

**LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO AMBIENTE FAVORECEDOR DE LA
EMPATÍA, AL SERVICIO DE LAS CONDUCTAS PROSOCIALES**

JOHN GUIZA

LAURA SUAREZ

EDWIN MEJÍA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Bogotá, D.C

2025

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

JOHN GUIZA

LAURA SUAREZ

EDWIN MEJÍA

Tutora: GUIOMAR ALARCON CASTRO

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Bogotá, D.C

2025

Dedicatoria

De parte nuestra dedicamos este PCP a cada una de las personas que fueron partícipes durante este maravilloso proceso, docentes, compañeros y demás por permitir hacer posible este proyecto.

Agradecimientos

Quiero agradecer primeramente a Dios por permitirme estar en este punto de mi vida preparándome como licenciado y como ser humano para la vida. Por otro lado, quiero agradecer a mis compañeros de trabajo y a mi tutora, por haber estado presentes durante este bonito proceso y esta etapa. Por último, agradecer a mi familia que siempre ha estado muy presente en cada etapa de mi vida, esto es para ustedes. (Edwin)

Quiero agradecer, en primer lugar, a Dios por haber guiado mis pasos y brindarme la oportunidad de estudiar esta carrera, que representa una etapa significativa en mi vida. También expreso mi más profundo agradecimiento a mi familia, cuyo amor, apoyo incondicional y confianza fueron fundamentales durante todo este proceso. Sin su respaldo constante, este logro no habría sido posible. A cada uno de ustedes, gracias por ser parte de este camino. (John)

Tabla de contenido

Dedicatoria	3
Agradecimientos	3
Lista de siglas.....	5
1. La Educación Física Como Ambiente Favorecedor De La Empatía, Al Servicio De Conductas Prosociales	7
1.1 ¿Como desde la praxeología motriz se pueden crear ambientes promotores de empatía y conductas prosociales?	7
1.2 Empatía	7
1.3 Conductas Pro-Sociales	10
1.4 Detonantes.....	12
1.4.1 Locales	12
1.4.2 Organismos Internacionales	15
1.5 Marco Legal.....	16
1.6 Antecedentes	18
1.6.1 Análisis de Convergencias	30
1.7 ¿Es pertinencia de la educación física abordar la empatía en pro de las conductas prosociales?.....	31
2.Principios y enfoques educativos	34
2.1 Interacción-significación.....	34
2.2 Expresión-Proyección	38
2.3 Interrelación-praxis	40
3. diseño de implementación.....	46
3.1 Objetivo general.....	47
3.2 Específicos.....	47
3.3 Contenidos	47
3.4 Metodología.....	48
3.5 Evaluación.....	49
3.6 Rol maestro	50
3.7 Rol estudiante.....	50
4.ejecucion piloto	52
4.1 Ejecución piloto.....	52
4.2 Caracterización micro contexto.....	52

4.3 Cronograma	53
5 análisis de la experiencia	57
5.1 Análisis del currículo	57
5.2 Impacto sobre la población	57
5.3 Impactos sobre nosotros	59
5.4 Conclusiones y sugerencias	62
5.5 Sugerencia	63
6 Referencias	65
Anexos	70

Lista de siglas

E.F. Educación Física

PCP Proyecto Curricular Particular

1. |La Educación Física Como Ambiente Favorecedor De La Empatía, Al Servicio De Conductas Prosociales

1.1 ¿Como desde la praxeología motriz se pueden crear ambientes promotores de empatía y conductas prosociales?

Durante el ciclo de Profundización I se realizó un trabajo de observación e intervención en educación formal con el propósito de encontrar un problema, necesidad u oportunidad en la clase de educación física, gracias a esto se evidencio que los estudiantes eran poco compañeristas y empáticos entre sí en referencia a la serie de acciones que se realizaron para ayudar, cooperar o compartir con él y hacia el otro. Otra variable fue la deportivización de la educación física donde se evalúa solo la tecnificación del movimiento y él sí lo hago bien dejando de lado otros aspectos como el social y el grupal esto desencadenando la individualización del ser humano donde prolifera el presentar “lo que me mandaron a hacer y listo”

Lo anterior generó que algunos estudiantes estuvieran incómodos por los diferentes problemas o circunstancias en su vida, lo que generaba esa indisposición durante la clase, y otros con desagrado porque estaban frustrados por no poder lograr lo propuesto por el docente, lo que llevó a pensar y proponer nuevas metodologías para la clase de E.F donde se dejará a un lado los deportes y se centrará en actividades de resolución de problemas enfocados en juegos cooperativos haciendo uso de los dominios de la tendencia de la E.F praxeología motriz. El principal aspecto que hay que educar en los seres humanos será la empatía en pro de la manifestación de conductas sociales favorables como aspecto clave en el desarrollo del ser individual y su incidencia en el colectivo.

1.2 Empatía

En este punto es preciso iniciar la comprensión del eje central y promotor de este Proyecto Curricular Particular que no es otro que la empatía. Se dice que la etimología del

concepto de empatía viene del griego [πάθειν, epathón, sentir, y del prefijo εν, preposición inseparable que significa dentro. El autor Tichener realizó la traducción y produjo el termino en inglés (Empathy) que daría como significado, "Sentir por medio del otro y por el otro, es decir, entrometerse en el otro"

Siguiendo la idea anterior algunos filósofos y pensadores como Leibniz y Rousseau hablaron sobre el concepto de empatía apuntando a la necesidad de ponerse en el lugar del otro para ser buenos ciudadanos. Adam Smith en su teoría sobre los sentimientos morales de 1757, habla de la capacidad de los seres humanos de sentir compasión, pena... ante el sufrimiento del otro, donde por medio de la imaginación es posible ponerse en el lugar del otro. (Fernández I. López B. Márquez M. citando a Wispe 1996, p..2).

Por otro lado, según la RAE “la empatía es la identificación mental y afectiva de un ser humano con el estado de ánimo del otro” (Diccionario de la lengua española (2001). En una segunda acepción la explica como la capacidad de identificarse con alguien y compartir su sentimiento. De este concepto se encuentran tres posibles miradores o escenarios de enunciación, siendo estos:

- Empatía afectiva o emocional: La persona es capaz de sentir lo que el otro siente ya sea por sucesos (perdida, situación) o por medio del lenguaje corporal de la otra persona.
- Empatía cognitiva: Es la capacidad del ser de ponerse en sus zapatos o su punto de vista para de esta manera entender el punto de vista de la otra persona para tener una comunicación asertiva con los demás.
- Empatía solidaria: Esté tipo de empatía reúne lo dicho por las dos anteriores con excepción de que esta busca preocuparse por el otro y busca ayudarlo en todo momento, en resumidas cuentas, es el nivel máximo de la empatía. (Tres tipos de empatía, (s.f.) Experta Seguros).

Por su parte, G. Meaden en su obra Role-Taking la empatía prioriza la influencia de los factores sociales y las relaciones interpersonales, se trata de sentir lo que siente el otro de una manera cognitiva más que emocional, se simpatiza y asiste tomando las actitudes del otro dejando de lado la persona y centrando la atención en sus ideas así como la imagen que tiene de los otros, para de esta manera comprenderlos y anticiparse a ellos, al tiempo en que ellos

favorecen los procesos de autocomprensión de una mejor manera. (Carrillo p. Berges B. citando a G. Meaden, 2009, p.2).

Aunque, Reik en su obra tenía la intención de explorar el subconsciente del psicoanalista para entender a los pacientes y señala que muchas veces la singularidad de la voz o de la mirada nos revela información adicional a las palabras. Reik establece una serie de frases en el proceso empático así:

A. Identificación: Fase ya tratada por Freud y en la que, relajando nuestro control consciente, podemos tener la percepción del ser humano y sus vivencias, dejando a un lado se puede nuestra conciencia e identificarnos desde el otro pudiendo sentir sus sensaciones.

B. Incorporación: En este apartado se presenta complejo separarle de la anterior, aquí involucramos al otro dentro de nuestro ser y percibimos sus vivencias como nuestras.

C. Reverberación: Pretende saber el significado de lo que estamos experimentando, teniendo como resultado una interacción del yo con el yo interiorizado.

D. Separación: Teniendo en cuenta el concepto antropológico de la empatía este punto se puede relacionar con dicho concepto. Previamente realizado el proceso se aparta las implicaciones y se le da campo al uso de la razón, obteniendo distancia psíquica y social para realizar un análisis objetivo (Carrillo p. Berges B. citando a Reik, 2009, p.3).

Mercer et al, (2002) Explica que la empatía abarca habilidades que son esenciales para el desarrollo del ser humano en donde pueden llegar a comprender las perspectivas, emociones y situación de la vida cotidiana con la cual estas se puedan ejercer o ejecutar por medio de la comunicación y de la comprensión en la cual tome decisiones donde se vean reflejadas esa comprensión. Es así que la empatía no solo decir que el otro necesita ayuda, sino que también comprender y expresar por medio de las acciones el ayudar al otro. (Jáuregui A. citando a Mercer, 2024,).

Batson, et al (1987) Enfatiza en la dificultad de la empatía, en la que hace un análisis en que esta no es solo ayudar y comprender las emociones que está teniendo el ser humano, en este

aspecto profundiza que hay identificar cuáles son los sentimientos propios, aquellos que son subjetivos en relación a lo que siente personalmente, y los sentimientos por el otro en donde el ser humano debe ser objetivo es decir tiene que saber comprender y reconocer una emoción en otra persona. (Jáuregui A. citando a Batson, 2024,).

Desde el campo de la E.F. Parlebas menciona que la interacción motriz relaciona a los practicantes con los demás mediante sus conductas motrices en algo llamada relaciones de relaciones donde enfatiza en la potencialidad de la noción de conducta motriz. Donde los seres humanos a través de sus conductas motrices crean vínculos afectivos, emocionales y empáticos con y entre otros. Esto representa una perspectiva mucho más amplia de lo que la E.F ha ofrecido hasta ahora, ya que la formación de las conductas motrices se relaciona con una educación integral, orientada al desarrollo óptimo de las personas, las sociedades y la civilización en general. (Largadera f. citando a Parlebas, 2017, p.13).

En concreto se concluye que la empatía es la capacidad que tiene el ser humano e comprender y de ponerse en el lugar del otro por medio de sus emociones y sus necesidades que lleven a que su respuesta sea el resultado de compasión, solidaridad, respeto, tolerancia; frente a lo que está sintiendo la otra persona; esta habilidad es crucial para mejorar e (integrar) las relaciones interpersonales en la resolución de problemas que faciliten la construcción y colaboración en situaciones difíciles que haya entre sí. Por otro lado, cabe recalcar que la empatía se manifiesta a través de acciones que buscan beneficiar al otro sin esperar nada a cambio promoviendo lazos afectivos entre los seres humanos.

1.3 Conductas Pro-Sociales

En este punto, resulta relevante reconocer el resultado comportamental de la empatía que no es otro que advertir la presencia de formas de comportamiento socialmente reconocidas, valoradas e identificadas como conductas prosociales, esto con la intención de llegar al prototipo de ser humano que se desea alcanzar.

Dicho esto, se entiende que “conducta prosocial es una acción que dispone una ayuda voluntaria puesta al servicio y el del bienestar del otro” (Gallegos w. citando a Epps, 2015, p.38) en este mismo sentido “Martorell define la conducta prosocial como aquella que es voluntaria y beneficiosa para los demás, que se relaciona con el desarrollo emocional y la personalidad y

comprende acciones de ayuda, cooperación y altruismo”. (Gallegos w. citando a Martorell, 2015 p.38).

A esto se añade lo que dice Olivar el cual menciona por “conducta prosocial solo al comportamiento voluntario de ayuda a los demás que abarca compartir, dar apoyo y protección.”. (Gallegos w. citando a Olivar, 2015, p.38).

Cabe recalcar que “la empatía es una de las emociones con la que siempre se relaciona a las conductas prosociales, entendiéndola a ésta como una reacción emocional eliciteda (entiéndase como una conducta producto de una respuesta a un estímulo) y acorde al estado emocional del otro” (Gallegos W. citando a Oliva,2015 p.38).

Garaigordobil y García recalcan que la empatía integra todos los aspectos afectivos y las vivencias vicarias, por otro lado, hace énfasis en la capacidad para distinguir las maneras en la que los demás manifiestan dicho afecto teniendo en cuenta la habilidad para percibir lo que siente el otro. (Gallegos w. citando a Garaigordobil, García, 2015 p. 39).

Dicho esto, la empatía es fundamental dentro de las conductas prosociales, debido a que existen relaciones bastante fuertes entre esta y la empatía; Garaigordobil y García al respecto dice los niños cuando son admitidos por otros niños tienden a ser más empáticos, producto de esto desarrollan un mejor autoconcepto y autoestima, por otro lado, menciona que los adolescentes que desarrollan dicho concepto muestran una estabilidad emocional más alta y consigo problemas psicológicos más bajos.

De otro lado, en las mujeres afirma que cuando ellas cuentan con alto grado de empatía tienden a mostrar estas conductas prosociales y capacidades de liderazgo, autocontrol y muy mínimas conductas de retraimiento. En el caso de los varones que presentan situaciones empáticas, desarrollan a su vez conductas prosociales asertivas y poco comportamientos agresivos y antisociales, esto de la mano del autocontrol. (Gallegos w. citando a Garaigordobil, García, 2015 p. 39). Al respecto es posible hablar de la prosocialidad desde cuatro modelos teóricos:

- La teoría evolucionista: Proviene de los mecanismos de parentesco, altruismo recíproco y la elección grupal para exponer la prosocialidad.
- Enfoque cognitivo: Muestra la existencia de la relación que hay entre el juicio moral y la conducta prosocial de tal forma que la madurez psicológica sea mayor así mismo será la conducta prosocial (Gallegos w. citando a Arias, 2015 p. 39).

- Las teorías de aprendizaje social: Es por medio de la experiencia directa y el modelamiento durante el proceso de aprendizaje lo que lleva al ser humano a tener conductas de ayuda hacia los demás (Gallegos w. citando a Espinosa, Ferrándiz, Rottenbacher, 2015 p. 39).
- Determinantes sociales: Hay tres factores los cuales deciden o limitan la prosocialidad, estos son: la socialización familiar, la educación, la interacción entre iguales. (Gallegos w. citando a Redondo & inglés, 2015 p. 39).

Las acciones voluntarias de una persona, para beneficiar al otro, se entienden brevemente por conductas prosociales; entre estas acciones incluyen ayudar, compartir, para promover el bienestar y necesidades del otro.

1.4 Detonantes

1.4.1 Locales

Considerando ahora bien que mediante la observación e intervención de las prácticas se identificaron factores subyacentes que justifican una necesidad, problema u oportunidad que va enfocada a la falta de empatía en los niños, adolescentes y adultos; en este proyecto se encontraron varios elementos que respaldan la necesidad “urgencia” de abordar esta situación, estos factores que convergen darán la oportunidad de encontrar una posible solución que responda de manera integral a la necesidad del entorno actual, dichos algunos de estos factores son:

- Violencia
- Cyberbullying
- Discriminación racial
- Xenofobia
- Hostigamiento por identidad de género
- Violencia familiar
- Mobbing
- Violencia sexual

Ahora bien para exponer lo anteriormente dicho durante el proceso de observación e intervención realizado, más las cifras dadas por el Concejo de Bogotá donde indican que es

alarmante el incremento de casos de bullying en las instituciones educativas de la capital tanto en el sector público como en el privado, por su parte, la secretaría de educación plantea que se hacen cerca de 20 denuncias mensuales por ataques en las instituciones educativas en Bogotá, sin contar las que no se hacen, recalcando que es preocupante que muchas de estas denuncias nunca son percibidas por los padres de los menores.

