

Consciencia Corporal potencializadora de trascendencia en el Ser Humano

Autor

Edgar Andrey Bernal Fontecha

Tutora

Mg Angelica Larrota

2023

Universidad Pedagógica Nacional

facultad de Educación Física

Licenciatura en Educación Física

Bogotá, Colombia

Contenido

Introducción	3
Perspectiva Educativa	7
Diseño de Implementación.....	11
Unidades.....	13
Implementación	14
Análisis de la Experiencia	15
Conclusiones	17
Referencias	18

Introducción

Este trabajo desarrolla la idea, que el ser humano, es un ser consciente de su corporeidad¹, un ser humano que tiene la posibilidad de potenciar todas sus dimensiones, de ir más allá, de trascender. Trascender se entenderá como el proceso de ascenso exponencial de todas las facetas del ser humano, de una manera integral y holística, en la que se busca no solo el mejoramiento y fortalecimiento de los procesos reflexivos y técnicos intrínsecos de las actividades deportivas y otras prácticas corporales sino también los procesos humanos y significativos en cuanto a la relación ser humano sociedad, naturaleza y cultura.

Esta idea de un ser consciente se desarrolla con el fin de primero mostrar que la educación física se puede enseñar de diferentes formas, pero sobre todo que el aprendiente de cada experiencia corporal tenga una búsqueda diferente que logré enriquecer todos sus aprendizajes, los conocimientos y experiencias obtenidas durante el proceso hagan de sí un ser con otra perspectiva de lo que se puede hacer en la clase de educación física o en los espacios donde se enseñe el deporte.

El estudio se elabora partiendo de una problemática evidenciada gracias a unas prácticas realizadas en el marco de Licenciatura en educación física de la Universidad pedagógica nacional en la ciudad de Bogotá. En los primeros semestres de formación se tenía como uno de tantos objetivos identificar problemáticas y oportunidades en la clases de Educación Física o en prácticas donde la educación física estuviera presente, dichas observaciones se realizaron en

¹ “la corporeidad es la vivencia del hacer, sentir, pensar y querer. Para el autor, el ser humano es y vive sólo a través de su corporeidad. Este concepto implica integralidad porque ese ser humano que siente, piensa y hace cosas, también se relaciona con otros y con el mundo que le rodea, ya a partir de esas relaciones construye un mundo de significados que dan sentido a su vida” González & A González C (2010)

diferentes contextos de la educación, sin embargo un punto que llamó bastante la atención se dio al ver como se realizaban las clases de educación física en grados de decimo y once, teniendo como componente principal la enseñanza y práctica de algún deporte, algo curioso y que se repetía en casi todos los espacios era la forma en que el docente o entrenador impartía la enseñanza del deporte. Se trataba más de transmitir a los estudiantes una serie de técnicas deportivas y de formas “correctas” de ejecutar acciones motrices con el fin de alcanzar un objetivo.

También y más adelante ya en prácticas laborales ejercidas en colegios y otros escenarios educativos, es evidente que aún en la actualidad persiste esa forma de enseñanza y transmisión del conocimiento de manera tradicional, incluso para los educandos es complicado entender que hay otra forma para poder aprender las técnicas deportivas; gracias a esta forma de enseñanza se evidencia gran falta de reflexión en los educandos al realizar sus diferentes acciones corporales, así mismo muchas prácticas sin un sentido claro más allá de los que el entrenador o docente coloque como fin.

De la reflexión pedagógica sobre esas prácticas, nace una posibilidad en donde además de impartir unas técnicas deportivas, las cuales son totalmente necesarias y el trabajo en ningún momento intentará mostrar que no sean de utilidad; se busca engrandecer el proceso de aprendizaje partiendo de una apuesta a un tipo de ser el cual será desarrollado más adelante. Además se encuentra como necesario plantear espacios en donde los educandos entiendan el porqué de su acción motriz, resignifiquen todo su conocimiento respecto a lo que ya saben sobre algún deporte, se tengan espacios de reflexión consigo mismo y con sus compañeros esto con el fin de que el ser tenga un conocimiento holístico de sí mismo.

