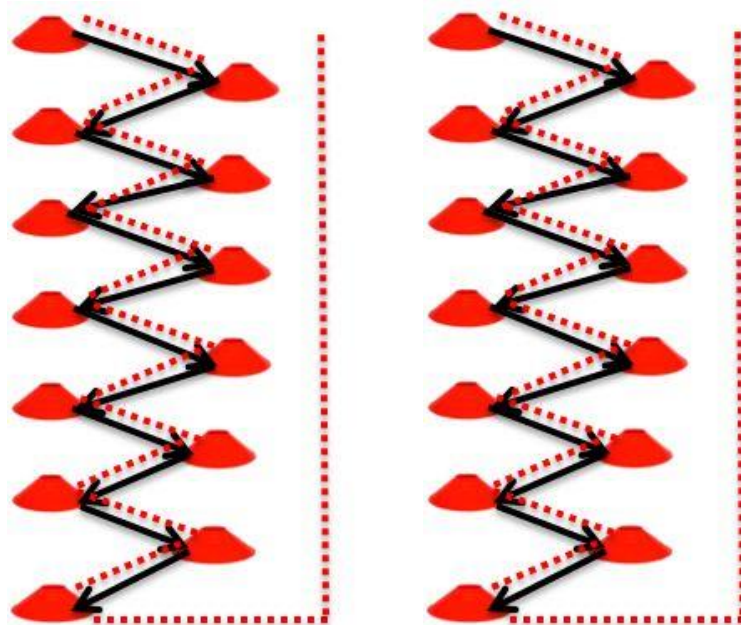
TIEMPO

15 min.

Fase Central:

1. Se ubican cuatro filas paralelas de platos, formando un zig zag, en cada una de ellas se encuentra una persona ubicada en cada plato, la actividad consiste en hacer un pase diagonal al compañero e inmediatamente desplazarse donde hizo el pase, así sucesivamente hasta llegar al último integrante; este deberá desplazarse con el balón hasta en inicio del zigzag y vuelve a empezar el recorrido. Habrá 5 balones en juego por equipo.

20 min.



2. En los mismos grupos ya conformados se jugará Balón mano, con la única variante que se tendrá que pedir el balón diciendo el nombre de su compañero; para anotar gol todos los integrantes deberán haber tenido contacto con este. En este caso, no

40 min

anotaran puntos en la cancha, sino, derribando un cono grande con el balón.		
Fase Final: 1. Al cierre de la sesión se realizará la reflexión sobre las actividades planteadas, para dejar saber por parte de los estudiantes sus puntos de vista frente al objetivo planteado y sobre la experiencia que tuvieron frente a la actividad. Ejes de reflexión: ¿Cómo me sentí durante la actividad con mi cuerpo? ¿Fue difícil expresarme? ¿Porque? ¿Cómo percibo a mi compañero?		15 min
Total		90 min
EVALUACIÓN: La evaluación es de tipo formativo y procesual; coevaluación y Autoevaluación (cualitativa)	RECURSOS: 10 Balones de voleibol, 30 platos y 4 conos.	

Por último, la tercera unidad que tiene por nombre, mi cuerpo en acción, en esta se desarrolla el aspecto conductual, ya que se refiere a cómo el sujeto actúa con los demás y el entorno según los sentimientos que tenga hacia el cuerpo, la forma de mirar el cuerpo y el nivel de satisfacción que se tiene de él, por ejemplo comparar vestimentas donde se resalten o no ciertas partes del cuerpo. Pretende que el individuo sea capaz de relacionarse con el otro y con el entorno; dejando a un lado los sentimientos negativos que pueda llegar tener con respecto a su propio cuerpo; el objetivo radica en que el sujeto se sienta satisfecho con su imagen corporal ya que esto es fundamental en la forma como actúa y se desenvuelve en la sociedad. El control postural, el ritmo y el juego de roles le permiten al individuo que se pueda situar en otras dinámicas corporales que el sujeto está normalmente, salir de la zona de confort para encontrarse con nuevas y diferentes formas de comunicarse y relación con el mundo.

