

La corporeidad como exponente de lo que somos

Leidy Rocío Ramos Saavedra

Catherin Jiménez Piragua

Tutora: Angélica Larrota C

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Educación Física

Licenciatura en Educación Física

Bogotá, 2018

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <small>UNIVERSITY OF PEDAGOGY</small>	FORMATO	
	RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN - RAE	
Código: FOR020GIB	Versión: 01	
Fecha de Aprobación: 10-10-2012	Página 2 de 64	

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	La corporeidad como exponente de lo que somos
Autor(es)	Jimenez Piragua, Catherin Julieth; Ramos Saavedra, Leidy Rocio
Director	Angélica Larrota Cruz
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2018. 64 P.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	CORPOREIDAD; EXPRESIÓN CORPORAL; EDUCACIÓN FÍSICA; INTERIORIZACIÓN.

2. Descripción
<p>Trabajo de grado que propone la integración y apropiación de la corporeidad en la clase de educación física teniendo como línea transversal la expresión corporal, el crear espacios de interiorización en la clase de educación física permite que esta se convierta en una educación física reflexiva; En donde se empiece a tener en cuenta la singularidad que cada ser humano posee, y de esta manera dar otra mirada al cuerpo más allá de la mecanicista como ocurre en la mayoría de clases de E F, el empezar por reconocer las destrezas y desaciertos que le son constitutivos a cada sujeto en su expresión corporal permite potenciar no solo las capacidades físicas básicas sino también la capacidad expresiva compuesta por la comunicación introyectiva, interpersonal y el conocimiento personal, apoyando esto a que cada sujeto reconozca lo que le es propio y lo identifica, sus aptitudes, actitudes, debilidades,(su corporeidad) etc.</p>

3. Fuentes
<p>Grasso, A. E. (2009). La corporeidad, un cambio conceptual: la educación física cambia. Argentina. Editorial novedades educativas.</p>

Gómez, J. (2002). La educación física en el patio: una nueva mirada. Argentina. Editorial Stadium.

Gallego, F. (2012). Esquema corporal y praxia: bases conceptuales. Chile. Editorial Wanceulen.

Díaz, B. A. (1992). Curriculum y evaluación escolar. (Versión Adobe Digital Reader). Recuperado en http://www.minedu.gob.bo/micrositios/biblioteca/disco-1/alternativa_especial/curriculo/40.pdf

Flores, O. R. (1994). Hacia una pedagogía del conocimiento: modelo pedagógico. Editorial McGraw Hill.

Arboleda, R. (2006). El cuerpo ¿medio o mediación? .Expresiones motrices. Recuperado de file:///C:/Users/user/Desktop/ArboledaGomezRubiela_2006_el_cuerpo_medio_o_mediacion.pdf

Arteaga, M. (2001). Didáctica de la expresión corporal. Barcelona. Editorial Inde.

Neef, M. (2009). Desarrollo a escala humana: una opción para el futuro. (Versión Adobe Digital Reader). Recuperado de http://www.daghammarskjold.se/wp-content/uploads/1986/08/86_especial.pdf

Blanco, M. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. Editorial Horiz.

Aja, J. (1994). La expresión corporal en el marco de la reforma educativa. Editorial Sevilla.

Coll, C. (1994). El constructivismo en el aula. España Barcelona.

Editorial Grao.

Castañer, B. (2000). Expresión Corporal y danza. España. Editorial inde.

4. Contenidos

Una mirada crítica a la clase de educación física. (Problemática): Este proyecto surge de la reflexión que vinimos haciendo en el proceso de formación y de la realidad que están viviendo distintas instituciones y también desde la experiencia en la educación física en la que hemos sido formados. El paradigma biológico- mecanicista ha predominado la clase de educación física, centrando su preocupación pedagógica en estimular solo el desarrollo de las funciones musculares, apoyado en el tratamiento y mejoramiento del organismo como sistemas, limitando así una comprensión profunda del ser corporal.

Los conocimientos científicos acerca del cuerpo utilizados en la educación física están vinculados solamente preponderadamente con la física, la anatomía, y la fisiología, generando así un punto crítico en el sentido de considerar al ser humano como poseedor de un cuerpo como objeto meramente físico, biológico, considerando en forma secundaria las dimensiones que puede llegar a conformar ese cuerpo biológico.

Propuesta: Este proyecto curricular particular tiene como propósito generar espacios para un proceso de autoconocimiento e interiorización en cada sujeto, poniendo en escenario una educación física reflexiva, donde se tenga la oportunidad de trabajar la conciencia corporal; si en la clase de educación física se llegara a formar un sujeto consciente de su corporeidad, de la percepción de su cuerpo, de su sentir, de cómo se expresa, y de todo aquello que lo constituye y lo identifica, se sabría que el sujeto que se forma obtiene un autoconocimiento más completo (corporeidad).

Lo que busca esta propuesta es posibilitar una educación física que incluya otro tipo de actividades y contenidos diferentes a la concepción positivista, una educación física que sea reflexiva que permita a la persona participar desde su sensibilidad y placer, que permita obtener

conocimientos sobre su cuerpo desde su corporeidad, y permita un proceso de autodescubrimiento, teniendo eso si en cuenta las posibilidades y circunstancias actuales.

Perspectiva humanística: La integración de la corporeidad en la clase de educación física, permite tener en cuenta la singularidad que cada ser humano tiene, es importante que se creen espacios de autoconocimiento donde el sujeto reconozca sus aptitudes, actitudes, talentos, habilidades, y aspectos que les son únicos, buscando que se comience a reconocer las destrezas y los desaciertos que le son constitutivos, siendo esto componentes esenciales de su corporeidad, teniendo como labor fundamental el docente, potenciar las capacidades físicas y expresivas, para un conocimiento corporal, para una auto-reflexión, y así mismo para una interiorización de todo aquello que nos identifica, y es la expresión corporal la que permite esa interiorización puesto que genera espacios para expresarse, comunicarse, reconocerse y redescubrirse como un ser único e irrepetible.

Cuando se habla del desarrollo de la corporeidad, también se tiene en cuenta el desarrollo humano en cuanto se evidencia que es uno de los componentes más relevantes en la construcción humana según el contexto y el desarrollo cultural, social y político. Como desarrollo humano en general se sustenta en este proyecto a Max Neef, ya que el plantea que el desarrollo se da a partir de lo que son las verdaderas necesidades ser, tener, hacer y estar, y a partir de estas nacen las necesidades propias para que el ser humano se desarrolle que son: subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad.

Perspectiva educativa: El tipo de currículo que abarca este proyecto es abierto y flexible en medida que este diseño curricular estará en continuo proceso de revisión y expuesto a modificaciones según las necesidades o posibilidades en el momento de su aplicación, de igual forma, provocando que exista siempre la creatividad para la transformación de este mismo, tomando como referente al doctor de pedagogía Ángel Díaz Barriga (2008), valorando principalmente la observación del proceso de aprendizaje con el fin de determinar la comprensión de los contenidos y el desarrollo de los objetivos siendo una evaluación formativa, del proceso, la participación, la armonía de los talleres, facilitando el aprendizaje significativo anteriormente mencionado.

Los talleres de este proyecto van dirigidos a partir del modelo pedagógico constructivista (Vygotsky) en la medida en que se tienen en cuenta los conocimientos y/o aprendizajes previos que posee cada sujeto en (conocimiento personal, comunicación interpersonal, verbal y no verbal, y comunicación introyectiva), para aportar y descubrir más sobre las mismas, evidenciando los intereses o desintereses para crear una vivencia significativa, donde el docente que genere este espacio sea un mediador, un acompañante, y un guía, siempre dando herramientas para que se pueda obtener el propósito planteado para así Construir a partir de la motivación y aprendizajes previos uno significativo, en cuanto a su corporeidad.

Perspectiva disciplinar: La Educación Física es una disciplina pedagógica ocupada en considerar y crear las condiciones para incidir en el desarrollo de la corporeidad y de la motricidad como dimensiones humanas, capaz de dar respuesta a los sujetos en su situación y necesidad de aprendizaje, contextualizado en una sociedad cambiante, atravesado por conflictos de clase y capitales culturales diferentes, es la acción pedagógica que desenvuelve al hombre en su sabiduría de vivir, un vivir con felicidad y placer.

Con lo anterior, se busca que el ser humano como propósito desarrolle e integre su corporeidad de tal manera que desarrolle capacidades para expresarse y comunicarse, que sepa adquirir y utilizar la información dada, sentir seguridad en el plano motriz, aumentar la capacidades que le permita al sujeto enfrentar desafíos para fortalecer la creatividad, seguridad de sí mismo y motivación, también saber apreciarse y respetarse a sí mismo y a los demás; siendo estas expectativas parte fundamental para el desarrollo de la corporeidad.