Para abordar la reflexión pedagógica y disciplinar, en el trabajo se desarrolla conceptos como consciencia, transcendencia, corporeidad, educación; estas temáticas ya han sido investigadas y desarrolladas por otros autores en diferentes partes del mundo a nivel local, nacional e internacional. Por ejemplo, a nivel local se encuentra “Conciencia corporal en el desarrollo de habilidades motrices en estudiantes de primer ciclo de la facultad de cultura física, deporte y recreación de la universidad Santo Tomás” (Gómez, 2015) trabajo en el cual se muestra la importancia de ahondar en los términos de movimientos consciente, teniendo en cuenta que el tipo de población con el cual se desarrolló fue de la universidad Santo Tomás en la ciudad de Bogotá, esto refuerza de cierto modo la preocupación del autor porque a pesar de que se realiza en una población adulta se evidencia la carencia, como antes se mencionaba de momentos de reflexión y de sus acciones intencionadas, objetivas, entre otros vacíos que mencionan el autor.

Por otra parte, a nivel internacional se puede hacer referencia a otro referente internacional La conciencia corporal como herramienta en la formación inicial del profesorado. (Macazaga López, A. Vaquero Barba, A. Macías Muñoz, M. 2016). Este artículo presenta una experiencia en torno al desarrollo de competencias emocionales en el grado de Maestro de Educación Primaria:

“El trabajo de experimentación y conciencia corporal realizado, asociado al trabajo de escritura proyectado en las auto-observaciones y relatos finales elaborados por el alumnado, ha revertido en el desarrollo profesional del alumnado participante porque ha proporcionado una mayor conciencia y capacidad de regulación de la emoción de enfado en el contexto de las relaciones profesor alumno” (Avendaño 2021)

El trabajo monográfico pretende potenciar un ser humano consciente de su acción motriz, capaz de reconocer su cuerpo, el de los demás y a su vez su entorno social, cultural y físico.

Siendo capaz de moverse guiado por un objetivo consciente donde por medio de la retroalimentación se logre un mayor autoconocimiento de esta manera propiciar su propia trascendencia.

Cabe resaltar que para la educación física es de vital importancia tratar temas sobre el cuerpo pero no solo sobre un cuerpo físico o tan solo sobre el movimiento o la motricidad, claramente en la disciplina se ha establecido entre otras muchas cosas que, el ser se debe explorar desde todos los ámbitos posibles y de esta manera recae la importancia de esta monografía, por supuesto hay otros aspectos por lo cual es importante desarrollar estas ideas ya que, el proceso de la enseñanza aprendizaje se puede dar de otra manera sobre todo en el ámbito deportivo, pero ¿qué pasaría? si desde temprana edad se tuviera en cuenta todo este aspecto y más allá de enseñar a caminar a un pequeño se le guiara y explicara por qué y para qué caminar, y de esta forma con todos esos procesos de enseñanza que se da en el desarrollo de un ser humano.

Ya se ha mencionado, uno los principales temas a tratar es esa falta de reflexión y de movimiento intencionado, por otra parte también nos adentraremos a otra situación que se expuso en todo el proceso de observaciones, pero es de mencionar que, esto viene desde hace mucho tiempo debido a la manera de enseñar la educación física en su componente deportivo no ha cambiado mucho a lo largo del tiempo, a usted como lector, ¿cómo le hacían correcciones de los errores que iba teniendo al ejecutar alguna técnica deportiva? Desde la experiencia se afirma que la manera de enseñar y corregir se hacía de forma tradicional, donde claramente el docente es quien tiene todo el conocimiento y el estudiante está allí para aprender y ejecutar, pero y ¿en dónde está toda la experiencia que hemos adquirido en nuestra vida?