La comunicación verbal y no verbal hace que el sujeto sea capaz de llegar a expresarse a partir de formas diferentes sus emociones, pensamientos y sentimientos, ya que estas son también habilidades comunicativas que se pueden desarrollar en el sujeto. Donde esta

comunicación no verbal puede verse como comunicación kinésica que es un tipo de comunicación corporal que corresponde sobre todo a los gestos corporales y a las miradas.

Contenidos

Los contenidos a trabajar estarán mediados por la expresión corporal, sus dimensiones y sus elementos fundadores, como ya se mencionó dentro de la tendencia son:

- Esquema corporal
- Relajación
- Respiración
- Lateralidad
- Espacio-tiempo
- Reconocimiento del yo
- Reconocimiento del otro
- Comunicación Verbal y no Verbal
- Ritmo
- Juego de Roles
- Control Postural

Fase de diagnóstico

Según García Ferrando la encuesta es una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características. Existen varios tipos de encuestas como: la estructurada, la no estructurada, en este caso, se utilizó la estructurada ya que esta tiene una lista de preguntas que responden todos los encuestados por igual.

Tabla 6

Encuesta aplicada a la población del grado 603 (10-15 años) del Colegio General Santander

ENCUESTA APLICADA

Nombre: Imagen corporal

Población: 12 - 15 años

¿Te sientes bien con tu cuerpo? ¿Crees que te ves bien? ¿Qué piensan las personas de ti? Acompáñanos a descubrirlo a través de esta encuesta que tiene como tema principal la **imagen corporal** entendida como la percepción o concepto que construyes de ti mismo; respecto a tu cuerpo y tus sentimientos hacia él. Las preguntas que encontrarás a continuación son abiertas, de tipo descriptivo, selección múltiple, respuesta única y de escala. Los datos aquí recolectados serán de uso exclusivo de la Universidad Pedagógica Nacional y bajo ningún motivo se le darán a terceros.

Para nosotros es de gran importancia cada una de tus respuestas. Agradecemos tu colaboración.

¿Qué tan satisfecho estás con tu cuerpo?

- Muy satisfecho
- Conforme
- Insatisfecho

¿Cambiarías alguna parte de su cuerpo?

- Si
- No
- Tal vez

Describe tu personalidad

Describe cómo crees que te ven los demás

Indica de 1 a 10 siendo 1 el nivel más bajo y 10 el más alto; al grado de importancia que crees que tienes para los demás.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿Tienes alguno de estos hábitos saludables?

- Buena alimentación
- Deporte o actividad física
- Dormir entre 7 y 8 horas
- Todos los anteriores
- Ninguno de los anteriores

¿Qué tal es tu desempeño en la clase de Educación Física?

- Excelente
- Sobresaliente
- Aceptable
- Insuficiente
- Deficiente

Indica de 1 a 10 siendo 1 el nivel más bajo y 10 el más alto. ¿Qué tal te sientes en la clase de Educación Física?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

¿En qué actividad tienes un desempeño alto? ¿Porque?

¿Consideras que no eres hábil en algunas actividades? ¿Cual? ¿Porque?

¿Te molestan y/o critican por alguna parte de tu cuerpo?

- Si
- No

¿Te halagan o felicitan por alguna parte de tu cuerpo?

- Si
- No

Nota 2 Fuente propia

Por lo anterior, creímos pertinente usar esta herramienta de recolección de datos para tener un acercamiento del concepto de imagen corporal que los estudiantes tienen de sí mismo, y las repercusiones que pueden llegar a tener las opiniones del otro. Dentro de esta encuesta se

manejó una serie de preguntas de diferentes tipos como las abiertas, de tipo descriptivo, selección múltiple, respuesta única y de escala, para que los sujetos tuvieran la oportunidad de responder en diversas formas el cómo se sienten consigo mismos, una forma de autodefinirse, y de diagnosticar su imagen corporal de manera indirecta.

