

**Educación Física encaminada a un estado de Buen vivir**

**Autores: Mauricio Amaya Albarrán**

**Daniel Eduardo Angulo Olarte**

**David Alejandro Palomino Araujo**

**Tutor: Miguel Ángel Alomía Riascos**

**Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia**

**Mayo, 2019**


## Dedicatoria

La siguiente presentación académica va dedicada a Dios, nuestras familias y su apoyo incondicional en todo el proceso profesional; agradecemos a nuestros maestros y docentes que con su constancia y paciencia nos guiaron en este camino de desarrollo personal; agradecemos a nuestro tutor Miguel Ángel Alomia por su determinante guía durante la construcción de esta propuesta educativa; agradecemos a nuestros compañeros, futuros colegas que acompañaron este proceso de aprendizaje, lleno de retos y desafíos que estructuran el recorrido de esta enriquecedora meta, cada vez más cerca hacia una armonía de Buen Vivir.

**Agradecimientos**

A todas y cada una de las personas que de manera anónima aportan su granito de arena para hacer de este un mundo mejor, especialmente a nuestros profesores y su afectuosa paciencia

!!!Gracias!!!

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Enciclopedia de la Educación</i>	<b>FORMATO</b>	
	<b>RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE</b>	
<b>Código: FOR020GIB</b>	<b>Versión: 01</b>	
<b>Fecha de Aprobación: 10-10-2012</b>	<b>Página 4 de 5</b>	

<b>1. Información General</b>	
<b>Tipo de documento</b>	Trabajo de grado
<b>Acceso al documento</b>	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
<b>Título del documento</b>	Educación física encaminada a un estado de Buen Vivir
<b>Autor(es)</b>	Amaya Albarrán, Mauricio; Angulo Olarte, Daniel Eduardo; Palomino Araujo David Alejandro.
<b>Director</b>	Alomia Riascos, Miguel Ángel.
<b>Publicación</b>	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2019. 88p.
<b>Unidad Patrocinante</b>	Universidad Pedagógica Nacional UPN.
<b>Palabras Claves</b>	BUEN VIVIR; PARADIGMAS CIENTIFICOS EMERGENTES; SER HUMANO INTEGRAL; MOTRICIDAD; CORPOREIDAD

<b>2. Descripción</b>
<p>Este trabajo de grado propone en el ámbito educativo, un reconocimiento desde los paradigmas científicos emergentes a la concepción de salud en la educación física y su oportunidad de trascender a un concepto más totalizador e integral que relacione el cuidado de si, del otro, de lo otro y del entorno en una relación armónica por medio de la cosmovisión andino-céntrica llamada Buen Vivir.</p>

<b>3. Fuentes</b>
<p>Alomía, M. A. (2018). <i>Educación Vital</i>. Sin publicar.</p> <p>Andújar, A. J. C. (año). <i>Hábitos deportivos y estilos de vida de los escolares almerienses. Crítica hacia la intención del enfoque en educación física hacia el rendimiento</i>.</p> <p>Benjumea, M. (2004). <i>La motricidad, corporeidad, pedagogía del movimiento en la educación física</i>. Trabajo presentado en I Simposio Latino Americano de Motricidad Humana, Universidad Metodista de Piracicaba UNIMEP Brasil.</p> <p>Benjumea, M. (2010). <i>La motricidad como dimensión humana- un abordaje transdisciplinar</i>. España-Colombia: Editorial léeme.</p>

- Cuervo, G. (2014). *Una educación física para la promoción del conocimiento y cuidado del cuerpo. Una experiencia generadora de hábitos saludables*. (Trabajo de grado), Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Dávalos, P. (2011). Sumak Kawsay (La vida en plenitud). *Convivir para perdurar: conflictos ecosociales y sabidurías ecológicas*, 201-214.
- Davis, J. D. (2003). *La salud en el curriculum de la educación física: fundamentación teorica y materiales curriculares*. Argentina: Editorial.
- Gutierrez, F., & Prieto, D. (2004). *Mediación pedagógica*. Costa Rica: Ediciones la copia fiel.
- Huanacuni, F. (2010). *Buen vivir-vivir bien filosofías, políticas, estrategias y experiencias regionales andinas*. Lima: Editorial CAOI.
- Ley 115 de 1994. Congreso de la República de Colombia, Colombia, 8 de febrero de 1994.
- Ley 100 de 1993. Congreso de la República de Colombia, Colombia, 23 de diciembre de 1993.
- Maturana, H. (1996). *El sentido de lo humano*. Santiago de Chile: Dolmen.
- Max-Neef, M. (1998). *Desarrollo a escala humana*. Barcelona: Icaria EDITORIAL S.A.
- Miguélez, M. (19 de 07 de 2009). *Polis*. Obtenido de <file:///C:/Users/Danie/Desktop/PcP/dimensiones%20del%20hombre.pdf>
- Morin, E. (1990). *Introducción al pensamiento complejo*. España: GEDISA.
- Morin, E. (febrero de 2004). La epistemología de la complejidad. Obtenido de [https://www.ugr.es/~pwlac/G20\\_02Edgar\\_Morin.html](https://www.ugr.es/~pwlac/G20_02Edgar_Morin.html) .
- Mosquera, L. (2015). Educar en la escuela cuerpos saludables. *Red colombiana de investigadores/as sobre el cuerpo*, 8.
- Mosquera, L. M., Ortega, H., Robayo, E. M., & Torres, R. D. (2 de abril de 2018). Obtenido de <https://www.scribd.com/doc/53136042/paradigmas>
- Quinayas, D., y Sánchez, J. (2014). *La educación Física y el ocio para la construcción de una salud multidimensional*. (Trabajo de grado), Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Toro, J. B. (23 de 09 de 2013). Obtenido de las dos orillas: <https://www.las2orillas.co/wp-content/uploads/2014/11/el-cuidado-como-paradigma-ético-de-la-nueva-civilización.pdf>

Vásquez, O., y Beltrán, H. (2012). *De la actividad física a las acciones para la salud una oportunidad para potenciar la calidad de vida*. (Trabajo de grado), Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.

#### Webgrafía

*Etimologías de Chile*. (14 de mayo de 2018). Recuperado de <https://etimologias.dechile.net/?epistemologi.a>

### 4. Contenidos

1. **Fundamentación contextual.** La fundamentación contextual es la valoración y reconocimiento de algunos conceptos, paradigmas, teorías y autores a partir de un piso epistémico que reconoce dos grandes paradigmas del conocimiento: el paradigma simplicista y los paradigmas científicos emergentes. De esta forma se empieza a abordar el concepto de salud desde entidades como la Organización Mundial de la Salud (OMS), la relación con la tendencia de la condición física y la salud, su relación con un concepto de Bienestar (que tiene en cuenta la integralidad del ser humano) y finalmente una noción de Buen Vivir que de igual forma tiene en cuenta al ser humano en su integralidad, pero situándolo en un ecocentrismo consciente.
2. **Perspectiva educativa.** La perspectiva educativa se desarrolla a partir de la relacionalidad entre los componentes humanístico, pedagógico y disciplinar a partir de unas nociones de ser humano que se proponen desde el Proyecto Curricular Particular (PCP), con el propósito de no encasillarse en un ideal de hombre cerrado; unos principios pedagógicos que de igual forma buscan guiar el sentido pedagógico a partir de decisiones dinámicas y flexibles sin la necesidad de situarse en un modelo pedagógico; y desde la motricidad y la corporeidad entendidas desde el pensamiento complejo y en sintonía con los paradigmas científicos emergentes.
3. **Estructura curricular.** La estructura curricular muestra la relación y construcción curricular que se realiza a partir del propósito de formación que guía el sentido del PCP, el esquema de planeación de la unidad didáctica planteada para la implementación, la metodología a utilizar donde fluctúan estrategias, procedimientos, actividades, didácticas e instrumentos de recolección de información requeridos para cumplir con el propósito de formación establecido y la concepción de evaluación que se adopta en el proyecto curricular particular.
4. **Ejecución piloto.** La ejecución piloto se lleva a cabo en la institución educativa distrital San Francisco, sede B, en donde resulta pertinente realizar una contextualización del micro contexto en el cual se va a llevar a cabo la implementación del PCP, de esta manera se realiza una descripción puntual de la población, contextualización geográfica y de ubicación, aspectos educativos propios del sector y de la

institución y la descripción de la planta física y los espacios disponibles para llevar a cabo la clase la práctica pedagógica.

5. **Análisis de la experiencia.** Finalmente, el análisis se da a partir de la consolidación de la propuesta que hace Max-Neef en su texto Desarrollo a escala humana y sus matrices de necesidades axiológicas y existenciales en relación con la pertinencia y desarrollo del PCP. Agregado a ello se muestran a manera de conclusión los aprendizajes de los implicados en el proceso de ejecución piloto del PCP.

### **6. Metodología**

La metodología particular tendrá el propósito de presentar un escenario armónico en donde fluctúan estrategias, procedimientos, actividades, didácticas e instrumentos de recolección de información requeridos para cumplir con el propósito de formación establecido. Los principios pedagógicos planteados en la perspectiva educativa estarán presentes de manera transversal en todas las sesiones de clase como elementos que aportan a la construcción de una educación en sintonía de Buen Vivir. De igual manera, las temáticas disciplinares presentes en las sesiones de clase estarán articuladas con el cuidado de sí, del otro, de lo otro y del entorno de manera consecutiva y sumativa, de esta forma al final de la implementación se podrá hablar de una noción de Buen Vivir que contenga todos estos cuidados de manera relacionada. Será necesario propiciar una reflexión en algún momento de la clase en donde se articula lo aprendido en cada una de las sesiones al contexto de cada aprendiente por medio de opiniones, puntos de vista o comentarios de los implicados en la clase.

Dentro de los instrumentos de recolección de información tenemos el diario de campo, el cual sirve para recopilar el desarrollo de la sesión de clase, aciertos, desaciertos o aspectos a mejorar y las emergencias que se dieron en el transcurso de la sesión que no estaban dentro de la planeación de clase. Para un análisis de la experiencia decidimos utilizar la matriz de necesidades de Manfred Max Neef donde se consigna el tipo de satisfactor al cual pertenece el proyecto curricular y así mismo nos reflejara las necesidades que intervienen y si estas son impactadas de manera positiva desde un enfoque del desarrollo a escala humana.

Es importante mencionar también la función metodológica que cumple la evaluación alternativa en el proceso de enseñanza-aprendizaje, donde la apropiación, transformación, relación e inventiva de los estudiantes respecto al tema disciplinar serán indicativos de un producto singular sin etiquetas o estándares preconcebidos por un agente externo, y, al contrario, dados por un conocimiento que emerge de la clase y puede ser evaluado formativamente.

### **7. Conclusiones**

La naturaleza de nuestro proyecto no concluye, aprende y se revoluciona en el constante devenir de la vida, aprendimos:

- Que la Educación Física encaminada a un estado de buen vivir, demanda transitar su senda.

- Que no se explican los valores éticos, se viven.
- Que nuestra práctica profesional será de calidad cuando nuestros educandos no esperen una instrucción, más, con el aporte dado puedan relacionarlo e incorporarlo a sus vidas desde su singular manera de ser en el mundo; respetando y aportando a la gran sinfonía de la vida y el cosmos.

Es compromiso ético y profesional estar actualizando y encontrando relaciones entre los contenidos y aprendizajes que el diario vivir trae consigo.

<b>Elaborado por:</b>	Amaya Albarrán, Mauricio; Angulo Olarte, Daniel Eduardo; Palomino Araujo David Alejandro.
<b>Revisado por:</b>	Alomia Riascos, Miguel Ángel

<b>Fecha de elaboración del Resumen:</b>	27	05	2019
--	----	----	------



**Tabla de contenido**

<b>Dedicatoria</b>	<b>2</b>
<b>Agradecimientos</b>	<b>3</b>
<b>Resumen analítico en educación (RAE)</b>	¡Error! Marcador no definido.
<b>Tabla de contenido</b>	<b>9</b>
<b>Lista de Tablas</b>	<b>11</b>
<b>Lista de Figuras</b>	<b>12</b>
<b>Lista de siglas</b>	<b>13</b>
<b>Introducción</b>	<b>14</b>
<b>Justificación</b>	<b>15</b>
<b>Fundamentación Contextual</b>	<b>17</b>
<b>Piso epistémico</b>	<b>18</b>
<b>Paradigma simplicista</b>	<b>18</b>
<b>Paradigma científico emergente</b>	<b>20</b>
<b>Concepto de salud</b>	<b>21</b>
<b>Marco legal</b>	<b>22</b>
<b>Tendencia de la educación física para salud</b>	<b>26</b>
<b>Modelo biomédico</b>	<b>28</b>
<b>Modelo psicoeducativo</b>	<b>29</b>
<b>Modelo socio-critico</b>	<b>29</b>
<b>Dimensiones del ser humano</b>	<b>30</b>
<b>Necesidades</b>	<b>31</b>
<b>Del cuidado hacia el buen vivir</b>	<b>33</b>
<b>Del bienestar hacia la cultura del Buen Vivir</b>	<b>35</b>
<b>Perspectiva educativa</b>	<b>39</b>
<b>Componente humanístico</b>	<b>39</b>
<b>Desarrollo humano</b>	<b>39</b>
<b>Componente pedagógico</b>	<b>43</b>
<b>Características de los contenidos enseñables desde una metodología alternativa</b>	<b>46</b>
<b>Componente disciplinar</b>	<b>48</b>
<b>Motricidad y corporeidad como elementos disciplinares</b>	<b>49</b>
<b>Estructura curricular</b>	<b>51</b>
<b>Propósito de formación</b>	<b>52</b>
<b>Esquema de planeación unidad didáctica</b>	<b>53</b>
<b>Metodología</b>	<b>54</b>
<b>Evaluación alternativa</b>	<b>55</b>

<b>EDUCACIÓN FÍSICA ENCAMINADA A UN ESTADO DE BUEN VIVIR</b>	<b>10</b>
<b>Ejecución piloto</b>	<b>59</b>
<b>Micro contexto</b>	<b>59</b>
<b>Población</b>	<b>59</b>
<b>Aspectos educativos</b>	<b>61</b>
<b>Planta física</b>	<b>62</b>
<b>Micro diseño</b>	<b>63</b>
<b>Cronograma</b>	<b>63</b>
<b>Plan de clase</b>	<b>67</b>
<b>Análisis de la experiencia</b>	<b>68</b>
<b>Matriz utopica (desde los propositos del PCP)</b>	<b>69</b>
<b>Lectura externa</b>	<b>70</b>
<b>Analisis de los integrantes del Proyecto</b>	<b>71</b>
<b>Matriz de aspectos negativos</b>	<b>71</b>
<b>Analisis de la matriz negativa</b>	<b>72</b>
<b>Matriz relacional</b>	<b>73</b>
<b>Analisis de la matriz relacional</b>	<b>75</b>
<b>Incidencias en el diseño</b>	<b>76</b>
<b>Aprendizajes del PCP</b>	<b>76</b>
<b>Referencias</b>	<b>80</b>
<b>Apéndices</b>	<b>83</b>
<b>Apéndice A. Fotografías</b>	<b>83</b>
<b>Apéndice B. Diario de Campo</b>	<b>87</b>

**Lista de Tablas**

<b>Tabla 1. Necesidades existenciales y axiológicas .....</b>	<b>32</b>
<b>Tabla 2. Cronograma de implementación profesor Mauricio Amaya Albarrán.....</b>	<b>64</b>
<b>Tabla 3. Cronograma de implementación profesor David Palomino Araujo.....</b>	<b>65</b>
<b>Tabla 4. Cronograma de implementación profesor Daniel Eduardo Angulo Olarte.....</b>	<b>66</b>
<b>Tabla 5. Como escribir en la matriz de necesidades.....</b>	<b>69</b>
<b>Tabla 6. Matriz utópica.....</b>	<b>69</b>
<b>Tabla 7. Matriz negativa.....</b>	<b>72</b>
<b>Tabla 8. Matriz relacional.....</b>	<b>73</b>

**Lista de Figuras**

<b>Figura 1. Esquema de planeación de unidad didáctica planteada en el PCP.....</b>	<b>53</b>
<b>Figura 2. Estructura nodal de los componentes en la evaluación alternativa.....</b>	<b>58</b>
<b>Figura 3. Plantilla para planeación de clase.....</b>	<b>67</b>
<b>Figura 4. Diario de campo.....</b>	<b>88</b>

**Lista de siglas**

<b>EF</b>	<b>Educación Física</b>
<b>LEF</b>	<b>Licenciatura en Educación Física</b>
<b>MEN</b>	<b>Ministerio de Educación Nacional</b>
<b>PCP</b>	<b>Proyecto Curricular Particular</b>
<b>UPN</b>	<b>Universidad Pedagógica Nacional</b>

### **Introducción**

A partir de la identificación de oportunidades a atender en la clase de educación física como la homogeneización de las prácticas, los estereotipos presentes en la sociedad y el reduccionismo del ser humano a su dimensión física- orgánica, este proyecto nace con el propósito de aportar al desarrollo integral del ser humano a partir de la motricidad, la corporeidad y el paradigma del cuidado por medio de las relaciones armónicas que se propician consigo mismo, con los otros y con el entorno desde la clase de educación física y trascendiendo a los contextos subjetivos de cada aprendiz.