A propósito, una investigación realizada por el concejal Julián Sastoque reveló que durante el año dos mil veintitrés se registraron tres mil ciento veinticuatro casos de hostigamiento escolar, también conocido como “bullying”. Otro dato relevante del concejal indica que las principales víctimas fueron mujeres, con mil seiscientos noventa y seis reportes en el mismo año. Al analizar las cifras correspondientes al cuatrienio comprendido entre dos mil veinte y dos mil veintitrés, se observa que el diecisiete coma cinco por ciento de los casos correspondieron a hostigamiento relacionado con la identidad sexual y/o expresiones de identidad de género, el tres coma dieciocho por ciento a discriminación étnico-racial, el cero coma noventa y dos por ciento a casos de xenofobia, y el setenta y ocho comas treinta y cuatro por ciento a hostigamiento generalizado.

Por su parte, según datos de la Secretaría de Educación, las localidades con más reportes de bullying por cada mil estudiantes fueron Kennedy, con un tres coma ochenta y tres por ciento; Suba, con un tres coma sesenta y nueve por ciento; Engativá, con unos tres comas sesenta y cuatro por ciento; y Ciudad Bolívar, con unos tres coma treinta y nueve por ciento. En estas localidades, las mujeres representaron el cincuenta y seis por ciento de las víctimas, lo que equivale a tres mil quinientas veintitrés afectadas.

Los tipos de violencia más comunes fueron la violencia psicológica, con dos mil seiscientos doce casos, representando el cuarenta y un coma cinco por ciento, y la violencia física, con dos mil cuarenta y ocho casos, equivalente a los treinta y dos coma cinco por ciento. Los principales escenarios donde ocurren estos hechos son el colegio, la calle y las redes sociales.

Habría que decir también que algunos de los factores anteriormente mencionado no solo ocurren en el contexto escolar sino también en el laboral con el denominado “Mobbing” término el cual se utilizó por primera vez por el etólogo Konrad Lorenz el cual describe el comportamiento grupal de los animales y llamó Mobbing a los ataques de un grupo de animales pequeños hacia un animal de mayor tamaño; posteriormente el término fue utilizado por el

médico sueco Leymann, el cual observó el comportamiento destructivo de pequeños grupos de niños hacia un niño en específico (Boada et al, 2003).

El término de acoso laboral “Mobbing” es sinónimo de intimidación, obligar a otro, afectar, ataca en grupo, de igual manera se conoce como terror psicológico, agresión o acoso laborales.

Para el ELSA (espacios laborales sin acoso) del acoso sexual laboral que existe, el cuarenta y dos por ciento, es dado entre compañeros. El director de psicología Julio Pineda de la fundación universitaria de San mateo, factores como la presión laboral son vistos en dichos entornos, desencadenando consigo problemas de ansiedad, angustia y depresión.

También menciona que, aunque hay leyes contra el acoso laboral, esto es corto para contrarrestar estas prácticas. Según una encuesta hecha a nivel mundial por la Organización Internacional del Trabajo, La Lloyd 's Register Foundation y Gallup el veinte tres por ciento de personas que son empleadas han experimentado violencia y acoso en el trabajo ya sea de índole sexual o psicológica.

Por otro lado, se menciona que existen algunas determinantes las cuales generan que la gente no hable acerca de esta problemática los cuales son vergüenza, culpa, falta de confianza en las instituciones o porque algunas de estas conductas son consideradas normales.

De acuerdo con lo anterior y según una investigación hecha por el ministerio del trabajo la mayoría de las víctimas de este denominado mobbing son mujeres donde el 41% prefieren llevar este tipo de situaciones de una manera personal, antes que denunciar por el miedo a quedarse sin trabajo. El tema del género dentro del acoso laboral y sexual recae en las mujeres debido a que piensan en ellas como un género débil y sensible, esto también se da en algunos hombres, sin embargo, no se reconoce debido a la burla y la presión social.

En vista de lo anterior, más las estadísticas expuestas es posible evidenciar la carencia de atención y empatía en los espacios ya mencionados; estos números son alarmantes en Bogotá, aparte de que no sólo se presenta en las instituciones, sino en espacios laborales, familiares y otros; es poca la importancia que se le está dando a esto, tanto por parte de las personas encargadas de gestionar un ambiente sano, como por las mismas personas víctimas de dicho problema. Es necesario empezar a gestionar espacios en las distintas áreas donde se presenta este problema, para concientizar a las personas y a su vez, comenzar a tomar acción lo más pronto

posible, puesto que muchas veces no se tiene presente el alcance e impacto que estos “problemas” pueden ocasionar en el otro.

1.4.2 Organismos Internacionales

Un estudio realizado por la ONG en los 5 continentes durante el año 2022 y abril de 2023, por los 50 mil colaboradores de esta entidad más el apoyo de profesores, estudiantes y otros interesados de las 23 universidades más importantes del mundo, los casos existentes de bullying se encuentran en aumento actualmente, dónde 6 de cada 10 personas son víctimas de dicho problema. Puntualmente en Colombia hay 7 de cada 10 personas son víctimas de bullying, Colombia ocupa el puesto 9 a nivel mundial en cuanto al bullying.

En otro lado la UNESCO que después del análisis del estudio de las habilidades socioemocionales de los estudiantes el cual lo realizo con niños de sexto grado describió que más de un cincuenta y cinco por ciento de los ellos tenían empatía en situación en que necesitaban ser ayudadas también cuando veían lloran a un compañero sentían la necesidad de ayudarlo sin necesidad que fuesen o no amigos , otro factor que se revelo es que hay un ochenta por ciento de los niños expresaron que si hay una diversidad cultural y social entre ellos pero que no era un factor por el cual debe haber exclusión.

Frente a las estadísticas mostradas por parte de estos organismos internacionales, se puede evidenciar que hay un gran problema frente a la importancia de estar pendiente y actuar en favor del otro cuando este lo necesita, puesto que, es sabido que un abrazo o un mensaje de consolación cuando alguien lo necesita puede llegar a ser suficiente para evitar un mayor problema.

La OMS pone en evidencia que la violencia contra la mujer ha sido ocasionada por una pareja y por violación sexual recalcando esto como un problema de salud pública. además, expone que el treinta por ciento de las mujeres del mundo han sufrido violencia física en algún momento de su vida donde el 27 por ciento lo han sufrido en edades entre quince a cuarentainueve años. los países en donde más prevalece este maltrato son un veinte por ciento en la región pacifico occidental, veintidós por ciento en países de ingreso elevado en Europa, veinticinco por ciento en América, treinta y tres por ciento en África, treinta y uno por ciento en la región mediterráneo norte y un treinta y tres por ciento en la Región de Asia Sudoriental de la

OMS, lo cual ha causado negativamente la salud física, mental, sexual y reproductiva de las mujeres en algunos entornos lo que ha causado mayor riesgo de contraer VIH.

En cuanto a los números expuestos y el lugar que Colombia ocupa a nivel mundial en cuanto al bullying y a la violencia es necesario tomar acción urgente en este problema y comenzar a mitigar lo más pronto posible esta situación.

En vista de la información mostrada, los datos y estadísticas de dichos organismos, se abre paso y se encuentra por qué es, en este momento, realizar un trabajo detallado en dirección de la empatía y las conductas prosociales, buscando así mejorar la calidad de vida de los involucrados en este problema, y seguir capacitando a todos frente al tema, dando la importancia de la empatía.

1.5 Marco Legal

Ahora es oportuno hacer un énfasis en lo que dice las diferentes leyes acerca de los temas relacionados a este PCP como lo son E.F y la empatía que aborda temas como: El bullying, y Acoso Laboral; a partir de esto, la ley general de educación 115 de 1994 respecto a la E.F. dice en el artículo 5, Fines de la educación, en el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará según los siguientes fines, en el fin 12 dice que: La educación para el fomento y conservación de la higiene y la salud, el cuidado integral de malas situaciones que ante la sociedad pueden ser notables, la educación física, el deporte y la recreación bajo una práctica acorde del tiempo libre.

Por otro lado, la ley 181 de 1995 dice en el título III de la Educación Física: Art. 10 Esta ley define la Educación Física como una disciplina científica centrada en el estudio del cuerpo en movimiento. Su propósito es contribuir al desarrollo integral del ser humano, mejorar su salud y calidad de vida, en línea con lo establecido por la Ley 115 de 1994. En este sentido, se reconoce que el movimiento y la expresión corporal son fundamentales para el crecimiento físico, emocional y social de las personas.

Del mismo modo la ley 934 de 2004 en su artículo 1 dictamina que, en todos los establecimientos educativos, privados y oficiales, conforme a la Ley 115 de 1994 se establecerá un programa de desarrollo para la Educación Física, dentro de su Artículo 2: Toda institución educativa que se encuentre el país tendrá que integrar en su (P.E.I) aparte de su plan integral dentro del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, diseños pedagógicos

complementarios del área, estos proyectos deberán desarrollarse en cada uno de los niveles educativos con los que la institución cuente.

Ahora bien, es importante traer acotación que dice la ley acerca del hostigamiento escolar para esto la ley 1620 de 2013 Esta ley crea un sistema para fortalecer la convivencia escolar, promoviendo la formación en derechos humanos, educación sexual y prevención de la violencia en entornos escolares.

Agresión escolar:

Define la agresión escolar como cualquier acción, física, verbal, gestual, relacional o electrónica, realizada por uno o más miembros de la comunidad educativa que afecta negativamente a otro miembro, especialmente si hay estudiantes involucrados.

Ciberbullying:

Según el artículo 2, se refiere a cualquier tipo de maltrato psicológico continuado realizado de forma deliberada a través de tecnologías de la información como redes sociales, teléfonos móviles o videojuegos en línea.

Acoso escolar (bullying):

También en el artículo 2, se describe como una conducta negativa, sistemática e intencionada que incluye intimidación, humillación, aislamiento o agresiones físicas, verbales o electrónicas, generalmente de un estudiante o grupo hacia otro, en una relación de poder desigual. Puede ser ejercido también por docentes, con o sin complicidad del entorno.

Ley 1146 de 2007 habla sobre la violencia sexual hacia todos los menores sin importar edad o género, que toda acción que se propicie de manera psicológica, física e emocional a alguno de estos que afecte el desarrollo integral de ser, puede incurrir en sanciones judiciales y administrativas.

Ley 1010 de 2006 que aborda el tema Acoso Laboral Establece medidas para prevenir, corregir y sancionar el acoso laboral. Se refiere a conductas repetidas que buscan intimidar, humillar o afectar emocional y profesionalmente a una persona dentro del ámbito de trabajo, incluyendo instituciones educativas.

Por otra parte, Ministerio de Educación Nacional – Lineamientos curriculares de Educación Física, en los lineamientos curriculares, especialmente en el Capítulo 3: Referentes Socioculturales, se resalta la importancia de la Educación Física en la construcción de una sociedad democrática, digna y justa. Esta área contribuye a la formación de ciudadanos

participativos, éticos y solidarios, mediante la vivencia de valores y toma de decisiones colectivas dentro de la actividad física.

También en esta ley en el capítulo 6, Orientaciones didácticas, en interacción social, que en la vida pública de la sociedad se da una serie de sucesos relacionados con la E.F. atravesados por problemáticas como el consumismo, la violencia y la masificación que deben ser objeto de análisis para la búsqueda de alternativas donde las personas construyan y recuperen las posibilidades de ser autores, actores y críticos de la cultura.

Considerando lo que dice el marco de ley y lo que compete a la educación física, es necesario tener claro y presente, la importancia con la que esta cuenta, en las relaciones interpersonales en un aula y en algún espacio, ya que como menciona la ley 181 de 1995, el objeto de estudio de la E.F. es la expresión corporal y lo que implica e influye el movimiento, en el desarrollo del hombre. Esto favorece el ambiente donde se realiza dicha práctica, facilitando una buena comunicación entre cada ser humano que se encuentra allí. Es la importancia de trabajar la empatía en los espacios competentes de la educación física, ya que facilita espacios de relaciones sanas entre cada del ser humano, inculcando valores y grandes aprendizajes en cuanto a la importancia y responsabilidad por el otro.

Por otro lado, se realizó una investigación para encontrar trabajos afines o convergentes al nuestro para evidenciar la viabilidad de la propuesta realizada.

1.6 Antecedentes

PROYECTOS LOCALES					
Nombre	Autores	Año	Objeto de estudio	Hallazgos	Convergencias

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Praxeología motriz como escenario promotor de empatía y actitudes prosociales</p>	<p>Kevin Cubillos</p> <p>Jeisson Steven</p> <p>Wilson Tibocha</p> <p>Daniela Villareal</p>	<p>019</p>	<p>Transitar la empatía al servicio de la praxeología motriz donde se establezcan una relación de los comportamientos empáticos con las interacciones socio-motrices que maneja la praxeología orientados a promover conductas prosociales.</p>	<p>El PCP dice que gracias a este proyecto los alumnos ampliaron su visión de la educación física donde no solo ven la clase para hacer actividad física sino como un escenario de experiencias, también dicen que reconocieron la empatía como condición fundamental y necesaria para escenarios de comprensión social. recalcan que los estudiantes le dan un valor importante a la reflexión de la experiencia cuando se denota un cambio de actitud en términos de relación con los otros. Se menciona que se mejoraron tres grandes rasgos el primero es la comunicación asertiva donde mencionan: como la comunicación tuvo una pequeña mejora en cuanto a las habilidades comunicativas, la clase de educación física se convirtió en el escenario donde los alumnos podían abrirse abiertamente con sus compañeros y docentes. La segunda es la</p>	<p>La interacción afectiva, la cooperación adaptación, autoconocimiento</p>
--	--	------------	---	---	---

				<p>interacción afectiva: se menciona que mediante situaciones motrices se pudo vincular a los alumnos y ubicarlos en escenarios de cooperación, adaptación y autoconocimiento como elementos de la empatía y las conductas prosociales, consiguió reconocer las fortalezas y debilidades en el actuar de las actividades en pro de un objetivo común con sus compañeros mencionan la expresión emocional: la cual generó cohesión a nivel de grupo y los estudiantes pudieron discernir cómo realizar el proceso de exteriorización de su sentimiento ligado a la escucha.</p>	
--	--	--	--	--	--

<p>Aprendizaje cooperativo a través de la praxeología motriz para el desarrollo de la empatía en la educación física.</p>	<p>María Alarcón</p> <p>Jefferson Rodríguez</p> <p>Yeraldine Torres</p> <p>Daniel Villate</p>	<p>020</p>	<p>Posibilitar la comunicación y cooperación a través del juego, para fortalecer conductas motrices empáticas y toma de decisiones en las interacciones sociales.</p>	<p>Ellos traen a colación que su implementación fue muy corta y difícil por el confinamiento del (Covid-19, donde la población a la cual se realizó el proyecto venía de hacer su primaria en confinamiento sin interacción con sus compañeros. Ellos recalcan que la didáctica y las planeaciones ayudaron creando escenarios de interacción, validación y aprendizaje. Esto generó que cada niño reconociera sus acciones y cómo estas afectan a sus compañeros durante las sesiones el segundo aspecto fue se comprende al otro como es que es en mí yo que soy en él. esto permitió vislumbrar ese aprendizaje cooperativo gracias a la experiencia que aportaba cada uno. por último, cuando hablan de reconocimiento del medio y esa corporatividad lo situaron en la convivencia legítima, la validación de cada estudiante y el cuidado del medio ambiente.</p>	<p>Aprende je cooperativo, interacción,</p>
---	---	------------	---	---	---

Empatía, redes sociales e indicadores de salud mental durante las crisis sociales en Colombia	Diego Armando Leon Maria Paula Tobar Maria Olga Hodeg - Oscar Maurico Aguilar Mejia	022	Analizar la relación entre empatía, uso de redes sociales y la salud mental, durante la crisis colombiana del 2021 y el covid-19	Durante la pandemia por COVID-19 y el estallido social en Colombia durante el año 2021, se pudieron observar una serie de reacciones emocionales malas, en muchos colombianos, por un lado, el confinamiento llevó a la gente a experimentar ansiedad y estrés a niveles altos, y por otro, la mal información subida al internet, producto del excesivo uso de redes sociales	Empatía, sociedad
---	--	-----	--	--	-------------------