La expresión corporal como tendencia de la educación física, ya que esta forja un espacio para la construcción de sí, en la manera en que cada persona conozca qué es lo que lo hace único y como puede expresar y sentirse bien con eso, generando al mismo tiempo una confianza en sí mismo al momento de expresar o comunicar algo determinado con el cuerpo, brindando aprendizajes que no solo se queden o sirvan para el espacio escolar sino también para la vida propia.

Este proyecto toma la interiorización desde la expresión corporal, donde también se presenta desde las sensopercepciones, que permiten desarrollar el lenguaje comunicativo del cuerpo a partir de la reflexión, concientización, la sensibilización, la observación, que generan los espacios que aprendizaje sobre sí mismo.

Se estará trabajando con la autoevaluación y la Co-evaluación las cuales se estarán orientando por: Participación, Trabajo con la herramienta de evaluación (silueta), Disposición

Herramienta de evaluación:

Se propone como instrumento de evaluación un esquema del cuerpo que se le entregará a cada persona que esté en el taller, como primera medida cada persona dibujara y personalizara este esquema con sus propiedades (nombre, cabello, ojos, nariz, vestuario y de mas) en cada taller se les devolverá el esquema donde por medio de preguntas como: ¿conociste alguna habilidad o debilidad que tienes al expresarte con tu cuerpo? Si es así dibuja o colorea estrellas cerca o dentro de tu dibujo aclarando si fue habilidad, debilidad, o las dos de tal manera que en los próximos talleres esas debilidades sean encerradas porque se aportó herramientas para sobrepasarlas.

Al final de las intervenciones habrán esquemas llenos o vacíos según nuestros aportes en cada uno de os estudiantes.

5. Metodología

Se crearon talleres de interiorización y reflexión a partir de los contenidos de la expresión corporal, para el aporte al conocimiento de sí mismo y la construcción de corporeidad.

6. Conclusiones

La clase de educación física se encarga de abrir espacios de construcción de corporeidad haciendo que el estudiante se sienta seguro consigo mismo, en su sentir, su expresar, y su accionar en el mundo pues esta debe ser considerada como pilar de la construcción de la corporeidad de cada sujeto, ya que es una de las clases donde se puede potencializar al estudiante viéndolo como sujeto que es singular y poseedor de experiencias y no como algo vacío que se tiene que llenar de solo conocimientos.

La herramienta evaluativa que se creó para la implementación tuvo una muy buena afinidad por parte de los estudiantes, ya que vieron una nueva forma de expresar los aportes dados por este proyecto, sin embargo a raíz de los resultados se pudo notar que se debe mejorar la explicación de esta misma como herramienta de evaluación para producir un mejor desarrollo y una mejor comprensión de la misma.

El utilizar la expresión corporal en la clase de educación física posibilita al sujeto pensarse como un ser en constante construcción y transformación, sumando el reconocer las posibilidades de expresión que puede llegar a tener el cuerpo. Al reconocer que estas posibilidades muestran diferentes facetas que guían al estudiante a un conocimiento de sí mismo.

La corporeidad como aspecto fundamental en la construcción del sujeto, hace necesaria la integración de la misma en la clase de educación física, tomando como interventor al maestro en pro de desarrollo holístico de sus estudiantes.

Elaborado por:	Jimenez Piragua, Catherin Julieth; Ramos Saavedra, Leidy Rocio
Revisado por:	Angélica Larrota Cruz

Fecha de elaboración del Resumen:	21	11	2018
--	----	----	------

Tabla de contenido

Agradecimientos	9
Problemática	9
Propuesta	12
Corporeidad.....	15
Interiorización	17
Expresión corporal.....	18
Competencia expresiva corporal y comunicativa	19
Estado del arte	22
Conclusión	26
Marco legal.....	27
Perspectiva educativa	31
Educación	31
Educación física	32
Ideal de ser humano.....	33
Teoría de desarrollo humano	34
Perspectiva pedagógica.....	36
Diseño curricular	37
Perspectiva humanística.....	39
Metodología	40
Unidad didáctica conociendo mi corporeidad	43
Descripción:.....	43
Objetivo didáctico:	43
Contenidos didácticos:	43
Evaluación	45
Análisis de la experiencia	47
Conclusiones.....	51
Referencias Bibliográficas	53
Anexos	54

Agradecimientos

A nuestros padres por hacer posible este sueño, con su dedicación, con su amor infinito, y apoyo incondicional en toda esta trayectoria.

A la docente Angélica Larrota por ser nuestra guía, por tanta dedicación y tiempo brindado para este proyecto, por ser la mejor tutora y profesora que pudimos tener.

Al docente Fernando Puerto por brindarnos su espacio académico para poder llevar a cabo este proyecto.

Problemática

Se pudo observar que una de las problemáticas en la clase de educación física es la práctica corporal, debido a que estas son en su mayoría deportivas, privilegiando así estos espacios para la rivalidad o enfrentamiento, teniendo en cuenta que por lo general en la clase de educación física se maneja el paradigma biológico-mecanicista, que centra su preocupación pedagógica en el desarrollo de técnicas, funciones musculares y competencia, limitando una comprensión profunda del ser corporal la interiorización y del autoconocimiento, así mismo dejando de lado espacios donde se potencie el conocimiento de sí mismo, la corporeidad de cada sujeto y la expresión corporal.

A través del tiempo, la clase de educación física ha pasado por diferentes transformaciones, por factores como la industrialización, los cambios sociales, políticos y culturales, modificando el tipo de sujeto que se ha querido formar en la escuela según el contexto histórico, desde el inicio de la educación física se ha trabajado para y a través del buen desarrollo físico del cuerpo entendiéndolo como cuerpo objeto, priorizando el mejoramiento de las cualidades que este posee, vinculándolo con la imagen que este da según las necesidades que la sociedad ha generado, por ejemplo en el aspecto militar y en las guerras los cuerpos fuertes y eficientes, en la gimnasia el cuerpo higiénico, en lo artístico las proporciones corporales y la perfección simétrica, por nombrar algunas.

Una de las primeras bases que formó la educación física fue la implementación de las escuelas públicas de Inglaterra en el siglo XVIII, la cual fue implementada por Tomas Arnold con el objetivo de aplicar el amateurismo y el juego limpio para el buen uso o provecho del tiempo libre, corregir actitudes estudiantiles, aumentar el control y delimitación de la tradicional autonomía de los estudiantes; con esto se puede decir que la idea con la que empezó la educación

física tuvo una posición más positivista en el modo en que se utilizaba la educación física para dar resultados y no para formar sujetos.

Uno de los precursores de la educación física, Thomas Arnold (1828-1842, p. 3), afirma que: “la difusión de las prácticas deportivas puso en acción una serie de dispositivos que aseguraron unas determinadas formas de conducta y de disciplina corporal, producto de unas nuevas sensibilidades que dieron lugar a un conjunto de regulaciones de un cuerpo individual”, idea que fue siendo acompañada por la industrialización, la competitividad y la remuneración que el deporte trajo con ello, debido a que los simples juegos inter colegiados se prestaron para el espectáculo y las apuestas, formando así una cadena de entrenamientos, tácticas y técnicas donde la eficacia y el rendimiento del estudiante lo hacía útil o no para practicar un deporte.

Debido a lo anterior, se puede evidenciar que las prácticas deportivas han estado inmersas en la educación física y, aunque en Colombia se empezó a trabajar desde la gimnasia, se deja permear de la competitividad el 24 de mayo de 1911, ya que el gobierno organiza el primer certamen deportivo oficial, mostrando que es una práctica de la educación física, tomando significado para la misma, sin embargo no se podría decir que esta traiga consigo solo beneficios, ya que se ha podido evidenciar que la magnitud a la que ha llegado el deporte ha hecho que este se vuelva un escenario para la rivalidad y la exigencia, trayendo consigo la idea de un cuerpo atlético, grande, fuerte, rápido, potente, etc., haciendo que este ideal de cuerpo se vuelva inalcanzable para la sociedad en general, que hace parte de la clase de educación física.

Con esto no se quiere satanizar o contraponer el deporte, ya que es uno de los elementos con los que se puede trabajar, y uno de los que produce mayor interés en los estudiantes, haciendo cómodo ejecutar y reforzar la parte motora, debido a que el deporte en la escuela tiene como fundamentos teóricos y características esenciales el desarrollo físico de los estudiantes y el

trabajo en equipo; y aunque este se pueda y se utilice en esta clase no tenemos que perder de vista la meta de la misma, desarrollar al estudiante no de una forma mecanicista, sino de una forma física, emocional, social y cultural, a través de su cuerpo.