Progresivamente se han dejado entre ver nuevas propuestas que nacen en solución a problemas en los cuales los paradigmas clásicos se han quedado cortos; emerge el pensamiento complejo en esta sociedad del conocimiento la cual desafía el reduccionismo cada vez que hay situaciones que desafían su comprensión, de esta manera, el PCP sitúa su piso epistémico bajo los paradigmas científicos emergentes en donde es necesario identificar la mirada reduccionista que tiene la práctica y el concepto de salud en el mundo contemporáneo, fragmentándose y especializándose en la prevención, hábitos y promoción de una salud biológica, física, química y orgánica; con el propósito de situarse en un sistema donde convergen ciertos elementos interrelacionados que en conjunto conforman el propósito de este proyecto, se abordan y reconocen conceptos como la salud y el bienestar que probablemente representan un gran reto al llevarlos a la clase de educación física de manera sinérgica e interconectada dentro de una cosmovisión andino céntrica propuesta por los pueblos kechuas y Aymara llamada Buen Vivir (Sumak Kawsay), en donde el horizonte de desarrollo se plantea desde una armonización con los demás seres humanos y el planeta, situándose en un ecocentrismo que percibe a la naturaleza como un ser de derechos.

### **Justificación**

Desde las situaciones y experiencias que construyen e integran al ser humano en su cotidianidad, existe la tensión y atención por el mantenimiento y prevención de la salud desde un paradigma simplicista; por esta razón se visualizan las oportunidades para este PCP atendidas con el fin de relacionar, integrar y dinamizar las opciones, experiencias y contenidos disciplinares de la educación física con un tratamiento transdisciplinar, globalizador y subjetivo que atienda las necesidades de las dimensiones del ser humano, permitiendo transcurrir y permanecer en un estado de Buen vivir, de armonía consigo mismo y todo lo que nos rodea.

Es pertinente evidenciar la disposición y aportes que otros PCP han construido sobre la educación de la salud y el estado de bienestar, fomentando desde distintas vertientes de la Educación Física (el ejercicio físico, el fitness, la educación corporal, la corporeidad y motricidad) los beneficios de optar por hábitos de vida saludables a través de prácticas con sentido pedagógico que aportan saberes de diferentes disciplinas con el propósito de infundir discursos y prácticas en la búsqueda de la promoción de un estilo de vida saludable y a esa resignificación del concepto y noción que se tiene sobre el estado de salud, tomando en cuenta y superando las problemáticas que presenta el ser humano con respecto a los malos hábitos, el consumismo y el sedentarismo.

Sin embargo, después de revisar y analizar las construcciones que otros proyectos hacen relacionadas al ser humano y su estado armónico, se evidencia que las finalidades aún siguen dirigiéndose solamente al desarrollo del ser, conservando una doctrina filosófica antropocéntrica<sup>1</sup>, promoviendo la conservación de una óptima salud, el estado de bienestar, la

---

<sup>1</sup> La Real Academia Española (RAE) define así el término: “Filos. Doctrina o teoría que supone que el hombre es el centro de las cosas, el fin absoluto de la naturaleza y punto de referencia de todas las cosas: el antropocentrismo se opone al teocentrismo” información recuperada de <http://entretextos.leon.uia.mx/num/17/PDF/ENT17-1.pdf>

mejora de la condición física, la sana convivencia social y la búsqueda de una mejor calidad de vida, exclusiva para el ser humano.

Dentro de la evolución de los paradigmas y los campos epistemológicos que atienden y promueven estilos de vida saludables, el proyecto curricular sienta sus bases epistemológicas en los paradigmas científicos emergentes que impulsan el sentido particular y la resignificación del concepto salud con aportes de la Educación física, con el propósito de atender problemáticas como los estereotipos de cuerpo en la escuela y sociedad, la fragmentación de las prácticas de aprendizaje y su reduccionismo disyuntivo en las dimensiones orgánicas del ser humano.

Desde los aportes transdisciplinarios y los paradigmas científicos emergentes (paradigma del cuidado, paradigma de la motricidad y la corporeidad), se construye el discurso del concepto del Buen Vivir como un estado trascendente, holístico y subjetivo que atiende la importancia y la integración del conocimiento en otras dimensiones que conforman lo humano y permite una relación del ser y su existencia con el entorno, los otros seres vivos y lo no vivo.



**Fundamentación Contextual**

En el proceso de construcción del PCP, se busca hacer una caracterización contextual que permita darle un sustento teórico al proyecto a partir de unos autores y teorías del conocimiento atendiendo oportunidades y/o necesidades pensando en una transformación del ser humano. En la búsqueda de trascender el concepto de salud en la educación física y su reduccionismo que lo limita a la ausencia y prevención de enfermedades a nivel físico, orgánico y biológico. Se parte de un piso epistémico que dará la entrada a paradigmas científicos emergentes en los cuales el pensamiento complejo juega un papel fundamental en la construcción de esa red de conocimiento que lleva a atender las distintas figuras inconexas propias de un paradigma reduccionista, que desde el lente de la complejidad no deja de lado u omite elementos, que, no por ser tan notables dejan de ser importantes. Edgar Morín<sup>2</sup>(2004) refuerza este argumento desde uno de los principios de la complejidad el cual dice que “un todo es más que la suma de las partes que lo constituyen” (p. 77).

A continuación, se hace una caracterización contextual que permite la comprensión de las teorías del conocimiento, sus procesos, su desarrollo y su relación conceptual con la fundamentación teórico-práctica que constituye el proyecto a través de la historia las cuales han aportado a la construcción de un piso epistémico integrador y holístico, sin desconocer ni sesgar los aportes que se hacen desde un pensamiento clásico.

---

<sup>2</sup> Edgar Morín, Filósofo y Sociólogo Francés, autor contribuyente al paradigma de la complejidad.

**Piso epistémico**

La forma como se percibe y conceptualiza da sentido a la realidad, determina el modo en que se construye conocimiento o la epistemología (teoría del conocimiento) que proviene del griego, episteme (ἐπιστήμη, ΕΠΙΣΤΗΜΗ), conocimiento, saber o ciencia y logos (λόγος ΛΟΓΟΣ) discurso. Esta palabra significa, las bases sobre las cuales se asientan los conocimientos de un tema determinado<sup>3</sup>. Dentro de esta idea de construcción o bases del conocimiento aparecen los paradigmas epistémicos. Dado que la construcción de nuevo conocimiento implica visualizar de manera panorámica diferentes ópticas o perspectivas epistemológicas que permitan entender y relacionar. Se plantean dos paradigmas como lo expone Morín (2004) en su Epistemología de la complejidad, el paradigma simplicista y el paradigma emergente o complejo.

**Paradigma simplicista.**

El saber presenta dos divisiones que son principales características del paradigma epistémico simplicista, el primero, es el conocimiento que se adquiere por medio del empirismo y, el segundo, el conocimiento científico fundamentado en el discurso lógico producto de las observaciones, los datos y las teorías. Estos se basan en la coherencia y la lógica de sus propios contenidos en busca de una generalización que construya el conocimiento científico a través de la falsabilidad de los principios de incertidumbre en búsqueda de la verdad.

El objetivo de estos paradigmas epistémicos científicos es ofrecer una explicación rigurosa, completa de los fenómenos que componen el mundo, y a su vez generar teorías que den explicación y logren establecer criterios y leyes que rijan los elementos fundamentales de la

---

<sup>3</sup> Recuperado de <http://etimologias.dechile.net/?epistemologi.a>

vida. Esto desde el enfoque de la ciencia clásica, la cual busca desunir, reducir, aislar y legislar sus fenómenos a explicar. Para reforzar la comprensión de este paradigma clásico Morín (2004) expone los siguientes principios del paradigma de simplificación:

- Principio de legislar: corresponde a la legislación del universo a través de principios o leyes generales.
- Principio de desconsideración del tiempo como proceso irreversible: desde las leyes de la física clásica, el tiempo se concibe fuera de toda historicidad.
- Principio de reducción o también de la elementalidad: el conocimiento de los sistemas se reduce a sus partes o unidades elementales.
- Principio de orden-Rey: el universo está legislado por leyes generales, todo lo que aparece fuera es desorden o caos.
- Principio de visión simplificante: es una visión lineal frente a los objetos, de causalidad simple (estímulo respuesta).
- Principio problemático de la organización: donde el conocimiento del todo se hace por medio de conocer las partes.
- Principio de disyunción entre el objeto y el medio ambiente: Se comprende el objeto aislándolo de su medio; era tanto más necesario aislarlo como era necesario extraerlo del medio ambiente para colocarlo en uno artificial y poderlo controlar
- Principio de formalización y cuantificación.
- Principio y verdad intrínseca o absoluta. (p.2)

Después de reconocer las características reduccionistas del paradigma expuesto, se da paso a pensar en una sinergia sincrónica y dinámica de los contenidos de diferentes ciencias, lo que permite situarnos a continuación en una transferencia a los discursos propios de los

paradigmas científicos emergentes que serán la base y lógica integradora del proyecto, sin desconocer elementos constitutivos del paradigma simplicista.

**Paradigma científico emergente.**

Progresivamente se han dejado entre ver nuevas propuestas que emergen en solución a problemas en los cuales los paradigmas clásicos se han quedado cortos; emerge el pensamiento complejo en esta sociedad del conocimiento la cual desafía el reduccionismo cada vez que hay situaciones que desfasan su comprensión, llenando de contradicciones su lógica desde este paradigma. La comprensión a través del paradigma positivista de las ciencias naturales y sociales queda corta, ya que esta irrupción de incertidumbre exige un estudio y una comprensión inter- y transdisciplinar para abordarla.

Los paradigmas científicos emergentes no reducen el conocimiento en dos o más vertientes, sino que integran una pluralidad de instancias en cuanto a todo lo que existe para el ser humano evolucionado, dotado con un cerebro dinámico e hipercomplejo integrado por el cerebro reptiliano, el cerebro límbico y el neocórtex que en su interacción logran una riqueza para establecer relaciones con la naturaleza y con su realidad, encarnado por un espíritu de racionalidad y a su vez de autonomía relativa como ser multidimensional inmerso en el universo. Desde esta visión de ser humano, Morín (1990) comparte: “Vemos así que cada ser tiene una multiplicidad de identidades, una multiplicidad de personalidades en sí mismo, un mundo de fantasmas y de sueños que acompañan su vida” (p. 54).

Es importante tener en cuenta que la epistemología emergente integra el entendimiento del pensamiento individual que por medio de representaciones, ideas, nociones y teorías, relacionan al ser en infinidad de formas con el medio que lo rodea y a su vez logra la articulación de saberes los cuales relacionados forman un bucle de conocimiento, para esto es

necesario el encuentro y confrontación por parte de los investigadores, docentes, aprendientes y todo aquel que este inmerso en el proceso de construcción educativa, quitando jerarquías y dominios disjuntos, hablando en complejidad. Estas relaciones se presentan interpretadas de acuerdo con nuestra realidad; Estos paradigmas científicos emergentes buscan en el pensamiento humano una nueva visión y conciencia holística.

Para la propuesta de trascender el concepto de salud a un concepto más abarcador (Buen Vivir) impulsado por la educación física y los paradigmas científicos emergentes, es necesario identificar la mirada reduccionista que tiene la práctica y el concepto de salud en el mundo contemporáneo, fragmentándose y especializándose en la prevención, hábitos y promoción de una salud biológica, física, química y orgánica, respondiendo a unos estereotipos de cuerpo que impone la sociedad. Para ello, a continuación, se desarrolla una caracterización sobre el concepto de salud que trabajan diferentes organizaciones; Cómo es vista la salud dentro de la educación física y cómo los paradigmas del conocimiento repercuten sobre la misma.

### **Concepto de salud**

Uno de los conceptos de salud presentes en los imaginarios de la sociedad es impulsado por la fragmentación y la limitación de sus prácticas, por esta razón se entiende por parte de la OMS<sup>4</sup> la salud como un concepto fragmentado y abordado solamente desde las dimensiones física, mental y social, evadiendo y previniendo la enfermedad. En el sentido de anteriores Proyectos Curriculares Particulares<sup>5</sup> se expone la relación de la educación física y términos como el ocio y las actividades físicas que construyen conciencia sobre los hábitos y cuidados que mejoran la condición y el desarrollo de capacidades físicas para conseguir una buena salud.

---

<sup>4</sup> Organización Mundial de la Salud

<sup>5</sup> Ver: Daniel Quinayas y Jairo Sánchez. (2014). Giovanni Cuervo (2014). Oscar Vásquez y Hernán Beltrán. (2012).

En las problemáticas destacadas en los proyectos curriculares consultados se destaca la falta de actividad física, la asociación con la delgadez ante la buena salud y la obesidad ante una salud deficiente con la aclaración de que la falta de educación lleva a adoptar mitos sobre planes alimenticios y prácticas vigorosas de actividad física que puede llevar a lesiones crónicas en las personas que las realizan. Además, los malos hábitos, el consumismo, el sedentarismo y el ritmo de la sociedad postmoderna repercuten de manera negativa en la conservación de una salud adecuada, afectando dentro de la cotidianidad la vida del ser humano.

Los discursos a cargo de Margarita Benjumea, Luz Helena Gallo, Merleau Ponty, entre otros autores, abordan al ser humano de manera integral, lo cual aporta a la resignificación del concepto de salud en la educación física al enunciar conceptos integradores del ser como: Corporeidad, experiencia corporal y motricidad entre otros que evidencian la necesidad de buen vivir y equilibrio en el ser multidimensional, “entendiendo la salud como un proyecto corporal personal que no se reduce a comprender el cuerpo desde lo orgánico (...) con el bienestar en función de un desarrollo íntegro del ser humano” (Mosquera, 2015, p.8) entonces es cuando se pretende optar por un equilibrio multidimensional que interactúe en la complejidad del ser humano. Para continuar con esta fundamentación contextual se expone el análisis de una relación legislativa relativa a la propuesta de Educación física particular de este proyecto, pensando en términos como salud, bienestar y buen vivir.

### **Marco legal**

Dentro de la perspectiva en cuanto a términos sobre salud, bienestar y buen vivir. La constitución colombiana ofrece artículos y principios fundamentales que son la base para el desarrollo de un país en el cual la democracia influye en el equilibrio del ser, al promover

valores éticos, en equidad, protección y participación ciudadana que reconoce junto con los derechos fundamentales humanitarios las normas y deberes del ciudadano

El Artículo 366 de la Constitución Política de Colombia permite una mirada en cuanto a: el bienestar general y el mejoramiento de la calidad de vida de la población son finalidades sociales del Estado. Será objetivo fundamental de su actividad la solución de las necesidades insatisfechas de salud, de educación, de saneamiento ambiental y de agua potable. Para tales efectos, en los planes y presupuestos de la Nación y de las entidades territoriales, el gasto público social tendrá prioridad sobre cualquier otra asignación.