En este punto ya se ha mencionado la educación, este aspecto se expone de manera no muy satisfactoria, aún en gran medida el proceso educativo se da de manera tradicional, para ser

más claros retomaremos a un gran autor, el señor Paulo Freire “Los estudiantes de la educación tradicional son pasivos; reciben muchos conocimientos, los cuales son guardados y archivados. El dueño de la información es el educador, que es quien sabe, pues los educandos serán los que no saben. Esta educación forma agentes dóciles de los opresores. Se educa para una vida bajo control de los opresores, quienes estarán tranquilos porque saben que los educandos se están formando en una educación tradicional, con seres más adecuados al mundo gobernado por los opresores. Por ello, para los opresores, una educación que piense auténticamente en la realidad es peligrosa para la sociedad tradicional. Por ello, dice Freire, los opresores siempre estarán presentando dificultades cuando los educandos van descubriendo su propia realidad. Los opresores siempre estarán dificultando al máximo el pensamiento auténtico” (Javier Ocampo López, 2008 Revista Historia de la Educación Latinoamericana, pág. 10)

Por otra parte, en el desarrollo del presente estudio se muestra que es posible realizar otros procesos en el camino de la enseñanza de diferentes deportes, los aprendientes poco a poco comprenden que si hay otras formas de aprender y estructuran la importancia que ellos tienen en todo el proceso, se muestra que las experiencias son válidas y se deben tener en cuenta para poder llegar a diferentes conocimientos por parte de ambas figuras (estudiantes y educadores)

Perspectiva Educativa

La educación física moderna nace principios del siglo XIX con deportes como la esgrima, lucha libre, natación entre otros, sin embargo, se puede retroceder bastantes siglos es en el tiempo donde civilizaciones como la china o India ya tenían prácticas semejantes a las que aún en la actualidad se incluyen en la Educación física contemporánea, teniendo en cuenta que, el

momento histórico de ahora es otro y por consiguiente dichas prácticas obedecen a diferentes fines. Por lo cual se entiende que el deporte ha sido un eje central de lo que hoy se conoce como disciplina, hacia el año 1903 llega a Colombia manteniendo su importancia en el deporte y la buena postura e higiene, hoy, luego de más de cien años la Educación física ha tenido avances significativos como disciplina académica ² y así mismo en otros espacios que no suceden en el ámbito escolar pero que de igual manera la educación física se encuentra presente. Otro aspecto significativo ha sido la formación de los maestros para la Educación física. En este sentido es completamente necesario nombrar la Universidad Pedagógica Nacional, es allí donde la disciplina ha tenido grandes avances, uno de tantos ha sido dividir la LIC en educación física, LIC en recreación y la LIC en deporte, teniendo en cuenta que cada una, aunque tienen temas en común también tienen otros fines.

Los tres componentes que hoy se trabajan en la educación física desde la universidad pedagógica nacional son: lo disciplinar, pedagógico y humanísticos, aspectos que tienen el mismo grado de importancia y que el presente escrito desarrollará, esto con el fin del desarrollo del ser humano consciente que se pretende.

La manera de enseñar la educación física también ha venido cambiando, sin embargo como antes se mencionaba, según las diferentes observaciones e intervenciones en el campo educativo, se denota una forma tradicional, lo que se puede enmarcar como un modelo pedagógico hetero estructurante, en el cual el maestro es quien domina todos los aspectos a enseñar y la figura del aprendiente es una postura pasiva, receptora de todos los conocimientos que el maestro pretenda enseñar, pero teniendo en cuenta el ser humano a formar expuesto en este

² “la disciplina es una categoría organizadora dentro del conocimiento científico; instituye en éste la división y la especialización del trabajo y responde a la diversidad de dominios que recubren las ciencias.” Ros D & Dietz L (2012)

trabajo, claramente no se facilita la posibilidad de reflexión, autocrítica entre otros aspectos los cuales pueden encaminar al ser consciente.

Las pedagogías críticas muestran un panorama muy acertado según el ser humano que se pretende formar, pero sobre todo la pedagogía dialogante de Julián de Subiría quien expone aspectos que se pueden tener en cuenta sobre los modelos pedagógicos hetero estructurantes y los modelos auto estructurantes este último hace un contrapeso total a la pedagogía tradicional y por tanto quien es el centro del acto educativo es el aprendiente, sin embargo como ya se menciona la pedagogía dialogante recoge aspectos de ambos modelos pedagógicos y de allí se desarrolla un enfoque interestructurante, además Julián de Zubiria menciona unas competencias que se deben desarrollar en el aprendiente las cuales son:

“afectivas, prácticas, comunicativas, sociales y analíticas teniendo como eje transversal un sujeto que siente, actúa, interactúa y piensa”. (Subiría J. Pág. 9)

Esto por supuesto encamina hacia ese ser humano reflexivo y con toma de consciencia, sin embargo para enriquecer aún más el proceso del aprendiente se toma un postulado de Leff Vygotsky en su teoría socio – cultural el cual él denomina como “*zona de desarrollo próximo*” esto se refiere a la distancia entre la resolución de problemas de manera independiente y la resolución de problemas bajo la guía de un adulto o en colaboración con otros compañeros, este proceso mediado por el lenguaje que es adquirido según Vygotsky por un desarrollo cultural, social y político, lo cual para en este momento se toma como la construcción de la corporeidad.