Propuesta

Se propone generar espacios para un proceso de autoconocimiento e interiorización en cada sujeto, poniendo en escenario una educación física reflexiva, donde se tenga la oportunidad de trabajar la conciencia corporal; con lo anterior, se analizó y se concluyó, que si en la clase de educación física se llegara a formar un sujeto consciente de su corporeidad, de la percepción de su cuerpo, de sus sentimientos, de cómo se expresa, cómo comunica y la reflexión e interiorización de cada proceso que lo constituye, se sabría que el sujeto que se formó obtuvo un autoconocimiento más completo (corporeidad).

Alicia Grasso (2005) afirma que: La corporeidad soy yo y todo aquello en lo que me corporizo, todo lo que me identifica, lo que nos singulariza como individuos y como grupo. Somos estamos y trascendemos en esta vida mediante nuestra corporeidad; ella es el conjunto de presencias que da cuenta de la identidad, por eso está presente aun cuando nosotros no lo estemos físicamente: un elemento de nuestra corporeidad - como una carta escrita con nuestra letra, un reloj pulsera utilizado cotidianamente, el gesto de arquear una ceja que heredó un hijo, la frase de cariño que habitualmente decimos a los seres queridos, una foto o película con nuestra imagen, una camisa con nuestro olor- nos corporiza en el otro, en el mundo, aún después de muertos.

Cuando hablamos de corporeidad la palabra expresa una idea, un concepto múltiple, plural, complejo y diverso de una unidad: uno mismo. Ese “uno” que a su vez no tiene otro igual, que

como individuo es único e irreplicable, y que como grupo es un conjunto de sujetos absolutamente diversos.” (p. 312). Por otro lado, Luz Elena Gallo (2015) menciona que la corporeidad es la propiocepción y la consciencia que se tiene de sí mismo, y como sujeto que se configura en una unidad significativa que dota al ser humano de sentido, y que permite la integración de todas las dimensiones del ser.

Es importante desarrollar la conciencia de las posibilidades de expresión que tiene el cuerpo, y de qué manera se pueden demostrar, así mismo las capacidades y debilidades que cada sujeto tiene para comunicar con su cuerpo, teniendo como resultado una transformación y trascendencia para aceptar ese cuerpo con las destrezas, potenciando las dificultades a través de la expresión corporal, percibiendo con y a través del cuerpo, y de esta manera ser consciente de lo que puede mejorar y en qué tipo de ámbito es el más apto para desenvolverse.

Si bien, se dijo que es importante desarrollar la conciencia corporal debido al autoconocimiento de qué es lo que puede llegar a hacer el cuerpo, es también importante conocer los sentimientos, no hay ninguna clase o especialista que llegue a decir cómo se debe sentir, porque esto es algo que no se enseña ni tiene pautas para lograrlo, es algo que simplemente se siente, y lo único que se puede hacer es tratar de describirlo y expresarlo con una conciencia corporal.

En general, la sociedad dictamina cómo un sujeto debe comportarse y expresarse según el contexto en el que se desenvuelva, oprimiendo eso que se es en realidad e intereses propios, haciendo que también se oculten sentimientos, implicando grandes consecuencias irregularidades emocionales y actitudinales, haciendo que el sujeto pierda confianza en sí mismo modificando el desenvolvimiento en un entorno social.

Como ya fue mencionado, restringir la forma en la que el sujeto siente, se expresa y se comunica genera que se repliquen personalidades que la sociedad aprueba, oprimiendo así lo que el sujeto siente que puede llegar a ser. Por ello es importante hacer saber al sujeto que él se puede desarrollar y expresar de la manera en la que él quiera, siendo más consciente de lo que siente y haciéndolo más seguro de sí mismo.

Formativamente, se espera que en la clase de educación física se creen espacios de autoconocimiento a través de la expresión corporal, dándole al estudiante nuevos saberes, esperando que el reconozca sus talentos, habilidades y destrezas, en su corporeidad, se busca que comience a reconocer qué tipo de persona es y quiere ser, así podrá verse desde diferentes perspectivas, redescubriendo cómo puede utilizar y reforzar las habilidades que posee, haciéndolo capaz de hacer un trabajo de reconocimiento y expresión para poder comunicar lo que es y lo que quiere expresar a través de su cuerpo y su sentir.

Para poder alcanzar todas las perspectivas anteriormente mencionadas es indispensable mencionar que para trabajar la corporeidad y la expresión corporal en la clase de educación física como una nueva alternativa de autoconocimiento se abordará la conciencia corporal y la imagen corporal, partiendo de que estos son elementos fundamentales para que el sujeto pueda autoconocerse, a partir de su conciencia corporal y de la imagen que posee, teniendo como base la expresión corporal como tendencia de la educación física.

(Arteaga, 2001, p.14) menciona que en las prácticas de la experiencia corporal, el contenido emocional y afectivo facilita el desarrollo de las funciones cognitivas y motrices claves para el desarrollo de cada estadio evolutivo. El sujeto debe poner en juego el lenguaje del propio

cuerpo con el lenguaje de los otros; de esta manera puede llegar a consolidar su conciencia corporal.

Corporeidad

Para fundamentar este proyecto, cabe destacar que la corporeidad está y estará presente en cada uno de los componentes de este PCP, se toma como base principal la corporeidad desde Grasso (2009), que la define como “la construcción permanente con que soy y estoy en este mundo. Soy yo y todo lo que me identifica, lo que nos singulariza como individuos y como grupo”. (p.32), cada uno de nosotros posee características, rasgos, comportamientos, acciones que nos son propias, dando esto cabida a la construcción de la identidad corporal, generando así la necesidad de conocerse a sí mismo para ser consciente y apropiarse esa corporeidad.

Para la significación de la corporeidad, es necesario tener en cuenta que interviene la unidad que está conformada por lo físico, psíquico, lo espiritual, lo motor lo afectivo, lo intelectual y lo social, unidad que le es propia a cada ser humano, en palabras de Grasso y Erramouspe, (2005) “es imposible pensar la corporeidad sin la unidad de todos estos aspectos o sin tener en cuenta el YO identificado, reconocido como tal, situado en un contexto, en un contexto con objetos, con otros, desde y con un cuerpo que interactúa y se comunica” (p. 28).

La clase de educación física debe tener en cuenta la corporeidad día a día, ya que es la clase, el campo, el patio, el espacio y el momento preciso para preservar, estimular y cuidar la corporeidad, pensándose siempre en las necesidades sociales actuales. Es la clase de educación física la que permite atender las diferencias sociales, individuales y culturales, y a partir de esto posibilitar modos diferentes a ese aporte de la construcción de la corporeidad, las dimensiones del

movimiento, por medio del movimiento y a través del movimiento dan un sentido diferente a la educación física si su razón o finalidad se basa en la integración de la corporeidad.

Lo anterior se refiere a la creación de espacios que posibiliten potenciar y desarrollar las capacidades de expresión y comunicación, ampliar el pensamiento y las habilidades para resolver dudas o problemas que se generen en la clase, y con esto que cada persona se sienta seguro en el plano motriz, ampliar las capacidades que permitan fortalecer la creatividad, la motivación y aprecio a sí mismo.

Grasso y Erramouspe, (2005) mencionan que la corporeidad es la parte constitutiva de la personalidad, por ello es necesario considerar a la persona en formación, al estudiante de educación física y al profesor, no solo como un grupo de músculos a los que hay que adiestrar para que tengan fuerza y precisión, en aras de realizar una acción específica o para que resuelvan con movimientos veloces una situación motriz, se requiere considerar la infinita posibilidad de movimientos intencionados, creativos e inteligentes que caracterizan al ser humano(p. 31).

La corporeidad también se establece como el conjunto de todas aquellas presencias o características que dan cuenta de lo que identifica a cada ser humano, pensamientos, sentimientos, apariencia, emociones, imagen, esquema corporal, movimientos, posturas, gestos, modales, miradas, saludos, olores, tipo y estilo de escritura, accesorios, hábitos, higiene, etc., porque la corporeidad está presente aunque el cuerpo físico no lo esté, en palabras de Grasso un elemento como una carta a puño y letra, un accesorio como el reloj utilizado diariamente, gestos heredados en un hijo, una frase o palabra utilizada de forma constante, una foto, el perfume favorito, un video con su imagen, la corporiza en el otro aun después de la muerte.

La integración de la corporeidad en la clase de educación física permite tener en cuenta la singularidad que cada ser humano tiene, y como ya fue mencionado para integrarla a la clase se debe tener presente la conciencia y apropiación de la corporeidad por parte del profesor inicialmente, para así poder transmitirla y propiciar espacios para construirla en sus estudiantes.