La intención de buen vivir debe construirse por medio de la educación y sus procesos de intercambio de conocimientos y experiencias, desde ahí citamos artículos de la constitución colombiana que pueden ser apropiados y reconocidos en el proyecto para evidenciar la importancia del ámbito educativo desde un panorama político y social enmarcado en la educación física.

El artículo 67, en su profundidad comprende la educación en la formación moral, física e intelectual de los estudiantes como aporte a la construcción del ser humano, “La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social”, la educación como herramienta impulsora del estado, la sociedad y la familia. De igual forma. la legislación de la educación al ser modificada con la Ley 115 de 1994 (Ley General de Educación), impacta de manera positiva la construcción del marco legal de este proyecto, al respecto citamos algunos artículos que nos guían respecto a la integración de la educación física y la salud:

Artículo 5. Fines de la educación. De conformidad con el art 67 de la Constitución Política de Colombia, la educación se desarrollará entendiendo a los siguientes fines:

- El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
- La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.
- La formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación.
- La formación en el respeto a la autoridad legítima y a la ley, a la cultura nacional, a la historia colombiana y a los símbolos patrios.
- La adquisición y generación de los conocimientos científicos y técnicos más avanzados, humanísticos, históricos, sociales, geográficos y estéticos, mediante la apropiación de hábitos intelectuales adecuados para el desarrollo del saber.
- El estudio y la comprensión crítica de la cultura nacional y de la diversidad étnica y cultural del país, como fundamento de la unidad nacional y de su identidad.
- El acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el fomento de la investigación y el estímulo a la creación artística en sus diferentes manifestaciones.
- La creación y fomento de una conciencia de la soberanía nacional y para la práctica de la solidaridad y la integración con el mundo, en especial con Latinoamérica y el Caribe.
- El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de



la calidad de la vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país.

- La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y la defensa del patrimonio cultural de la Nación.
- La formación en la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social.
- La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre
- La promoción en la persona y en la sociedad de la capacidad para crear, investigar, adoptar la tecnología que se requiere en los procesos de desarrollo del país y le permita al educando ingresar al sector productivo.

Es necesario señalar que la legislación fue modificada en el año 1993, con la Ley 100, que prácticamente privatizó y convirtió el derecho fundamental a la salud, en un lucrativo negocio para los particulares, creando la figura de las EPS, IPS, que se deben ceñir al plan denominado POS, en el cual se dejan enfermedades, patologías, suministro de medicamentos, etc.; fuera de la obligación de atender y/o suministrar a los ciudadanos que requieran atención. Aquí algunos artículos de la Ley 100 de 1993 evidencian la importancia de una resignificación en la educación sobre las prácticas en las diferentes instituciones prestadoras de salud a partir de

la promoción y prevención que se debe realizar para garantizar la buena salud en el territorio colombiano.

Desde el artículo 181 que habla acerca de los tipos de entidades de salud y sus posibles asociaciones podríamos hablar de un tentativo empalme que ayude a cambiar la concepción reduccionista de salud por una concepción de buen vivir desde la educación física hasta llegar a las entidades prestadoras de servicios hospitalarios públicos y privados que a su vez garanticen recursos para la prevención y promoción de lo que desde las leyes se habla como salud pero como se menciona anteriormente se quiere trascender a un estado de buen vivir que permita un equilibrio en las dimensiones del ser y su relación con el entorno que lo rodea.

Después de revisar los artículos de la constitución política y demás leyes que involucran aspectos del PCP, se puede visibilizar el enfoque del concepto de salud impulsado por el paradigma simplicista y no un buen vivir entendido desde la multidimensionalidad del ser para su trascender. A continuación, se hace una revisión de la tendencia de la educación física para la salud con el fin de hacer un reconocimiento a esta e intentar relacionarla a un concepto más abarcador que no reduzca o fragmente al ser en alguna de sus dimensiones.

### **Tendencia de la educación física para salud**

La educación física ha atendido diferentes intenciones dentro de su quehacer disciplinar, uno de estos campos ha estado al servicio y al desarrollo de un óptimo estado de salud, evidenciado por medio de la actividad física<sup>6</sup>. Aumentando su intensidad y su especificidad se encuentra el ejercicio físico en el que se busca desarrollar un programa de actividad con unos

---

<sup>6</sup> Cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que produce un gasto energético por encima de la tasa de metabolismo basal. Tomado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a14.pdf>

objetivos específicos que prescriben el ejercicio. En un recorrido general de esta relación entre la educación física y salud, ciencias como la medicina han reforzado esta relación de ejercicio físico agregando la actividad física y la higiene para la formación de personas bajo una perspectiva de la salud. Y es este discurso en pro de la salud el que ha estado en relación con la educación física y sustentado por las ciencias biológicas como la fisiología, biomecánica, anatomía, entre otras.

Podemos esbozar un camino que inicia a finales del siglo XVIII y el siglo XIX por las escuelas gimnásticas (escuela alemana, sueca, francesa e inglesa), al inicio del siglo XX con los movimientos gimnásticos (movimientos de centro, norte y oeste) , después la teoría de los aeróbicos por Kenneth H. Cooper en la década de los 60, que buscaba mejorar la capacidad cardio-respiratoria, seguida del fitness en la década de los 80', cuyo propósito era alcanzar una óptima salud y un acercamiento al cuerpo estético ideal; que a su vez está relacionado con la influencia de la estética corporal la cual busca el desarrollo de un bienestar físico e implica un verse y sentirse bien, todos estos momentos históricos han atendido a una determinada concepción de cuerpo frente a una postura de salud. Este proceso que se da desde “el paso de la gimnasia a los aeróbicos, luego al fitness y su relación con la estética corporal construye relaciones que determinan el concepto de cuerpo frente a las concepciones de salud, en la cual la educación física asume una posición crítica, por ser ella un medio reproductor al interior de la escuela de dichas prácticas.” (Mosquera, Ortega, Robayo, & Torres, 2018).

Bajo esta posición que asume la educación física frente a su relación con la salud, la gimnasia en un primer momento atendió a un desarrollo higiénico y terapéutico hacia el desarrollo de una salud postural, en un segundo momento con la teoría de los aeróbicos hacia el desarrollo de la resistencia cardiorrespiratoria, y con el fitness al desarrollo de una postura

estética. Estas relaciones entre cuerpo y salud son las que han generado diferentes posturas en la educación física.

En nuestro momento histórico, la salud atiende a unos factores económicos, políticos, culturales y sociales en torno a una sociedad de consumo, nos preguntamos ¿Qué posición debería asumir el educador físico al momento de relacionar la salud y sus múltiples temáticas, en la clase de educación física? Para ello realizaremos una revisión a tres modelos los cuales relacionan el abordaje de la salud en la educación física con la intención de reconocer y trascenderlos de manera dinámica e integradora permitiendo concebir esa relación de salud en la educación física y encaminada a un estado de Buen Vivir. Antes de mencionar los modelos que propone Jose Davis (2003), es importante reconocer que “el tratamiento de la salud en la educación física demanda una estructura teórica que ordene el conocimiento existente sobre el tema y oriente la selección del currículum” (p.5).

Los siguientes modelos: biomédico, psicoeducativo, sociocrítico convergen desde hace varios años dentro de la tendencia en la educación física hacia la salud con prácticas y objetivos diferentes que determinan la dinámica dentro del desarrollo en las intenciones a las que pretenda llegar. Para tener claridad sobre estos, se especifica en cada modelo su intención particular.

### **Modelo biomédico.**

Este modelo se entiende desde la metáfora cuerpo-máquina la actividad física se busca desarrollar las capacidades físicas teniendo en cuenta aspectos fisiológicos, anatómicos y biológicos para el pleno desarrollo de la salud y su relación en el desarrollo de un programa de ejercicios, en el que de igual forma se tenga en cuenta la ausencia de enfermedades y lesiones en el cuerpo físico.

### **Modelo psicoeducativo.**

Este modelo pretende hacer una fundamentación psicológica, experimental y educativa en el individuo guiados hacia un desarrollo de la salud desde la autonomía y la responsabilidad del implicado. Es importante tener en cuenta el conocimiento teórico y práctico en temas de salud para garantizar un buen estado de esta y permitir al estudiante un empoderamiento en el desarrollo de su condición física.

### **Modelo socio-critico.**

Desde una fundamentación sociológica este modelo busca la construcción social en ambientes saludables que al mismo tiempo permitan al individuo sentar una postura crítica frente al consumo y ejecución de programas de ejercicio físico y todas sus implicaciones. Existen algunas limitaciones en este modelo debido a su naturaleza, ya que puede negar la posibilidad de elección individual convirtiéndose en una visión determinista en cuanto a programas de actividad física y salud.

Hasta aquí hemos resaltado la importancia de identificar los diferentes enfoques dentro del área de educación física hacia una educación de la salud. Pero resulta pertinente abordar una perspectiva más amplia que abarque las diferentes dimensiones del ser, proyectándose hacia un equilibrio que provoque un estado de bienestar y plenitud en los seres humanos. Esto no quiere decir que se desconozca la salud y su enfoque hacia la intervención del ser humano a nivel físico, pero si desde un lente complejo se realizara una mirada multidimensional con diferentes puntos de vista emergentes en el ser humano.

Para que esta educación sobre los temas relacionados con salud y buen vivir se cumpla, se debe dar la importancia a las experiencias motrices, éstas como base de desarrollo de las dimensiones humanas, interiorizadas por el participante de manera positiva sin limitar su

propósito o desviar su intención al desarrollo de capacidades físicas aumentando el rendimiento físico o deportivo<sup>7</sup>. Es importante tener un balance y una apropiación entre los conocimientos teóricos sobre los conceptos de salud y el desarrollo de prácticas que promuevan la experiencia corporal y demás situaciones que demanden una acción hacia el buen vivir.

La salud desde una perspectiva compleja y multidimensional en la educación física, se debe construir por medio de actividades intencionadas en la vivencia del buen vivir, así, un estilo de vida saludable no será pensado de manera individual y/o fragmentada únicamente, sino que se debe fomentar en un ámbito social, en donde se encuentran presentes una infinidad de subjetividades, una multiplicidad de personalidades e identidades que se sustentan en unas dimensiones del ser humano que trabajan en red conjunta, interrelacionadas unas a otras destacando la importancia en la conciencia por mantener una salud integral. A continuación, se vislumbran de manera más clara estas dimensiones.

### **Dimensiones del ser humano**

Bajo la perspectiva compleja en que se desarrolla el PCP, la concepción de ser humano que se aborda es de ser integral, esta permite no solo analizar aspectos del ser humano por separado, sino también relacionar estos en una totalidad “conscientes de que sólo captamos algunas caras de ella y que necesitamos un diálogo fecundo con otros enfoques que las complementan” (Miguélez, 2009, p.5). El ser humano es constituido por un todo integrado, que compone y conforma un suprasistema-dinámico, que a su vez es conformado por subsistemas o dimensiones que se relacionan de forma coordinada. Es allí en los cuales se encuentran los subsistemas físico, químico, biológico, psicológico, social, cultural, ético-moral y el espiritual

---

<sup>7</sup> Para tener una mirada más profunda se propone revisar a Antonio Jesús Casimiro Andújar (2012)

(Miguélez, p.2). Todas estas dimensiones en interacción constituyen la personalidad, permitiendo la autodeterminación, autoorganización, y auto-implicación consigo mismo como con su entorno y los demás elementos con los que interactúa; La falta de interacción, integración y coordinación entre dimensiones desencadenan problemas o patologías de diferente índole como (orgánicas, psicológicas, sociales, o varias juntas) que afectan al ser en su medio, con su contexto y su entorno. Así, entendemos que toda verdadera educación debe atender al desarrollo humano integral y apoyándonos en Miguélez (2009) nos dice:

El llevar a un ser humano a su pleno desarrollo y madurez, en su realidad integral, constituye la empresa más difícil y ambiciosa que pueda proponerse una persona, una institución e, incluso, una sociedad completa. Sin embargo, caminar en esa dirección, abriendo horizontes e iluminando caminos, es la meta que se propone, en general, toda verdadera educación y desarrollo pleno del ser humano. (p.2)

### **Necesidades**

El ser humano es irreductible a un solo término, sin embargo, hay generalidades que permiten relacionar a todos los seres humanos independientes de las culturas. Las necesidades como punto de convergencia abarcan en totalidad a la humanidad; cada grupo en sociedad y cultura puede encarar y asumir las necesidades desde diferentes posturas creando distintos satisfactores para las mismas necesidades.

Esta lectura social propuesta por Max-Neef (1998) permite contextualizar el proyecto de manera glocal (global y local al mismo tiempo) por medio de las necesidades comunes a toda la humanidad. Estas se exponen en una tabla dinámica entre dos tipos de necesidades:

Tabla 1.

*Necesidades existenciales y axiológicas.*

<b>Necesidades existenciales</b>	<b>Necesidades axiológicas</b>
<p><b>Ser</b></p> <p><b>Tener</b></p> <p><b>Estar</b></p> <p><b>Hacer</b></p>	<p><b>Subsistencia</b></p> <p><b>Protección</b></p> <p><b>Afecto</b></p> <p><b>Entendimiento</b></p> <p><b>Participación</b></p> <p><b>Ocio</b></p> <p><b>Creación</b></p> <p><b>Libertad</b></p>

*Nota:* Adaptado del Desarrollo a Escala Humana de Max-Neff (1998).

La caracterización de las necesidades mantiene el carácter universal aplicable del proyecto y mediante los satisfactores (medios particulares de cada cultura para satisfacer las necesidades) se contextualiza las características particulares de la población a intervenir desde el PCP. Las necesidades poseen un sentido doble, de carencia y potencialidad en un modo dialéctico se acopla al devenir propio de la vida por ello tienen toda la pertinencia como medio de contextualización puesto que permite hacer una lectura compleja de la realidad y entrever que la Educación Física entra como satisfactor sinérgico <sup>8</sup> y se aproxima al desarrollo del ser; entendiendo que los satisfactores se dan con la persona misma, con un grupo social y con el medio ambiente.

Para las necesidades tenemos un condicionante que actúa sobre los satisfactores que emerjan desde nuestro proyecto curricular particular, para poder atenderlas debemos tener unos principios o valores que sirvan de guía en esta nueva concepción de buen vivir construida desde

---

<sup>8</sup> Satisfactor que interviene varias necesidades de manera positiva ocasionando un entramado de desarrollos.



la educación física. Desde los nuevos paradigmas emergentes y hacia esta civilización contemporánea, existe una cosmovisión que es adecuada para construir la experiencia de Buen Vivir y plenitud. El paradigma del cuidado.

### **Del cuidado hacia el buen vivir**

La educación física y su relación con las enseñanzas y promoción de hábitos encaminados al mejoramiento de la salud, busca potenciar el desarrollo de todas las dimensiones del ser. Esta nueva visión de salud multidimensional, propuesta por Quinayas y Sánchez. (2014)<sup>9</sup> comienza su construcción desde los paradigmas científicos emergentes y contribuye a la construcción de una perspectiva holística en la educación física. Desde un Paradigma del Cuidado<sup>10</sup> se pretende enseñar esta nueva cosmovisión como principio articulador e integrador de las relaciones que se dan en la clase de educación física y como estas afectan el dinamismo y las interacciones de las dimensiones del ser humano. A continuación, se exponen seis valores fundamentales propuestos a partir del paradigma del cuidado y su exponente Bernardo Toro, que intervienen en la relación del ser con el mundo, con el otro y consigo mismo:

- El cuidado: saber cuidar.
- Saber hacer transacciones ganar-ganar
- La comensalidad: el acceso solidario al alimento.
- Saber conversar
- El respeto
- La hospitalidad

---

<sup>9</sup> Término utilizado en un PCP: *La educación física y el ocio para la construcción de una salud multidimensional*.