La monografía busca mostrar que por medio de estos postulados el ser humano puede potenciar la consciencia que, en muchos momentos de la vida, aunque esté presente no se

desarrolla por diferentes motivos pero que sin duda alguna hace que cada uno pueda tener un crecimiento más libre llegando a momentos grandes en su vida.

Aunque para llegar a donde se pretende no solo basta con un aspecto pedagógico, también es completamente necesario tomar una postura desde lo humano y es que se había nombrado la palabra desarrollo y libertad, estos dos conceptos serán de vital importancia para el desarrollo de lo humano, el economista Amartya Sen será el autor de referencia para lo que en el trabajo se entiende por desarrollo y libertad, para Sen hablar de desarrollo en la vida de una persona no es tan sencillo, esto debido a que se deben tener en cuenta una serie de factores que influyen en la vida de cada uno, y que, el desarrollo humano debe responder a unas necesidades esenciales, las cuales son: disfrutar de una vida larga y saludable, adquirir conocimiento y tener acceso a los recursos necesarios para lograr un buen nivel de vida.

Estos tres factores mencionados hacen referencia un ser primero que pueda tener consciencia de sí mismo de su entorno y de sus capacidades, de esta manera generar reflexión y cambios en su vida a corto, mediano y largo plazo. Segundo cuando se habla de adquirir conocimiento, Sen lo enmarca más en el ámbito formal, esta mirada puede ser aún más amplia generando conocimiento desde todo lo posible, teniendo en cuenta que el ser no solo adquiera conocimientos técnicos sino también un conocimiento que le permita tener capacidad de razonamiento para sí mismo y para convivir en la sociedad y tercero cuando se menciona de recursos se hace un llamado a la economía de un país que debe facilitar un equilibrio entre el desarrollo económico y el desarrollo integral de cada ser posibilitando la educación ya que, esto es lo que da pie para una sociedad libre.

En el paradigma las ciencias de la motricidad humana (CMH), Manuel Sergio menciona unas dimensiones (psicológica, sociológica, afectiva y motricia) para una praxis integradora. Para

este punto el concepto de corporeidad se retoma porque se refiere a toda la construcción que ha tenido el ser durante su vida, cada una de sus experiencias ha hecho que cada uno tenga una construcción constante. La motricidad es un concepto que no se puede desligar de la corporeidad por lo menos cuando se toma desde un paradigma emergente. En cada momento o acción que hacemos de manera consciente nos estamos poniendo presentes con nuestra corporeidad y por ende con nuestra motricidad y de esta manera es que nos acercamos a los planteamientos de Manuel Sergio al hablar de motricidad, de consciencia y de movimiento intencionado, en realidad es lo que se pretende potenciar en cada aprendiz, por ahora al menos en prácticas deportivas en donde en muchas ocasiones pareciera que el ser de una u otra forma empieza a carecer de ese acto intencionado y tan solo se dedica a la repetición de técnicas. Es algo preocupante porque para el acto educativo debe ser de suma importancia tener en cuenta todo lo que el aprendiz es y por medio de la reflexión quizá potenciar y adquirir nuevos conocimientos

A través de cada manifestación es que hacemos presencia en el mundo, también expresamos lo que somos pero por supuesto también lo que hemos sido, todo lo que nos ha construido, la sociedad y la cultura en la que nos hemos formado y por último es lo que dejaremos en un futuro para seguir nutriendo nuestra cultura, para enriquecer nuestro conocimiento, de esta manera se hace una invitación a que sin importar el rol que se desempeñe se esté en la búsqueda de propiciar la consciencia pero sobre todo de seguir avanzando e investigando en el potencial del ser humano para la vida.