Formatos de diario de campo

Tabla 7

Formato del diario de campo utilizado para recolectar información durante las prácticas

DIARIO DE CAMPO # _			
Institución	Colegio General Santander		Curso 603
Docentes	Fredy Plazas, Johana Pineda		Jornada Mañana
Fecha:	Día:	Mes:	Año: 2018
Hora inicio			Hora cierre
ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA			
Humanística			
Pedagógica			
Disciplinar			
CONCLUSIONES			
OBSERVACIONES			

Nota 3 Fuente propia

Como manifiesta la profesora Alzate, T (2008) p. 4, el diario es un registro de elementos que ponen de manifiesto los aspectos del aprendizaje y del crecimiento personal y profesional de cada estudiante a lo largo de un período de tiempo. Incluye la narración de los momentos vividos en relación con el objeto del conocimiento (curso) y las reflexiones que de ella se derivan. Puede incluir notas, dibujos, bocetos o esquemas y avances de trabajos, correcciones, versiones preliminares de proyectos relativos al curso, entre otros. Sirve de base al educador o educadora para probar nuevas estrategias de enseñanza y evaluación, adaptarse a ellas y dominarlas antes de probar nuevas.

Por lo anterior, elegimos esta herramienta para sistematizar, registrar y analizar las sesiones de clase y las experiencias vividas en ellas, con el objetivo de reflexionar sobre la práctica y los elementos integrados a ella, en la primera parte encontraremos una serie de datos generales con el nombre de la institución, el curso, la jornada, nombre de los docentes, la fecha en la que se realizó la sesión y la hora de inicio y cierre de la sesión; en la segunda sección encontramos el análisis y descripción de la experiencia, en este caso, se dividirá en tres aspectos puntuales y fundamentales como el humanístico, el pedagógico y disciplinar, con el fin de tener una percepción lo más completa posible y no superficial.

Análisis de la Experiencia

La institución donde tuvimos la oportunidad de intervenir y llevar a cabo nuestro proyecto fue el Colegio General Santander en el curso 603, donde las edades oscilaban entre los 10-15 años.