Gómez (2002) plantea que el objetivo de la educación física es “generar espacios y condiciones que posibiliten la introspección del hombre sobre su ser corporal y promover su relación dialéctica con las actividades físicas y deportivas” (p. 27), para posibilitar la adquisición de aprendizajes reflexivos sobre la actividad física, para construir la corporeidad y la motricidad en tanto dimensiones fundamentales del ser humano.

Por otro lado, plantea también que:

La corporeidad y la motricidad son indisolubles, no existen una sin la otra, son elementos con definiciones propias, pero en la realidad práctica, activa del hombre, el cuerpo no puede concebirse sin vida, sin movimiento. Cada persona, cada ser humano va construyendo su corporeidad a través de los años, siendo influenciado por su entorno y su circunstancia (p.28).

De esta manera se puede concebir que la motricidad está siempre vigente en el diario vivir del ser humano, con sus acciones de sentimiento y con su intencionalidad y finalidad, en busca de la trascendencia y aporte a la construcción del ser humano.

Interiorización

(Gallego, 2010) menciona:

Interiorización como la atención perceptiva centrada en el propio cuerpo que permita su resurgir en el ámbito consciente, buscando esa concienciación, excluyendo las técnicas mecanicistas que se emplean muchas veces en la educación física. La interiorización es un elemento que permite enriquecer al ser humano con esquemas motores, para aumentar sus experiencias motrices, pretendiendo dejar huella en la memoria (p. 81).

La interiorización es también base fundamental en este proyecto, ya que es por medio de esta que se aporta a la construcción de la corporeidad, cuando el ser humano se piensa a sí mismo, realiza un acto reflexivo sobre su estima, esquema corporal, imagen corporal, habilidades o debilidades expresivas, motoras, e interviene con la transformación de alguno de estos, está siendo involucrada la interiorización.

Este proyecto toma la interiorización desde la expresión corporal, donde también se presenta desde las sensopercepciones, que permiten desarrollar el lenguaje comunicativo del cuerpo a partir de la reflexión, concientización, la sensibilización, la observación, que generan los espacios que aprendizaje sobre sí mismo. (Blanco 2009, p.18) afirma que “en el aula existen tensiones, inhibiciones, miedos, percepciones, y limitaciones que la técnica de los sentidos hace visibles y conscientes para reconocerse y redescubrirse como un ser único e irrepetible”, y es esto parte fundamental en la construcción de la corporeidad, ya que es a partir del reconocimiento como ser único cuando se empieza a generar la conciencia de esta.

Expresión corporal

Ante la importancia actual del cuerpo como forma que ayuda en la comunicación interpersonal y al diálogo interno, se ha impulsado la expresión corporal como un contenido a desarrollar dentro del currículo escolar en las áreas de lengua y literatura, educación artística y educación

física específicamente. Este hecho ha fortalecido procesos internos en lo que se conoce como lenguaje no verbal, haciendo evidentes relaciones poco visibles entre los elementos que constituyen la expresión corporal.

La expresión corporal como tendencia de la educación física se constituye de elementos tales como la conciencia corporal, que es la capacidad que tiene el ser humano para reconocer las posibilidades de expresión que tiene con su cuerpo, de la mano de la imagen corporal que es percepción que el ser humano tiene de sí mismo.

Competencia expresiva corporal y comunicativa

A continuación, se sustentará la propuesta que fue planteada anteriormente con el documento número 15 titulado Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte, enfatizando en las competencias expresivo corporal y comunicativa, donde sustenta que lo planteado se puede trabajar y desarrollar con apoyo de este documento, afirmando las alternativas que la educación física tiene por abarcar.

La competencia expresiva corporal se entiende como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), y de mejorar la disponibilidad corporal y comunicativa mediante la expresión y la representación. Así pues, la expresión corporal se comprende como la exteriorización y comunicación de emociones, sensaciones o ideas a través de actitudes y gestos que hacen posible la liberación de tensiones internas.

La expresión corporal se comprende como la exteriorización y comunicación de emociones, sensaciones o ideas a través de actitudes y gestos. El desarrollo de la competencia expresiva corporal debe buscar que el estudiante adquiera las habilidades y destrezas para el

control y canalización de sus emociones, la manifestación de ideas y sentimientos a través de lenguajes corporales y la autonomía para orientar sus emociones a través de diversas formas expresivas. Para ello se requiere desarrollar:

- Creatividad, para explorar diversos lenguajes de expresión corporal.
- Comunicación, al emitir y recibir mensajes a través de la corporeidad.
- Técnicas de orientación y canalización de emociones, para situar sus expresiones en el contexto de manera adecuada.
- Autonomía, para dirigir por sí mismo su propio proceso de desarrollo personal.

Lenguajes expresivos corporales son “los gestos, la postura, la actitud y la tonicidad son los medios de expresión y comunicación de ideas, sentimientos y emociones, los lenguajes corporales hacen posible la conservación y transmisión de las experiencias motrices, el desarrollo de la conciencia y la orientación de los propios movimientos” (Meinel, 1977, p. 19). Por ello, el desarrollo de la competencia expresiva corporal busca que, mediante el trabajo con su cuerpo, los sujetos aprendan a relacionar y reconocer los movimientos espontáneos, así como apropiarse y usar las técnicas expresivas dentro de su proceso formativo.

Todo movimiento humano tiene un propósito y su realización contiene un significado que es interpretado o comprendido por quien lo realiza o por los otros, de tal forma que se establecen códigos de comunicación e interacción que están presentes de manera permanente en las relaciones sociales. Se trata de buscar que los estudiantes, desde su reconocimiento personal, puedan descubrir las posibilidades de acercamiento a su corporeidad en las diferentes manifestaciones, así como comprender emociones, las formas de relacionarse consigo mismo y con los demás, a través de auténticos lazos de comunicación.

El valor comunicativo del movimiento corporal como primera manifestación de la comunicación humana abre espacios para la producción de lenguajes corporales en las diferentes prácticas motrices, expresivas y lúdicas. Dichas prácticas contribuyen a la construcción de sistemas simbólicos, estructuran conceptos y experiencias de diverso orden, para generar conocimientos, técnicas o saberes y enriquecer procesos de socialización y de creación.

Estado del arte

Los siguientes proyectos muestran diferentes alternativas a lo que inicialmente se propone en este proyecto, lo cual genera que éste plantee innovaciones para desarrollar ideas o temas de para la transformación de la expresión y comunicación corporal.

Datos del documento

Proyecto y descripción

Méndez ,Rodríguez,
Magda (2015)

Fortalecimiento de la comunicación expresivo-corporal a partir de la Educación Física: “El trabajo de grado que aquí se propone, pone evidente una problemática observada que es la pérdida de la comunicación interpersonal, por el uso de otros tipos de comunicación que han tomado más fuerza por diferentes razones. Pero también presenta una propuesta que apunta al rescate de esta comunicación desde la tendencia de la expresión corporal, entendiendo que la comunicación interpersonal, requiere de elementos como los gestos, las posturas, los ademanes, las miradas y demás que avalan y hacen coherente la palabra y la expresión de un cuerpo que manifiesta por sí mismo”.(p.5)

Rozo, López ,Muñoz
(2015)

Educación Física escenario de expresiones motrices y reciprocidad: Trabajo de grado que se propone en un contexto educativo informal, con niños entre seis y quince años de edad, de la comunidad del barrio Corinto ubicado en la localidad de Suba. Como aporte a la mejora y construcción de relaciones sociales basadas en la cooperación y la confianza, desde un enfoque socio crítico. En ese sentido, este trabajo de grado tiene como objetivo principal aportar, desde la reflexión crítica y la expresión motriz, a la construcción de relaciones de reciprocidad generalizada entre los sujetos como contribución al desarrollo humano. El proyecto se realizó partiendo de unos postulados que abogan por una educación física que tiene en cuenta las necesidades y posibilidades de los sujetos, asimismo, que comprenda el contexto, aporte a la mejora del mismo y al desarrollo humano”. (p.5)

Aldana, Silva (2016)

Educación Física, espacio de expresión y fortalecimiento emocional: “Trabajo de grado que busca desde la práctica educativa, fortalecer la inteligencia emocional considerada como parte fundamental del desarrollo personal, a través de la Expresión Corporal como tendencia de la Educación Física. Así mismo, se pretende propiciar diferentes espacios y prácticas que le permitan al sujeto a través de sus experiencias lograr expresar sentimientos y emociones, de forma adecuada contribuyendo a una comunicación asertiva. La relación pedagógica entre los factores educables de la Inteligencia emocional y los factores educables de la Expresión corporal, fue clave para el desarrollo armónico del proyecto abriendo el camino hacia una E F que rescate la corporeidad del individuo”.(p.5)