Diseño de Implementación

Siguiendo la línea del ser que está en construcción, esta propuesta educativa amerita la aplicación de un currículo que se construya desde la correlación con los aprendices, docentes y

plantel educativo de esta manera el estudiante es un ser participativo que mantiene una relación horizontal con el educando en medida que ambos enseñan y se dejan enseñar, al darse este proceso se está teniendo en cuenta la construcción de la corporeidad de cada uno y en este punto recordemos que es trascendental en todo el proceso educativo que se viene dando, por lo anterior expuesto el currículo crítico va totalmente de la mano y ayuda al fortalecimiento pedagógico que se ha dado. Dentro de la pedagogía crítica se debe abarcar algo más puntual, para esto se hace referencia a un modelo didáctico procesual en donde se hace una constante evaluación a los contenidos y en si a todo el acto pedagógico que se va desarrollando, comprometiendo también al educador a estar en constante retroalimentación con él mismo, con sus conocimientos y experiencias.

La evaluación formativa precisamente hace referencia a estar revisando el proceso constantemente buscando la mejora del mismo, teniendo en cuenta los dos actores principales; por su parte los educando deben estar buscando su mejora en el que hacer educativo y para los aprendientes se debe revisar como se sienten, como están involucrados en su proceso de enseñanza-aprendizaje, se deben utilizar herramientas que contribuyan a una constante retroalimentación.

Cuando se habla de herramientas se hace referencia a unas acciones metodológicas que hacen posible lo anterior mencionado frente al proceso de retroalimentación. Los diarios de campo se utilizan para acompañar lo que se está realizando, se plasma de manera escrita o fotográfica aludiendo las situaciones que se generan encuentro tras encuentro y así poder verificar todo el proceso.

Una de las herramientas que más se utiliza en los encuentros académicos es la mayéutica, este método socrático hace hincapié en la necesidad de ir realizando preguntas en donde el

aprendiente pueda ir generando nuevos conocimientos, por supuesto no se trata de que solo el maestro realice los interrogantes, todos los involucrados en el proceso de enseñanza aprendizaje están en la libertad de exponer las dudas que vayan surgiendo.

Unidades.

Para poner en ejecución todo lo anterior mencionado se realizó el diseño de dos unidades didácticas las cuales serán expuestas a continuación, también cabe recalcar que, a medida iban pasando los encuentros académicos, se generaban pequeños cambios que precisamente contribuyen a esa construcción que se realiza en el proceso.

UNIDADES	DESARROLLO DE LA UNIDAD	APRENDIZAJES ESPERADOS
1. <i>Recreando y transformando las experiencias motrices.</i>	<i>Mediar para que los deportistas recuerden experiencias que han vivido a través de la práctica deportiva, estas experiencias se deben enfocar a situaciones que les ha quedado marcado y generado alguna situación de emocional, promoviendo vínculos de confianza.</i> <i>Recordar las primeras técnicas deportivas que le fueron enseñadas y de qué manera sucedió.</i> <i>Reconocimiento de su esquema corporal ³mediado de diferentes acciones motricias.</i> <i>Afianzamiento de diferentes sentidos, se realiza un énfasis en la propiocepción⁴, esto por medio de diferentes estímulos. Desarrollo de los sentidos interoceptivos.</i>	<i>Recordar, reconocer y recrear las experiencias deportivas y las formas como aprendió el deporte que practica.</i> <i>Afianzar el esquema corporal, la propiocepción y los sentidos interoceptivos.</i>

³ “El Esquema Corporal es la conciencia que tenemos de nuestro cuerpo, de la situación y relación entre los diferentes segmentos que lo componen y de cómo el sujeto lo va percibiendo a lo largo de su vida.