Fuente: elaboración propia

PROYECTOS NACIONALES

Un ive rsi da d	Nombre	Autores	Año	Objeto de estudio	Hallazgos	Convergencias
Universidad Pontificia Bolivariana	Empatía, conductas prosociales y convivencia escolar sus anexos y relaciones en niños que han experimentado violencia	Romero Ana, López Gloria Romero Jenny, Palacio Marta, Vásquez Kelly, Rodríguez Alexander Ruiz Erika, Giraldo María, Cárdenas John, Balvin Nelson, Muñoz Martha, Clavijo Sandra	2020	Este trabajo se detiene a la lectura, el análisis y la intervención de una de las demandas más sentidas en nuestro país: la empatía las conductas prosociales y la convivencia escolar.	En la investigación se evidencio comportamientos entre los compañeros que llevaron a agresiones, insultos, humillaciones, peleas entre ellos o con los docentes generando una atmosfera de discordia y conflictos que inciden en el bienestar social y personal del estudiante. Por esto es importante favorecer estrategias que aporten al sano convivir entre los alumnos, fomentando las buenas relaciones, la empatía hacia el otro, el asertividad, la tolerancia y el respeto	Empatía y conductas prosociales en el ambiente escolar

<p>Universidad Mariana (Nariño, Pasto)</p>	<p>Habilidades sociales para la vida: empatía, relaciones interpersonales y comunicación asertiva en adolescentes escolarizados</p>	<p>Andrea Carolina Flores Manuel Fernando Prado</p>	<p>2021</p>	<p>Promover espacios y trabajar las habilidades sociales para la vida</p>	<p>En el inventario cerca II (instrumento utilizado en la psicología para medir la empatía, comunicación asertiva y relaciones interpersonales) se evalúa durante el confinamiento por el COVID 19 donde se aprecian resultados no tan malos frente a la empatía, pero que dejan recomendaciones para seguir trabajando en dichas habilidades sociales mediante programas psicoeducativos que fomenten la competencia social.</p>	
--	---	---	-------------	---	---	--

	Empatía, redes sociales e indicadores de salud mental durante las crisis sociales en Colombia	Diego León María Tobar Maria Hodeg Oscar Mauricio	2022	Estudios realizados durante la pandemia y las crisis sociales en Colombia, tuvieron mucho impacto en la salud mental, pero a través de la empatía y la información que se haya en las redes sociales, se puede mediar dicho impacto	Durante la pandemia por COVID-19 y el estallido social en Colombia durante el año 2021, se pudieron observar una serie de reacciones emocionales malas, en muchos colombianos, por un lado, el confinamiento llevó a la gente a experimentar ansiedad y estrés a niveles altos, y por otro, la mal información subida al internet, producto del excesivo uso de redes sociales	La afición al deporte como favorecedor de la empatía en los adolescentes
--	---	--	------	---	--	--

--	--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

PROYECTOS INTERNACIONALES

Un ive rsi da d	Nombre	Autores	Año	Objeto de estudio	Hallazgos	Convergencias
-----------------------------	--------	---------	-----	-------------------	-----------	---------------

<p>Universidad Miguel Hernández de Elche (España)</p>	<p>Conductas prosociales en escolares aficionados al deporte</p>	<p>Antonia Pelegrín Muñoz Eva León Zarceño Higinio González García</p>	<p>2020</p>	<p>Los objetivos de este trabajo fueron estudiar las conductas prosociales en seguidores y no seguidores de algún deporte y de los practicantes y no practicantes de estos deportes para comparar si las conductas prosociales cambian entre los que participan y los que no en algún deporte.</p>	<p>Los resultados de este proyecto indican que los seguidores muestran índices mayores de preocupación empática comparando con los jóvenes no seguidores, y un mayor autocontrol social, pero pertenecer o no activamente a algún deporte no afectó a la empatía.</p>	<p>La afición al deporte como favorecedor de la empatía en los adolescentes</p>
---	--	--	-------------	--	---	---

		Emilce Quiroga Abac	<p>Este trabajo pretende conocer la relación entre los niveles de empatía y las conductas prosociales. Identificar las motivaciones o tendencias de esa conducta en adolescentes de cuarto año de educación secundaria. Este planteamiento pretende correlacionar si a mayores niveles de empatía más generación de conductas prosociales</p>	<p>Usualmente hay muchas disciplinas en las que el hombre trabaja y aborda el desarrollo humano, dejando muchas veces de lado el sentir tanto del uno como del otro. El bullying aparece como problema entre los adolescentes de Mendoza, así que se busca mediante la empatía, evaluar dicho nivel entre cada persona</p>	<p>Mediante la empatía, medir el nivel de cada persona frente a pensarse por el otro</p>
--	--	---------------------	---	--	--

<p>Conductas Prosociales, actividades físicas y perfiles</p>	<p>García J Belando N Fernández F Valero A</p>	<p>023</p>	<p>2</p>	<p>Las conductas prosociales, la responsabilidad personal y social como factores clave en el bienestar físico y psicológico de los adolescentes</p>	<p>Se encontraron dos perfiles uno denominado “alta responsabilidad” el cual presentaba mayores niveles de empatía y conductas prosociales, así como una percepción alta de la actividad física realizada, el otro grupo se denominó “baja responsabilidad” el cual presento niveles totalmente opuestos. El fomento de valores, la responsabilidad personal y social se postuló como elemento clave en la actuación del docente con el objetivo de mejorar la convivencia en los centros educativos, y el desarrollo socioemocional del alumnado y alcanzar un estilo de vida saludable</p>	<p>Las conductas prosociales como factores clave en el bienestar educativo</p>
--	--	------------	----------	---	--	--

po nsa bili dad per son al y soc ial en niñ os y ado les cen tes					
---	--	--	--	--	--

Fuente: elaboración propia

1.6.1 Análisis de Convergencias

En concreto y tras un sondeo general por los trabajos se puede recalcar la falta de empatía como uno de los principales problemas en la formación humana evidenciado no sólo a través de la educación física, sino de la educación en general y/o cualquier ámbito donde haya relación entre seres humanos haciendo denotar cómo es responsabilidad de todos abordarla de cara a crear ambientes sanos para cada ser humano donde se sienta libre y seguro; cabe recalcar que es muy importante promover y fortalecer la empatía en los seres humanos para que tengan y desarrollen mejores conductas prosociales.

Es oportuno mencionar que se concluyó que esto es un problema en cualquier ámbito. Para la E.F o la educación en general es necesario abordar esta problemática dado que a partir de

ella se pueden procurar ambientes de trabajo propiciadores de afrontamiento de problemas o de conflicto dentro y fuera del aula, sin poner en riesgo la dignidad o el estado emocional del otro.

1.7 ¿Es pertinencia de la educación física abordar la empatía en pro de las conductas prosociales?

Después de todo lo mencionado hasta este punto sumado a la concepción de empatía y conductas prosociales adicionando el sondeo hecho a nivel local, nacional e internacional se llega a la conclusión de que lo dicho anteriormente es una necesidad/problema de carácter social ya que después de la pandemia todos los factores que llevan a las conductas poco empáticas se han disparado de una manera alarmante y es tarea de todos los campos detenerse un momento a pensar y reflexionar lo que se ha venido haciendo hacia este problema todo esto con el fin de tener ambientes seguros para cada una de las personas.

Ahora bien, es necesario mirar al papel de la E.F en el marco de la empatía y las conductas prosociales, ya que al ser una disciplina en la que se evidencio la falta de estas de algunos alumnos con sus compañeros es vital pensar en diferentes metodologías que permitan abordar este problema/necesidad dentro de la clase para que los seres humanos sean conscientes, empáticos y reflexivos. Todo esto para que los seres humanos se adapten al prototipo de ser al que se desea llegar donde son seres empáticos con bastantes conductas prosociales, donde se priorice el cuidado personal y colectivo y así se puedan ejercer escenarios seguros donde cada ser humano pueda ser y pueda exponer sus fortalezas sin miedo a sentirse menos, sino que al contrario la participación y aporte de cada ser humano sea de vital importancia para el fin o propósito expuesto en cada escenario.

1.8 Cuál sería el papel de la educación física al servicio de la empatía y las conductas prosociales)

Desde este PCP se pretende emplear la E.F como un espacio favorecedor de la empatía teniendo en cuenta el pensar y ayudar al otro como pilares fundamentales de esta, para de esta forma incentivar también las conductas prosociales esto mediante el uso de nuevas didácticas dirigidas a educar la empatía a favor de las conductas prosociales. Por otro lado, es oportuno decir que el educador físico necesita proponer nuevas metodologías y/o didácticas entendiendo las didácticas como: el conjunto de procedimientos y normas destinadas a dirigir el aprendizaje de la manera más eficiente que sea posible (Nerici 1985). Por otro lado, Penteadó (1982) dice

que la didáctica es un conjunto de métodos, técnicas o procedimientos que procuran guiar, orientar, dirigir e instrumentar, con eficacia y economía de medios, el proceso de aprendizaje donde esté presente como categoría básica”. Conjunto de métodos que procuran guiar, orientar, dirigir o instrumentalizar. Lo anterior guiado en pro de las relaciones de los seres humanos mediante diversos saberes disciplinares enfocados en crear formas de interacción afectiva entre ellos permitiendo conocer y generar nuevas estrategias de enseñanza en donde el conflicto pueda ser visto como una oportunidad de construcción y generación de conexiones interpersonales más humanizantes provistas de compasión, bondad, cuidado y una preocupación genuina por el otro y lo otro.

En conclusión, el propósito de formación para este PCP es favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.

2.Principios y enfoques educativos

Aristóteles en la naturaleza social del ser humano afirma que el ser humano es político, vive en familias, clanes, grupos y manadas llamadas aldeas, pueblos, ciudades o naciones y siente necesidad de juntarse con otros semejantes para poder relacionarse como tal, esta sociabilidad se manifiesta en la capacidad humana para comunicarse y razonar. Aristóteles sostiene que el lenguaje y la razón son instrumentos que permiten a los seres humanos deliberar juntos sobre cuestiones de justicia, ética y el bien común, lo que facilita la vida en comunidad y la organización política.

En la prehistoria los cazadores necesitaban comprender los movimientos y comportamientos de los animales para poder cazarlos con éxito estos requerían una gran cooperación y coordinación. La capacidad de entender las necesidades y emociones de los demás habría sido crucial para planificar y ejecutar cacerías exitosas. Este tipo de colaboración sugiere un nivel significativo de empatía, ya que los seres humanos necesitaban anticipar y responder a las acciones y emociones de sus compañeros de grupo.

En este contexto de la educación surge la necesidad de innovar y/o adaptar las metodologías de enseñanza-aprendizaje que responde a la urgencia de promover un aprendizaje significativo y colaborativo maestro-alumno.

A partir de lo anterior, para este PCP se nombrará tres principios fundamentales que tejen los componentes humanísticos, disciplinar y pedagógico y que abren paso a la perspectiva educativa. Estos principios son: interacción-significación, expresión -proyección e interrelación -praxis.

2.1 Interacción-significación

Uno de los principios fundamentales de este PCP es la interacción debido a que a diario se interactúa con todo lo que existe en el mundo dándole así, un significado a cada interacción que se tiene dentro de él y con quienes habitan en él para de esta manera construir relaciones y/o interacciones significativas con los demás; este aspecto es bastante importante dentro del campo de la E. F, ya que permite tener una comunicación asertiva entre uno y el otro,

en vista a que la herramienta y eje principal dentro de las clases es el cuerpo, y como este cuerpo se relaciona con los otros y con el entorno que lo rodea.

Este aspecto es fundamental en la empatía porque permite conocer a las personas y sus perspectivas interactuando con sus experiencias, sentimientos, emociones y/o necesidades, facilitando la conexión y comprensión, en un lenguaje no verbal como expresiones faciales y/o corporales, lo que puede llevar a desarrollar comprensión, respeto y tolerancia esto a favor de la empatía y las de conductas prosociales.

Para profundizar en la comprensión de este principio resulta oportuno el postulado de Herbert Blumer quien desde el Interaccionismo Simbólico destaca la importancia de la naturaleza simbólica de la vida social. Dicho autor establece tres premisas fundamentales en este enfoque:

- Los humanos actúan en función de los significados que atribuyen a las cosas.
- Estos significados surgen de la interacción social con otros seres humanos.
- Las significaciones se interpretan y modifican a través de este proceso.

El análisis de la interacción se basa en la dinámica entre el actor y el mundo, enfatizando la interpretación del mundo social por parte del ser humano. Los interaccionistas simbólicos ven el lenguaje como un sistema de símbolos que permite asignar significados a los actos, objetos y palabras en la interacción social (Aqueveque C. citando a Blumer, 2023).

El ser humano por naturaleza tiene la capacidad comunicarse, relacionarse e interactuar ya sea de manera verbal o no verbal, y se da en diferentes contextos como lo es familiar, en la escuela, en el trabajo, entre otros. Para George Herbert Mead la interacción es fundamental para el desarrollo del self (yo) y la conciencia social.

El ser humano, por su propia naturaleza, posee la capacidad de comunicarse y relacionarse con los demás, ya sea a través del lenguaje verbal o no verbal, en diversos entornos como la familia, la escuela o el trabajo. Según George Herbert Mead, la interacción social es clave para el desarrollo del self (el “yo”) y la conciencia social. Es decir, la persona llega a conocerse a sí misma al adoptar las actitudes de los demás involucrados en sus acciones. Mead plantea que el self se forma en dos etapas del desarrollo infantil. La primera es la etapa del juego, donde el niño imita a personas específicas como el papá, la mamá o personajes como superhéroes, desarrollando así un self limitado. La segunda es la etapa del deporte, en la que el niño empieza a adoptar la perspectiva de todos los participantes del juego, como en el fútbol. En

esta fase, se interiorizan las reglas y reacciones de los otros, lo cual es necesario para ser aceptado en el grupo. El niño empieza a temer el rechazo o el castigo, lo que lo lleva a asumir las normas. Es precisamente en esta etapa cuando comienza a formarse la personalidad, gracias a la aparición del "otro generalizado" (Godoy G., citando a Mead, 2022, p. 3).

El lenguaje y la comunicación son claves para la interacción y la creación de significado en la construcción del self y la conciencia social. En este sentido, el humanismo coloca al centro de la reflexión una antropología, es decir, una comprensión del ser humano en su ser, en su quehacer, en su deber ser y un itinerario formativo. Esta misma reflexión es la parte central del mecanismo del self, es decir, la pieza que hace y da forma al yo, ya que, al realizar esta reflexión, el ser humano puede tener la capacidad de adoptar la actitud del otro hacia él y poder sentir dicha empatía, dejando por lo último, la capacidad de poder cambiar el resultado del proceso en cualquier acto social que se encuentre en dicho momento.

Ahora bien, para un educador es importante en el ámbito de la formación integrar la interacción en el diseño de la enseñanza, considerando su manifestación en el aula y tomando decisiones al respecto (a quién se dirige, quiénes interactúan, con qué propósito, qué criterios se siguen). Según Villalta, Martinic y Guzmán (2011), por otro lado, la interacción es algo bastante fundamental en el proceso de aprendizaje y se refiere a la dinámica donde los actores se relacionan a través de la comunicación, una herramienta cognitiva y transformadora del pensamiento cuando se utiliza con fines de aprendizaje y desarrollo. Por otro lado, Camacaro de Suárez (2008) destaca la importancia de operar en el aula con complejidad sistemática al compartir contenidos curriculares para la enseñanza y el aprendizaje. También se resaltan la importancia de los gestos, atenciones y apoyos emocionales desde el docente a los estudiantes.