Prieto (2013)

Construyendo corporeidad por medio del juego "Aprovechando nuestro tiempo libre": “El presente trabajo de grado tiene un compromiso Educativo y social, en donde la población estudiantil es su eje fundamental de trabajo; ya que lo que se pretende lograr es generar espacios lo suficientemente llamativos para que a los niños y jóvenes involucrados les permita ocupar su tiempo libre en diferentes actividades guiadas, El trabajo partirá desde la concepción que se tiene del juego, aportando nuevos y llamativos juegos tradicionales que han hecho parte de nuestro legado cultural y que hoy en día están a punto de quedar en el olvido”.(p.5)

Carbajal de Argentina
(2016)

Proyecto de expresión corporal: “este proyecto surge a partir del análisis del periodo de adaptación, por lo que se ve necesario reforzar algunos valores y hábitos dentro de la convivencia de la sala. Así mismo se realizara desde la asignatura de Expresión Corporal, ya que la misma me permitirá trabajar los valores a través del juego y la creación espontanea del niño; también es pertinente mencionar que desde la reunión de padres se pidió trabajar sobre algunas actitudes en cuanto a normas de convivencias grupales como ser el compartir y jugar en grupo entre otras.”(p.5)

Conclusión

Estos proyectos pueden ser utilizados como aporte para este PCP en el sentido que inspira a no hacer lo mismo, de la misma manera, generando la innovación en cada una de los proyectos en particular, en este caso cabe resaltar que la expresión corporal puede ser tomada desde las mismas bases teóricas, pero con un fin diferente, en el caso de este proyecto curricular particular, aportar a la construcción de la corporeidad mediante la expresión corporal, al contrario de los mencionados en la tabla anterior, es evidente que cada uno de los proyectos posee su singularidad, sus características únicas, sus aportes cambiantes según los resultados de la aplicación, su forma de evaluación y demás.

Este estado del arte también da evidencia de todo lo que puede llegar a abarcar la expresión corporal, y de todas las formas que puede ser utilizado para conseguir un fin específico, teniendo siempre como eje transversal potenciar al ser humano, en el caso de la corporeidad, siendo un componente tan extenso, es tomada solo una o varias dimensiones del ser humano para descubrirla, o solamente es tomada como configuración del ser, por el contrario, para este PCP, la corporeidad es la construcción permanente del ser humano, que está presente siempre, y que cada sujeto la apropie es uno de los fines esenciales de este PCP.

Marco legal

Las siguientes leyes son de apoyo para este proyecto curricular particular, debido a que cada una nos da sustento para demostrar que dentro de la educación física es necesario el aporte de la expresión corporal como proceso no solo académico sino personal y social como parte de la construcción del ser humano.

Ley 115 febrero 8 de 1994

“Artículo 21. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria. Los cinco (5) primeros grados de la educación básica que constituyen el ciclo de primaria, tendrán como objetivos específicos los siguientes: La formación artística mediante la expresión corporal, la representación, la música, la plástica y la literatura”.

Esta ley es de gran aporte para confirmar que la educación física en el ámbito formal, es indispensable para desarrollar herramientas expresivas y comunicativas, las cuales son las bases de nuestro proyecto.

Ley 181 de Enero 18 de 1995

De la educación física

“Artículo 10. Entiéndase por Educación Física la disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral

y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos con sujeción a lo dispuesto en la Ley 115 de 1994.”

Ley 1170 diciembre 7 de 2007

Congreso de la república

“Artículo 2o. actividad teatral. Para los fines de la presente ley se considerará como actividad teatral o escénica a toda representación de un hecho dramático o cómico, manifestado artísticamente a través de distintos géneros creativos e interpretativos según las siguientes pautas: que refleje alguna de las modalidades teatrales existentes o que fueren creadas tales como la tragedia, comedia, sainete, musical, Infantil, sala, calle, títeres, marionetas, expresión corporal, danza, improvisación, pantomima, narración oral, lecturas dramáticas, infantil, monólogos, circo teatro y otras que posean carácter experimental creativo y dinámico o sean susceptibles de adaptarse en el futuro escénico del país”.

Proyecto de ley 158 de 2007

El Congreso de Colombia

Proyecto de ley 208 de 2016 cámara.

Por medio de la cual se estimula la creatividad y se adoptan los lineamientos para el desarrollo de un sistema de originalidad nacional.

“Artículo 1°. Objeto de la ley. La presente ley, tiene como objeto establecer el conjunto de estímulos para la creatividad en Colombia y la creación de los lineamientos para el establecimiento de una matriz estética bioriginal que, acorde con lo dispuesto en la Ley 397

de 1997 y la Ley 1185 de 2008, que permita el desarrollo de la economía creativa en el país y fortalezca la construcción de la identidad nacional.”

Estas leyes le aportan a este proyecto en la medida en la que muestra diferentes herramientas expresivas para ejecutarlas en la clase de educación física.

Constitución nacional y del decreto 2591 de 1991

“Artículo 50. Todo niño menor de un año que no esté cubierto por algún tipo de protección o de seguridad social, tendrá derecho a recibir atención gratuita en todas las instituciones de salud que reciban aportes del Estado. La ley reglamentará la materia.”

El derecho a la integridad física comprende el respeto a la corporeidad del hombre de forma plena y total, de suerte que conserve su estructura natural como ser humano. Muy vinculado con este derecho -porque también es una extensión directa del derecho a la vida- está el derecho a la salud, entendiendo por tal la facultad que tiene todo ser humano de mantener la normalidad orgánica funcional, tanto física como en el plano de la operatividad mental, y de restablecerse cuando se presente una perturbación en la estabilidad orgánica o funcional de su ser. Implica, por tanto, una acción de conservación y otra de restablecimiento.

Ley 39 de 1903

La exposición de motivos de la Ley 39 de 1903 es un excelente tratado de historia de la educación desde la Independencia hasta la fecha de su expedición, que explica y justifica las normas propuestas. Esta Ley consta de 46 artículos y es en la historia de Colombia la primera que en forma consistente e integral establece normas básicas para el sector educativo. De acuerdo con la Constitución del 86 establece que la instrucción pública será organizada y dirigida en concordancia con la religión católica; divide la instrucción en

primaria, secundaria, industrial y profesional; obliga a los departamentos a extender la enseñanza primaria para cubrir a la población rural y urbana; ordena a los municipios proveer los locales y el mobiliario indispensables; respecto a los territorios nacionales y a la catequización de indígenas, la establece a cargo de la Nación.

Las dos leyes anteriores han sido de aporte en este proyecto ya que protegen al sujeto como un ser con corporeidad y esto es sumamente importante en este PCP, un sujeto que posee y se construye con una corporeidad.

Perspectiva educativa

Para continuar con el sustento teórico, se abarcará el concepto de educación útil para el planteamiento del ideal de ser humano en este proyecto curricular de educación física, y así mismo para abarcar una teoría de desarrollo humano teniendo en cuenta el contexto social, político y cultural en el que se va desenvolver este proyecto.

Educación

La educación es esencial como un proceso para la formación y transformación del ser humano, ya que aporta conocimientos y adquisición de experiencias para el desenvolvimiento en lo familiar, escolar, social, político y cultural, aportando todas estas experiencias en la formación de la personalidad; teniendo como fin la educación, no solo saber por saber, sino la interiorización y reflexión de todos los aspectos ya mencionados.

Teniendo en cuenta la perspectiva del antropólogo y sociólogo David Le Breton (2000) la educación tiene como finalidad proporcionar condiciones para la construcción de la identidad de cada sujeto, así mismo para crear una interiorización que moldea el lenguaje, los gestos, los pensamientos, la expresión de los sentimientos, las percepciones sensoriales y demás, dependiendo el contexto y la cultura en que se desarrolla el sujeto.

Considerando que la educación no solo se preocupa por transmitir conocimiento, sino que también se preocupa por el desarrollo de la identidad, lo que para este proyecto es una construcción de su corporeidad, como lo presenta Alicia Grasso (2005), “integrando múltiples

factores que constituyen una única entidad ya sean psíquicos, físicos, motrices, afectivos, sociales e intelectuales constituyentes en el ser humano”(p.28), mostrando que el aprender y la construcción de la corporeidad son elementos que se da en la cotidianidad de la vida y no solo en ciertos lugares como la escuela.