<sup>10</sup> Ver José Bernardo Toro. (2013)

El enfoque de la educación física guiado hacia el buen vivir reconoce estos valores como principio de su hacer, así desde la actividad física y su reconocimiento de dimensiones humanas busca promover, entre otros, una comunidad con principios basados en la equidad, aceptación y reconocimiento del otro por medio de una formación política acorde a una persona que reconoce a los humanos como una sola especie sin hacer distinciones o fragmentaciones en cuanto a color de piel, tipo de cuerpo, pensamiento, ideologías, o religiones.

El cuidado de sí, el cuidado del intelecto, el cuidado de los cercanos, el cuidado de los extraños, el cuidado del planeta, son factores que Toro (2013) desde la ética del cuidado expone y a la vez aporta un sustento fuerte a este proyecto al comprender esta resignificación del concepto de salud desde el paradigma del cuidado, dando un poder muy valioso a la educación a partir de la siguiente premisa: “medicina para todos no es posible en ninguna sociedad, salud para todos es posible en cualquier sociedad. Porque la medicina es un problema de inversiones, tecnología y expertos profesionales y la salud es un problema de educación y comportamientos” (Toro, p.5).

Una sociedad que apropie e interiorice hábitos saludables, tendrá un mejor acercamiento al buen vivir, una calidad de vida enriquecedora que potencialice (en conjunto y no de manera fragmentada) todas las dimensiones del ser, estando en armonía con lo que vive y lo que hace en su realidad. Como lo dice anteriormente Toro (2013), la salud es un problema de educación y comportamiento, por esta razón, la educación física entra a ser una fuerte potencializadora para educar al ser ya no solo en hábitos y promoción de salud sino más bien en conciencia de su relacionalidad y responsabilidad ante su salud y una posible sintonía del actuar con el buen vivir; Así la salud entraría a ser parte del entramado que conforma el complejo buen vivir del ser humano.

**Del bienestar hacia la cultura del Buen Vivir**

Hasta este apartado se ha mencionado de manera superficial el término “Buen vivir” sin darle un sentido contundente y relacionado a la intención de este proyecto curricular particular. Pero no fue de manera inconsciente o despreocupada que no se realizó la respectiva aclaración puesto que se quería dar una mirada procesual e integradora de los diferentes términos y discursos que transitan en este camino para llegar al tan anhelado Buen vivir. Sin embargo, no sobra aclarar que el Buen vivir no es solo un concepto que merezca ser cerrado y reducido a un término o concepto, ya que al ser toda una cosmovisión andino-céntrica de algunas culturas indígenas sería irrespetuoso apropiarse con un concepto propio de este PCP, por esta razón trataremos de encausarnos en una noción encaminada al Buen vivir.

Las áreas del conocimiento, las instituciones educativas y gubernamentales que trabajan en la promoción de la salud y el cuidado, han trascendido de manera histórica, política, social y económica la idea de *Salud*, integrando cada vez más elementos a este concepto, adaptando las condiciones individuales y colectivas en las que está inmerso el ser humano. En el camino construido sobre lo pertinente a la salud, se evidencia una progresión paradigmática, dicho anteriormente, la salud comienza por un campo enfocado en el cuerpo biológico y la higiene, después trascendiendo hacia una salud integral guiada por un estado de Bienestar; antes de exponer la finalidad particular del proyecto y aportar en la construcción de estos conceptos, debemos entender cómo el *Bienestar* se convierte en puente para avanzar a nuevas concepciones que cuidan, relacionan, educan y promueven el Buen Vivir.

La OMS nos expone el estado de Bienestar como aquel sentimiento de vida que hace que el ser humano se sienta bien y se relacione de manera placentera con su individualidad y en su

convivencia<sup>11</sup> y como principal condición para alcanzar este estado de *Bienestar* es desarrollar y mantenerse en los parámetros de una buena salud mental<sup>12</sup> impulsando las dimensiones físicas y sociales, dinamizadas en constante interacción; El significado de bienestar demuestra una progresión hacia la integralidad, sin embargo no supera el reduccionismo en su totalidad, al ser un término antropocéntrico desvinculado de la naturaleza y el cosmos del cual el ser humano hace parte.

Cuando en la interacción de estas dimensiones aparece un desequilibrio, una condición patológica o la vivencia de una experiencia negativa, surge un estado contrario al de plenitud y es el *Malestar*, estado que altera la individualidad y la relación con el entorno de acuerdo con la subjetividad del individuo, conflictuándolo y tensionándolo con sentido o dirección hacia la obstrucción de un desarrollo en armonía con sus dimensiones.

Este PCP, el cual se desarrolla desde los paradigmas científicos emergentes, como el paradigma del cuidado, y atendiendo a unas necesidades universales, busca potencializar al ser humano hacia un desarrollo y equilibrio multidimensional que se dinamicen en una praxis que trascienda la noción de salud tradicional y Bienestar, a este estado emergente de plenitud consigo mismo, con el otro y con el entorno, el Buen Vivir.

Existen referentes de Buen vivir que pasarían desapercibidos si se miran con un enfoque de traducción es decir desde la forma, sin tener en cuenta los pueblos que las proponen; culturas amerindias con perspectivas de desarrollo, economías y políticas diferentes a las formas occidentales añaden fortalezas como la preservación ecológica de la cual hacen parte y proponen

---

<sup>11</sup> El concepto de salud con trascendencia al Bienestar, definición por parte de la organización mundial de la salud. Recuperado de: <http://reader.digitalbooks.pro/content/preview/books/38830/book/OEBPS/Text/boix-13.html>

<sup>12</sup> Organización mundial de la salud, Salud mental: se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus capacidades para afrontar retos, trabajos y desafíos individuales y comunitarios.

el concepto del Sumak Kawsay y el Sumak Quamaña, abordado desde una concepción ancestral así como afirma Pablo Davalos (2011) de manera más clara:

El concepto del Sumak Kawsay permite precisamente una nueva visión de la naturaleza, sin desconocer los avances tecnológicos ni los avances en productividad, sino más bien proyectándose al interior de un nuevo contrato con la naturaleza, en la que la sociedad no se separe de esta, ni la considere como algo externo, o como una amenaza, o como otro radical, sino como parte de su propia dinámica, como fundamento y condición de posibilidad de su existencia a futuro. (p.3)

Desde esta visión y bajo la perspectiva del libro *El Desarrollo a Escala Humana* de Max-Neef, (1998) se revela un puente entre la visión económica occidental y un desarrollo que si bien tiene en cuenta la capacidad de consumo, permite ver la riqueza de un ecosistema en el cual el hombre es vital y el aspecto monetario no está sobre dimensionado, muy a fin a los pueblos amerindios quienes nos aportan desde su saber distinto lo que enriquece y transforma nuestro propósito hacia un “Buen vivir”. Desde esta perspectiva, se da razón por la cual el proyecto particular define el Buen vivir como un estado que depende de las circunstancias e interacciones, cambios y diversidades que vive de manera subjetiva el ser humano y su comunidad como conjunto de relaciones guiadas desde un sentido ético.

Es necesario centrar un cambio educativo, conceptual y vivencial desde la educación física<sup>13</sup> y la visión que se ha construido de salud integral, salud multidimensional o salud holística guiada al buen vivir<sup>14</sup>, superando el concepto dualista cartesiano mente-cuerpo

---

<sup>13</sup> Reflexión tomada del texto Educación Vital, “Para qué por medio de la educación física podamos generar un cambio en las relaciones del ser humano consigo mismo y con su medio, y así mejorar su calidad de vida llevándolo hacia unas relaciones armoniosas y dinámicas que propendan por esta nueva visión del cuidado hacia lo vital”. Alomia (2018).

<sup>14</sup> El concepto de salud integral está estrechamente ligado a la perspectiva de vida que tenga la sociedad en todos sus aspectos tanto culturales Económicos, políticos; consientes de esto optamos por el termino; Buen vivir,

trascendiendo a un concepto más a fin al Sumak Kawsay como lo define Huanacuni (2010): “Sumak: plenitud, sublime, excelente, magnífico, hermoso(a), superior. Kawsay: vida, ser estando, estar siendo” (p. 6). De esta forma, esta cosmovisión permite que el ser humano se conciba de manera integral relacionando y cargando de sentido todas sus prácticas las cuales hacen parte de su única y compleja existencia

Siendo así, las prácticas que se generan en la educación física, como medio de educación hacia el ser humano, fomentan y promueven el sentir autónomo de guiar su cotidianidad a hábitos que tiendan hacia el estado de buen vivir reconociendo de esta una condición humana multidimensional y relacional con el entorno y de allí en la causa misma del presente se armoniza el estado de buen vivir.

---

traducción acuñada de los pueblos amerindios más específicamente de la lengua quichua, incluida en la constitución del Ecuador “se reconoce el derecho de la población a vivir en un ambiente sano y ecológicamente equilibrado, que garantice la sostenibilidad y el buen vivir. Aguilar (2015). (Constitución del Ecuador 2008) Otro referente es el “suma qamaña” de la lengua aymara (vivir bien) integrado a la constitución de Bolivia.

### **Perspectiva educativa**

Atendiendo el entramado de dimensiones que conforman al ser humano integral, la perspectiva educativa que guía este proyecto curricular particular tiene como sentido e intencionalidad la transmisión de la experiencia corporal<sup>15</sup> por medio de la Educación Física guiada hacia un estado de Buen vivir que se evidencie en la realidad de cada ser humano. Al realizar un primer abordaje de caracterización contextual y un estudio de oportunidades dispuestas a atenderse junto con los paradigmas científicos emergentes de la complejidad, se identificaron las condiciones y necesidades que requiere el ser humano para identificar el nuevo sentido que se busca para llegar o encaminarse en una sintonía de buen vivir.

En este capítulo se busca por medio de los componentes humanístico, pedagógico y disciplinar, dar sentido al aprendizaje que se construye desde la educación física, a través de la relacionalidad de conocimientos de cada uno de los componentes mencionados anteriormente, transmitiendo de forma coherente estos saberes desde un currículo estructurado e intencionado.

### **Componente humanístico**

#### **Desarrollo humano.**

El proyecto curricular particular direcciona su intencionalidad hacia el desarrollo del ser humano en constante construcción como ser integral, que se forme y a la vez construya camino hacia su buen vivir, desenvolviéndose en prácticas que posibiliten una experiencia corporal enriquecedora, armónica y constructiva frente a las situaciones y emergencias que trascienden su estado vital.

---

<sup>15</sup> La experiencia corporal entendida como el conjunto de acontecimientos que dejan un engrama en el ser humano y lo constituyen como ser integral

Este desarrollo debe surgir y constituirse en sincronía con una sociedad globalizada, en donde el ser humano debe enfrentarse a diferentes retos en su cotidianidad, mediando ese buen vivir dentro de una cultura que está ahogada en el consumismo, el materialismo, el desperdicio de recursos naturales, la competencia y la jerarquía por medio de la fuerza; “estos rasgos de convivencia son ya caracterizados por componer una cultura patriarcal, forma de convivencia vertical y con finalidades afines a la competencia y la guerra” (Maturana, 1996, p.143).

Este tipo de configuraciones sociales que conducen a unas dinámicas agresivas, decadentes, sesgadas y fragmentadas en relación consigo mismo, con el otro y con el entorno, llevan a generar y realizar prácticas que afectan las dinámicas dimensionales, que giran en torno al estado de buen vivir en el que se forma y desarrolla el ser humano. Desde la construcción de una concepción de sociedad, impulsada por el desarrollo educativo del presente proyecto y dentro de la educación física, se fomenta una sociedad que interactúa, conviva y se comunique a través de una cultura del *cuidado*. Las relaciones humanas que se generen entre sí, entre otras especies y entre el entorno deben entretorse por medio de unos valores que compongan estas interacciones, encontrando así en el cuidado su prevención, educación y promoción, el respeto, la democracia y la hospitalidad.

Una sociedad que enfrenta sus necesidades, los retos del progreso y el desarrollo humano bajo la educación en valores, los cuales son exigidos por la presencia e interacción de componentes políticos, económicos y culturales, puede construir de manera sistémica, armoniosa, comunicativa o simplemente unida, las herramientas que proporcionen a las comunidades los medios necesarios para alcanzar dinámicas de buen vivir. Es importante que dentro de una sociedad compuesta por infinidad de relaciones humanas sea el respeto un componente que actúe ante las circunstancias particulares de cada persona, así las formas de



existencia y las condiciones de cada ser humano deben ser vistas como legítimas y particularmente subjetivas para garantizar la búsqueda de ese estado de Buen vivir.

Después de reconocer el tipo de sociedad que se construye cuando se introduce el *cuidado* como paradigma guía del ser humano hacia el buen vivir, se generan unas construcciones que motivan formas de pensar, sentir y actuar dentro de un sentido cultural. Como oportunidad y desde las experiencias o situaciones que están visibilizadas en un contexto, se busca sensibilizar al ser humano a que se forme y se desarrolle dentro de una cultura de buen vivir, siendo consciente de la unidad dimensional y dinámica en la que se mueve su existencia.

En una cultura de buen vivir, el ser humano integral cumple con un valor de responsabilidad ante sus acciones sobre sí, sobre otros y sobre el entorno, convirtiéndose así en actor y participante en la construcción de situaciones, prácticas y experiencias que potencien el sentido del buen vivir dentro de estas dinámicas culturales. De igual forma se toma en cuenta la importancia de los aportes que realizan diferentes campos del conocimiento en torno a los estados de buen vivir en los que ronda el ser humano, impulsando la educación y promoción de este.

Es así como el proyecto no desconoce los aportes y la investigación que realizan otras áreas encargadas del desarrollo y mantenimiento de la salud (algunas vistas desde un concepto de *salud* reduccionista) y en la cual el concepto de educación física que se construye aquí propone alternativamente prácticas relacionales, conscientes y responsables que trasciendan reduccionismos y fragmentaciones bajo una concepción que abarque al ser humano como un entramado dimensional guiado hacia el buen vivir.

Antes de seguir construyendo este componente humanístico, resulta de vital importancia hacer la siguiente aclaración: no se busca plantear una definición de un ideal de hombre, esquematizado, rígido y definido que categorice y discrimine otras formas de ser, estar, y actuar

en la vida cotidiana. Al contrario, dentro de una frecuencia de armonización, el ser humano se mueve en dinámicas sincrónicas, sinergias orientadas por el cuidado bajo un carácter indefinido que le permita ser en su manera singular y auténtica.

Según lo anterior, desde la educación física se puede aportar referentes en el proceso de enseñanza, en prácticas y estilos de vida saludables que permitan una construcción teórica y pedagógica en los docentes y promotores de esta área, además de las dinámicas del ser humano como autor y participante de su integralidad, consciente de su cuidado, de su relación con lo otro, con el otro y con el entorno. Como propuesta nacida de este proyecto curricular y desde la educación física, se menciona un consolidado de nociones y orientaciones que aportan en la construcción de un ser que tenga por elección el camino hacia el buen vivir:

- Un ser consciente de su integralidad, y como sus actos repercuten en él, siendo estos originarios de un efecto retroactivo, que posibiliten o nieguen una sintonía de equilibrio en su vida.
- Optar por una toma de decisiones responsables, que le permitan hacer un análisis, una síntesis frente a las prácticas que componen su cotidianidad y la manera en que inciden y se relacionan en su vida.
- Un ser motivado por la curiosidad, la imaginación, la inventiva. Un ser que se pregunte y cuestione constantemente.
- Un ser que interactúe y dialogue, que construya y fomente las prácticas guiadas al buen vivir, respetando la legitimidad y la vida al entender su relación de implicación con seres de su entorno y el planeta.

El desarrollo humano que se da en el ámbito de la complejidad emerge de la interacción de las diferentes dimensiones del ser humano y su entorno, lo cual propicia que sean múltiples los factores que en él intervienen. Cuyos medios dinamizadores que se proponen sean los satisfactores sinérgicos (tipo de satisfactor que interviene de manera positiva en varias necesidades) que intervienen las distintas necesidades humanas (competencia de la educación física) en potencia de sí misma y uno de los principales agentes de este desarrollo.