Se trata de un concepto de carácter dinámico, se va formando y evolucionando de modo lento y global con los años que abarca a todas las capacidades del movimiento” Cidoncha V, Díaz E. (2001)

⁴ “La propiocepción es la capacidad que tiene nuestro cerebro de saber la posición exacta de todas las partes de nuestro cuerpo en cada momento. Dicho de otra manera, a nuestro cerebro le llegan diferentes órdenes desde las articulaciones y los músculos de la posición exacta de los mismos”. Sastre S

	<i>Retomar algunas experiencias mencionadas en la sesión uno, pero en esta ocasión se debe buscar herramientas expresivas que permitan socializar esos momentos a los demás participantes.</i>	
--	--	--

UNIDADES	DESARROLLO DE LA UNIDAD	APRENDIZAJES ESPERADOS
2. Explorando nuestra creatividad desde construcción personal y colectiva en pos de trascender nuestro ser.	<i>Generar problemáticas en donde los educando deban encontrar posibles soluciones, teniendo en cuenta diferentes perspectivas.</i> <i>Para esta oportunidad las diferentes problemáticas estarán en relación con el esquema corporal de cada integrante, buscado un reconocimiento más avanzado, por tanto, deben reconocerse y reconocer al otro en sus diferentes técnicas deportivas.</i> <i>En busca de tener una transformación e ir colocando en juego todo lo que se obtenido en las sesiones anteriores, es este caso se dará diferentes objetivos teniendo en cuenta el deporte practicado, los aprendientes deben buscar enseñarle o ayudar en el mejoramiento de una técnica que el otro no domine.</i> <i>Condensar los resultados, opiniones y en general revisar todo el proceso que se dio, según lo vivenciado se debe resolver una serie de interrogantes para llegar a diferentes conclusiones, ¿se cumplió el ideal de hombre? ¿En usted hay un antes y un después, luego de la participación del proyecto? Dudas de este tipo son las que se ponen en discusión este último encuentro.</i>	<i>Comprometerse con el trabajo cooperativo de forma creativa en busca de la trascendencia personal y colectiva.</i>

Implementación

El momento en el cual se realizó la intervención en realidad se trataba de un momento histórico atípico, tratándose de una pandemia la cual tuvo al mundo con cambios en todo aspecto, hubo transformaciones gigantescas; para el momento exacto de realizar la intervención en Colombia Bogotá se daba algo que se denominó "alternancia", se trataba de poco a poco ir retomando la vida presencial, esto debido a que, durante el tiempo de la pandemia los únicos que

podían salir a la calle eran personas que se desempeñaban en áreas esenciales para la estabilidad de toda la población y por esto ameritaba su presencialidad, el resto de personas debía acatar una orden de cuarentena; por consiguiente nuestro campo de la educación no fue la excepción y se empezaron a utilizar herramientas como aplicaciones que permiten realizar video conferencias, allí fue donde se tuvo los primeros encuentros con un grupo poblacional el cual oscilaba entre los 16 a 23 años, todos deportistas de un club deportivo denominado “STRONG VOLLEY” este se dedicaba a formar personas en la disciplina del voleibol, los aprendientes ya poseían un dominio del deporte, incluso antes de la pandemia se encontraban en competencias dentro y fuera de la ciudad, este grupo poblacional accedió a acompañarnos en este lindo camino, fue una oportunidad muy grande la cual tuvo grandes frutos. Aprovechando la alternancia se pudo realizar unas sesiones de manera presencial, en el parque Ciudad Jardín ubicado en la localidad de Rafael Uribe Uribe en la ciudad de Bogotá.

Análisis de la Experiencia

La experiencia que se generó fue enriquecedora en muchos aspectos tanto para los chicos participantes como para el maestro, hubo cantidad de adversidades, sobre todo por el momento histórico que se daba en ese instante, sin embargo, dicha situación también fue una oportunidad para reinventar la labor docente y la forma de comunicación. La relación que se genera con el aprendiente estuvo atravesada por muchos picos de emocionalidad, y eso hace evidenciar lo más humano del ser.

La educación física demostró que no se da estrictamente en el espacio físico, por medio la virtualidad también es importante, incluso al incrementar el tiempo de cuarentena se volvió una necesidad de muchas personas el poder realizar actividades que propiciaran el poder llevar con tranquilidad el encierro, para los participantes del proyecto no fue la excepción, ellos sentían gran

expectativa por poder participar de manera virtual y aún más cuando por fin se pudieron dar encuentros presenciales.