Desde un enfoque sociocultural, la interacción en la pedagogía es una realidad con actos, saberes y expresiones (Villalta Et al,2009) donde esta dispone de unas pautas, unos sentidos, tiempos y espacios establecidos, que ordenan las posiciones e intercambios comunicativos. estos intercambios de saberes ocurren entre docentes y estudiantes ya sea de forma individual o grupal las cuales se completan cuando se desarrollan ya sean diálogos o respuestas constructivos. (Howe Et al, 2013). Desde este enfoque en la interacción, el ser humano tiene la posibilidad de dirigir su proceso de construcción de aprendizaje, utilizando cualquier estrategia de aprendizaje que mejor se ajuste a sus requerimientos (Rada, 2008). Este hecho da lugar a la mediación pedagógica (Vygotsky, 1996) esto enfatizando en que la

interacción social da origen a las funciones psicológicas superiores como lo son el lenguaje, la escritura, lectura, formación de conceptos, atención, memoria, entre otros.

Esta idea de interacción se refiere a alguna relación entre variables. En la clase de E. F. se dan relaciones e intercambios de todo tipo que corresponden a describir y analizar para explicar qué ocurre y predecir los fenómenos del proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física. La conducta docente, por su propia naturaleza, se da en un contexto de interacción social, (Flanders 1970).

Los hechos que se ejecutan en la ocupación docente llevan a enlaces recíprocos entre el profesor y los alumnos. La enseñanza no es otra cosa que este mismo intercambio de profesor-alumno.

Es oportuno mencionar las situaciones motrices propuestas por Parlebas las clasifica en tres parámetros que son determinantes por la incertidumbre que podrá ser respecto a la información proveniente medio físico, y/o respecto a la interacción con los compañeros y/o los adversarios. La combinación de estos tres criterios desencadena en 8 grandes categorías en las que se agrupan los juegos, deportes o tareas motrices (Jiménez, 2012, citando a Parlebas, 1981, p.1).

(I) interacción con el medio o entorno físico

(C) interacción con el compañero

(A) interacción con el adversario

Cada tipo de contenido en educación física implica exigencias específicas para el alumnado.

Los contenidos individuales promueven la superación personal, ya que permiten un mayor conocimiento y valoración de uno mismo. Estos requieren un alto nivel de concentración, mejoran la percepción del propio cuerpo y aumentan la eficiencia motriz.

Los contenidos cooperativos destacan el trabajo en equipo y la importancia de subordinar los intereses individuales a una meta común, lo cual exige una elevada sincronización motriz entre los participantes. Por otro lado, los contenidos de lucha favorecen el desarrollo del autocontrol, el respeto por las reglas y la toma de decisiones cualitativas. Su práctica requiere una cooperación constante con el compañero.

Finalmente, los contenidos de cooperación/oposición plantean desafíos perceptivos y decisionales al enfrentar diversos problemas motrices durante el juego. Esto enriquece la

interacción social y obliga al alumnado a integrar sus acciones individuales en una estrategia colectiva. (Jimenez,2012, p.4).

2.2 Expresión-Proyección

Ahora bien, la expresión-proyección como segundo principio de la perspectiva educativa se entiende como forma verbal y no verbal de comunicar o transmitir algo. El cuerpo puede manifestar emociones, sensaciones y pensamientos a través de los movimientos, dando así un significado a algo en concreto, como por ejemplo un gesto de dolor, de alegría, de placer o de cansancio. Por otro lado, la expresión desde la E.F es muy importante ya que le permite al ser humano interactuar dentro de su espacio con los demás partícipes, donde su expresión corporal jugara un rol clave, de esta manera desarrollando a la vez una serie de habilidades sociales y emocionales que terminan siendo determinantes en la configuración de conductas prosociales.

Así mismo, se entiende por expresión como la capacidad del ser humano para comunicar sus pensamientos, propuestas, experiencias y necesidades de diversas formas como lo pueden ser el arte, la literatura, la música y la interacción personal; este concepto es fundamental en diversos campos de saber cómo la psicología, la educación y la filosofía.

Según Karl Bühler en su teoría de la expresión (Una aproximación holística al fenómeno del lenguaje humano) destaca la función expresiva como una función esencial en el lenguaje humano, refiriéndose a que cada expresión verbal busca expresar emociones, deseos, ideas y motivaciones, en otras palabras, intenta poner en evidencia los profundos estados internos, no siempre identificables por el propio ser humano. El autor complementa la teoría de expresión poniendo sobre la mesa el aspecto corporal del ser humano, de esta manera la expresividad humana no solo se centra en la expresión de signos lingüísticos sino también en movimientos corporales. Bühler concibe los movimientos físicos y el habla como una forma de comunicación total, interpretando los movimientos como otra forma de comunicar, recalando una estrecha relación entre el lenguaje y la fisonomía. (Fossa Et al, 2017 como se citó en Bühler 1934/1965).

Con respecto a la educación la expresión encuentra su mayor anclaje en la cognición humana. Al respecto Gardner propone un desarrollo diverso e independiente de múltiples capacidades que en su momento denominó inteligencias múltiples. Indica el autor que estas pueden ser cultivadas y educadas, lo que para este PCP supone una oportunidad en tres de ellas

que se encuentran ligadas al principio de la expresión- proyección las cuales son inteligencia lingüística, inteligencia intrapersonal e interpersonal. A continuación, se desarrollarán cada una de ellas.

- **Inteligencia lingüística:** Es la capacidad para usar el lenguaje de manera efectiva, incluyendo la comprensión y producción de textos orales y escritos. Esta inteligencia implica habilidades como comprensión de la sintaxis y la semántica, vocabulario y léxico, comprensión de la pragmática, en términos generales dominio de una lengua.
- **Inteligencia interpersonal:** Se refiere a la capacidad para entender e interactuar con los demás de manera efectiva. Esta inteligencia implica habilidades como la empatía, la comunicación liderazgo, resolución de conflictos, comprensión de las motivaciones y necesidad de los demás, en términos generales interacción social armónica y asertiva. Finalmente,
- En el proceso de proyección se ve la inteligencia intrapersonal, permite al ser humano entenderse y comprenderse a sí mismo, a través de sus emociones y sentimientos; mediante el desarrollo de esta, cada persona puede reflexionar sobre sus experiencias y reflejarse a futuro. Al realizar estas reflexiones las personas pueden identificar los patrones y las sensaciones que les permitirá desenvolverse de una forma más acertada. Por otro lado, es importante resaltar la regulación emocional, y es aquí en esta inteligencia donde la persona aprende a controlar y regular sus emociones para poder afrontar los altibajos que pueden presentarse en sus proyecciones, además le permite mejorar las interacciones con los demás, pudiendo así expresar sus necesidades, deseos, e intenciones.

En vista de lo anterior, se puede definir expresión como la capacidad de los seres humanos para comunicar, transmitir y manifestar emociones, ideas, pensamientos, motivaciones, deseos y experiencias mediante su corporeidad haciendo uso del movimiento, la actividad física y la oralidad. Así, destacando el cuerpo como pieza clave de comunicación no verbal y paraverbal.

De otro lado y sin dejar de ver el aspecto disciplinar se enfocará la proyección como el proceso de atribuir características, pensamientos, sentimientos o intenciones propias o a alguien, es por esto por lo que desde la perspectiva teórica y conceptual es Jean-Paul Sartre (1943) quien

aportará en el entendido de la proyección como un proceso de creación de su propia identidad. En otro escenario de enunciación se encuentra Merleau-Ponty (1945) quien en el libro “Fenomenología de la percepción” también aborda la proyección como un proceso de percepción y experiencia. Ambos autores se interesan por descubrir el lugar de la proyección en la comprensión del ser humano. Por un lado, la mirada existencialista y de trascendencia y por el otro la mirada sensible, estética y contemplativa del ser.

2.3 Interrelación-praxis

Al llegar a este punto es oportuno hablar de la interrelación como una correspondencia recíproca que puede existir ya sea entre seres humanos y objetos o elementos, por lo tanto, es posible afirmar la naturaleza de una relación mutua, permanente y presente. Un ejemplo de esto es la relación del ser humano con el medio ambiente donde los humanos deben adaptarse a los diversos cambios naturales del entorno, así mismo, el ambiente experimenta diversos cambios debido a la actividad humana (Pérez y Merino, 2021.) Del mismo modo, la interrelación se puede aludir a la conexión y dependencia entre seres humanos, experiencias y contextos. Esto hace un énfasis en cómo las relaciones influyen en el crecimiento individual, cultural y social.

Buber en su obra *yo y tu* dictamina que existen dos tipos de relaciones: la primera, es yo y tú donde el tú representa a una persona, la naturaleza o incluso lo divino como un ser único, completo y con valor en sí mismo. Buber menciona que puede haber una conexión real donde en la relación yo y tú, ambas partes se encuentran de manera genuina, sin máscaras y sin pretextos, para esto cada persona debe verse y ver al otro como seres únicos y valiosos. Haciendo énfasis en que este tipo de relación puede darse con la naturaleza, obras de arte o incluso con lo divino para él la relación más pura yo y tú es con Dios. La otra relación que menciona es el yo-ello esta relación es de tipo instrumental. El ello se concibe como un medio para un fin específico y no se reconoce su subjetividad, este tipo de interacción es impersonal y orientada a la utilidad y es la que predomina en la vida cotidiana, cuando se trata con el mundo de las cosas y muchas veces con las personas. (Buber, 1982, p.6).

Ahora bien, se menciona que para estas interrelaciones existen tres esferas que representan diferentes niveles de interacción como la esfera de la vida con la naturaleza; en esta esfera el ser humano entra en relación con los elementos de la naturaleza (plantas, animales, paisajes) donde no es posible el diálogo como ocurre con los seres humanos, existe un encuentro

yo y tú con la naturaleza en la que se percibe la vitalidad y la singularidad del entorno, estos encuentros son efímeros pero permiten sentir una conexión con la naturaleza; la segunda esfera es la vida con los seres humanos. Esta es la esfera central donde la relación yo y tú se demuestra de manera plena entre seres humanos ya que se puede establecer un diálogo auténtico, reconociendo la subjetividad del otro y su singularidad, este tipo de relación es transformadora en razón a que ambos participantes se encuentran en su ser completo. Esta relación tiene un problema y es que puede ser débil pues la relación entre personas puede convertirse en "Yo-Ello", cuando se trata al otro como un medio para satisfacer necesidades personales. Por último, se menciona la esfera de la vida con los entes espirituales, la cual, según Buber es la más pura donde el tú es Dios y la relación no es intermediada por nada ni nadie, se trata de un encuentro personal y directo con lo sagrado, es la culminación de todas las demás experiencias. Ya que el encuentro con Dios es un diálogo donde el ser humano se abre completamente y sin reservas, y recibe a cambio una presencia transformadora. (Buber,1982, p.8).

Cada una de estas esferas tiene sus características propias, pero de la misma manera está interrelacionada con la otra. Cada una de estas experiencias que se desarrollan en cada esfera contribuyen a construir nuevas experiencias entre yo y tú, donde la vida humana está en constante oscilación dentro del yo-tú y el yo-ello, aunque la vida casi siempre está sujeta a la relación del yo-ello es en el encuentro del yo-tú lo que genera conexiones más profundas de la existencia y ofrece al ser humano un sentido.

Por otro lado, y ligado a la interrelación se encuentra la praxis se entiende praxis por un hacer que solo puede realizarse por seres humanos libres. Aristóteles recalca que la vida es praxis, es acción humana. La praxis es un hacer humano a partir del cual se ve transformado lo humano mismo. Solo los seres humanos son seres de praxis ya que en ella y con ella se puede y se tiene que decidir, esta toma de decisiones es lo que lleva a reflexionar. Solo cuando el ser humano es libre y reflexiona hay praxis (Peña et al, 2012, p.78).

La praxis también hace referencia a la acción orientada por ideas autodeterminadas y responsables por el ser humano. Cuando se habla de praxis educativa, Aristóteles hace énfasis en el hacer productivo (poises) y un actuar de manera responsable (praxis), Benner complementa diciendo que praxis abarca dos cuestiones por un lado el hecho o la acción y por el otro lo necesario en el sentido de la necesidad a la que se direcciona la praxis y a la que responde la

praxis (Peña Et al, 2012 citando a Brenner 1995 p.79) es decir, un actuar responsable humano que satisface a una necesidad humana.

Continuando con lo anterior Freire dice que la praxis conlleva a la reflexión-acción, donde el ser humano da sentido a su realidad, su existencia y a través de estas interpretaciones, trabaja su práctica de manera más consciente, propiciando una acción cambiante después. (Olivares, 2014, citando a Streck, Redín y Zitkoski, 2010) Dicha apropiación de la vida a través de un análisis crítico, da la posibilidad de poder modificar su realidad a cada uno. Por lo tanto, el resultado de praxis es una acción consciente y a la vez, responsable. Rompiendo la alienación y la domesticación, dando paso a una nueva transformación de cada uno y del entorno propio (olivares, 2014 p.1).

Para Freire el sujeto cognoscente se ve identificado por varias características, algunas son: la acción, la curiosidad, la reflexión crítica, el cuestionamiento exigente, la inquietud y la duda. Todos los seres humanos conocen e ignoran algo, debido a esto, el conocimiento no es lineal, sino cíclico y dinámico, el cual está en constante construcción al igual que los seres humanos que lo cimientan. El docente realiza una tarea determinante en el proceso de acción-reflexión, la praxis realiza la razón del ser, esto cuando asegura que, en la práctica y la teoría, no puede haber una disolución y deben permanecer en un dialogo constante (olivares, 2014, citando a Streck, Redín y Zitkoski, 2010).

Por otro lado, y regresando a la praxiología motriz analiza el sentido que cada ser humano le otorga a cada secuencia-acción de una situación praxiomotriz completa, situación en donde el ser humano participa buscando como objetivo el poner en juego su motricidad, según un conjunto de condiciones del entorno definidas (Moreno Et al, 2004 p.23).

Del mismo modo, el docente de Educación Física necesita entender la praxis como un acto que integra la acción y la reflexión, sustentado por una teoría que le dé sentido. Como señala Araujo (2006, citando a Pérez, 2000), la actividad humana implica una relación constante entre teoría y práctica: no debe existir teoría sin práctica ni práctica sin teoría, ya que ambas se construyen mutuamente a través de la reflexión.

Además, Heller (citado por Araujo, 2006) destaca que la praxis pedagógica no debe limitarse a transmitir conocimientos e instruir, sino que debe ir más allá: implica enseñar a vivir, preparar al ser humano para la vida cotidiana, para cuestionar el saber, buscar respuestas y

construir su propio camino. En este sentido, la Educación Física debe orientarse hacia una formación integral del individuo, ayudándole a mejorar su calidad de vida.

Desde esta perspectiva, la finalidad de la Educación Física debería centrarse en educar para la vida: formar ciudadanos responsables, capaces de convivir armónicamente con los demás y con el entorno, mantenerse saludables y ser felices. Por tanto, el verdadero camino está en fortalecer y transformar la praxis pedagógica. Es el campo de la educación es trascendente comprender el valor de la expresión y la interacción del ser humano. En el proceso de educación, la interacción no solo es una condición de bastante importancia para el aprendizaje, sino que permite que los seres humanos se conozcan mutuamente a un nivel profundo, haciendo comprensión de sus emociones, experiencias y puntos de vista; esta comprensión se da a través de la comunicación verbal y no verbal, ayudando a establecer relaciones significativas y armónicas entre los seres humanos, lo que a su vez fomenta el desarrollo de la empatía y la solidaridad.

La interacción en la E.F aparece mediante el movimiento del cuerpo, la relación con los demás y con lo otro. Esto permite desarrollar habilidades que no solo están en lo motriz sino abarca también lo social y emocional, de esta manera haciendo más simple la capacidad de entender al otro y actuar en consecuencia. La empatía emerge de estas interacciones al captar y entender las emociones de los otros seres humanos, esto puede ser mediante gestos (comunicación no verbal), o la comunicación, para de esta manera fortalecer los vínculos y promover formas aceptadas socialmente como el respeto.