Educación física

Pasando al enfoque disciplinar, es necesario plantear conceptualmente qué es la educación física en este proyecto, y para esto se tomó al licenciado Jorge Roberto Gómez (2002) con su libro *la educación física en el patio*, donde plantea que:

La Educación Física es una disciplina pedagógica ocupada en considerar y crear las condiciones para incidir en el desarrollo de la corporeidad y de la motricidad como dimensiones humanas, capaz de dar respuesta a los sujetos en su situación y necesidad de aprendizaje, contextualizado en una sociedad cambiante, atravesado por conflictos de clase y capitales culturales diferentes, es la acción pedagógica que desenvuelve al hombre en su sabiduría de vivir, un vivir con felicidad y placer (p. 23).

Retomando el papel de la educación física como uno de los factores potencializadores del proceso ya mencionado en el desarrollo de la corporeidad del ser humano, es necesario que la clase de E F tenga en cuenta las diferencias individuales y culturales, siendo sensible a la hora de enseñar trabajando distintas formas de posibilitar un ambiente de aprendizaje, de construcción de identidad y conocimiento de sí.

La educación física en este proyecto es indispensable para tomar esa corporeidad que está siendo silenciada en esta sociedad cambiante. En palabras de Alicia Grasso (2005), el ser humano ha ido perdiendo la identidad (su corporeidad), por poseer o modelar una identidad que es

entregada por los medios masivos, los medios de poder, un cuerpo estético, saludable, exitoso, rendidor, y así mismo consumidor, generando que cada ser humano deje de lado construir su identidad corporal, conocer qué es lo que lo hace único, lo que lo identifica, por ser parte de la identidad planteada por el mercado.

Cambiar ese cuerpo-apariencia-utilidad que mencionan Gómez y Grasso (2002), es uno de los propósitos tanto de la educación física como de este proyecto, retomar esa necesidad de que el ser humano se conozca a sí mismo y al otro, que uno de los factores de los aprendizajes en la E F sea para comprender, en tanto que uno de los deberes de los docentes de educación física es generar, preservar, cuidar y estimular la corporeidad.

Tomando el texto *Construyendo identidad corporal* de Alicia Grasso y Beatriz Erramouspe (2009), ellas mencionan que “la expectativa de logros escolares mediante la educación física es amplia, al poner en acción la motricidad se activan procesos que ninguna otra asignatura produce ya que los propósitos son inherentes a la incorporación de YO en acción”, las dimensiones: “en él”, “por medio del” y “a través del” (p.21) movimiento dan otro sentido a la educación física y convierten su finalidad meramente en la apropiación de la corporeidad.

Ideal de ser humano

Con lo anterior, se busca que el ser humano como propósito desarrolle e integre su corporeidad de tal manera que desarrolle capacidades para expresarse y comunicarse, que sepa adquirir y utilizar la información dada, sentir seguridad en el plano motriz, aumentar la capacidades que le permitan al sujeto enfrentar desafíos para fortalecer la creatividad, seguridad de sí mismo y motivación, también saber apreciarse y respetarse a sí mismo y a los demás; siendo estas expectativas parte fundamental para el desarrollo de la corporeidad.

Teoría de desarrollo humano

Cuando se habla del desarrollo de la corporeidad, también se tiene en cuenta el desarrollo humano en cuanto se evidencia que es uno de los componentes más relevantes en la construcción humana según el contexto y el desarrollo cultural, social y político. Como desarrollo humano en general, se retoma en este proyecto a Max Neef (1986), dado que este economista, político y ambientalista chileno plantea el desarrollo humano a partir de las necesidades que son realmente importantes, y no los estigmas que los medios de mercado y masivos ponen como factores de satisfacción al ser humano.

Teniendo en cuenta que por estas necesidades que plantea la sociedad, algunas prácticas en la educación física se ven permeadas por el mercado mas no por el sujeto, un cuerpo grande, atlético, estético, eficiente, rendidor y demás, dejando de lado las verdaderas necesidades fundamentales que para Neef son: ser, tener, hacer y estar, y a partir de estas nacen las necesidades propias para que el ser humano se desarrolle que son: subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad.

Como desarrollo humano, específicamente en la educación física, este proyecto toma la propuesta de la profesora Rubiela Arboleda (2013) en cuanto al florecimiento humano, reflejando el desarrollo humano, a través de las expresiones motrices que en este caso son tomadas como las prácticas motrices; florecimiento sugiere acción continua, proceso dinámico, pero sugiere al mismo tiempo potenciar al ser humano.

El florecimiento permite que cada cual saque lo suyo, exhiba sus mejores opciones, explore lo que tiene de sustantivo, aquello esencial que lo define en el universo de lo humano, bajo unas condiciones que lo estimulen, favorezcan y transformen. El Florecimiento es un

devenir personal con lo que ello implica: entorno cultural y social, condiciones económicas, alternativas de educación, voluntad política, tiempo-espacio de ocio, contemplación estética, calidad y estilos de vida, ambiente de bienestar, etc. Florecimiento es florecer y dejar florecer. (p.195)

Para Boltvinik (2005) el Florecimiento Humano, es: El desarrollo de las capacidades y necesidades, entendidas como una unidad interactiva del lado pasivo y el lado activo del ser humano... se requiere que la persona realice lo que potencialmente es su potencial de universalidad, de libertad, de creatividad, de conciencia, lo que supone el desarrollo y despliegue de capacidades (p. 44 - 45).

Y aunque este autor reconoce que la satisfacción de las necesidades básicas es sustantiva para vivir y vivir bien, y en ese sentido asegura que “las necesidades humanas son un concepto irremplazable” (2005, 44- 45) también nos dice que para que el ser humano se potencialice, no es suficiente con el cubrimiento de las necesidades deficitarias, que se requiere algo más. (Arboleda, 2013b:118 - 118)”.

La propuesta de desarrollo humano establecida por Rubiela Arboleda (2013) en la educación física se basa en esferas, la cognitiva entendida como los procesos implicados en el desarrollo y adquisición de esquemas cognoscitivos donde se organiza la información y conocimiento de una acción, la siguiente esfera es la lúdica, donde se abarca el sentir en cuanto a disfrutar la corporeidad, enseguida esta la esfera socio- afectiva, que:

Según Kohlberg, (1981)

pretende el desarrollo de relaciones vinculares con agentes sociales, donde el afecto media los procesos de reconocimiento de sí mismo y del otro, también está la esfera ético-política que alude a los procesos de formación ciudadana, a las capacidades de expresión en cuanto a derechos y deberes en la sociedad, de la mano de una formación para una convivencia democrática, siguiendo se presenta la esfera comunicativa que es uno de los dominios por el ser humano con el fin de establecer relaciones sociales necesarias para la adquisición de conocimientos y así poder transformar el contexto en el que se desarrolla, por último se encuentra la esfera moral, que hace referencia al desarrollo del razonamiento moral y los sentimientos morales. (p.123)

Perspectiva pedagógica

A través del tiempo siempre ha habido una constante lucha por demostrar cuál es la manera más adecuada o correcta para enseñar, cuáles serían los factores más importantes para este proceso y por qué son tan importantes para el mismo, por ello se han planteado una gran variedad de métodos, procesos y modelos, los cuales tratan de darnos una opción o una guía para ese proceso de enseñanza; este proyecto considera que no hay una manera correcta o incorrecta de enseñar debido a que los sujetos a los que se les enseña no son iguales y todos aprenden de diferentes maneras, sin embargo se tiene la seguridad de que estas personas son diferentes debido a que son la construcción de sus experiencias y que su aprendizaje es guiado por estas mismas haciéndolos de esta manera personas únicas.

Por ello mismo, se entiende que el conocimiento no se adquiere de la misma manera, que es una construcción constante que no solo se puede llevar a cabo en la escuela, sino que se va alimentando con todo lo que lo rodea, muy de la mano con lo que el modelo constructivista propone, ya que “está centrado en la persona, en sus experiencias previas de las que realiza

nuevas construcciones mentales, y considera que la construcción se produce cuando el sujeto interactúa con el objeto del conocimiento cuando esto lo realiza en interacción con otros y cuando es significativo para el sujeto (Piaget, Vygotsky, Ausubel, 1963, p. 39)” viendo a este modelo como esa guía ya mencionada.

Se espera que durante el proceso se denote que el conocimiento es el resultado de todo un proceso que se construye a partir de no solo un conocimiento nuevo, sino de la construcción de ese conocimiento y la experiencia vivida anterior y durante el reconocimiento del mismo; explicándose desde David Ausubel (1963) quien habla de la teoría del aprendizaje significativo el cual dice que “el conocimiento verdadero solo puede nacer cuando los nuevos contenidos tienen un significado a la luz de los conocimientos que ya se tienen”(p.23), reconociendo de esta manera que el sujeto comprende que él es el conjunto de todas las experiencias que ha tenido y que tendrá durante su vida.