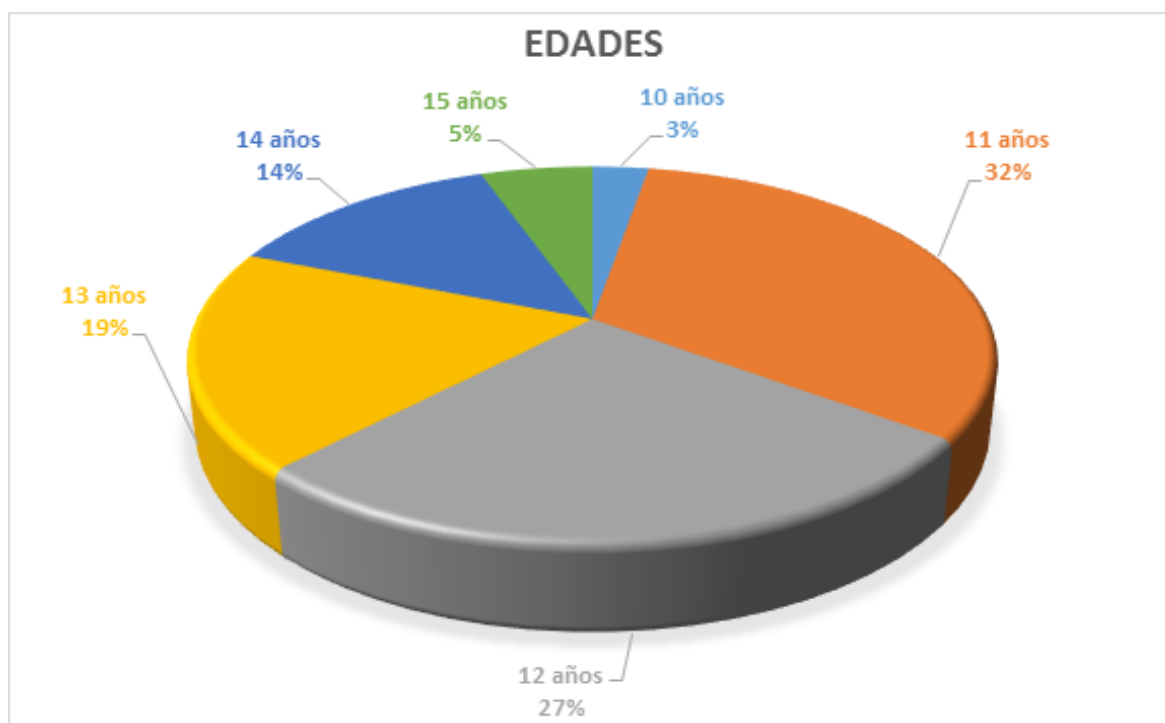


Ilustración 1 Diagrama circular representando los porcentajes de cada edad que existen en el grado 603. Fuente propia.

Aprendizajes como docentes

Al plantear este proyecto, donde se quiso contribuir en la formación de los estudiantes con respecto a la *Imagen Corporal*, entramos en un campo donde la sociedad es un factor vital para la construcción de esta; ya que, como se mencionó en el desarrollo del proyecto, existen diversos elementos, grupos, culturas y medios de comunicación que influyen de manera directa en esta construcción. De esta manera, tomamos como alternativa para la contribución de la Imagen Corporal de cada sujeto la Expresión corporal como tendencia de la Educación Física,

esta nos brindó las posibilidades para enriquecer y posibilitar el trabajo que cada uno de los tres aspectos propios de la Imagen Corporal; a través de los contenidos de esta tendencia, que propusimos para el tipo de población que se intervino. Del mismo modo, consideramos la implementación de este proyecto un reto en el aula de clase, pues al trabajar con una población que está acostumbrada a la Educación Física tradicional y donde la expresión del cuerpo pasa a un segundo plano, hizo el trabajo más complicado a su inicio.

Por consiguiente, el análisis que realizamos de la experiencia desde nuestra perspectiva como docentes, fue que la clase de Educación Física es importante en los sujetos, ya que, estos vienen de una Educación Física, que por lo general se centra en los resultados que los sujetos tienen en estos deportes y no en el proceso del estudiante; con la tendencia que nos propusimos trabajar quisimos que contribuir, enriquecer la construcción personal del sujeto.

Por otro lado, como herramienta pedagógica y para el buen desarrollo de cada sesión, tomamos a Muska Mosston en el libro *la reforma de los estilos de enseñanza*, donde, la mayoría de sus características apuntan hacia la dirección de: 1. Identificación de la anatomía de cualquier estilo que sirva como base universal del Espectro. 2. Identificación de la estructura de las decisiones de cada estilo. 3. Traspaso lógico de las decisiones de un estilo a otro, mostrando así sus interrelaciones en lugar de sus disparidades. 4. Identificación intrínseca del E-A-O de cada estilo. Donde estas relaciones E (enseñanza) -A (aprendizaje) -O (objetivos) están entre el docente y el alumno como unidad. De igual forma, consideramos pertinente el enfoque pedagógico interestructurante, ya que la postura del docente es fundamental en el desarrollo del proyecto y en el proceso del estudiante, debido a que, este es un mediador de espacios donde permite a los estudiantes el desarrollo de su proceso.

En nuestra primera etapa que fue la etapa de observación, logramos evidenciar que en el grupo había poco interés por participar en las actividades que el profesor proponía, en algunos estudiantes que eran repitentes de año escolar, ellos decían diferentes pretextos con respecto a su estado de salud; y así no hacer parte de las actividades realizadas por el docente, que en su mayoría de veces eran prácticas para evaluar un tipo de prueba deportiva. La interacción con la mayoría del grupo fue buena, debido a que a muchos de ellos les causaba intriga que los estuvieran observando se dio el espacio para instalar comunicación directa con los estudiantes y así lograr dar pasos hacía un vínculo con los estudiantes.

Posteriormente, en nuestra presentación con esta población se hizo algo compleja, por parte de los estudiantes que eran repitentes, ya que, estos hacían caso omiso a cualquier indicación que se les daba, ello provocaba en el resto de los estudiantes desinterés, cansancio hacia las explicaciones, e incluso muchos se comportaron de manera inquieta durante el desarrollo de la sesión. Esto fue motivante, puesto que, como proyecto nos llevó a buscar alternativas dentro de nuestra tendencia de la Educación Física y macro diseño, propuestas que ayudarán al desarrollo de nuestro proyecto; el cual estaba centrado en construir a crear bajo criterios propios la Imagen Corporal.