Además, la expresión del ser humano es una demostración clave en este contexto, ya que, mediante el cuerpo y el lenguaje, se demuestran ideas, emociones y experiencias. Ahora bien, el desarrollo de la inteligencia emocional tanto intrapersonal como interpersonal es fundamental para que los estudiantes puedan tener una comunicación efectiva, puedan regular sus emociones y puedan tener un mejor manejo a las diversas situaciones que se le presentan en su entorno social. Estas habilidades instruidas por medio de la interacción y la expresión son primordiales para la construcción de una conciencia empática a favor de las conductas prosociales.

Por último, la interacción entre los seres humanos y su entorno juegan un papel importante en la formación. Esto no solo en la interacción con el otro, sino también con el medio ambiente, la cultura y el contexto donde se da la enseñanza; lo anterior acompañado de la reflexión crítica sobre las acciones propias y las de los demás permitiendo adoptar una actitud

consciente y responsable, promoviendo no sólo su propio desarrollo, sino también el bienestar colectivo. Esta capacidad de reflexión sobre las experiencias compartidas y hacerles una transformación en aprendizajes con un significado es lo que da garantía a la construcción de sociedades más empáticas, donde la presencia de conductas prosociales sea el resultado de un aprendizaje que integre lo que se piensa, lo que se siente y lo que se hace.

Para promover la empatía y las conductas prosociales se puede integrar la interacción, la expresión y la reflexión, permitiendo a los seres humanos aprender habilidades físicas, cognitivas, socioafectivas y desarrollar una comprensión profunda de sí mismo y de los demás lo cual promovería una convivencia armónica, propositiva, no alienada, pero sí cooperativa y colaborativa.

3. diseño de implementación

Para este PCP se plantea un currículo holístico enfocado en el desarrollo integral del estudiante donde se aborde no solo aspectos cognitivos, sino también emocionales, sociales y físicos, en donde el estudiante sea visto como un ser completo.

En este modelo holístico se considera del desarrollo integral no solo desde un enfoque cognitivo si no que por el contrario potencie lo social, cultural, emocional e intelectual. Eber citando a Barrera (1999) dice que la holística es la manifestación total desde la complejidad en donde se pueda apreciar todas sus interacciones. en otras instancias Eber citando a Gallegos (1999) afirma que el proceso de aprender involucra lo humano, lo afectivo y lo social (Eber Et al, 2019 p.8)

Ahora bien, Giovanni Iannfrancesco es su postulado de escuela y pedagogía transformadora, menciona acerca del modelo holístico, la forma integral del ser humano, partiendo de su singularidad y la madurez integral de sus procesos y dimensiones, para que de esta manera haga construcción de sus conocimientos y transforme su realidad sociocultural, con liderazgo, emprendiendo desde la investigación e innovación educativa, pedagógica, didáctica y curricular (Giovanni, p. 6).

Añadiendo a lo anterior un modelo holístico busca abordar aspectos del aprendizaje y desarrollo personal, y dan importancia a las relaciones activas en cualquier ámbito, ya sea entre asignaturas, entre el ser humano y sus diversas comunidades o grupos de pertenencia, o entre el ser humano y el mundo o contexto que lo rodea (Hare, 2010, p.3). Miller 1999 menciona que una educación holística debe tener ciertas características como, que debe fomentar el desarrollo del ser humano y centrarse en su potencialidad intelectual, social, emocional, física, creativa, intuitiva y espiritual. Recalca que debe darles importancia a las relaciones en todos los niveles dentro de una comunidad de aprendizaje en la que el docente y el alumno llevan una relación colaborativa, abierta y cooperativa, también se les da importancia a las experiencias de la vida y

el aprendizaje fuera del aula y del entorno de educación, en pro de una educación para el crecimiento, el descubrimiento y ampliar la visión y horizontes, el deseo de encontrar significados y comprensiones de cómo involucrarse en el mundo. Por último, alude en que esta educación debe capacitar a los seres humanos para analizar de forma crítica los diversos contextos, cultura, moral y política de sus vidas. impulsándolos a cuestionar y cambiar de manera activa los valores culturales en busca de cubrir necesidades humanas. (Haré citando a Miller 1999, p 4).

3.1 Objetivo general

Fomentar espacios de interrelación a través de la E.F donde los participantes pongan en acción situaciones motrices desde la cooperación, el apoyo mutuo y la resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.

3.2 Específicos

(Interacción-significación)

Promover un ambiente propiciador de interacción cooperativa y aprendizaje significativo, donde se identifiquen las diferencias individuales, y se potencien al servicio del trabajo cooperativo y colaborativo.

(Expresión- proyección) Estimular la capacidad de los estudiantes para expresar y proyectar sus emociones de manera asertiva y constructiva utilizando el lenguaje verbal, no verbal y paraverbal con el fin de promover interacciones más empáticas.

(Interrelación-praxis) Propiciar situaciones de interrelación potenciadoras de conductas de apoyo, cuidado y cooperación

3.3 Contenidos

Corporeidad en movimiento: Este contenido nace de la concepción de corporeidad en donde se plantea un cuerpo holístico consciente de su movimiento y entorno mediante lo que se percibe a través de los sentidos. Donde cada ser humano nace con un cuerpo que sufre cambios y adaptaciones a lo largo del tiempo construyendo una conciencia de si mismo logrando de esta manera desenvolverse en el mundo que lo rodea. Teniendo en cuenta que la corporeidad radica en la posibilidad de relacionar experiencias emocionales, sociales, culturales y físicas.

Cooperación: Dicho concepto para Espinoza (1999) se mantiene en la concepción afirmada que “el fortalecimiento y crecimiento de las organizaciones que de acuerdo con su

naturaleza logren acuerdos de cooperación”. Es una habilidad para la vida donde se refiere al acto de trabajar en grupo para alcanzar un objetivo con un interés en común, es decir, un proceso donde varias personas se reúnen para alcanzar un propósito que termine favoreciendo a todos los implicados.

Comunicación precisa: Capacidad de comunicar sentimientos, ideas, opiniones, creencias, durante situaciones intrapersonales, de manera efectiva, directa, honesta y apropiada sin que se genere agresividad o discordia (Peña citando a Mangione Et al, 2002, p. 2).

También se entiende como la capacidad de comunicar sentimientos ideas opiniones creencias durante situaciones interpersonales de manera efectiva directa honesta y apropiada sin que se genere agresividad o discordia (Peña Et al citando a Mangione, 2002 P. 2)

3.4 Metodología

Según Garaigordobil (2013, p. 5), el juego es una actividad fundamental en el proceso de desarrollo integral del niño. Se concibe como un recurso psicopedagógico que facilita el crecimiento intelectual, emocional y social, permitiendo una comunicación y cooperación efectiva entre los niños, factores que están en constante estimulación. Bajo esta perspectiva, el juego se presenta como un espacio donde los participantes pueden disfrutar libremente, interactuando y recolectando nuevas experiencias y aprendizajes.

El juego cooperativo, en particular, es descrito por Garaigordobil como una herramienta esencial para el desarrollo integral del niño, trascendiendo el simple pasatiempo. Este tipo de juego fomenta la comprensión de las emociones de los demás, promueve acuerdos, el compartir y el trabajo en equipo para lograr un objetivo común (Garaigordobil, 2013, p. 60). Algunas de sus características incluyen la ausencia de competencia, el fomento de valores como la empatía, la confianza, la coordinación y el compañerismo, y la posibilidad de que todos los participantes ganen, enfocándose en el bien colectivo en lugar de un resultado individual.

Además, el juego cooperativo estimula la creatividad, la imaginación, y facilita el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, promoviendo la inclusión y la aceptación de la diversidad. Es flexible, simple y puede llevarse a cabo con o sin materiales, siendo accesible para cualquier persona (John).

Dentro del ámbito educativo, el juego cooperativo, junto con los dominios de la praxiología motriz, se propone como una metodología clave para fomentar la empatía y promover conductas prosociales, especialmente en el espacio de la educación física. Tal como

señala Garaigordobil (1995, p. 91), el juego cooperativo desempeña un papel crucial en el desarrollo de estructuras mentales y del pensamiento abstracto, ensayando conductas complejas y estimulando la atención, la memoria y el descentramiento egocéntrico.

El juego también contribuye al desarrollo afectivo y emocional, proporcionando una fuente de placer que equilibra el bienestar psíquico y la salud mental al liberar tensiones internas y externas. En cuanto a su función socializadora, el juego cooperativo amplía las formas de comunicación, fomenta el trabajo en equipo y facilita la reducción de conflictos intergrupales, promoviendo relaciones basadas en la simpatía, empatía, cortesía y respeto mutuo. Un ambiente cooperativo mejora las relaciones interpersonales, creando un contexto idóneo para el desarrollo de habilidades sociales y la resolución de conflictos (Garaigordobil, 1995, p. 92-93).

En resumen, de acuerdo con lo anterior se puede concluir que el juego cooperativo genera espacios de armonía y colaboración donde se desarrollan habilidades sociales y comunicativas, sirviendo como promotor de la empatía y las conductas prosociales mediante actividades grupales que favorecen la integración y el desarrollo humano.

3.5 Evaluación

La evaluación en el ámbito de la pedagogía es un proceso sistemático, integral y continuo que implica el registro y valoración del proceso y los resultados obtenidos en el curso del aprendizaje de los educandos. Este proceso permite resaltar el grado de logro de los objetivos educativos y la efectividad de las estrategias pedagógicas implementadas.

Según Smith (2007), la evaluación permite diseñar el ambiente de clase para el aprendizaje. Para ello presenta el ACRA (Adquisición, Codificación, Recuperación y Apoyo), como la herramienta a utilizar para evaluar el ambiente de aprendizaje en el aula. ACRA se basa en una serie de dimensiones clave, como la interacción profesor-alumno, la estructura y organización de la clase, la participación de los estudiantes y el clima emocional. (p.123-140)

En relación con lo anterior para este PCP se trabajará una evaluación en donde se (evalué, comprenda) a nivel cualitativo y reflexivo y donde el ser humano sea capaz de identificar en qué puede mejorar, en la orientación de la toma de decisiones la cual será una herramienta valiosa que favorecerá un ambiente de aprendizaje efectivo promotor de empatía y conductas prosociales en pro del desarrollo de los seres humanos.

3.6 Rol maestro

El rol docente se refiere al conjunto de funciones y responsabilidades que un profesor debe cumplir para facilitar el proceso de enseñanza y aprendizaje en un aula de clases. Este rol va mucho más allá de la mera transmisión de conocimientos, ya que incluye aspectos como la planificación, la motivación, la evaluación y el apoyo al desarrollo integral de los estudiantes.

En otra perspectiva el rol del maestro es fundamental en el proceso de aprendizaje ya que debe ser un maestro dinámico el cual requiere de unos conocimientos, habilidades y actitudes que contribuirá en el aprendizaje efectivo de los estudiantes (Nick. L. Smith, 2007, p. 123, 124).

Para este PCP se quiere que el maestro sea facilitador del aprendizaje donde tenga dominio de los contenidos y habilidades para enseñarlos de forma clara y de esta manera ayude a los estudiantes a aproximarse a los diversos conocimientos y habilidades siendo una guía que orienta el proceso desde su desarrollo académico transitando por el desarrollo personal y esto logrado empáticamente, dejando ver que entiende y respeta las diferentes necesidades y expresiones emocionales de cada uno, por consiguiente se asuma como un ser humano flexible capaz de valorar el rendimiento y progreso de los aprendices que tiene a su cargo y fomentando en cada uno de ellos autonomía, y reflexión permanentemente. (Nick. L. Smith, 2007, p. 123, 140).

3.7 Rol estudiante

Es pertinente hablar de un estudiante como el ser humano encargado de adquirir el conocimiento, habilidades y valores los cuales le serán útiles para desarrollar su potencial intelectual, social y personal, por consiguiente le permitirá participar activamente en el proceso de aprendizaje con el fin de que muestre interés y curiosidad, lo que hace que sea un ser humano autónomo, capaz de participar activamente cumpliendo con sus deberes como asistir a clase, respetar las reglas, ser empático y ser crítico al momento de resolver o tomar decisiones.

Para este PCP se concibe el rol del estudiante desde un estilo participativo, donde el estudiante tendrá que trabajar en grupo y bajo unos criterios de evaluación dados por el docente a cargo que le permitan realizar una observación en una primera instancia y a su vez la ejecución práctica en una segunda instancia. Esto permitiendo que todos los estudiantes puedan aprender a trabajar en equipo, aceptar e informar errores, para así mejorar y fomentar la empatía y las conductas prosociales (José 2008, p. 9).

4.ejecucion piloto

4.1 Ejecución piloto

En este capítulo del proyecto se detallan las sesiones implementadas, alineadas con la intención formativa propuesta. Se describe la población objetivo y se incluyen las planeaciones como evidencia del trabajo realizado en clase. Se considera el propósito formativo, los contenidos y los elementos curriculares desarrollados durante la implementación, los cuales orientan la estructura de cada planeación. Este PCP recopila los factores determinantes que facilitan la materialización de la intención formativa del proyecto, enfocada en favorecer la promoción de la empatía y las manifestaciones a través de las conductas prosociales.

4.2 Caracterización micro contexto

Este proyecto se realizó en la institución educativa IED INEM Santiago Pérez, ubicada en la dirección **Kr 24 #49-86 Sur**, localidad de Tunjuelito, está en una zona de estrato dos. Esta institución cuenta con jornada única que está organizada en educación inicial (prejardín hasta transición), educación básica (primero a noveno) y educación media (decimo y once) por otro lado esta institución cuenta con inclusión desde hace 15 años y a partir de primera infancia hasta grado once, tiene como objetivo fortalecer procesos de aprendizaje social a través del acceso, permanencia y promoción a la educación regular de personas con discapacidad intelectual.

Primera infancia maneja única jornada esta va desde las 7:00am a 1:00pm, ya desde primaria hasta bachillerato se maneja dos jornadas, básica primaria y básica secundaria en la mañana están de seis y media de la mañana a doce del medio día y jornada tarde: doce y media a seis de la tarde Educación Media se desarrolla en jornada única de seis y media de la mañana a dos y cuarenta de la tarde Es una institución educativa de carácter oficial con educación técnica.

La misión de esta institución educativa “es ofrecer educación Preescolar, Básica y Media Académica y Técnica de calidad con sentido humanista e investigativo, de convivencia y participación ciudadana”. Colegio Inem Santiago Pérez IED (2024-2025)

De la misma manera la visión advierte: “será una comunidad educativa organizada, con identidad y sentido de pertenencia, que forma integralmente para la convivencia, la participación social y el desarrollo de la cultura, la ciencia y la tecnología, con sentido ecológico y proyección al campo laboral, la educación superior y la realización de un proyecto de vida”. Colegio Inem Santiago Perez IED (2024-2025)

La institución cuenta dos profesores de E.F para primaria y cinco para bachillerato, este espacio académico solo se les brindan desde primero hasta once, por otro lado, cuenta con 5000 estudiantes entre primera infancia (prejardín, jardín y transición) hasta once

La población a la cual se le implementará este PCP será el grado transición, con niños de 5 años de edad, conformado por 8 niñas y 12 niños. Estos estudiantes de transición en su gran mayoría viven en la localidad de Ciudad Bolívar. Son muy pocos los estudiantes de este grado que cuentan con la posibilidad de ser transportados en ruta privada o pública. En su gran mayoría viven con la mamá y el papá, pero hay casos donde viven con padrastro o madrastra. En total hay veintiún niños, pero a la clase nunca asisten en su totalidad porque los padres son de clase obrera, así que les queda complicado llevarlos todos los días a la institución. Para los niños de transición no hay clase de educación física, es a la profesora encargada del grado a quien le toca suplir la clase de E.F con danzas y otras actividades físicas, ella trata de realizar juegos dinámicos, pero es complejo porque los estudiantes no siguen todas las instrucciones.