Diseño curricular

Para la continuación y desenlace de este proyecto curricular particular de educación física, es necesario plantear los aspectos curriculares que llevarán al desarrollo de este, la forma estructurada de generar un espacio donde se genere la interiorización, proceso perceptivo que se centra en el propio cuerpo y que genera a la persona una toma de conciencia de sus características corporales, (Gallego, 2013, p. 81), que también posibilita la apropiación de la corporeidad en cada sujeto, a partir del conocimiento de sí mismo por medio de la expresión corporal, ya que esta última permite al ser humano desenvolverse y conocerse a sí mismo con los elementos que le son propios.

Al generar espacios para la observación, el análisis y la reflexión de sí mismo, en grandes palabras, el conocimiento de sí mismo (interiorización) aporta a la construcción y apropiación de la corporeidad en cada ser humano, siendo esto infaltable en la clase de educación física, puesto que en el momento que cada persona adquiere un aporte a su corporeidad también estará adquiriendo seguridad de sí mismo y al mismo tiempo en el ámbito motriz.

Para lo anteriormente dicho, se pone en marcha la expresión corporal como tendencia de la educación física, ya que esta forja un espacio para la construcción de sí, en la manera en que cada persona conozca qué es lo que lo hace único y cómo puede expresar y sentirse bien con eso, generando al mismo tiempo una confianza en sí mismo al momento de expresar o comunicar algo determinado con el cuerpo, brindando aprendizajes que no solo se queden o sirvan para el espacio escolar sino también para la vida propia.

En la clase de educación física, es de gran importancia potenciar espacios con contenidos dirigidos a la construcción y apropiación de la corporeidad, teniendo en cuenta la interiorización, conocerse a sí mismo, pensarse y tomar conciencia de lo que el cuerpo puede llegar a comunicar y de igual forma la posibilidad de expresión que este tiene, generando un espacio para la reflexión y para mencionar cómo lo visto o realizado se puede aplicar dentro y fuera de la clase, y de qué modo los aprendizajes fueron de utilidad para su vida. Se toma la expresión corporal, ya que busca el desarrollo de la imaginación, la improvisación, la espontaneidad y la creatividad, obteniendo como resultado un enriquecimiento, conocimiento y crecimiento personal.

Perspectiva humanística

Dimensiones

Los espacios que se van a trabajar estarán girando en torno de algunas dimensiones planteadas por Rubiela Arboleda (2013), entendiéndolas desde este proyecto como un conjunto de saberes, de expresiones y libertades que se van desarrollando a lo largo de la vida y que se ven influenciadas por la sociedad y/o cultura que lo hacen pensarse desde diferentes roles o dinámicas que construyen sujeto como parte del desarrollo humano. Teniendo en cuenta lo anterior, estaremos trabajando con tres dimensiones: la cognitiva, la motora y la comunicativa.

DIMENSIÓN COGNITIVA

Esta dimensión se estará desarrollando con diferentes herramientas que permitan el desarrollo del conocimiento de si, su interiorización y de su corporeidad de la mano con los contenidos disciplinares que se tomaron desde la tendencia de la expresión corporal.

DIMENSIÓN MOTORA

Esta dimensión se centrará en la potencialización de las capacidades de movimiento (reflejos, patrones motrices, habilidades básicas) y de expresión (conocimiento personal, comunicación interpersonal y comunicación introyectiva); Proporcionándole instrumentos para sentir y disfrutar de su corporeidad

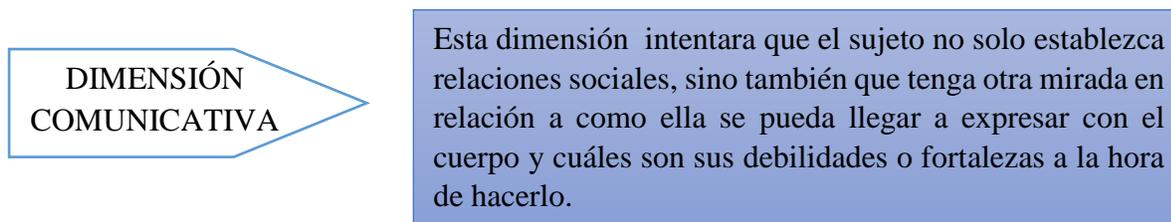


Figura 1 Dimensiones del ser humano a potenciar.

Fuente: propia.

Metodología

Para este diseño curricular, se implementarán talleres en relación a los elementos constitutivos de la expresión corporal, talleres que impliquen que la persona que esté en estos, tenga el espacio para relacionarse consigo mismo, que tenga espacio para generar una conciencia corporal, ampliar la noción global que tiene de su cuerpo, articulándolo con las posibilidades de expresión, los límites, las habilidades y de más, generando un acercamiento a la interiorización y apropiación de su corporeidad.

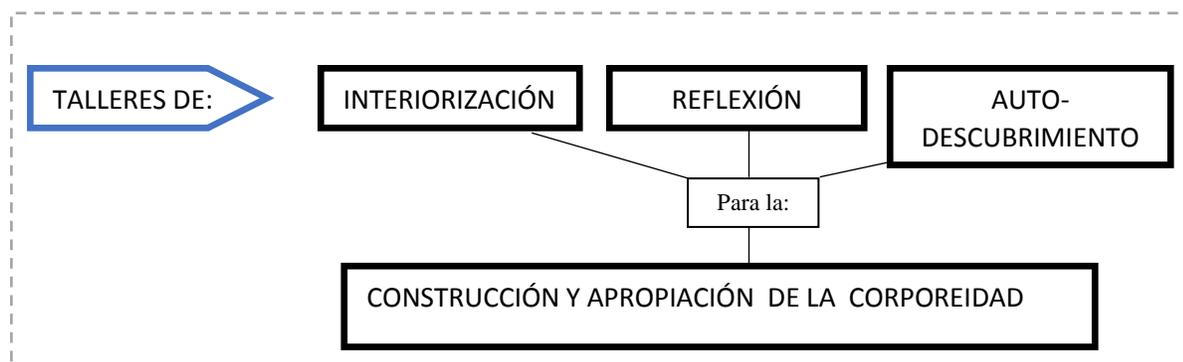


Figura 2 Talleres del proyecto curricular particular.

Fuente: propia.

Estos talleres de interiorización se llevarán a cabo con el modelo pedagógico constructivista por Rafael Flores (1994), teniendo en cuenta propiciar casi siempre la construcción de la persona que esté en estos, casi siempre puesto que no se debe dar por hecho que cada taller generará la construcción de cada sujeto, lo cual lleva a la reflexión de las prácticas que se van realizando taller por taller, ofreciendo herramientas para el conocimiento de sí mismo, de manera que cada persona tome las necesarias o las que le llamen la atención, cuando se habla de herramientas se refiere a momentos donde se pongan en escena aspectos como el esquema corporal, las senso-percepciones, la espontaneidad, la creatividad, la imaginación, la representación y de más elementos que propicien el potenciamiento de las dimensiones cognitiva, lúdica, comunicativa y moral, siendo los autores de estos talleres acompañantes y generadores de espacios.

Lo anteriormente dicho estará de la mano con el modelo pedagógico constructivista, aplicando la teoría de aprendizaje significativo, puesto que cada persona con las experiencias que

ha obtenido a lo largo de su vida, y con el acercamiento o conocimiento que tiene de sí, articula los talleres para obtener un significado y/o una construcción nueva propia.

El tipo de currículo que abarca este proyecto es abierto y flexible en medida que este diseño curricular estará en continuo proceso de revisión y expuesto a modificaciones según las necesidades o posibilidades en el momento de su aplicación, de igual forma, provocando que exista siempre la creatividad para la transformación de este mismo, tomando como referente al doctor en pedagogía Ángel Díaz Barriga (2008), valorando principalmente la observación del proceso de aprendizaje con el fin de determinar la apropiación de los contenidos y el desarrollo de los objetivos, siendo una evaluación formativa, del proceso, la participación, la armonía de los talleres, facilitando el aprendizaje significativo anteriormente mencionado.

La evaluación será guiada por los componentes del aprendizaje significativo por David Ausubel (1963), que privilegia el proceso, los aprendizajes conceptuales de este y la actitud participativa, componentes claves para generar lo que ya fue mencionado: aprendizajes significativos.

Unidad didáctica conociendo mi corporeidad

Descripción:

Teniendo en cuenta lo anterior, se plantea una unidad didáctica por el momento que desarrollará contenidos y elementos que permiten la interiorización, de tal manera, un conocimiento de sí mismo para la construcción de la corporeidad consta de 6 sesiones en las cuales cada intervención tendrá una duración de 2 a 3 horas, y será aplicada en la Universidad Pedagógica Nacional, facultad de educación física, licenciatura en educación física, segundo semestre.