Seguido de esto, creímos pertinente explicar qué, cómo y porque queríamos trabajar con ellos ese tipo de problemática, tratamos de explicar que vemos al cuerpo como el lugar de encuentro, el que reconoce y produce vivencias en la interacción con el mundo, creando unos códigos de comunicación y un propio lenguaje, siendo capaz de crear dinámicas socioculturales (convivencia). Así mismo, decidimos explicar cada una de las unidades a desarrollar con ellos y nuestras expectativas en pro de generar procesos de interpretación, diálogo y construcción de conocimiento con el otro y a partir del otro.

Por otro lado, desde nuestra experiencia en el colegio General Santander con el curso 603, hablando específicamente de las sesiones, teníamos planteado trabajar con la tendencia de la Expresión Corporal, cosas que para los estudiantes no era muy familiar y menos en una clase de Educación Física; para que el proyecto pudiera seguir su rumbo, decidimos plantear actividades que no perdieran el propósito, ni los objetivos de cada unidad; pero que de igual forma, los estudiantes se sintieran motivados a participar, los elementos planteados en la perspectiva educativa nos dieron las herramientas para encaminar las propuestas de trabajo con el grupo, como el enfoque interestructurante que se interesa por saber a través del diálogo y la comunicación entre el docente y el estudiante qué actividades son del gusto del estudiante y cuáles no.

A partir de esta gran experiencia, nuestro proyecto nos muestra cómo por medio, de la Educación Física es posible crear otras maneras y formas de que el sujeto interactúe con su cuerpo en los diferentes contextos y que al mismo tiempo, es importante como en la corporeidad el cuerpo es, siente y vive; dejando a un lado el cuerpo instrumentalizado, automatizado y cosificado. Del mismo modo, es importante que el docente tenga la capacidad de adaptarse a cualquier contexto, ya sea en la educación formal, no formal o informal, debe ser capaz de realizar la difícil tarea de a través de pequeños detalles, identificar las necesidades de los sujetos de los que está a cargo

Así mismo, tener en cuenta que existen un sin número de modelos evaluativos, por ejemplo el formativo procesual, donde se busca seguir los procesos de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes dándole una mayor relevancia a esto o no a los resultados finales. Debemos ser versátiles y creativos al momento de evaluar, ser capaces de hacerlo desde otras perspectivas,

mirando aspectos en los estudiantes que por lo general el docente de Educación Física tradicional, no tiene en cuenta.

Incidencias en los sujetos

Los estudiantes del curso 603 del Colegio General Santander adquirieron nuevas experiencias y aprendizajes, otras perspectivas de la clase de Educación Física, se dieron cuenta que en este espacio no solo se pueden realizar deportes, sino también obras de teatro, juegos de ritmo, de roles, es decir, un espacio que posibilita la comunicación del propio cuerpo, de su corporeidad, lo que sienten y piensan respecto a él y al mundo. Se situaron en otra perspectiva, donde se mostraban nuevas visiones de sí mismos en la sociedad y reflexiones tanto propias como colectivas en torno al mundo, a su familia, al colegio, a lo cotidiano.

A esta población, nuestra intervención en el área de Educación Física, les ayudó a identificar los tres componentes que se plantearon de la Imagen Corporal en sí mismo, como por ejemplo *el componente perceptual* ya que, algunos de ellos lograron reconocer e identificar, sus segmentos corporales y reflexionar respecto al tamaño, forma, peso de estos dentro de las actividades y en la construcción de su Imagen Corporal a partir de ello.