### **Componente pedagógico**

Por medio del componente pedagógico se propone una alternativa que busca transmitir conocimientos a los estudiantes de una forma motivante, reflexiva y acorde a un pensamiento complejo. De igual manera esta irradiación de conocimientos busca que el educando apropie aprendizajes evidenciados en las praxis que lo encaminan a un estado de buen vivir, de tal manera que puedan ser aplicados a la cotidianidad y a las subjetividades de cada ser.

Desde el proceso de enseñanza, la intención se encamina con el propósito de intervenir y aprender junto con los participantes por medio de prácticas que permitan la experiencia corporal al transformar hábitos y conductas inconscientes que degradan al ser humano y por tanto invitan a tomar una postura responsable frente a ellas, llevando a la transmisión y construcción de experiencias y prácticas que se quieren enseñar, sensibilizar y transmitir; con el fin de dar coherencia al acto educativo.

El constructo epistemológico que abre una ruta en la interconexión de redes con los otros componentes de la perspectiva educativa y sus respectivos nodos de conocimientos es la educación holística entendida desde un paradigma complejo, en el cual la lógica de conocimientos se da desde diferentes teorías del saber entendidas como una unidad, evitando fraccionar el conocimiento, potenciando y trascendiendo al ser humano desde la praxis educativa

en relación con su propia subjetividad y así respetando el ritmo de aprendizaje de cada uno de los aprendientes en formación.

En el tratamiento de unas temáticas y contenidos que intervienen en la práctica educativa e incentivan al ser humano en la construcción e interacción de todas sus dimensiones, se construyen unos principios pedagógicos que sirven de guía en la construcción de situaciones de aprendizaje cargadas de intención y propósito, que se constituyen con el reconocimiento y abordaje de diferentes componentes propios de teorías y autores que dan sustento al propósito de este proyecto educativo.

Los principios pedagógicos emergen de un análisis y síntesis conceptual de los distintos modelos pedagógicos aprendidos a lo largo de la carrera en la licenciatura en educación física y la oportunidad de no encasillarse o limitarse a un modelo específico con unas formas lineales de comprender el acto educativo. Por esta razón es necesario que se tomen decisiones de acuerdo con ese sentido pedagógico para que el ser humano guíe su proceso de acuerdo con las experiencias, ofreciendo herramientas para que en el acto pedagógico se constituyan situaciones que potencien la corporeidad y aporten una forma de promover y vivir el cuidado que encamine hacia el Buen vivir. A continuación, se exponen los principios pedagógicos que se construyen desde el PCP a partir de diferentes abordajes teóricos y conceptuales:

- **El conocimiento y compromiso que se debe tener el pensar la complejidad en la praxis:** Desde un concepto holístico que integra el concepto de salud reduccionista con un estado de buen vivir que fomente y dinamice las dimensiones humanas, desde una perspectiva global se reconoce la necesidad de buscar relaciones y conexión entre cada praxis del ser humano para que se potencie de manera integral.

- **Vivir el cuidado de si y del otro:** A partir de este principio se propone al aprendiente tener una actitud acorde a las premisas y características del paradigma del cuidado, en el cual se reconoce al otro como legítimo y en una relación de comunicación constante se busca aprender a aprender, es decir, estar siempre en una postura abierta a los conocimientos que aportan a la construcción del ser. Más allá de cuidar o de dar cuidado el ser humano se debe apropiarse este concepto, por esta razón lo planteamos como “vivir el cuidado”, allí se hace partícipe y se le da un rol activo al ser humano que cuida.
- **Cuidado del entorno:** Este principio tiene como propósito superar el antropocentrismo hacia un enfoque ecológico, donde el hombre hace parte del entramado de relaciones con el entorno y los demás seres vivos. Rodolfo Llinás nos deja un legado de uno de sus múltiples aportes al conocimiento en el que empieza a hablar sobre la conciencia durante una entrevista y simula un diálogo de un ser humano con un perro, este humano le argumenta al perro su falta de conciencia como ser vivo, pues al mirarse en un espejo no tiene la capacidad de reconocerse, a lo que el perro contrapone que el que carece de conciencia es el humano porque no es capaz de identificar los seres que han orinado en un hidrante; Esta breve metáfora devela que nos regimos dentro de los sentidos y maneras de conocimiento propias a nuestra biología lo que no impide reconocer otras maneras de conciencia, de percibir la vida y así mismo afrontarla, respetarla y preservarla.
- **Conocimientos Relacionados:** Es desde la práctica educativa y la construcción de situaciones que se permite entender el cuidado y como el educarse y educarnos puede generar rutas hacia el Buen vivir potenciando la calidad de vida, así generando experiencias significativas relacionadas con su contexto individual y posibilitando la

participación del ser humano, “una educación con sentido educa protagonistas, seres para los cuales todas y cada una de las actividades; todos y cada uno de los conceptos, todos y cada uno de los proyectos significan algo para su vida” (Gutierrez & Prieto, 2004, p.24)

### **Características de los contenidos enseñables desde una metodología alternativa**

Al revisar y caracterizar si cada principio pedagógico cumple con el propósito de la teoría curricular de este proyecto, se reconoce allí unas oportunidades a abordar y unas finalidades que responder, por esta razón, es necesario que la praxis educativa se desarrolle por medio de una forma de enseñar o una metodología que supere el conocimiento tradicional, repetitivo, memorístico, lineal y fragmentario. Para que las finalidades sean cumplidas en las situaciones de enseñanza, deben estar constituidas por formas que hagan posible una experiencia metodológica alternativa, tomando en cuenta el protagonismo de todos los participantes, la elaboración de experiencias integradoras y la relacionalidad de contenidos con el contexto de cada ser individual y social.

La construcción de esta metodología alternativa a partir de contenidos globalizadores que se encuentren relacionados de manera coherente, receptiva, integradora y promovida en el acto educativo da cabida a la necesidad de superar y trascender las formas de relacionamiento dictatorial y vertical de docente-estudiante sobre los modelos instruccionales; para cumplir con una educación holística, la relación no debe limitarse en ejercer jerarquías de conocimiento, sino debe fomentar una interacción equitativa, constructiva y comunicativa, en ese sentido el “docente pasa de ser el único poseedor del conocimiento a un *asesor pedagógico* que logre complementar, actualizar, facilitar y posibilitar todo entorno educativo, priorizando el protagonismo de cada participante en la construcción de su aprendizaje” (Gutierrez & Daniel Prieto, 2004,p.50).

Para construir los principios de enseñanza que puedan estar en la capacidad de transmitir de forma significativa los contenidos educativos, debemos tener en cuenta características que sean integradas por una educación holística, siendo así es necesario que esta metodología alternativa tenga una solides y coherencia teórica al proponer los temas de enseñanza, el procedimiento de aprendizaje y estrategias de motivación e integración que cumplan con el acto educativo y las finalidades del proyecto. De igual manera, para tener el fomento de la experiencia educativa, se debe construir y tomar en cuenta una estructura de clase que cuente con contenidos globalizadores que sean apropiados, coherentes, relacionados, con formas educativas dinámicas e integradoras y la manera más llamativa y significativa de aprender para el educando dentro de su experiencia.

A partir de esto se proponen unas características que engloban un contenido globalizador transmitido dentro del espacio de clase y relacionado con los contextos individuales de los participantes, cumpliendo los propósitos que se desean alcanzar para la formación de los estudiantes y también de los docentes de acuerdo con la finalidad que tiene el proyecto. En el análisis-síntesis de las características de un contenido globalizador, se evidencia la evolución en su estructura y la manera de cómo enseñarlos. En principio se consideraba contenido a ese concepto didáctico que tenía en su estructura factores culturales, sociales y económicos, que se ordenaban en resúmenes academicistas desde las ciencias, todo esto encerrado en componentes o programas enseñados desde el aula con el objetivo de cumplir finalidades de la escolaridad, proyectando su aprendizaje a contextos sociales fuera de la institución.

En la elaboración y fomento de contenidos dentro de la enseñanza, se incluyeron pilares fundamentales que hacen del espacio educativo un espacio de enseñanza más eficaz -el individuo, la cultura, la sociedad, la historia- ayudando a que las preguntas emergentes de la experiencia educativa como ¿qué se enseña?, ¿cómo enseñar los contenidos? ¿qué contenidos

son los apropiados para enseñar en las culturas actuales?, sean abordadas en procura de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje y todos los retos que se encuentren allí. Para que la educación efectúe su finalidad, debe enfrentarse a retos emergentes de las nuevas relaciones, la producción de nuevo conocimiento y los cambios culturales; además de retos propios como el pensar, el sentir, el hacer, el actuar y el expresar de los participantes hacia las prácticas educativas, para poder cumplir con la motivación del desarrollo del aprendizaje en conjunto y el autoaprendizaje.

Desde los contenidos globalizadores educables de este PCP se deben tener unos aspectos claves que garantizan el carácter educativo y al mismo tiempo la relación y coherencia que guardan estos con el propósito de formación y los paradigmas científicos emergentes que guían la praxis. Desde ahí se construyen las siguientes características fundamentales para pensar en un contenido enseñable que vaya en coherencia con las finalidades de este proyecto:

- **La intencionalidad:** cuando la actividad tiene un propósito establecido permite estructurar una lógica que contextualiza al educando y lo relaciona con la actividad de una manera activa y reflexiva frente a su posición
- **La integralidad:** la praxis debe apuntar a enriquecer todas las dimensiones del ser humano en conjunto apuntando a enriquecer al ser humano de manera integral
- **La subjetividad:** se tiene en cuenta en el momento en que el ser humano logra incorporar las praxis a su vida cotidiana y la relaciona a su diario vivir en unos contextos específicos.

### **Componente disciplinar**

Bajo este enfoque adoptaremos perspectivas educativas de la educación física centradas en la corporeidad, la experiencia corporal y la motricidad, permitiendo trascender esta relación



entre salud y educación física hacia la construcción de una cultura del Buen vivir, asumiendo y propiciando la interacción armónica consigo mismo, con el otro y con el entorno que supere el reduccionismo de los paradigmas mecanicistas reconociendo dos elementos fundamentales como objeto de estudio de la educación física; Estos son el cuerpo y el movimiento, los cuales en su estudio son abordados desde discursos científicos ajenos a la educación física. Bajo una perspectiva compleja de la educación física abordamos la corporeidad y la motricidad como campos de conocimiento que permiten una noción de ser humano integral. Se opta por estos elementos con el fin de tener una toma de decisiones ética y política que vaya acorde al propósito de formación y al mismo tiempo, a partir de estos tres contenidos se desborden muchos más sub-contenidos que aporten a la construcción curricular y al desarrollo de una cultura del buen vivir.

### **Motricidad y corporeidad como elementos disciplinares**

El paradigma de la motricidad humana en la educación física propone prácticas que fomentan el movimiento intencional, teniendo en cuenta que es un movimiento que trasciende de lo físico, es decir de “una modificación de lugar de masa corporal humana – cuerpo como objeto de espacio y en el tiempo” (Benjumea, 2004, p. 9), a la comunicación del ser y sus experiencias. Desde los estudios realizados por Manuel Sergio (citado por Benjumea, 2004), quien propone como Dimensión humana *la motricidad*, se reconoce la trascendencia del movimiento mecánico hacia el movimiento intencionado y significativo para el ser, dándole sentido a la práctica que se crea de forma pedagógica y transdisciplinar. Es así como, en la construcción, investigación y publicación sobre la motricidad, Benjumea (2004) complementa su significado diciendo que:

La motricidad es concebida como un fenómeno interdependiente de los procesos humanos, constituyéndose en su forma de expresión, como acto consciente e intencionado con características neuro-cibernéticas que incluyen también factores subjetivos que van más allá de los procesos biológicos y neuro funcionales, para situarse en un proceso de complejidad humana: cultural, simbólico, social, volitivo, afectivo, intelectual y además motor, aunque diferenciable por sus particularidades características dentro del contexto general educativo.

(p.10)

La motricidad es entonces entendida como elemento inherente a la condición humana estando inmersa en toda situación, experiencia individual y social, como movimiento consciente e intencionado, lo que respeta la integralidad del ser humano en la que se dispone el PCP y sus diversas interacciones dimensionales (físico, químico, biológico, psicológico, social, cultural, ético-moral y el espiritual), ya tomando en cuenta el dinamismo y la complejidad de su ser, se construyen contenidos que potencien su formación e interacción para contribuir a su corporeidad e integralidad.

Vista la motricidad de esta manera se concibe como Corporeidad misma, tomando en cuenta la experiencia y la capacidad de acción que es generada por un ser dotado de sentido desarrollando una capacidad de aprendizaje consciente, fomentando el reconocimiento y encuentro de las situaciones que se generen de sí mismo en relación con el otro y su entorno con el fin de despertar el desarrollo humano. Así que la corporeidad es en palabras de Benjumea (2010):

Concebir al cuerpo como una realidad dinámica, más que una realidad estática o limitada a un objeto o a un espacio pasivo que solo tiene que ver con la asociación y coordinación de

la relación del ser con el medio circundante. La corporeidad permite ver que lo humano no se limita al cuerpo físico-biológico, pero sí lo incluye significativamente. (p. 171)

La corporeidad del ser no es estática y esto da oportunidad a que por medio de la educación se potencie en un contexto social y cultural para moverse bajo unas dinámicas del buen vivir en el cual no basta la construcción educativa, sino a partir de unas experiencias formativas y potencializadoras ser capaz el ser humano de construir estas dinámicas en el mundo. Es decir, que la corporeidad como elemento emergente de la motricidad, es la manifestación de ésta como portadora de intención y consciencia del ser humano, en la que no es sólo cuerpo, sino todo lo que le identifica y todo lo que le rodea.

En términos de relacionalidad se interconecta la motricidad y la corporeidad con el PCP de tal forma que sea visible una coherencia en cuanto a la caracterización contextual, la perspectiva educativa y los componentes humanístico y pedagógico visibilizando el carácter complejo en el que el ser humano es comprendido de manera integral. Por esta razón las sesiones educativas son pensadas bajo unos contenidos globalizadores que tengan en cuenta las subjetividades de cada aprendiente y así mismo las actividades deben cumplir el propósito de que a la luz de los contenidos el movimiento tenga un sentido y sea portador de una intención consciente para cada aprendiente participante relacionando las diferentes sesiones de clase con diferentes ámbitos de su cotidianidad.

### **Estructura curricular**

En el desarrollo de la construcción de la estructura curricular del PCP se busca a través de los paradigmas científicos emergentes trascender la relación entre la educación física, la concepción que esta hace del concepto de salud y su relacionamiento a partir del Buen vivir. Bajo este enfoque adoptaremos perspectivas educativas de la educación física desde la corporeidad y la motricidad, junto con el paradigma del cuidado de Toro (2013), permitiendo

asumir una relación diferente entre salud y educación física, para ello se parte desde el propósito de formación el cual se desarrolla por medio de unos principios hacia el buen vivir (cuidado de sí, del otro y del entorno) que a la vez orientan la unidad didáctica planteada (unidad 1: El paradigma del cuidado y su acercamiento a la noción de buen vivir.). descrita a continuación.

**Propósito de formación**

Aportar en el desarrollo integral del ser humano a través de la corporeidad, la motricidad y el cuidado, propiciando la interacción armónica consigo mismo, con el otro y con el entorno encaminado a la construcción de una cultura del buen vivir.

Esquema de planeación unidad didáctica



Figura 1. Esquema de planeación de unidad didáctica planteada en el PCP.

### **Metodología**

Teniendo en cuenta la pertinencia y coherencia de este proyecto curricular con los paradigmas científicos emergentes, la metodología tendrá el propósito de presentar un escenario armónico en donde fluctúan estrategias, procedimientos, actividades, didácticas e instrumentos de recolección de información requeridos para cumplir con el propósito de formación establecido. Los principios pedagógicos planteados en la perspectiva educativa necesariamente estarán presentes de manera transversal en todas las sesiones de clase como elementos que aportan a la construcción de una educación en sintonía de Buen Vivir.

De igual manera, las temáticas disciplinares presentes en las sesiones de clase estarán articuladas con el cuidado de sí, del otro, de lo otro y del entorno de manera consecutiva y sumativa, de esta forma al final de la implementación se podrá hablar de una noción de Buen Vivir que contenga todos estos cuidados de manera relacionada. Será necesario propiciar una reflexión en algún momento de la clase en donde se intenta articular lo aprendido en cada una de las sesiones al contexto de cada aprendiente por medio de opiniones, puntos de vista o comentarios de los implicados en la clase.