La labor docente tiene una responsabilidad muy alta para el desarrollo de la sociedad, el avance del ser humano, no se trata de cuanto conocimiento podemos transmitir a otro, más bien se trata de que tanta huella podemos dejar en nuestros educandos, de que tantas posibilidades podemos generar en quienes creen en nosotros, es entender que no somos dueños del conocimiento, sino que, lo que nos hace verdaderos docentes es mantener un horizonte de aprendizaje; es vital aprender de cada experiencia.

El proceso que se dio durante el desarrollo de esta apuesta en realidad fue muy enriquecedor para cada uno de los participantes, en cuanto al ideal de ser esperado claramente se notó que, si es un camino para tener en cuenta, los aprendientes lograron tener otros aprendizajes de algo que ya parecían dominar (su deporte), se logró encaminar a transformaciones en la toma de consciencia.

Los procesos reflexivos se notaron, los participantes comentaron y dieron respuestas que, hacían referencia al ideal de ser humano que se esperaba. En muchos momentos deconstruyeron su conocimiento y prácticamente hubo espacios donde pareciera que retroceden años en el tiempo y estuvieran volviendo a aprender técnicas de su deporte.

Por otra parte, además de su deporte ellos tuvieron otras experiencias, lo cual generó más unión, empatía, sensibilización frente a cada uno y a sus compañeros; son aspectos que se deben resaltar y seguramente les quedará en su ser, como parte de corporeidad, así como para los que fuimos guías del proceso, es algo que quedará marcado a lo largo del tiempo.

Conclusiones

Partiendo de la problemática encontrada, es importante mencionar que la ruta pedagógica por la cual se optó tuvo resultados positivos referente al ideal de hombre que se pretendía formar en los aprendientes, además de comentarios y respuestas que afirman el proceso de trascendencia, también se evidenció en comportamientos que, los deportistas empezaron a percibir su cuerpo y el de los demás de distinta manera.

La manera de retroalimentar lo errores que los mismos participantes tenían durante la práctica del deporte se empezó a dar de manera más reflexiva, ya no buscando directamente al entrenador; la otra manera de referirse a sus falencias fue tomando apuntes de sus otros compañeros, lo cual infiere dos procesos, el primero que ellos ya se empiezan a dar cuenta del error y lo segundo que los compañeros ya son más capaces de percibir en que se equivoca su compañero.

Aunque el fin de este trabajo monográfico no es medir u observar el rendimiento de los deportistas, si se percibe una mejora en los resultados obtenidos en torneos, por lo cual se puede dar una discusión ¿la consciencia corporal potencia el rendimiento en los deportistas? ¿se debe incluir en los planteamientos de un club la consciencia corporal? En el deporte escolar y las clases extracurriculares ¿cómo afectaría trabajar la consciencia corporal? Son interrogantes que pueden propiciar una nueva discusión, la cual sería de gran valor para la Educación física y para el deporte.

Referencias

- Avendaño J (2021) Consciencia corporal Potencializadora de trascendencia en el ser humano. Recuperado de <http://hdl.handle.net/20.500.12209/16411>
- Cidoncha V & Diaz E (2009) Importancia del desarrollo del esquema corporal. Buenos Aires. <https://www.efdeportes.com/efd128/importancia-del-desarrollo-del-esquema-corporal.htm>
- Gómez V (2015), conciencia corporal en el desarrollo de habilidades motrices en estudiantes de primer ciclo de la facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomás, *Cuerpo, Cultura y Movimiento*. Obtenido de <https://doi.org/10.15332/2422474x/4412>
- González A & González C (2010) Educación Física desde la motricidad y la motricidad, *Hacia la promoción de la salud*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126694012.pdf>
- Ros D & Dietz L (2012) La construcción de la interdisciplinariedad en la educación universitaria con perspectivas a la transdisciplinariedad. *Pilquen* <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4059301.pdf>
- Sastre S. La propiocepción. ¿Qué es, para que sirve y cómo funciona? <https://www.barnaclinic.com/blog/traumatologia-deportiva/2019/01/25/propiocepcion/#:~:text=La%20propiocepci%C3%B3n%20es%20la%20capacidad,posici%C3%B3n%20exacta%20de%20los%20mismos.>
- Zubiria J (2006) Hacia una Pedagogía Dialogante. *Los modelos pedagógicos*. Obtenido de <https://www.institutomerani.edu.co/noticias/hacia-una-pedagogia-dialogante.pdf>