4.3 Cronograma

FECHA	HORA	POBLACION	CONTENIDO
05/04/2025	10:30 am-12:00m	Niños de 5 años	Interacción
08/04/2025	10:30 am-12:00m	Niños de 5 años	Interacción
09/04/2025	10:30am -12:00m	Niños de 5 años	Interacción
22/04/2025	10:30am -12:00m	Niños de 5 años	Corporeidad en movimiento
29/04/2025	10:30am-12:00m	Niños de 5 años	Corporeidad en movimiento
30/04/2025	10:30am-12:00m	Niños de 5 años	Corporeidad en movimiento
02/05/2025	10:30am-12:00m	Niños de 5 años	Comunicación precisa

06/05//2025	10:30am-12:00m	Niños de 5 años	Comunicación precisa
-------------	----------------	-----------------	----------------------

Fuente: elaboración propia

4.4 Planeación

<p style="text-align: center;">La Educación Física como ambiente favorecedor de la empatía, al servicio de conductas prosociales</p> <p style="text-align: center;">PLANEACIÓN</p> 					
Propósito de formación	Es favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.				
Nombre de la institución	Colegio Inem Santiago Perez	Población	Niños de 5 años	Jornada	Única
Grado	Transición	Hora	10:30- 12:00	Fecha	05/04/2025
Semana	1	Clase		Clase	1
Objetivo general	Fomentar espacios de interrelación a través de la educación física donde los participantes pongan en acción situaciones motrices desde la cooperación, el apoyo mutuo y la resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.				
Objetivo específico	Promover un ambiente propiciador de interacción cooperativa y aprendizaje significativo, donde se identifiquen las diferencias individuales, y se potencien				
Perspectiva educativa (principios)	Interacción- significación	Contenido	Cooperación		
Fase inicial	Inicio y presentación a los estudiantes del grupo de los docentes en formación y diálogo acerca del propósito de estas intervenciones; luego se hará un círculo, en este se irán pasando un balón haciendo uso de sus manos y bajo el pretexto del juego <i>te conozco y me conoces</i> cada participante se irán presentando. (10 minutos)				
Fase central	<p>Actividad: El sol (30 min)</p> <p>Se dividirá al grupo en 5 equipos de 5 personas cada uno; se les asignará un color (rojo, azul, verde, negro, amarillo) los equipos deberán crear una "barra" o grito de guerra haciendo uso del color asignado. Deberán ser muy ágiles y creativos. (3 minutos)</p> <p>Los jugadores se alinearán en fila india alrededor de un aro (deben formar la figura de un sol). El aro se colocará en el centro de la zona verde. Cada jugador deberá numerarse del 1 al 5.</p> <p>La docente llamará aleatoriamente a los números del 1 al 5. Los jugadores deben estar atentos y listos para correr en cuanto su número sea mencionado. Cada vez que la docente llame a un número, ese jugador deberá correr (haciendo una vuelta completa alrededor del grupo) y regresar rápidamente a su fila.</p> <p>Al llegar a su equipo, los demás jugadores deberán tener las piernas abiertas para que el corredor pase por en medio de estas, arrastrándose. El primer jugador que llegue al centro deberá tomar la bandera (pañoleta) ubicada en el centro del aro. El jugador que obtenga la bandera ganará un punto para su equipo.</p> <p>Actividad 2: Piedra, papel y tijera (30 min)</p> <p>Se hará una fila de aros en forma de culebrita</p> <p>Se indicará hacer dos grupos de manera equitativa, estos deberán ubicarse detrás de los aros en una fila, cuando se de la indicación uno de cada grupo deberá salir dando saltos (dos pies, un pie) por cada uno de los aros hasta que se encuentren los dos estudiantes, estos deberán jugar piedra, papel y tijera, el que gane deberá seguir avanzando y automáticamente el estudiante del equipo contrario salir hasta que se encuentren nuevamente; así sucesivamente hasta lograr que alguno llegue al extremo contrario ganándole a todos.</p>				
Fase final	Actividad: (20 minutos).				
Recursos	Aros Pañoleta Pinturas amarillo, azul, rojo, verde, negra, blanca				
Evaluación	Esta estará dada desde la comprensión del proceso de manera cualitativa teniendo como foco que toda acción me debe llevar a una reflexión que				
Observaciones					

Fuente: elaboración propia

En un primer momento se inició la sesión número uno del PCP, donde se buscó presentar el proyecto, sus integrantes y todo lo demás perteneciente a dicho proyecto. Se llevaron a cabo unas actividades de integración con el fin de conocer a la población. En una segunda instancia se pudo observar la falta de atención por parte de los niños, situación que marco rotundamente esta primera sesión ya que de ahí en adelante hubo que realizar ajustes a las demás sesiones. Como último momento de la sesión se pudieron obtener sensaciones e impresiones acorde a este primer encuentro, seguido a esto se discutió con todo el grupo de trabajo.

Por cada sesión se tuvo en cuenta el propósito de formación y los principios que se plantearon para el desarrollo de las ocho sesiones, teniendo en cuenta que por cada principio se propuso un contenido enseñable, el cual dio razón a la metodología a enseñar que era los juegos cooperativos. Por otro lado, la evaluación se llevó a cabo de manera cualitativa y reflexiva, mediante las preguntas de las rutinas de pensamiento (¿Qué hice?, ¿Cómo lo hice?, ¿Cómo lo puedo mejorar?) y por medio de dibujos donde los estudiantes plasmaban las actividades que se realizaron en clase.

5 análisis de la experiencia

Ahora bien, es oportuno poner en evidencia el proceso de implementación de nuestro proyecto durante las ocho sesiones realizadas, donde se hará un análisis del currículo y el impacto que tuvo sobre la población, además del impacto que tuvo en esta parte de nuestro proceso formativo. Por último, se dará unas conclusiones y unas sugerencias para aquellas personas que busquen abordar este mismo tema.

Este proyecto pretende dar una perspectiva de cómo se puede abordar la empatía desde la E.F y demostrar que no solo se puede educar el cuerpo si no por el contrario el bienestar de sí mismo y del otro, se espera que este PCP no solo se quede como un proyecto de grado si no que trascienda como una oportunidad ese bienestar mencionado en nuestro campo.

5.1 Análisis del currículo

Este PCP abordo un currículo holístico el cual busca el desarrollo integral del ser humano con una metodología pensada desde los juegos cooperativos, donde se abordaron tres contenidos enseñables provenientes de los tres principios teóricos propuestos desde la perspectiva educativa los cuales dieron respuesta al propósito de formación planteado para este proyecto; donde la E.F sea percibida como un escenario promotor de conductas al servicio del otro, abordando todas las dimensiones del ser humano y no solo limitándose a lo físico.

5.2 Impacto sobre la población

La población escogida para este PCP fue el grado transición con niños de cinco años, donde se desarrolló un juego rompe hielo lo cual permitió conocer a la población y la docente a cargo, durante esta primera intervención se pudo evidenciar la necesidad de la clase de E.F por parte de los niños, sentimiento el cual la docente compartió y manifestó diciendo que “a los niños les hace falta la clase de educación física”. En el transcurso de las siguientes sesiones se evidencio que los niños pensaban que la clase de E.F era un espacio para jugar en el parque o simplemente jugar en una zona verde, hecho el cual desencadeno en la dificultad de niños en seguir indicaciones y en nuestro caso las reglas del juego. Es oportuno mencionar que en el

transcurso de las sesiones se vio una mejora notable en cuanto al seguimiento de instrucciones, debido a que los niños mostraban interés y motivación al realizar juegos cooperativos, por otro lado, se evidencio que tocaba recurrir a varios juegos y rondas infantiles los cuales llamaran su atención y los mantuvieran inmersos en este debido, a que al ser niños tan pequeños su atención se pierde demasiado rápido.

Por otra parte, durante el transcurso de las sesiones y semanas los niños esperaban la clase de E.F con ansias, siempre estaban a la expectativa de que lo que se iba a realizar ese día y su atención y cooperación con la clase iba mejorando progresivamente.

En este punto es oportuno mencionar como se evidencio la empatía durante el transcurso de todas las intervenciones, al acercarnos a la población se pudo evidenciar que algunos compañeros eran bastante agresivos con el otro, hecho el cual se notó de mayor manera durante el desarrollo de las clases de E.F donde los niños a veces se empujaban se golpeaban o agredían al otro. Pero es importante mencionar que gran parte de ellos se preocupaba por sus compañeros cuando sufrían una caída, golpe o si veían a alguno de ellos llorar por algún motivo. Lo que se realizo fue fomentar y promover aquellas conductas cuando se presentaban en la clase y se hacía una reflexión en aquellos que agredieron a un compañero, llevándolos a que se pidieran disculpas y que no se presentaran ese tipo de comportamientos en la clase, hecho el cual mostro en las últimas sesiones un fomento de la empatía entre ellos, de igual manera los niños que ya solían mostrar comportamientos en pro de los demás, tenían la iniciativa de contrarrestar dichos comportamientos que afectaran al otro o al grupo.

Por otra parte, se menciona cual fue el impacto en relación con los contenidos enseñables mostrados anteriormente y que fueron herramientas en el desarrollo de las sesiones para llegar al final y hacer una comparación de lo que sucedió al principio y al final de todas las sesiones.

Cooperación: En la primera clase los estudiantes al no tener la asignatura de E.F en los estudiantes no lograban jugar de manera cooperativa si no por el contrario les gustaba hacer las actividades de manera individual, por otro lado, a medida que iban pasando las clases los niños lograban en las actividades pensar no solo en sí mismo si no pensar en el cuidado la colaboración y el juego cooperativo con el otro.

Corporeidad en movimiento: En esta instancia los estudiantes por medio de juegos cooperativos en donde se les ponía a que expresaran por medio de la gestualidad de cuerpo y de

su rostro una emoción ya fuese de alegría, tristeza, asombro esto causo en los niños que cuando no les gustaban los juegos su corporalidad hacía notar emoción.

Comunicación precisa: Este ejercicio lo realizamos en las dos últimas clases en donde era crucial que los niños lograron comunicar una información que se les pedía, esto lo logramos evidenciar en el juego de buscar el tesoro en donde los niños se volvieron piratas buscando el tesoro, en este ejercicio ellos se comunicaban a sus compañeros donde estaban los tesoros guardados dando pistas de donde podían encontrar estos.

5.3 Impactos sobre nosotros

En este apartado se mencionará el impacto y el proceso que se tuvo cada uno de los docentes a cargos durante esta experiencia formativa.

John: El impacto obtenido durante este proceso de intervención fue una experiencia bastante grata y enriquecedora debido a que, al nunca haber abordado una población de primera infancia me llevo recuerdos muy bonitos de lo desarrollado con la población. Al llegar a esta población encontré que no contaban con clase de educación física hecho el cual hizo que los niños se sintieran sorprendidos y a la expectativa de cómo se iba a poner en escena esa E. F. mencionada. Al iniciar ellos siempre pensaron que era solo ir a jugar por jugar no veían la clase como un escenario donde cada actividad tenía un sentido y un significado, sino por el contrario cada vez que llegábamos nos decían que los dejáramos jugar a lo que ellos quisieran, pero lo que siempre se busco fue proponerles un juego cooperativo dando respuesta a esos grandes contenidos que queríamos enseñar. Durante las siguientes sesiones los niños esperaban la clase con muchas ansias hecho el cual nos generó bastante alegría ya que era bonito verlos correr, saltar y prepararse para su clase, además ya sabían que teníamos algo propuesto para ellos, y ya no eran los comentarios de déjenos jugar sino ahora preguntaban qué haremos el día de hoy y actuaban acordemente al juego propuesto. Además, era interesante ver y leer lo plasmado por ellos en la evaluación donde cada dibujo contaba una historia diferente en vía de lo realizado durante esa sesión específica. Un aspecto por recalcar es que las clases de E.F. llamaron la atención de otros grados y pedían que se les brindara una clase también a ellos. Al finalizar, este proceso se notó tristeza en los niños y en la docente ya que esa clase les daba la oportunidad de abordar otras habilidades como la social, comunicativa, y cooperativa y era un espacio de risas y entretenimiento para ellos, a nosotros también nos dio nostalgia saber que tal vez aquellos estudiantes no los podríamos volver a ver. A modo de conclusión todo lo vivenciado en esta

experiencia me permitió evidenciar por mí mismo la importancia de la clase de E.F. como un espacio el cual brinda un bienestar de sí mismo y del otro con lo realizado en el proyecto, también me da un motivante para realizar clases pensadas en la reflexión, el cuidado del otro y con un significado enorme clases que queden marcadas no por lo difícil sino por las experiencias bonitas en la clase y poder trabajar en un futuro con este tipo de poblaciones ya que ellos dan un sentido a la práctica bastante enriquecedor.

Laura: Al principio, me sentí invadida por una mezcla de nerviosismo e incertidumbre. Aunque estas con estas edades son las que trabajo era un reto para mí, el hecho de asumir el rol de docente en un entorno real me generaba dudas sobre cómo sería recibida y cómo me desempeñaría en el aula. Sin embargo, al estar en contacto con los niños, pude observar su entusiasmo y disposición para aprender, lo que me permitió superar mis temores iniciales.

Durante las sesiones, experimenté una variedad de emociones: felicidad al ver el interés de los niños, nerviosismo al enfrentar situaciones imprevistas y angustia al intentar mantener su atención. A pesar de estos desafíos, logré mantener la calma y adaptarme al curso, por otro lado, en relación con el trabajo en grupo con mis dos compañeros fue fundamental. Compartir experiencias y estrategias enriqueció nuestras prácticas y me permitió mejorar en cada sesión. Además, la retroalimentación constante entre nosotros sirvió para mejorar aspectos con relación a como se había dictado la clase y cómo podríamos fortalecer mediante otras didácticas el cual hiciera posible al momento de ponerlo en marcha con el grupo de niños.

Una de las lecciones más valiosas fue aprender de los niños. Su forma de expresarse, sin preocuparse por el juicio ajeno, me enseñó a valorar cada momento y a aprovechar las oportunidades de aprendizaje que surgían espontáneamente. Cada interacción fue una fuente de conocimiento y crecimiento profesional.

Al finalizar el ciclo de sesiones, realizamos una retroalimentación grupal que me permitió identificar aspectos en los que puedo mejorar. Por ejemplo, el manejo de mi tono de voz, que a veces es bajo, podría ser un desafío en entornos ruidosos. Sin embargo, observé que los niños prestaban atención a mis indicaciones, lo que indica que, a pesar de esta limitación, pude mantener su interés y participación.

Esta experiencia ha sido transformadora ya que me ha permitido consolidar como docente y reconocer la importancia de la empatía, la adaptabilidad y la colaboración en el transcurso de cada sesión de clase. Estoy agradecida por cada momento compartido con los niños y con la

docente a cargo del curso ya que nos recibió con las manos abiertas durante todo el proceso y motivada para seguir creciendo en mi labor educativa.

Edwin: La experiencia obtenida fue muy gratificante y reconfortante en cuanto a las dudas y preguntas que me han surgido en este maravilloso proceso, ya que pude sentirme muy tranquilo y motivado en cuanto a la ejecución y planeación de este PCP. Pero si pudiera mencionar algo más puntual hacia esta práctica, sería cada una de las sesiones que se llevaron a cabo, ya que es muy diferente el hecho de planear y plasmar las ideas que se tienen y surgen en una hoja, a ponerlo en práctica. Me disfruté al máximo cada una de las clases que realicé junto a mis compañeros, compartir la felicidad con la que los niños hacían las clases simplemente me llenaban el alma en cada sesión, el poder hablar y escuchar cada palabra, cada agradecimiento y cada reclamo por parte de los niños, me terminaron de confirmar lo mucho que amo esta carrera y próximamente esta profesión.