Dentro de los instrumentos de recolección de información tenemos el diario de campo, el cual sirve para recopilar el desarrollo de la sesión de clase, aciertos, desaciertos o aspectos a mejorar y las emergencias que se dieron en el transcurso de la sesión que no estaban dentro de la planeación de clase. Para un análisis de la experiencia decidimos utilizar la matriz de necesidades de Max- Neef donde se consigna el tipo de satisfactor al cual pertenece el proyecto curricular y así mismo nos reflejara las necesidades que intervienen y si estas son impactadas de manera positiva desde un enfoque del desarrollo a escala humana.

Es importante mencionar también la función metodológica que cumple la evaluación alternativa en el proceso de enseñanza-aprendizaje, donde la apropiación, transformación, relación e inventiva de los estudiantes respecto al tema disciplinar serán indicativos de un producto singular sin etiquetas o estándares preconcebidos por un agente externo, y, al contrario, dados por un conocimiento que emerge de la clase y puede ser evaluado formativamente. A continuación, se expone de manera más amplia la evaluación alternativa como elemento constitutivo de la estructura curricular.

### **Evaluación alternativa**

La propuesta construida desde el PCP que evidencia el progreso educativo en el diseño curricular y su implementación se encaminará en el desarrollo de una evaluación alternativa, que tenga coherencia y relación con los paradigmas científicos emergentes tomando en cuenta no solo las respuestas acertadas ni los mejores resultados, sino que priorice el proceso, la relación del tema evaluado con la realidad del aprendiente, el desarrollo y el fomento del autoaprendizaje.

Para poder desarrollar esta propuesta se debe superar la evaluación tradicional que busca un resultado previsto por medio de pruebas de retención dentro de un proceso mecánico, manifestándose de manera vertical la necesidad de disciplina u orden y la reproducción de conocimientos, es decir, que cualquier resultado diferente es tomado como un error en el proceso de aprendizaje. En perspectiva de la Mediación pedagógica la evaluación clásica:

Cumple una función de fiscalización, de comprobación de lo previsto por el sistema educativo. Por eso cuando se insiste en los objetivos en cuanto a que todo resultado estará previsto en ellos, no habrá lugar a resultados no esperados y se estará más cerca de un proceso mecánico que de un proceso educativo (Gutiérrez & Prieto, 2004, p.115)

Tomando en cuenta los aspectos de la evaluación tradicional, optamos por construir e implementar una evaluación Alternativa, que se caracteriza por integrar la relación texto-contexto, aquella relacionalidad que le da el aprendiente al tema y le permite aprender en sintonía con el entorno, permitiendo una resignificación y el desarrollo del autoaprendizaje, por tanto la evaluación alternativa se enfoca en los aspectos referidos a la apropiación de contenidos, creatividad, procesos, desarrollo y cambio de actitudes; del mismo modo la evaluación alternativa requiere de la voluntad, disposición, participación y construcción del aprendiente para dinamizar su ejecución de manera eficaz. Para posibilitar este proceso, el asesor pedagógico debe encargarse de crear estrategias adecuadas tomando en cuenta la relacionalidad del contexto, el proceso particular y colectivo de los participantes, y las situaciones emergentes dentro del espacio a evaluar.

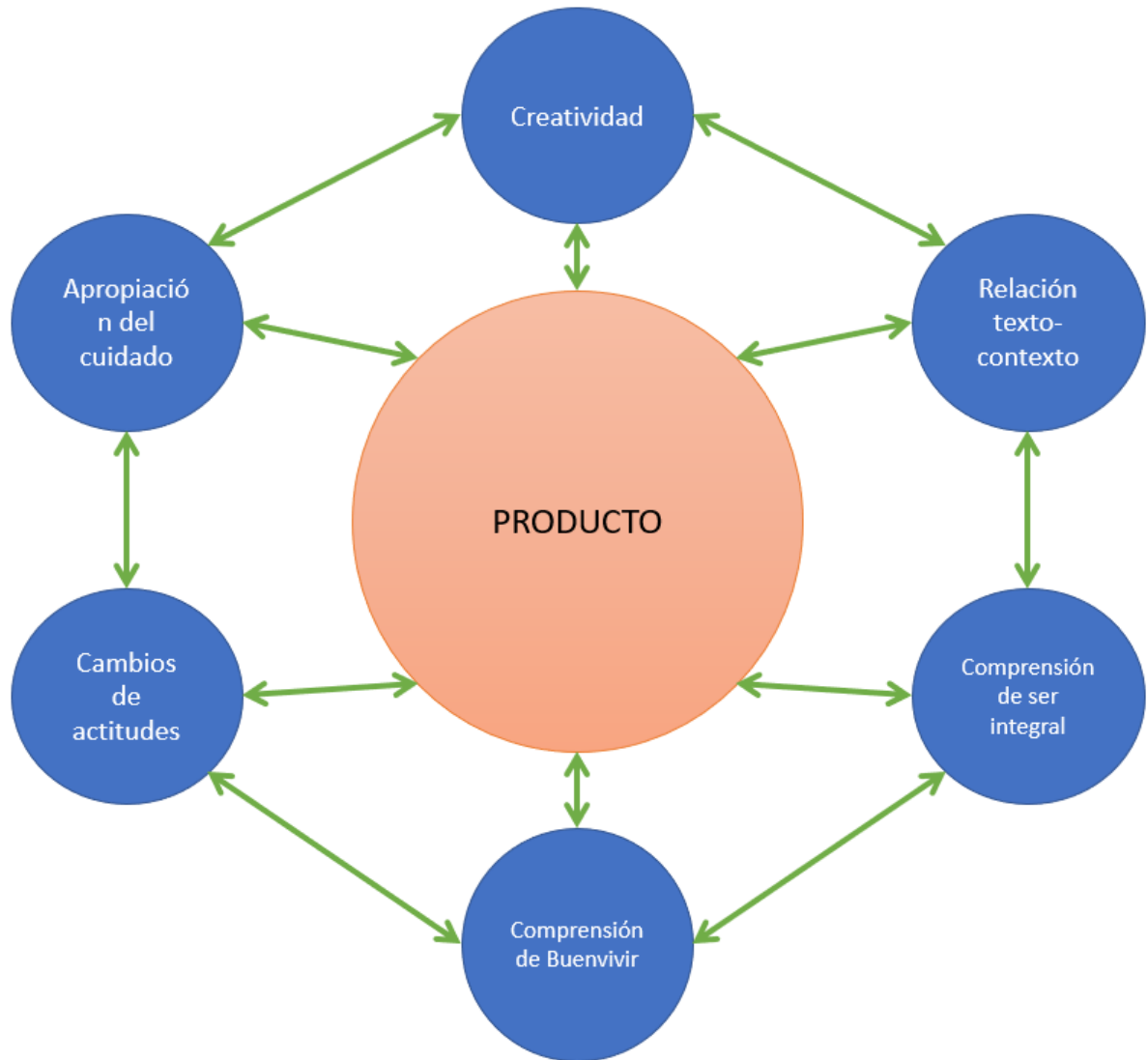
Para que la finalidad de la evaluación alternativa sea entendida y pueda ser implementada, debe encaminarse al desarrollo del autoaprendizaje, capacidad autónoma de construir conocimientos, reelaborar información, experimentar, aplicar, recrear e inventar posibilidades con sentido para sí y adaptables a diferentes situaciones. Motivar a que el autoaprendizaje sea constructivo y enriquecedor para quien sea evaluado, requiere identificar los momentos que la constituyen: “la apropiación de contenidos e información, la recreación, la resemantización, aplicabilidad, relación texto-contexto y en consecuencia la invención” (Gutiérrez & Prieto, 2004, p.115).

En conclusión en este proyecto se busca pensar en una evaluación diferente, abierta y propositiva que permita una infinidad de respuestas cuyo propósito no sea calificar o categorizar a los aprendientes sino que al contrario sirva como un proceso reflexivo para una retroalimentación en cuanto al proceso de aprendizaje permitiendo un diálogo entre el



aprendiente y el saber disciplinar, evitando la reproducción mecánica y memorística de un contenido estandarizado y propiciando el dinamismo del saber. Pero al priorizar el proceso al mismo tiempo se está incidiendo en la construcción de un producto personal y subjetivo diferenciándose de un producto terminal que no deja espacio para lo impredecible y se descontextualiza del proceso al desconocer la realidad del aprendiente. El producto con el que nos identificamos en esta propuesta evaluativa es un producto que refleja el autoaprendizaje subjetivo y grupal, por medio de las experiencias vivenciadas a lo largo de las clases, su aporte a procesos sociales y su relación de las temáticas propias de este proyecto con el contexto particular de cada aprendiente.

La siguiente estructura nodal representa los distintos aspectos a tener en cuenta en la evaluación, recordando que esta posibilita emergencias fuera de lo establecido como bueno o malo y permite apreciar una construcción propia de cada aprendiente respecto al conocimiento puesto a circular en la clase de educación física que no necesariamente se queda allí, si no que puede trascender a otros espacios o asignaturas permitiendo una interdisciplinariedad del conocimiento:



*Figura 2.* Estructura nodal de los componentes en la evaluación alternativa. Fuente: Elaboración propia.

### **Ejecución piloto**

Después de realizar un abordaje conceptual en los componentes pedagógico, humanístico y disciplinar. Se aborda de manera más explícita la implementación del PCP y el lugar seleccionado para llevar a cabo las prácticas pedagógicas. A continuación, la intención será caracterizar el micro contexto para evidenciar problemáticas sociales, oportunidades y necesidades de aprendizaje que confrontan el proyecto y le ofrecen una posibilidad de ejecutar el proyecto con una comunidad específica.

### **Micro contexto**

Antes de nombrar aspectos específicos, propios e individuales del lugar y la población a intervenir, es importante mencionar el cómo llegamos aquí. La facultad de educación física de la universidad Pedagógica Nacional, con la ayuda de los coordinadores de las licenciaturas en educación física, deporte y recreación entablan comunicación con el colegio San Francisco en busca de establecer una relación que posibilite transacciones ganar-ganar. Por parte de los profesores practicantes se posibilita un espacio definido y estable para realizar sus intervenciones pedagógicas y al mismo tiempo se beneficia el colegio por medio de un fortalecimiento y aporte en el desarrollo del potencial humano en una consecución del tiempo a través de los distintos practicantes que permita en un primer momento suplir la necesidad de educadores físicos en la primaria que por lo menos en este momento no existe y es motivo de preocupación de parte de las directivas.

### **Población**

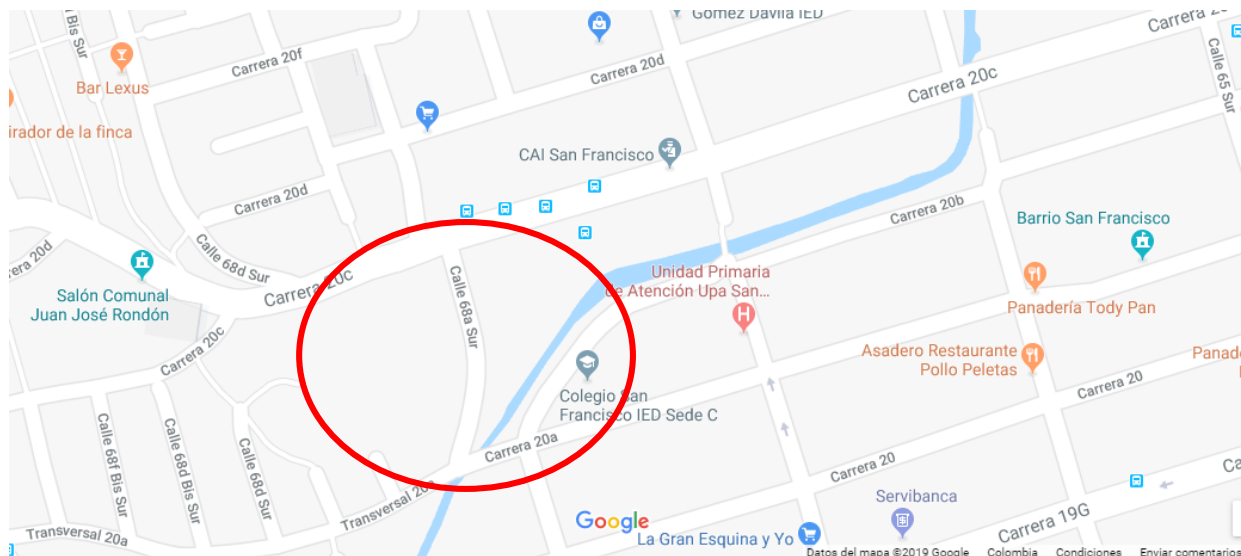
En las diferentes visitas al colegio San Francisco IED y la indagación de sus documentos oficiales físicos y virtuales, caracterizamos el lugar de práctica de la siguiente manera: la

institución a cargo del rector Cesar Alberto López Malagón está organizada en tres sedes. La sede A, ubicada en la carrera 22 Sur #64-29 sur acoge a los estudiantes de preescolar, quinto de primaria y bachillerato; En la sede B, ubicada en la carrera 20a #67-65 Sur, encontramos a los estudiantes de segundo a cuarto de primaria y en la sede C, ubicada en la carrera 20a #67-00 sur, se encuentran los estudiantes de primero de primaria. En cuanto a la cantidad de estudiantes, la información que nos ofrece el colegio en su página web es la siguiente: cuenta con 165 docentes y 3621 estudiantes matriculados y distribuidos así:

- Preescolar: 426 estudiantes
- Primaria: 1658 estudiantes
- Media: 395 estudiantes
- Secundaria: 1142 estudiantes

Adicional a esto el colegio cuenta con diferentes proyectos estratégicos para el estudiantado que tienen en cuenta la educación incluyente buscando acoger las diferentes particularidades, entre estos podemos encontrar: talentos excepcionales, programa “Volver a la escuela” (para estudiantes que en situación de extra-edad han estado fuera del sistema educativo) y acogida de personas con limitaciones auditivas.

En cuanto a la ubicación geográfica, la institución se encuentra ubicada en la localidad numero 19 (Ciudad Bolívar), en la UPZ 66, barrio San Francisco, con fácil acceso gracias a diferentes medios de transporte entre estos SITP provisional, SITP normal y alimentador de Transmilenio (Arborizadora Baja) que se puede tomar desde el portal Tunal.



*Tomado de Google maps*

La coordinadora de la sede B, lugar específico donde se va a implementar, nos comenta la diversidad social y los distintos aspectos socio económicos y culturales que allí convergen; Familias desplazadas de distintas partes del territorio colombiano y de nuestro hermano país Venezuela, estudiantes con situaciones familiares delicadas en las que los padres no presentan un respaldo y en ocasiones no son un referente ético y de tejido social para los niños y situaciones económicas precarias entran a formar parte de este entramado escolar que influye notablemente en la formación de los estudiantes y la manera en que se relacionan con sus pares.

### **Aspectos educativos**

**Misión.** El colegio San Francisco es una comunidad educativa incluyente e integradora de población oyente, sorda y educandos de aceleración del aprendizaje, formadora de seres humanos íntegros desde ciclo inicial hasta educación media, que desarrollan habilidades comunicativas, sociales, con pensamiento crítico, reflexivo, y propositivo a través de la potencialización de las operaciones y funciones del pensamiento en el marco de las dimensiones

afectiva, cognitiva, expresiva, y social, de los diferentes campos del saber que les permite ser competentes para enfrentar situaciones individuales-sociales y tecnológicas.

**Visión.** En el año 2019 somos una institución líder en la comunidad de Ciudad Bolívar en los procesos de integración e inclusión de personas oyentes, sorda y de aceleración del aprendizaje, reconocidos por la calidad de sus procesos de formación que aporta a la sociedad seres humanos íntegros con buenos índices de ingreso al campo laboral y a la educación superior profesional. Personas capaces de enfrentar, liderar e impactar positivamente su entorno, respondiendo así a las exigencias tecnológicas, ambientales, políticas, culturales, de valores humanos y de comunicación asertiva que demanda la sociedad.