Del mismo modo, desde el *componente cognitivo-afectivo* los estudiantes pudieron hacer valoraciones propias de su cuerpo, lo que causó en ellos diferentes impactos en lo emocional tanto colectiva e individualmente, ya que el reconocerse y reconocer a sus compañeros como parte fundamental del desarrollo de las sesiones realizadas ayudó a fortalecer este componente de gran manera. Y finalmente, desde el *componente conductual* donde las conductas que se derivaron de estos tipos de prácticas fueron muy diversas; debido a, que cada estudiante construye su corporeidad a partir de los momentos que se dieron en cada sesión y aparte de ello, los factores emocionales, sociales y simbólicos que el sujeto enfrenta en su cotidianidad.

Reflexión acerca del proyecto

En vista de que nuestro proyecto era muy innovador con relación a las clases de Educación Física que los estudiantes estaban acostumbrados, la acogida a cada una de nuestras unidades fue la mejor, a la que esperábamos; claro está, que en un principio lograr tener la participación de todos los estudiantes era una labor muy compleja, pero en la reflexión que realizamos al final de cada sesión, logramos identificar de manera directa si necesitábamos adicionar, quitar y/o mejorar diferentes componentes de las clases que se dieron, y de las que seguían, esto, para lograr mejorar el proceso de los estudiantes.

Seguir con los procesos tal como se plantearon se tornó algo difícil, ya que la institución tenía planteadas actividades los días que realizamos nuestras prácticas, pero en donde éramos partícipes y en las cuales pudimos lograr observar que los estudiantes veían la apariencia física, como la imagen Corporal; fue esto lo que nos motivó para realizar una encuesta en donde sus respuestas entraban en un punto de confusión con respecto a sus conocimientos de sí mismos. Y dio pie para trabajar como se tenía pensado en un principio.

En primera medida, el ser humano el cual queríamos contribuir a que formara su imagen corporal a partir de criterios propios, fue satisfactoria casi en todos sus aspectos teniendo en cuenta cada uno de los contenidos de la tendencia de la Educación Física que planteamos se lograron desarrollar; dentro de nuestra primera unidad y dentro de características propias de la imagen corporal desarrollamos *Conocimiento y control del propio cuerpo en movimiento*: el control y dominio segmentario, los Estados de tensión y relajación muscular, esto para que los estudiantes pudieran adquirir conocimiento y diferenciación de su propio cuerpo. A partir de ello, se logró alcanzar con la mayoría de los estudiantes por medio del esquema corporal, la

lateralidad y la ubicación temporo-espacial; todo esto como una gran experiencia individual y grupal que permitiera al sujeto el reconocimiento de su entorno.

De igual forma, desde la teoría psico-social de Eric Erikson, donde los aspectos sociales de un contexto se basan en la experiencia humana, organizada en una visión de ciclo de vida; logramos analizar que en el período de la pubertad y de la adolescencia se inicia con la combinación del crecimiento rápido del cuerpo y de la madurez psicosexual, que despierta intereses por la sexualidad y formación de la identidad sexual. Aun así, la integración psicosexual y psicosocial de esta etapa tiene la función de la formación de la identidad personal. Estos factores hicieron de nuestras prácticas espacios donde los estudiantes podían establecer relaciones con sus semejantes, pero además de ello, se logró que el estudiante fuera capaz de creer en sus condiciones corporales para llevar a cabo las actividades; una gran evidencia de esto se dio en nuestra sesión número 5, nuestra primera clase de la segunda unidad, aquí muchos estudiantes lograron evidenciar que su cuerpo y el reconocimiento del mismo era importante para el desarrollo de la actividad que para esa sesión era el balonmano, en donde cada uno tenía roles tanto individuales como grupales.

Con respecto a los objetivos que nos trazamos en cada una de las unidades propuestas llegamos a una reflexión sobre cada una de ellas:

- En adquirir conocimiento y diferenciación del propio cuerpo, fue logrado en el desarrollo del proceso. esto debido a que los estudiantes llegaron a conocer y diferenciar sus segmentos corporales y la funcionalidad que podían tener cada uno de ellos. En la medida que no se perciben como objetos o máquinas, sino como seres, sentipensanteactuantes.