Muchas veces es normal no estar al 100% tanto en lo emocional como en lo motivacional, pero mágicamente cuando llegaba al colegio y empezaba la práctica, parecía recargar me inmediatamente y cambiar de sintonía. Siento que interactuar con cada uno de los niños y ver cómo actuaban durante la clase, me hacía ver la vida de una forma más sencilla y feliz, curiosamente creo que aprendía más de ellos, que ellos de mí.

En conclusión, puedo decir que, como docente, siempre se aprenden cosas de los estudiantes y eso es parte fundamental del desarrollo profesional y humano, no podemos ver a los estudiantes como simples seres a los cuales hay que impartirles información, sino como seres que al contrario cuentan como demasiado conocimiento y para mí, el conocimiento siempre debe ser compartido.

En cuanto a la experiencia que tuvimos en la búsqueda de institución educativa hubo limitante en cuanto a que no lográbamos empezar a hacer la implantación del PCP ya que a las instituciones a las que asistíamos nos pusieron muchos obstáculos como debíamos tener el permiso del rector luego que tenían que llevar la propuesta al consejo directivo para dar aval de nuestro ingreso, esto en varias instituciones de educación formal lo que desencadenó el retraso en el proceso de implementación.

Por otra parte, podemos concluir de manera grupal que la empatía vista desde la E.F, muestra una gran oportunidad para trabajarla y desarrollarla desde este campo ya que lo propuesto y trabajado a través de este PCP nos dejó en evidencia la E.F no solo se centra en lo

físico, sino que también encuentra un campo de acción muy grande dentro de lo social y lo afectivo. Es oportuno cambiar ese concepto que se tiene acerca de la educación física ya que como muchos lo tienen definido no es solo hacer deporte y ejercicio, sino que va mucho más de ello, como desde el simple hecho de reconocer nuestro cuerpo y nuestros movimientos. Muchas veces solemos realizar acciones y ver como nuestro cuerpo manifiesta sensaciones, pero nunca analizamos como todo esto es posible, es allí donde la E.F entra y se muestra como un campo de acción que vale la pena trabajar y ser estudiado a profundidad.

Ahora bien, hablando de nuestra experiencia como grupo de trabajo podemos decir que el proceso fue complejo desde muchos aspectos entre estas la toma de decisiones, la capacidad para trabajar como grupo y así mismo pensarnos durante todo el proyecto, pero esto nunca dejó de ser vista como nuestra principal meta. Mas allá de las complicaciones que tuvimos durante la realización de este proyecto siempre tuvimos la capacidad para buscar soluciones y alternativas ante cualquier eventualidad, esto nos permitió desarrollar otras habilidades que quizá no estaban contempladas para este PCP así que nos llevamos una magnifica experiencia con cada una de las cosas y personas que tuvieron la oportunidad de ser parte de este proyecto.

Nos llevamos la nobleza y la sencillez de los niños con los cuales pudimos implementar nuestro proyecto ya que nos mostraron y brindaron la confianza necesaria para poder llevar a cabo esto, así que no está de más agradecer a ellos también por mostrarnos el motivo por el cual nos encontramos estudiando y preparándonos para esta maravillosa carrera.

5.4 Conclusiones y sugerencias

Se pudo evidenciar que los detonantes (bullying, acoso y xenofobia) expuestos en este PCP no fueron factores de afectaran a la población en la cual se trabajó, esto mediante un trabajo de observación en donde ninguno de los niños mostro alguno de los detonantes antes mencionados. Si, se presentaron acciones de hostilidad entre alguno de ellos, pero no fueron tan riesgosas como para considerarse que estas acciones estuvieran pensadas en afectar el bienestar del otro.

A modo de conclusión podemos afirmar que lo planteado en este proyecto tuvo el impacto deseado y respondió al propósito de formación gracias a los principios propuestos para este, ya que al trabajar esos aspectos como la interacción con el otro, la expresividad en todas sus formas (comunicación verbal, no verbal y para verbal) y el cómo me interrelaciono con los

demás de manera asertiva nos permitió llevar a acciones pensadas en propiciar esos espacios en busca de promover esa empatía pensada en el bienestar del otro y lo otro. Un aspecto fundamental fue la utilización metodológica del juego cooperativo ya que permitió llevar a cabo los contenidos que responden a este propósito de formación, debido a que al ser una actividad integradora del ser humano permitió fomentar la empatía y como consecuencia llevó a que se manifieste en conductas prosociales.

Por otro lado, desde el análisis de la experiencia queda en evidencia cómo la clase de educación física puede ser un espacio promotor de la empatía que se manifiesta al servicio de las conductas prosociales esto mediante el currículo y la metodología plantea para este PCP, debido a que la Educación Física en primera infancia juega un papel fundamental en el desarrollo integral de cada ser humano en especial en niños de estas edades. Ya que este ejercicio de ejecución piloto del PCP permitió conocer e identificar la falta que hace esta clase en los niños en dimensiones como la social, la cognitiva y la corporal.

La evaluación hizo visible el avance de la población durante este proceso ya que al inicio los niños no lograban comprender la rutina de pensamiento (que hice, como lo hice y como lo puedo mejorar) pese a dar las instrucciones de la manera más clara y concisa, tampoco lograban plasmar gráficamente los juegos desarrollados en la sesión. Durante cada una de las sesiones se plantearon juegos con el fin de desarrollar cada contenido en un orden, con el fin de potenciar esas habilidades como lo son la colaboración, la empatía, el respeto, la cooperación, la conciencia, el compañerismo, esto al servicio de las conductas prosociales. Con el fin de que cada juego tuviera significado para ellos y lo pudieran plasmar en un dibujo y donde este diera respuesta a la rutina de pensamiento propuesta con el propósito de observar qué tan capaces eran de expresar lo ocurrido durante la clase. El resultado de esto mostró niños más atentos, colaborativos y participativos. Por otro lado, con el transcurrir de las clases pudieron plasmar en la evaluación el nivel de conciencia durante el juego y lo que le ocurría a él y a sus compañeros.

5.5 Sugerencia

Como sugerencia podemos decir que quien desee o interese el tema de la empatía y las conductas prosociales, se aconseja iniciar en las edades tempranas ya que permite fomentar y desarrollar dicho tema de manera oportuna potenciando las conductas en pro del bienestar del otro. También se recomienda pensar en clases donde el eje central sean los juegos cooperativos

ya que como se mencionó anteriormente el juego es la actividad fundamental para el desarrollo integral del niño

6. Referencias

Buber, M. (1984). Buber y el yo y tú. 8-13.

http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014905/014905_01.pdf

Chura, E. Huayanca, P. Maqu, M. (2019). Bases epistemológicas que sustentan la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner en la pedagogía. *Innova Educ*, 1, 595-596. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/8054599.pdf>

Consejo de Bogotá D.C. (2022). *Preocupante panorama de violencia, 'matoneo' y salud mental en estudiantes de colegios de Bogotá, advierte concejal Sastoque*. Gov.co.

<https://concejodebogota.gov.co/preocupante-panorama-de-violencia-matoneo-y-salud-mental-en/cbogota/2024-02-14/115555.php>

Diccionario de la lengua española. (2001). *Empatía*. Real Academia Española.

<https://www.rae.es/drae2001/empatia>

Equipo de Enciclopedia Significados. (2024). *Corporeidad (educación física)*. Enciclopedia Significados. <https://www.significados.com/corporeidad/>

Fossa, P y Araya, C. (2017). Teoría de la expresión: Una aproximación holística al fenómeno del lenguaje humano, 14, 58-62. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/6068357.pdf>

Fernández, P. Irene. López, P., Belén. Márquez, M. (2008). Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión. *Anales de Psicología*, 24, 285-286.

<https://www.redalyc.org/pdf/167/16711589012.pdf>

Gallegos, W, (2015). Conducta prosocial y psicología positiva, 38-39.

https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2015_1/Walter_Arias.pdf

Garaigordobil, M. (2013). Una propuesta de juego cooperativo y creativo para niños y niñas de Educación Infantil. *Entre líneas 10*. 5-6. https://app-psicomotricistas.net/wp-content/uploads/2022/04/EL_2013_31_5-12.pdf

Godoy, C. (2022). Identidades de género trans y cambios sociales: análisis desde la perspectiva de George H. Mead. *Quaderns de Psicologia*, 24, 3-4. <https://quadernsdepsicologia.cat/article/download/v24-n2-godoy/1816-pdf-es/8142>

Iafrancesco, G. S.F. Modelo Pedagógico Holístico para la formación integral el Siglo XXI. 5-8. <http://www.enjambre.gov.co/enjambre/file/download/9696>

Jauregui, A (2024). *Empatía. Qué es, autores, importancia y tipos*. Gestipolis. <https://www.gestipolis.com/empatia/>

Jiménez, F. (2012). Clasificaciones generales y específicas de los juegos deportivos: su funcionalidad pedagógica, 1-2. https://campusvirtual.ull.es/ocw/pluginfile.php/3707/mod_resource/content/0/TEMA5Ide-11-12.pdf

Ley 181 de 1995. por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. (1995 enero 18). Sistema único de información normativa. Juriscol. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1654141>

LEY 1620 DE 2013. por la cual se crea el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Formación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación para la Sexualidad y la Prevención y Mitigación de la Violencia Escolar. (2013 marzo 20). Sistema único de información normativa. Juriscol. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1685356>

LEY 934 DE 2004. por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física y se dictan otras disposiciones. (2004 diciembre 30). Sistema único de información normativa. Juriscol. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1671380>

Los 3 tipos de empatía. Experta seguros (2022). <https://www.experta.com.ar/blogg/los-3-tipos-de-empatia/>

Manuel de convivencia (2024-2025).

<https://www.redacademica.edu.co/sites/default/files/2025-02/Manual%20de%20convivencia%20vigencia%202024-2025.pdf>

Martínez, M. Paulina. Armengol, A. Carme. Muñoz M. (2019). Interacciones en el aula desde prácticas pedagógicas efectivas. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 18, 56-58. <https://www.redalyc.org/journal/2431/243158860003/243158860003.pdf>

Mercadé, A. (2012). *Los 8 tipos de Inteligencia según Howard Gardner: la teoría de las inteligencias múltiples*. [Transformando el infierno](https://transformandoelinfierno.com).

<https://transformandoelinfierno.com/2012/12/19/los-8-tipos-de-inteligencia-segun-howard-gardner-la-teoria-de-las-inteligencias-multiples/>

Mercedes, A. Mercedes, C. (2006). La praxis pedagógica en la educación física y los estilos de enseñanzas predominantes en los docentes de educación básica. *Educare* 10. 3-4. <http://historico.upel.edu.ve:81/revistas/index.php/educare/article/view/144/124>

Miranda, Y. (2019). Praxis educativa constructivista como generadora de Aprendizaje Significativo en el área de Matemática. *I*. <https://cienciamatriarevista.org.ve/index.php/cm/article/view/299/360>

Olmedo, P. Carrillo. Montes, B. (2009). Evolución conceptual de la Empatía. *Iniciación a la investigación*, 4, 2-3. <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/ininv/article/download/307/289/1103>

ONG Bullying Sin Fronteras. (2024). *Estadísticas Mundiales de Bullying 2024*. ONG Bullying Sin Fronteras Blog. <https://bullyingsinfronteras.blogspot.com/2018/02/estadisticas-de-bullying-en-america.html>

Organización mundial de la salud. (2021). *Violencia contra la mujer*. Organización mundial de la salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>

Ponty, M. (1945). *Fenomenología de la percepción*. Proyectos Editoriales y Audiovisuales

CBS,S.A.

https://monoskop.org/images/9/9b/MerleauPonty_Maurice_Fenomenologia_de_la_percepcion_1993.pdf

QUEVEQUE, C. (2023). *EL INTERACCIONISMO SIMBÓLICO Y EL MARKETING*. Pontificia Universidad Católica de Valparaíso.

<https://www.pucv.cl/uuaa/negocioseconomia/articulo-15-de-junio-2023#:~:text=Blumer%20resume%20el%20interaccionismo%20simbólico,individuo%20tiene%20con%20sus%20conciudadanos.>

UNESCO. (2023). *La UNESCO reveló que la mayoría de las y los estudiantes de América Latina y el Caribe declara tener una actitud positiva frente a personas de origen y cultura diferentes*. UNESCO. <https://www.unesco.org/es/articles/la-unesco-revelo-que-la-mayoria-de-las-y-los-estudiantes-de-america-latina-y-el-caribe-declara-tener>La Nota Económica. (2025).

En 2024, el acoso laboral puede ser una amenaza al equilibrio en las organizaciones. La Nota Económica. <https://lanotaeconomica.com.co/movidas-empresarial/en-2024-el-acoso-laboral-puede-ser-una-amenaza-al-equilibrio-en-las-organizaciones/>

Anexos

Microdiseño

Anexo 1.

La Educación Física como ambiente favorecedor de la empatía, al servicio de conductas prosociales PLANEACIÓN					
Propósito de formación	Favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.				
Nombre de la institución	Colegio Inem Santiago Perez	Población	Niños de 5 años	Jornada	Única
Grado	Transición	Hora	10:30- 12:00	Fecha	08/04/2025
Semana	2	Clase			2
Objetivo general	Fomentar espacios de interrelación a través de la educación física donde los participantes pongan en acción situaciones motrices de cooperación, apoyo mutuo y resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.				
Objetivo específico					
Perspectiva educativa (principios)	Interacción- significación		Contenido	Cooperación	
Fase inicial	Actividad:(10 minutos). Se iniciará con un calentamiento donde moveremos todo el cuerpo un, dos tres a mover los pies cuatro, cinco, seis las manos también siete, ocho, nueve todo el cuerpo se mueve y diez (se da una indicación ya sea que formen grupos, sentarse o correr)				
Fase central	Actividad: Circuito de limitaciones (30 min) Se divide el curso en grupos de 4 niños, a cada uno de ellos se le asignará una limitación la cual será representada por un tiempo determinado; estas limitaciones harán que el primer niño no podrá hablar pero podrá comunicarse por señas o gestos, el segundo no podrá utilizar una de las dos piernas, el tercero no podrá ver y el cuarto no podrá utilizar una de sus dos manos. Luego se les indicará a los estudiantes que deben hacer un circuito en donde el trabajo en equipo será fundamental para pasar cada una de las estaciones, el primero deberá hacer zig zag por unos conos llevando dos aros, este tendrá que buscar la manera de comunicarle al segundo que deberá pasar saltando en un solo pie utilizando solamente los dos aros hasta donde se encuentra su tercer compañero quien deberá seguir el camino ayudándose de la voz del segundo compañero el cual le ayudará para llegar al cuarto compañero el cual con solo una de sus manos buscará y armará un rompecabezas. que pueden sentir los demás. Variantes del juego: Para hacer el juego aún más divertido y desafiante, se pueden agregar obstáculos o complicaciones en el espacio donde se desarrolla la actividad. Obstáculos físicos: Colocar cojines, sillas o conos para que los niños tengan que sortearlos mientras cumplen con la tarea.				
Fase final	Actividad: (20 minutos).				
Recursos	RompecabezasArosPlatillosConos				
Evaluación	Esta estará dada desde la comprensión del proceso de manera cualitativa teniendo como foco que toda acción me debe llevar a una reflexión que como				

Fuente: elaboración propia

Anexo 2.