### **Planta física**

La sede B del Colegio San Francisco en la cual se realiza la implementación es un lugar con infraestructuras de un solo piso, cuenta con baterías de baños tanto para niños como de niñas, los respectivos salones para los distintos cursos están construidos alrededor de un patio con una cancha múltiple en donde se realizan diferentes actividades prácticas, entre estas, la clase de educación física.



*Foto 1.* Planta física. Fuente: Elaboración propia.

## **Micro diseño**

### **Cronograma**

A continuación, se muestra el respectivo cronograma de la implementación y de cada uno de los practicantes que hacen parte de este proyecto. Algunas fechas concuerdan en los cronogramas de los tres profesores debido a algunas visitas al colegio en donde fue necesario la presencia conjunta de todo el equipo de profesores practicantes. Sin embargo, también se puede evidenciar las fechas en que cada uno de ellos estuvo presente en la institución con su respectivo curso:

Tabla 2.

Cronograma de implementación profesor Mauricio Amaya Albarrán.

<b>Cronograma</b>					
<b>Unidad Didáctica</b>	<b>El paradigma del cuidado y su acercamiento a la noción de buen vivir</b>				
<b>Institución</b>	<b>N°</b>	<b>Fechas</b>	<b>Curso</b>	<b>Propósito</b>	<b>Maestro</b>
<b>Colegio SAN FRANCISCO INSTITUCION EDUCATIVA DISTRITAL</b>	<b>1</b>	<b>14/03/19</b>	<b>Directivos y docentes</b>	<b>Realizar un reconocimiento y presentación formal con directivos, profesores y comunidad en general de la institución</b>	<b>Mauricio Amaya Albarrán</b>
	<b>2</b>	<b>03/04/19</b>	<b>Directivos y docentes</b>	<b>Presentación formal a la coordinadora y entablar acuerdos con los profesores.</b>	
	<b>3</b>	<b>04/04/19</b>	<b>Directivos y docentes</b>	<b>Presentación formal a la coordinadora y entablar acuerdos con los profesores.</b>	
	<b>4</b>	<b>05/04/19</b>	<b>404/403</b>	<b>Reconocimiento del contexto, relacionamiento educador-aprendiente a partir de juegos.</b>	
	<b>5</b>	<b>12/04/19</b>	<b>404/403</b>	<b>Auto reconocimiento y reconocimiento del otro como legítimo otro.</b>	
	<b>6</b>	<b>26/04/19</b>	<b>404/403</b>	<b>Acrosport, hacia un desarrollo sostenible.</b>	
	<b>7</b>	<b>03/05/19</b>	<b>404/403</b>	<b>El cuidado del entorno en procura del mejoramiento de lo público para todos.</b>	
	<b>8</b>	<b>16/05/19</b>	<b>Directivos y docentes</b>	<b>La relacionalidad de conocimientos con los diferentes actores participativos</b>	

*Nota: Elaboración propia.*



Tabla 3.

*Cronograma de implementación profesor David Palomino Araujo*

<b>Cronograma</b>					
<b>Unidad Didáctica</b>	<b>El paradigma del cuidado y su acercamiento a la noción de buen vivir</b>				
<b>Institución</b>	<b>N°</b>	<b>Fechas</b>	<b>Curso</b>	<b>Propósito</b>	<b>Maestro</b>
<b>Colegio SAN FRANCISCO</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA DISTRITAL</b>	1	14/03/19	Directivos y docentes	Realizar un reconocimiento y presentación formal con directivos, profesores y comunidad en general de la institución	<b>David Palomino Araujo</b>
	2	03/04/19	Directivos y docentes	Presentación formal a la coordinadora y entablar acuerdos con los profesores.	
	3	04/04/19	Directivos y docentes	Presentación formal a la coordinadora y entablar acuerdos con los profesores.	
	4	11/04/19	202/304/ aceleración	Reconocimiento del contexto, relacionamiento educador-aprendiente a partir de juegos.	
	5	18/04/19	202/304/ aceleración	Auto reconocimiento y reconocimiento del otro como legítimo otro.	
	6	25/04/19	202/304/ aceleración	Acrosport, hacia un desarrollo sostenible.	
	7	9/05/19	202/304/ aceleración	El cuidado del entorno en procura del mejoramiento de lo público para todos.	
	8	16/05/19	Directivos y docentes	La relacionalidad de conocimientos con los diferentes actores participativos	

Nota: *Elaboración propia.*

Tabla 4.

*Cronograma de implementación profesor Daniel Angulo Olarte.*

Cronograma					
Unidad Didáctica	El paradigma del cuidado y su acercamiento a la noción de buen vivir				
Institución	N°	Fechas	Curso	Propósito	Maestro
<b>Colegio SAN FRANCISCO</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA DISTRITAL</b>	1	14/03/19	Directivos y docentes	Realizar un reconocimiento y presentación formal con directivos, profesores y comunidad en general de la institución	<b>Daniel Eduardo Angulo Olarte</b>
	2	03/04/19	Directivos y docentes	Presentación formal a la coordinadora y entablar acuerdos con los profesores.	
	3	04/04/19	Directivos y docentes	Presentación formal a la coordinadora y entablar acuerdos con los profesores.	
	4	10/04/19	203/401/402	Reconocimiento del contexto, relacionamiento educador-aprendiente a partir de juegos.	
	5	17/04/19	203/401/402	Auto reconocimiento y reconocimiento del otro como legítimo otro.	
	6	24/04/19	203/401/402	Acrosport, hacia un desarrollo sostenible.	
	7	08/05/19	203/401/402	El cuidado del entorno en procura del mejoramiento de lo público para todos.	
	8	16/05/19	Directivos y docentes	La relacionalidad de conocimientos con los diferentes actores participativos	

Nota: *Elaboración propia.*

**Plan de clase**

Se podrá encontrar a continuación el formato de planeación de clase utilizado en la implementación del PCP, allí el profesor debía tener en cuenta datos como el grado, material requerido, nombre del profesor, título de la sesión, un propósito planteado y coherente con la sesión, unas temáticas a compartir propias de la educación física, la descripción de las actividades a realizar y por último los criterios a evaluar en esta sesión de clase.

Institución	Grado	Área
I.E.D. San Francisco-Sede B		Educación Física

Material requerido	Profesores
	David Palomino Daniel Angulo Mauricio Amaya

*Temáticas a compartir*

**Sesión 5:**

Propósito

UNIDAD 1: El paradigma del cuidado y su acercamiento a la noción de buen vivir

**Contenido globalizador:**  
Reconocer la interrelacionalidad entre los valores del paradigma del cuidado, el movimiento intencionado-significativo y el encuentro de un sentido subjetivo y consciente que aporte a la construcción de una noción del Buenvivir

**Criterios de Evaluación**

*Actividades*

**PLANEACIÓN SESIÓN #**

Figura 3. Plantilla para planeación de clase.

### **Análisis de la experiencia**

Para sistematizar las experiencias que se llevaron a cabo en la fase de implementación del PCP a partir de la práctica pedagógica, resulta pertinente retomar a Manfred Max-Neef y su propuesta consignada en el texto *Desarrollo a escala humana*, en donde plantea tres diferentes pero relacionadas matrices que nos permiten retomar los elementos, aprendizajes y experiencias que se llevaron a cabo en la praxis y poder enlazar, sistematizar y entender las dinámicas que significaron la experiencia. A continuación presentamos la forma en que el autor propone la realización de la matriz de sistematización de las necesidades para posteriormente presentar las construcciones propias que se dan a partir de este PCP en las tres matrices planteadas

Para comprender la estructura de la matriz en la fila superior el lector podrá encontrar las necesidades de tipo “existenciales” (ser, tener, hacer y estar) que son básicas en todos los seres humanos sin importar su condición. En la primera columna izquierda, el lector encontrará las necesidades de tipo “axiológico”, que están relacionadas con las acciones ligadas a los valores a partir de la ética, estas a diferencia de las necesidades existenciales son un poco más abiertas y pueden no estar satisfechas, sin embargo, el ser humano puede seguir subsistiendo a diferencia de las existenciales donde al faltar una necesidad la condición humana se vería afectada (ejemplo ¿cómo vivo si no estoy?).

En la interpretación de los datos de la matriz, se recomienda al lector realizar una lectura horizontal en el sentido de izquierda a derecha, leyendo la necesidad axiológica y la construcción textual de la casilla que corresponde a las columnas de ser, tener, hacer o estar (necesidades existenciales).

Tabla 5.

*Como escribir en la matriz de necesidades.*

<b>SER</b>	<b>TENER</b>	<b>HACER</b>	<b>ESTAR</b>
Se escriben atributos personales o colectivos que se expresan como sustantivos	Se escriben instituciones, normas ,mecanismos y/o herramientas (no en sentido material) Ejemplo: leyes	Se escriben acciones personales o colectivas que se expresan como verbos	Se escribe espacios y ambientes

*Nota: Adaptado del Desarrollo a Escala Humana de Max-Neff (1998).*

A continuación se presentan las tres matrices construidas con su respectivo analisis relacional a las dinamicas que se dieron en la experiencia de la implementación del PCP:

**Matriz utopica (desde los propositos del PCP)**

Tabla 6.

*Matriz utópica.*

<b>Axiológicas/ Existenciales</b>	<b>Ser</b>	<b>Tener</b>	<b>Hacer</b>	<b>Estar</b>
<b>Subsistencia</b>	Buenos hábitos como parte del ser	Conciencia multidimensional	Desarrollar habilidades motrices y corporales	En sintonía de buen vivir
<b>Protección</b>	cuidado	Formas asertivas de expresión del movimiento intencionado en procura del cuidado	Transacciones ganar- ganar	Espacio de encuentro, apropiado y seguro
<b>Afecto</b>	Conocimiento de si Reconocimiento del otro	Autoestima y respeto	Expresar compartir apreciar	Espacio armónico
<b>Entendimiento</b>	Conciencia integral	Educación corporal Buen Vivir	Estudiar, interpretar Experimentar, Intuir Analizar, sintetizar	Lugares propicios para el aprendizaje

<b>Participación</b>	propositivo	Reconocimiento y solidaridad	Proponer, Compartir Dialogar, acordar	Comunidad
<b>Ocio</b>	influencia	Practicas del buen vivir	Asumir consecuencias	Conciencia de los Lugares sus prácticas y consecuencias
<b>Creación</b>	Imaginación Ingenio	Destrezas habilidades Voluntad	Inventar, construir Idear, Relacionar	espacio de expresión
<b>Identidad</b>	Responsabilidad coherencia	Valores ética	Reconocer integrar, asumir	Ámbitos de pertenencia
<b>libertad</b>	Auto estima y respeto	Igualdad de derechos	Compartir desarrollar instruir	Lugar de dialogo

*Nota: Elaboración propia.*

Para el proceso de lectura y analisis de la informacion se pidio la ayuda a una persona externo al proyecto, previamente se le explico la manera de leer y analizar la matriz utopica se hace esto con el fin de enriquecer el proceso del analisis de la experiencia y no viciar la lectura de esta matriz desde la perspectiva e intenciones de los autores

**Lectura externa**

Escrito por: Myriam Araujo.

De la lectura de la matriz y teniendo en cuenta mi desconocimiento del tema central, concluyo que: se denota la pretensión de formar un SER: consciente, responsable, ético, integral, saludable y social, con buenos hábitos de relación corporal personal e interpersonales, intuyo elementos que denotan, una respuesta al ámbito generalizado del aislamiento individualista de la

actual sociedad, que confronta al proponer: “compartir”, “experimentar”, “asumir” “dialogar” entre otras acciones.

Igualmente, se enfrenta el sedentarismo, con la propuesta de: “desarrollar habilidades motrices y corporales” y el incentivo a las: “formas asertivas de expresión del movimiento intencionado en procura del cuidado”; el énfasis en los valores (ética, respeto, solidaridad, responsabilidad y buen vivir), muestra la preocupación por contrarrestar la corriente de normalización de la corrupción y practicas antiéticas en todos los ámbitos sociales del país. Es un intento de contribuir a la educación y formación de mejores seres humanos para esta Colombia sumida en la arbitrariedad de la ley del más fuerte y del consumismo.

### **Análisis de los integrantes del proyecto**

El análisis de la matriz permite establecer una similitud y coherencia entre el propósito de formación y los satisfactores consignados en ella. En distintas partes de la matriz se observan los mismos satisfactores para distintas necesidades, lo cual es característico de los satisfactores sinérgicos, si bien el satisfactor sinérgico presenta otras características, su hallazgo en la matriz es indicio de un aporte real a las necesidades humanas de manera integral.

La lectura externa de la matriz utópica también refleja las similitudes y coherencia en el propósito de formación sin embargo, también refleja que se necesita más énfasis en el ecocentrismo desde la conciencia planetaria para superar el antropocentrismo.

### **Matriz de aspectos negativos**

En esta matriz se sistematizan todos aquellos elementos que impidieron una satisfacción de las necesidades en la implementación del PCP, para ello se tendrán en cuenta aspectos que no funcionaron muy bien en las clases y desaciertos que se dieron de parte del profesor y/o de los

estudiantes. Algunas casillas se encuentran desocupadas debido a que no se encontrarón elementos negativos considerables para consignarlos en la misma.

Tabla 7.

*Matriz negativa.*

<b>Axiológicas/ Existenciales</b>	<b>Ser</b>	<b>Tener</b>	<b>Hacer</b>	<b>Estar</b>
<b>Subsistencia</b>			Desvalorizar	hacinamiento
<b>Protección</b>	Autodestrucción (droga)		Discriminar	Degradación del medio ambiente
<b>Afecto</b>	Ruptura familiar,	Trato agresivo		
<b>Entendimiento</b>	competencia	Falta Conciencia del Cuidado (fragmentación)	Sistema educativo Primaria sin profesor de Edu Física	Posibilidades del espacio(cemento)
<b>Participación</b>	Apatía	Grupos muy numerosos	Practicar lo socialmente establecido(micro futbol)	Ambiente de competencia, rudeza
<b>Ocio</b>				
<b>Creación</b>	inhibición	Pena presión grupal	desinteresar	
<b>Identidad</b>	Sociedad de masas	Autoridad mediante la agresión	insensibilizarse	Des vinculante del espacio
<b>libertad</b>		Medios económicos		

*Nota: Elaboración propia.*

### **Analisis de la matriz negativa**

Al realizar una lectura y analisis de la matriz negativa se encuentran varios obstaculos para el desarrollo del proyecto, dichos obstaculos tienen origenes diversos (he aquí la importancia de un proyecto que atienda multiples relaciones pensado en complejidad) y se



expresan en distintos individuos de la población que hizo parte de la implementación del PCP, sin ser una condición homogénea si afecta de manera directa a la totalidad del grupo

Los factores negativos encontrados a grandes rasgos son la homogenización de las prácticas, la competencia, la exclusión, la falta que hace el profesor de educación física en la primaria, la descomposición familiar, el trato agresivo, el asinamiento, la normalización del lenguaje hacia la droga y las groserías y la degradación del medio ambiente (malos olores intermitentes por contaminación de afluentes de agua aledaños). Desde un enfoque complejo vemos como en este micro contexto se refleja a modo de fractal muchos de los padecimientos generales a la población de las grandes urbes y países, siendo los medios de comunicación, la cultura de masas y la falta de un respaldo familiar en valores (por distintos motivos económicos, políticos, culturales y sociales) que permiten seguir reproduciendo una sociedad con las características mencionadas anteriormente.

### **Matriz relacional**

El propósito de esta matriz, es establecer un puente entre las matrices anteriores (utópica y negativa) con elementos propositivos que puedan aportar a superar los elementos negativos por medio de una propuesta que tenga en cuenta en este caso al micro contexto y sus características particulares

Tabla 8.

Matriz relacional.