- Respecto al segundo objetivo, nos dimos cuenta que la población muchas veces no cae en cuenta de lo importante que es el otro y su actuación en el mundo para su construcción como persona, incluso su personalidad y su identidad, en términos generales. Ya que en una de las sesiones pedimos a los estudiantes que representaran algo característico de su región con el fin de que conocieran diferentes culturas, costumbres y visiones del mundo, reflexionando así que cada una de estas visiones puede aportar a su construcción como ser.
- Por último, en el tercer objetivo que hacía énfasis en lo conductual, algunos de los estudiantes pudieron deshinibirse, salir de sí mismo, poniéndose en otro papel y/o representando alguna situación cotidiana o ficticia, el juego de roles fue fundamental para llevar a cabo esta unidad y sobre todo el objetivo planteado que tenía como ejes transversales la comunicación verbal y no verbal para lograr o establecer relaciones interpersonales con lo involucrados (estudiantes, profesor y entorno).
- Como Educadores Físicos tenemos la responsabilidad de brindar diferentes herramientas y posibilidades a nuestros estudiantes para que puedan favorecer, potenciar y fortalecer el desarrollo de sus dimensiones. Guiarlos para que sean capaces de ver con nuevas perspectivas el mundo y cada núcleo social cercano que en él existe (La familia, el colegio, la iglesia, entre otros).

Referencias

- Alzate, T. (2008). El diario de campo como mediación pedagógica en educación superior. Universidad de Antioquia. Antioquia- Colombia.
- Angulo, C. (2017). La “Fenomenología de la percepción” de Merleau-Ponty como sustento del enfoque enactivo de la cognición. Universidad Nacional de Colombia. Colombia-Bogotá.
- Bordignon, N. (2006). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama Epigenético del adulto. Revista lasallista de investigación - vol. 2 no. 2. Brasil.
- Castañer, M. (2000) Expresión corporal y danza. Barcelona: Inde.
- De Zubiría, J. (2006) Los modelos pedagógicos: hacia una pedagogía dialogante, cooperativa. Bogotá: Magisterio.
- González, A. González, C. (2010). Educación Física desde la corporeidad y la motricidad. Hacia la Promoción de la Salud, Volumen 15, No.2.
- Henríquez, P., Moncada, G., Chacón, L. Dallo J. y Ruíz, C. (2012). Nativos digitales: aproximación a los patrones de consumo y hábitos de uso de internet, videojuegos y celulares. Revista Educación y Pedagogía. Universidad de Antioquia. Medellín.
- León, A. (2007). Que es la educación. Educere. Vol. 11, núm. 39. Universidad de los Andes. Venezuela.
- Lipovetsky, G. (1986). La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo. Anagrama. Barcelona.
- Merleau-Ponty (2004). El Cuerpo Vivido. España.

Merleau-Ponty, Maurice (2002). El Mundo de la Percepción. Siete Conferencias. Buenos Aires, Argentina.

Ostos, I. (2009). La dramatización en el contexto escolar. Innovación y experiencias educativas.

Palacio, J. Muñoz, N. Ayala, A. Escobar, M. Uribe, J. Cuevas, C... Cabra, N. (2015). Cuerpo y Educación. Variaciones en torno a un mismo tema. IDEP. Bogotá-Colombia.

Paul Schilder (1950): The image and appearance of the human body. N. York, International Universities Press.

Paul Schilder (1983). Imagen y apariencia del cuerpo humano. Estudios sobre las energías constructivas de la psique. Barcelona- Buenos Aires. Paidós.

Raich, R. (2000): Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo. Madrid, Ediciones Pirámide.

Recuperado de: <http://www.colypro.com/revista/articulo/la-pedagogia-y-la-educacion.-dos-conceptos-distintos>

Recuperado de: <https://glosarios.servidor-alicante.com/educacion-fisica/proxemica#qQRdBrbPYkWfSco5.99>

Rosen, J.C. (1997). “Tratamiento cognitivo-conductual para el trastorno dismórfico corporal”.

En V. Caballo (dir.). Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos. Vol.1. Madrid. Siglo XXI.

Sacristán, J. (1998). Comprender y transformar la enseñanza. España. Editorial Morata.

Zagalaz, L. Moreno, R. Cachón, J. (2001). Nuevas tendencias de la Educación Física. Contextos Educativos. Universidad de Jaén.