La Educación Física como ambiente favorecedor de la empatía y las conductas prosociales					
Propósito de formación	Favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.				
PLANEACIÓN	Colegio Inem Santiago Perez	Población	Niños de 5 y 6 años	Jornada	Mañana
Grado	Transición 4	Hora	10:30-12:00	Fecha	09/04/2025
Semana	2	Clase			3
Objetivo general	Fomentar espacios de interrelación a través de la educación física donde los participantes pongan en acción situaciones motrices desde la cooperación, el apoyo mutuo y la resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.				
Objetivo específico	Fomentar la coordinación, agilidad y trabajo en equipo mediante una competencia lúdica.				
Perspectiva educativa (principios)	Interacción- significación		Contenido	Cooperación	
Fase inicial	Actividad:(20-25 minutos). Semáforo. Se iniciará preguntando a los estudiantes cuáles son los colores del semáforo y que significa cada uno de estos colores. Luego deberán imaginar que son un auto, se les indicará que cuando se diga verde deberán botar por la cancha en dirección de su preferencia, si se dice amarillo deberán empezar a disminuir la velocidad, pero si se dice rojo deberán DETENER. cabe aclarar que si están en rojo y pasan a amarillo deberán hacer el sonido (motor) Para dar variación al juego deberán imaginar que hay baches es decir cuando se diga baches los estudiantes deberán saltar				
Fase central	Actividad:(30 minutos) Pista de obstáculos. Se ubican cuatro filas cada una de estas con 6 aros en las cuales se ubicarán dentro de una de las fila de cada equipo un cono por aro. Se dividirá el grupo en dos equipos de 6 personas, los cuales deberán realizar una competencia en donde deberán pasar por el medio de los dos aros y pasar el cono al otro aro que se encontrara al lado, esto lo deberán hacer con todos los aros hasta el último, cuando llegue al final deberán agarrar la pelota, el primero que la agarre ganará el punto				
Fase final	Actividad: (20 minutos). En esta fase se realizará una actividad en la cual cada participante dará su opinión acerca de cómo llevaron esta primera sesión y cómo se sintieron ellos y sus compañeros, para tal fin se usarán las siguientes preguntas motivadoras de diálogo.				
Recursos	1 pelotas 14 aros 12 conos				
Evaluación	Esta estará dada desde la comprensión del proceso de manera cualitativa teniendo como foco que toda acción me debe llevar a una reflexión que como consecuencia debe provocar una nueva acción, se materializa con las rutinas de pensamiento qué hice, cómo lo hice, cómo lo puedo mejorar.				

Fuente: elaboración propia

Anexo 3.

La Educación Física como ambiente favorecedor de la empatía, al servicio de conductas prosociales PLANEACIÓN					
Propósito de formación	El propósito de formación para este PCP es favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.				
Nombre de la institución	Colegio Inem Santiago Pérez	Población	Niños de 5 y 6 años	Jornada	Mañana
Grado	Transición 4	Hora	10:30-12:00	Fecha	23/04/2025
Semana	3	Clase			4
Objetivo general	Fomentar espacios de interrelación a través de la educación física donde los participantes pongan en acción situaciones motrices desde la cooperación, el apoyo mutuo y la resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.				
Objetivo específico	Estimular la capacidad de los estudiantes para expresar y proyectar sus emociones de manera asertiva y constructiva utilizando el lenguaje verbal, no				
Perspectiva educativa (principios)	Expresión-proyección	Contenido	Corporeidad en movimiento		
Fase inicial	<p>Calentamiento (5 minutos) La rueda rueda</p> <p>Se iniciará con la ronda infantil de la rueda rueda, allí todos los involucrados dentro de la clase, empezaran a cantar y moverse al ritmo de la canción y como esta misma lo empieza a mencionar.</p>				
Fase central	<p>Congelados Emocional (20 minutos)</p> <p>El juego comienza con la selección de un niño o niña que tendrá el rol de "congelador", cuya tarea será tocar a sus compañeros para dejarlos inmóviles. Además, se eligen a tres estudiantes que serán los "descongeladores". A diferencia de la versión tradicional del juego, la descongelación no será automática. Cada niño tendrá pegada en el pecho una tarjeta con una emoción (felicidad, tristeza o enojo). Para ser liberado, el compañero que está congelado deberá representar con gestos y expresiones la emoción del descongelador que lo ayude. Una vez que exprese correctamente la emoción, podrá volver a moverse y seguir participando en el juego. A lo largo de la actividad, los roles de congelador y descongeladores se irán rotando para que todos puedan participar de diferentes maneras.</p> <p>Ronda, el puente está quebrado (10 minutos) El puente está quebrado.</p> <p>¿Con qué lo curaremos? Con cáscaras de huevo. Burritos al potrero Que pase el rey. Que ha de pasar. Con todos sus hijitos Menos el de atrás tras tras</p> <p>cuando se cante la última palabra "Tras", la persona que quedó debajo de los brazos (o la próxima si no queda nadie) es aprisionada.</p> <p>las partes del puente lo llevarán a un lugar apartado de los demás, donde le darán a escoger entre 2 las opciones del tema Ejemplo: - Que escoges Mora o Pera?, el aprisionado tendrá que decirles su decisión y luego tendrá que hacerse detrás del jugador cuya opción haya escogido (tomarlo de su camisa, sacó)Forma nueva parte del puente.</p>				
Fase final	Actividad: (20 minutos)				
Recursos usados					
Evaluación	debe provocar una nueva acción, se materializa con las rutinas de pensamiento que hice, cómo lo hice, cómo lo puedo mejorar.				
Observaciones					

Fuente: elaboración propia

Anexo 4.

La Educación Física como ambiente favorecedor de la empatía, al servicio de conductas prosociales PLANEACIÓN					
Propósito de formación	El propósito de formación para este PCP es favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.				
Nombre de la institución	Colegio Inem Santiago Pérez	Población	Niños de 5 y 6 años	Jornada	Mañana
Grado	Transición 4	Hora	10:30-12:00	Fecha	23/04/2025
Semana	3	Clase			5
Objetivo general	Fomentar espacios de interrelación a través de la educación física donde los participantes pongan en acción situaciones motrices desde la cooperación, el apoyo mutuo y la resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.				
Objetivo específico	Estimular la capacidad de los estudiantes para expresar y proyectar sus emociones de manera asertiva y constructiva utilizando el lenguaje verbal, no				
Perspectiva educativa (principios)	Expresión-proyección	Contenido	Corporeidad en movimiento		
Fase inicial	<p>Calentamiento: Despertar de partes del cuerpo (2-3 min):</p> <p>"Vamos a despertar a nuestros pies... ¡y ahora nuestras manos!... ¡ahora las orejas, la nariz, la panza!"</p> <p>Se acompaña de pequeños golpecitos suaves con las manos o movimientos.</p>				
Fase central	<p>Reto de la expresión (15 minutos) Los niños caminan libremente por el espacio al ritmo de la música.</p> <p>Cuando la música se detiene, el docente nombra una emoción (alegría, tristeza, miedo, enojo, sorpresa).</p> <p>Los niños deben representar esa emoción con su cuerpo como si fueran estatuas.</p> <p>Se puede invitar a algunos a contar qué están sintiendo.</p> <p>soy una serpiente (10 minutos), el líder irá escogiendo otro niño para que se una a él y sea parte del cuerpo de la serpiente, una vez que se escoja a próximo niño, este se pondrá detrás de la cabeza de la serpiente, de la misma forma que el líder.</p>				
Fase final	Actividad: (20 minutos)				
Recursos usados					
Evaluación	debe provocar una nueva acción, se materializa con las rutinas de pensamiento que hice, cómo lo hice, cómo lo puedo mejorar.				
Observaciones					

Fuente: elaboración propia

Anexo 5.

La Educación Física como ambiente favorecedor de la empatía, al servicio de conductas prosociales PLANEACIÓN					
Propósito de formación	El propósito de formación para este PCP es favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.				
Nombre de la institución	Colegio Inem Santiago Pérez	Población	Niños de 5 y 6 años	Jornada	Mañana
Grado	Transición 4	Hora	10:30-12:00	Fecha	
Semana	4	Clase			6
Objetivo general	Fomentar espacios de interrelación a través de la educación física donde los participantes pongan en acción situaciones motrices desde la cooperación, el apoyo mutuo y la resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.				
Objetivo específico	Estimular la capacidad de los estudiantes para expresar y proyectar sus emociones de manera asertiva y constructiva utilizando el lenguaje verbal, no verbal y paraverbal con el fin de promover interacciones más empáticas.				
Perspectiva educativa (principios)	Expresión-proyección		Contenido	Comunicación precisa	
Fase inicial	<p>Calentamiento: "Despierta tu cuerpo como un animalito Duración: 7-10 minutos Objetivo: Activar el cuerpo, mejorar la coordinación y preparar para la actividad física. 1. Saludo Mágico (1 min) Todos en círculo. El profesor dice: ¡Hola cuerpo, es hora de despertar! Tocaban la cabeza y dicen ¡Buenos días cabeza!. Tocaban los hombros, barriga, piernas y pies saludando cada parte. Después movimientos de Animales (3-5 min) El profesor nombra un animal y los niños imitan sus movimientos: Rana: Saltar agachados. Serpiente: Arrastrarse por el suelo. Pajarito: Batir los brazos y correr en círculos. Osito: Caminar con manos y pies en el suelo. Conejo: Saltitos con las dos piernas juntas.</p>				
Fase central	<p>Luz roja luz verde: Un niño o el profesor hace de "la muñeca" la cual esta de espaldas al grupo. El resto son los jugadores que deben avanzar hasta la meta. Instrucciones: Los jugadores comienzan en la línea de partida, la muñeca se pone de espaldas y dice cantando lento: 1, 2, 3... ¡Muévete ya! Mientras dice eso, los jugadores avanzan. Cuando la muñeca termina la frase, se voltea rápidamente. Todos deben quedarse quietos como estatuas. Si alguien se mueve, vuelve al inicio (no se elimina a nadie en la versión para niños). Gana quien llegue primero a la línea final. Todos los niños forman un círculo. Gallinita ciega: Se escoge a un niño que será la gallinita ciega. Este niño se le cubren los ojos con un pañuelo (suave y cómodo). La gallinita da 3 vueltas en el centro para desorientarse un poco. Luego, camina con los brazos al frente tratando de atrapar a alguien del círculo. Cuando toca a alguien, debe adivinar quién es solo con el tacto o escuchando su voz. Puede preguntar: "¿Quién eres?" El otro niño puede responder con voz disimulada para hacerlo más divertido. Si adivina, cambian de rol. Si no, sigue intentando.</p>				
Fase final	<p>Actividad: (20 minutos). En esta fase se realizará una actividad en la cual cada participante dará su opinión acerca de cómo llevaron esta primera sesión y como se sintieron ellos y sus compañeros, para tal fin se usaran las siguientes preguntas motivadoras de diálogo.</p>				

Recursos
 Sonido, aros, conos, imágenes y papeles de colores.

Fuente: elaboración propia

Anexo 6.

La Educación Física como ambiente favorecedor de la empatía y las conductas prosociales					
Propósito de formación	El propósito de formación para este PCP es favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.				
Nombre de la institución	Colegio Inem Santiago Pérez	Población	Niños de 5 y 6 años	Jornada	Mañana
Grado	Transición 4	Hora	10:30-12:00	Fecha	
Semana	4	Clase			7
Objetivo general	Fomentar espacios de interrelación a través de la educación física donde los participantes pongan en acción situaciones motrices desde la cooperación, el apoyo mutuo y la resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.				
Objetivo específico	Fomentar la empatía y mejorar las habilidades de comunicación asertiva, a través de un ejercicio práctico que requiere confianza mutua, guía clara y colaboración efectiva.				
Perspectiva educativa (principios)	Interrelación-praxis		Contenido	Comunicación Precisa	
Fase Inicial	<p>Teléfono roto: (10 min) Se armarán 3 grupos con la intención de salvar y guardar una frase relacionada a la empatía. Cada grupo deberá hacer una fila con todos sus integrantes, de tal forma que puedan pasar la frase de voz en voz por cada uno de los estudiantes del grupo formado. La idea es que dicha frase sea la misma que sale desde un principio hasta el final.</p>				
Fase central	<p>Busca el tesoro (30 min) En esta actividad nos iremos de excursión con un sencillo objetivo, encontrar todos los tesoros allí escondidos, pero tenemos una condición, todo el grupo tiene que ir junto y nadie se puede separar ya que quien se pierda quedará atrapado en la selva para siempre. Se esconden unas fichas que representarán dicho tesoro, todo el grupo deberá ir a buscar en un espacio delimitado, las fichas estarán en la zona verde y sus distintos objetos allí presentes. Cuando se complete la búsqueda de todas las fichas, se deberá armar la figura que dará el premio</p>				
Fase final	<p>(10 min) Explica a los participantes que la actividad se enfocará en la confianza, la empatía y la comunicación asertiva. Se les explicará que deberán trabajar en pareja para completar dos retos: uno físico (recorrido) y otro mental (rompecabezas). Se enfatiza la importancia de la comunicación clara y la necesidad de confiar en su compañero.</p>				
Recursos	Fichas de arma todo				
Evaluación	Esta estará dada desde la comprensión del proceso de manera cualitativa teniendo como foco que toda acción me deba llevar a una reflexión que como consecuencia debe provocar una nueva acción, se materializa con las rutinas de pensamiento qué hice, cómo lo hice, cómo lo puedo mejorar.				

Fuente: elaboración propia

Anexo 7.

La Educación Física como ambiente favorecedor de la empatía y las conductas prosociales					
Propósito de formación	El propósito de formación para este PCP es favorecer la promoción de la empatía y su manifestación a través de conductas prosociales en ambientes educativos diseñados desde la educación física.				
Nombre de la Institución	Colegio Inem Santiago Perez	Población	Niños de 5 y 6 años	Jornada	Mañana
Grado	Transición 4	Hora	10:30-12:00	Fecha	
Semana	5	Clase			8
Objetivo general	Fomentar espacios de interrelación a través de la educación física donde los participantes pongan en acción situaciones motrices desde la cooperación, el apoyo mutuo y la resolución pacífica de conflictos en situaciones reales de interacción grupal.				
Objetivo específico	Fomentar la empatía y la comunicación asertiva a través de un juego en el que los niños comparten experiencias y sentimientos, mientras aprenden a escuchar y comprender a los demás.				
Perspectiva educativa (principios)	Interrelación-praxis	Contenido	Comunicación Precisa		
Fase Inicial	La pelota de las emociones (10 min) Se tendrá una pelota con varias emociones escritas sobre esta, la pelota se irá lanzando entre cada uno de los estudiantes de tal forma que cada uno vaya recibiendo y eligiendo una emoción de las cuales se encuentran allí. Al elegir la emoción, cada estudiante deberá contar una historia relacionada a dicha emoción y decir cómo se sintió en esa situación. La idea es que cada uno de los estudiantes puedan recibir la pelota y manifestar la emoción descrita en la pelota con sus palabras. Cada integrante podrá darle un abrazo a la persona que se encuentre con la pelota en las manos, una vez finalice su turno de hablar, de tal forma que entre todos puedan sentirse acompañados y tranquilos.				
Fase central	Busca minas (30 min) Se organizará el campo de minas para llevar a cabo la actividad, de tal forma que hayan fichas dentro del campo asemejando minas, la idea es que todo el grupo pase por este espacio sin tocar dichas fichas, y se les indicará a los niños que "el lugar es muy peligroso y nadie quiere quedarse allí". por otro lado los niños se encontraban amarrados de las manos entre todo el grupo así que la dificultad para salir aumenta ya que tendrán que devolverse desde el inicio e intentar pasar nuevamente en caso de que alguno llegue a tocar alguna mina, es importante la comunicación y el trabajo en equipo para que la actividad se pueda realizar como se establece.				
Fase final	Actividad: (20 minutos). Como última actividad del cierre de la implementación del pcp, se realizará un compartir con todo el grupo, donde cada docente llevará un detalle que permita mostrar un agradecimiento a cada uno de los niños con los cuales se trabajó				
Recursos	Fichas de ama todo				
Evaluación	Esta estará dada desde la comprensión del proceso de manera cualitativa teniendo como foco que toda acción me debe llevar a una reflexión que como consecuencia debe promover una nueva acción. se materializa con las niñas de nacimiento qué hizo cómo lo hizo cómo lo puede mejorar				

Fuente: elaboración propia