↓ Axiológicas/Existenciales	Ser	Tener	Hacer	Estar
<b>Subsistencia</b>	ético	Motivos, esperanza, un camino	Reconocer el protagonismo en mi desarrollo	Actividades de auto organización
<b>Protección</b>	Valorar lo que soy	Red social(no virtual) de cuidado	Garantizar múltiples formas de conformar grupos	Cuidado del entorno y visibilizar las posibles causas de los contaminantes
<b>Afecto</b>	Trato fraterno Transacciones Ganar-ganar	Reconocer La vulnerabilidad de si del otro del planeta	Expresar sentimientos desde el respeto	En ambientes de reconocimiento
<b>Entendimiento</b>	Ser singular y social	Desarrollar actividades que se muevan en dinámicas de cuidado	Visibilizar la importancia de la ed física en la primaria	Visibilizar la relación naturaleza urbes
<b>Participación</b>	Cautivar	Organizar estrategias para el manejo de grupo ser Humano y colectivo	Disfrutar del cuidado del otro y lo otro	Transacciones ganar-ganar Propiciar comunicación asertiva
<b>Ocio</b>	influencia	Practicas del buen vivir	Asumir consecuencias	Conciencia de los Lugares sus prácticas y consecuencias
<b>Creación</b>	Animar, cautivar	Garantizar ambiente libre de burlas hacia el acto educativo	Relacionar el ejercicio creativo y los intereses y beneficios para el participante	espacio de expresión

<b>Identidad</b>	Consecuencias de mis actos	Sintonizar actividades que tengan tratos asertivos	Reconocer la emocionalidad “la paz comienza con una sonrisa”	Visibilizar relación entorno Ser humano Comprensión del principio retroactivo
<b>libertad</b>	Auto estima y respeto	Reconocer el incalculable valor del ser humano integral	Compartir desarrollar instruir	Auto estima y respeto

*Nota: Elaboración propia.*

**Analisis de la matriz relacional**

Al sintetizar la informacion se ven una serie de elementos constitutivos del PCP que se mantienen vigentes como lo es el buen vivir, la etica del cuidado, la multidimensionalidad del ser humano, la motricidad y la corporeidad. Por supuesto tambien se evidencian oportunidades de mejora ademas de otros elementos que se encuentran en el proyecto (reconocer la multidimensionalidad, protagonismo en el desarrollo propio, auto organización, manejo de grupo, estrategias de comunicación, trato fraterno desde la relacion de los cuidados), pero requieren un enfasis mayor dadas las circuntancias de la practica.

La relacion y puente de esta matriz arroja un elemento a trabajar, desde la multidimensionalidad y es reconocer la espiritualidad, la emocionalidad e incluso la vulnerabilidad como condicion humana por su sentido y llamado a relaciones respetuosas recobrando sensibilidad, libres de la seguridad por la fuerza y el trato hóstil.

La perspectiva ecocentrica tiene un factor de potencialidad al referenciar los contaminantes presentes en el microcontexto; tambien se evidencia la importancia de relacionar los distintos entornos, ambientes, practicas y la responsabilidad de asumir la afectacion que sufre el ser humano en su totalidad, esto con el fin de develar elementos destructivos camuflados en

discursos de ignorancia y ramplonería como la drogadicción y sus entornos. Por supuesto toda esta síntesis recae en las praxis de nuestro campo de saber disciplinar como lo es la educación física

La afectación más grande es la descomposición familiar y con ella la pérdida del primer referente de valores, esto, ciertamente es insustituible desde el proyecto, pero se puede aportar al propiciar la creación y fortalecimiento de redes sociales (presenciales no virtuales) desde la ética del cuidado aprender a ser amigos. La esperanza y un camino alternativo es la apuesta por mostrar que al igual que nuestros aprendientes recorreremos sin conocer su fin pero que en el presente es potencia de un buen vivir por tanto sus consecuencias van en esa sintonía

### **Incidencias en el diseño**

Inicialmente la implementación fue pensada con tres unidades didácticas, sin embargo en los primeros acercamientos a la misma se vio la necesidad de reducir a una unidad didáctica, más cimentada a través de mayor cantidad de intervenciones en una sola unidad en el transcurso de la implementación, También la dificultad de algunas actividades planteadas inicialmente tuvo que ser modificada pensando en el ritmo de trabajo del grupo, Todos estos cambios nos permiten ser más acertivos sin perder en ningún momento los principios y propósitos del PCP

### **Aprendizajes del PCP**

Para mencionar los aprendizajes que se han vivenciado en el desarrollo del proyecto, se entiende que concluir no es pertinente, porque su proceso está en constante transformación y dinamismo dando pie a un cambio constante de las prácticas que se producen e impulsan en su ejecución. Por el contrario, se realizan síntesis en aprendizajes recolectados de las experiencias e implementaciones que emergen en los diferentes contextos.

Un importante aprendizaje se percibe en la viabilidad de la implementación del proyecto sobre las necesidades del contexto en el que fue ejecutado, una gran apropiación y aceptación de los contenidos ofrecidos, todo esto reflejado en la participación activa de los participantes en las diferentes actividades. Un proyecto que permite su implementación en una multiplicidad de poblaciones debe articular todas las circunstancias del contexto con el propósito que particulariza su intención y su ejecución, permitiendo su impacto educativo y experiencial.

Como aprendizaje en nuestra acción docente recogemos de las prácticas las experiencias que evidencian que actividades llenas de discursos, diálogos o exposiciones sobre las enseñanzas del proyecto son menos apropiadas, en comparación con dinámicas, juegos y actividades que incluyan bastantes movimientos y formas de relación alternativas; un aprendizaje importante para retroalimentar en el momento de construir y proponer actividades que sean apropiadas con el contexto a ejecutar, un ejemplo de ello fue la gran participación de los estudiantes en la práctica del acrosport y cómo esta evidenció las representaciones que caracterizan los contenidos de la propuesta.

Los aprendizajes no se pueden reducir a los productos propios de la implementación educativa, porque es importante enunciar como el concepto de “Buen vivir” se lleva como un estilo de vida por medio de experiencias naturales y espontáneas que hacen parte de la cotidianidad en la vida de los expositores del proyecto; una construcción conciente de valores, acciones y lenguajes que promueven esta nueva visión del mundo y de la vida. Esto permite que la intención de enseñanza no quede vacía en su discurso, sino que sea expresada desde el ejemplo docente.

La intención es provocar nuevas ideas, nuevas relaciones y nuevas practicas en la actividad educativa de los participantes, en su cotidianidad, en todas las areas de su vida orientadas hacia su desarrollo armonico.

Las incidencias en el contexto son un elemento que en parte evidencia lo logrado desde el proyecto como a su vez alimenta la mejora del mismo las experiencias y ejecuciones de los aprendientes, que proponen que relacionan y apropian, pequeñas evidencias del impacto del PCP, observamos situaciones como la participacion de estudiantes en grupos distintos a sus habituales y algunos cambios respecto al rechazo de algunos estudiantes, una progresion positiva en la participacion de los estudiantes respecto a las actividades propuestas, hay un interes y una apropiacion sobre los contenidos de las actividades para el desarrollo de sus propias cualidades según sus perspectivas de vida ejemplo preguntas autonomas como ¿Cómo puedo mejorar mi flexibilidad? Y clases posteriores nos comparten su avance separando las piernas en un aumento considerable de rango en split.

Otras incidencias como el aprendizaje en la autoorganizacion, autoregulacion con el fin de los cuidados; en practicas como el Acrosport con una implicacion de los estudiantes respetando el orden de acoplamiento y desestructuracion de las figuras en pos del cuidado colectivo; pensarse multiples formas de ejecucion respecto al mismo objetivo como golpear un balon con distintas partes del cuerpo.

La práctica pedagogica profesional no puede reducirse a la clase de educación física en el lugar de implementación, ya que de ser así, el practicante estaria perdiendo una gran oportunidad de tener una visión periferica en cuanto a todos los aprendizajes que se pueden dar en el lugar de practica, en este caso el colegio San Francisco. Las relaciones que se logran evidenciar entre los miembros de esta comunidad fuera de la clase formal dejan entrever conductas, formas de

relacionarse y relaciones que aportan en el proceso de enseñanza- aprendizaje del maestro practicante.

La vida transcurre y nosotros con ella que bueno hacerlo sabiendo que no hay cumbre ni escalon perpetuo solo un traseguir y si es armonizando, aprendiendo, compartiendo, Amando, peregrinando hacia la eternidad en buen vivir, comprenderemos que el mundo del espiritu es aquí y ahora, porque como en la praxis la intecion no se ve pero esta alli.

### Referencias

- Alomia, M. A. (2018). *Educación Vital*. Sin publicar.
- Andújar, A. J. C. (año). *Hábitos deportivos y estilos de vida de los escolares almerienses. Crítica hacia la intención del enfoque en educación física hacia el rendimiento*.
- Benjumea, M. (2004). La motricidad, corporeidad, pedagogía del movimiento en la educación física. *Trabajo presentado en I Simposio Latino Americano de Motricidad Humana, Universidad Metodista de Piracicaba UNIMEP*. Brasil.
- Benjumea, M. (2010). *La motricidad como dimensión humana- un abordaje transdisciplinar*. España-Colombia: Léeme.
- Cuervo, G. (2014). *Una educación física para la promoción del conocimiento y cuidado del cuerpo. Una experiencia generadora de hábitos saludables*. (Trabajo de grado), Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.
- Davalos, P. (2011). Sumak Kawsay (La vida en plenitud). *Convivir para perdurar: conflictos ecosociales y sabidurías ecológicas*, 201-214.
- Davis, J. D. (2003). *La salud en el curriculum de la educación física: fundamentación teórica y materiales curriculares*. Argentina.
- Gutierrez, F., & Prieto, D. (2004). *Mediación pedagógica*. Costa Rica: La copia fiel.
- Huanacuni, F. (2010). *Buen vivir-vivir bien filosofías, políticas, estrategias y experiencias regionales andinas*. Lima: CAOI.
- Maturana, H. (1996). *El sentido de lo humano*. Santiago de Chile: Dolmen.
- Max-Neef, M. (1998). *Desarrollo a escala humana*. Barcelona: Icaria.



Miguélez, M. (19 de 07 de 2009). *Polis*. Recuperado de

<file:///C:/Users/Danie/Desktop/PcP/dimensiones%20del%20hombre.pdf>

Ministerio de Educación Nacional. (1993). Ley 100 de 23 de diciembre de 1993. Recuperado de

[http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_0100\\_1993.html](http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_0100_1993.html).

Ministerio de Educación Nacional. (1994). Ley 115 de 8 de febrero de 1994. Recuperado de

[https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf).

Morin, E. (1990). *Introducción al pensamiento complejo*. España: GEDISA.

Morin, E. (2004). *La epistemología de la complejidad*. Recuperado de

[https://www.ugr.es/~pwlac/G20\\_02Edgar\\_Morin.html](https://www.ugr.es/~pwlac/G20_02Edgar_Morin.html)

Mosquera, L. (2015). Educar en la escuela cuerpos saludables. *Red colombiana de*

*Investigadores/as sobre el Cuerpo*, 8.

Mosquera, L. M., Ortega, H., Robayo, E. M., & Torres, R. D. (2018). Recuperado de

<https://www.scribd.com/doc/53136042/paradigmas>

Quinayas, D., y Sánchez, J. (2014). *La educación Física y el ocio para la construcción de una salud multidimensional*. (Trabajo de grado), Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.

Toro, J. B. (23 de 09 de 2013). Recuperado de [https://www.las2orillas.co/wp-](https://www.las2orillas.co/wp-content/uploads/2014/11/el-cuidado-como-paradigma-ético-de-la-nueva-civilización.pdf)

[content/uploads/2014/11/el-cuidado-como-paradigma-ético-de-la-nueva-civilización.pdf](https://www.las2orillas.co/wp-content/uploads/2014/11/el-cuidado-como-paradigma-ético-de-la-nueva-civilización.pdf)

Vásquez, O., y Beltrán, H. (2012). *De la actividad física a las acciones para la salud una oportunidad para potenciar la calidad de vida*. (Trabajo de grado), Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá, Colombia.

## **Webgrafía**

*Etimologías de Chile*. (14 de mayo de 2018). Recuperado de

<http://etimologias.dechile.net/?epistemologia>

Apéndices

Apéndice A. Fotografías



*Foto 1.* Planta física. Fuente: Elaboración propia.



*Foto 2.* Actividad recreativa. Fuente: Elaboración propia.



*Foto 3.* Actividad para enseñar el cuidado de sí. Fuente: Elaboración propia.



*Foto 4.* Acrosport en pro del cuidado del otro. Fuente: Elaboración propia.

Apéndice B. Diario de Campo

DIARIO DE CAMPO INSTITUCIÓN SAN FRANCISCO		
FECHA:14 marzo de 2019	HORA: 8:00 am-11:30 am	Grupo: comunidad en general
PROFESOR A CARGO: Practicantes y directores de practica		
TEMATICA: reconocimiento y primera visita a la institución		
PROPOSITO DE LA SESION: Realizar el reconocimiento y la presentación formal con las directivas, profesores y comunidad en general de la institución		
CRITERIO	OBSERVACIÓN	
Desarrollo general de la sesión	<p>En esta oportunidad se realizó la primera visita a la institución educativa distrital San Francisco, allí tuvimos un encuentro con los estudiantes practicantes de la licenciatura en recreación y turismo para posteriormente reunimos con las directivas del colegio, en este caso el rector Cesar López, se realizó una presentación formal entre las partes implicadas en el proceso y se expusieron las necesidades, preocupaciones y oportunidades a atender en la institución.</p> <p>El rector nos habló de la intención de ofrecer una educación física escolar en especial a niños de primaria en busca de romper con el profesor todero que se encarga de enseñar todas las asignaturas sin estar formado para ello, además nos habló del tipo de población al que posiblemente nos tendríamos que encontrar y los diferentes proyectos de inclusión con los que cuenta la institución. Después de esta reunión tuvimos la oportunidad de conocer a los profesores de educación física de la sede donde nos encontrábamos, allí nos encontramos con dos profesores; Fredy era uno de ellos, quien tuvo una acogida agradable y fraterna para con nosotros, en cambio la profesora Patricia, quien quizás por sus dinámicas del momento no nos recibió de la mejor manera, se mostró un poco desinteresada y antipática ante la presencia de nosotros en la institución. Esto afectó un poco la primera impresión que nos llevamos de ella.</p> <p>Después de realizar un recorrido corto por la sede A, nos dirigimos a las siguientes sedes en donde están los estudiantes de primaria. Estas sedes se encuentran aproximadamente a unas 6 cuadras, allí tuvimos la oportunidad de conocer un poco el sector y evidenciar algunas relaciones que se dan allí para el micro contexto. En la sede B no pudimos ser atendidos por la coordinadora debido a que ella se encontraba un poco ocupada, por esta razón solo tuvimos la oportunidad de hacer un recorrido corto por el lugar identificando algunos aspectos de la sede como espacios, profesores y estudiantes. Pero no tuvimos la oportunidad de entablar una conversación con alguna directiva o profesor para presentarnos de una manera mas formal. En la sede C, Por el contrario, fuimos recibidos por el coordinador Javier, él nos acogió de una buena manera y nos manifestó</p>	

	<p>su disposición para que nosotros estuviéramos allí realizando las practicas. Adicional a ello realizamos un recorrido por la sede conociendo sus instalaciones y algo de su funcionamiento que fue relatado por el mismo coordinador.</p> <p>Así concluyo esta sesión de practica en donde se hizo un primer acercamiento al contexto y se conoció las instalaciones para poder tomar decisiones en una posterior reunión que se realizaria en la universidad con los estudiantes practicantes y los directores de practica</p>
<p>Aciertos</p>	<p>La forma en que fuimos recibidos por parte del rector fue un gran acierto</p>
<p>Desaciertos o aspectos para mejorar</p>	<p>La manera de relacionamiento con los estudiantes y la primera impresión que se dio con la profesora Patricia</p>
<p>Emergencias y/o aspectos que se dieron en el transcurso de la sesión que no estaban dentro de la planeación</p>	

Figura 4. Diario de campo.