Objetivo didáctico:

Propiciar espacios de interiorización para una construcción y apropiación de la corporeidad, donde la persona que participe de este proyecto sea consciente de que todo lo que interactúa con él hace parte de la formación de su corporeidad y como puede llegar a transformarse por medio del conocimiento de sí.

Contenidos didácticos:



¿QUÉ TANTO ME CONOZCO?

Este contenido didáctico se tendrá en cuenta la conciencia corporal, esta propicia una reflexión, análisis, e interrogación de sí mismo, lo que permite identificar las relaciones de cómo me veo así mismo y de la coherencia que existe en el momento de representarlo corporalmente.

Estará mediada con prácticas que fomenten la conciencia y control del ajuste corporal, la respiración, y la relajación.



2

MOVÁMONOS TIC TAC

Este contenido didáctico se fomentará la importancia de saber controlar nuestro cuerpo cuando se involucra el espacio y el tiempo, el conocer esa parte de nosotros nos hará caer en cuenta que tan conscientes son nuestros movimientos y que faltaría para potenciar esas habilidades.



3

VIENDO DENTRO DE MI

Este contenido didáctico estará mediada por las sensopercepciones, estímulos que permitan a la persona abrirse para el conocimiento de sí mismo, teniendo en cuenta las sensopercepciones interoceptivas, propioceptivas y exteroceptivas.



4

PONIENDO A PRUEBA NUESTRA IMAGINACIÓN

En esta unidad se desarrolla la creatividad y la espontaneidad elementos que aportan a la imaginación y desarrollo de capacidad de expresión y comunicación con el cuerpo.

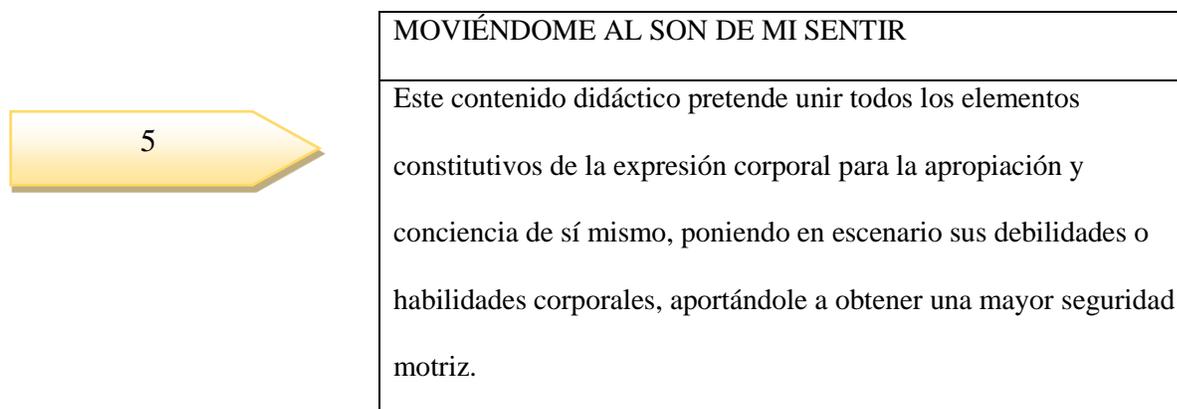


Figura 3 Contenidos didácticos.

Fuente: propia.

Evaluación

La evaluación se está tomando desde el aprendizaje significativo de donde tomamos tres aspectos o dominios para evaluar:

Aspecto cognitivo (conceptual): el cual se encarga de evaluar si el sujeto comprendió el significado o enseñanza del taller.

Aspecto afectivo (valorativo): el cual se encarga de evaluar las actitudes, la autonomía personal, el respeto etc.

Aspecto procedimental (psicomotor): el cual se encargara de evaluar a el sujeto sus capacidades y destrezas motrices.

Como se evaluará

Se estará trabajando con la autoevaluación y la Co-evaluación las cuales se estarán orientando por: Participación, trabajo con la herramienta de evaluación (silueta) y disposición.

Herramienta de evaluación

Se propone como instrumento de evaluación un esquema del cuerpo que se le entregará a cada persona que esté en el taller, como primera medida cada persona dibujara y personalizara este esquema con sus propiedades (nombre, cabello, ojos, nariz, vestuario y de mas) en cada taller se les devolverá el esquema donde por medio de preguntas como: ¿conociste alguna habilidad o debilidad que tienes al expresarte con tu cuerpo? Si es así dibuja o colorea estrellas cerca o dentro de tu dibujo aclarando si fue habilidad, debilidad, o las dos de tal manera que en los próximos talleres esas debilidades sean encerradas porque se aportó herramientas para superarlas. Al final de las intervenciones habrán esquemas llenos o vacíos según nuestros aportes en cada uno de os estudiantes.

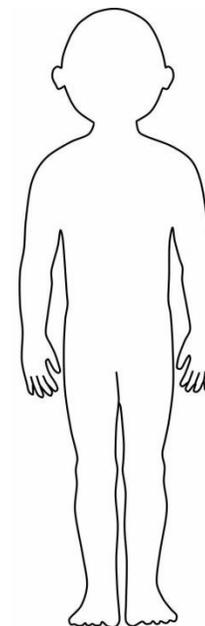


Figura 4 Silueta corporal

Fuente: propia.

Se espera que al final del taller se haga una observación y un análisis del porqué de la silueta, si les agrado, lo que quedo y si da cuenta de su corporeidad, del reconocimiento y/o interiorización de la misma.

Se complementarán con la Co-evaluación en la medida en que se abrirá el espacio para intercambio de opiniones del proceso, la participación conceptual y la actitud, de la misma manera la autoevaluación de los estudiantes según la reflexión y criterio que realice cada persona y la heteroevaluación por parte de los que guían el proyecto teniendo en cuenta el desarrollo que se tuvo durante las sesiones de la mano de la silueta corporal.

Análisis de la experiencia

Este proyecto fue implementado con licenciados en formación de segundo semestre de la universidad pedagógica nacional, con un total de 40 estudiantes, pertenecientes al grupo 01 (mañana), los cuales presentaron desde un inicio una actitud muy atenta hacia el proyecto del cual ellos fueron protagonistas, al igual que las inquietudes por parte del tema de corporeidad.

El utilizar un currículo abierto y flexible permitió una constante revisión y reconstrucción del mismo, permitiendo que a medida de que se llevaban a cabo las intervenciones se modificaran para no perder de vista el propósito general del proyecto. También tuvo un gran impacto a la hora de modificar los tiempos de las intervenciones debido a la anormalidad académica que se tuvo durante el semestre.

Podemos constatar que los procesos de evaluación que realizamos en este proyecto contribuyeron a la construcción de la corporeidad de los maestros en formación, debido a que estos nos dieron cuenta del proceso que tuvieron en el transcurso de las intervenciones y así mismo el crecimiento personal que se dio durante el mismo. La metodología utilizada a partir de los talleres permitió una reflexión acerca de las actividades en tanto abrieron los espacios para plasmar en la silueta corporal la presencia de los elementos de la expresión corporal.

De esta manera las actividades realizadas dieron espacio para reconocer las posibilidades de expresión que puede llegar a tener cada sujeto con su cuerpo, posibilidades que fueron siendo evidentes cada vez más al transcurso de las intervenciones, siendo esto de aporte para su

corporeidad en la seguridad del plano expresivo, dando un cambio notable en la mayoría de estudiantes en el momento de expresarse sobre su descripción, su caracterización, lo que involucra el conocimiento de sí mismo.

Cabe resaltar que la silueta corporal también reflejó la representación de la motivación que se generó a partir de la implementación, fue claro que no se pudo obtener una motivación por parte del grupo en general, así como quedaron siluetas llenas de los elementos que se le brindaron en cada intervención, llenas de color, dedicación y apropiación de las mismas, existen otras que por el contrario quedaron vacías de elementos brindados y la caracterización fue solo hacerla por entregar algo nada más, lo cual representó una falta de comprensión de esta herramienta quizás por falta de comunicación y explicación de nosotras como evaluadoras.

A raíz de la herramienta evaluativa pudimos dar cuenta de:

-En el momento de caracterizar la silueta las mujeres tienden a trabajar o expresarse con más color, y los hombres tienden a ser más básicos en este sentido.

-La herramienta de evaluación denotó la personalidad de cada sujeto.

-Los sujetos tienden a tener conflictos a la hora de caracterizarse o describirse así mismos.

-A la hora de pensar en cómo se debe ver el cuerpo en general, por parte de algunos estudiantes se piensa que solo son válidos o aceptados los cuerpos estéticos.

- Al realizar el análisis con los licenciados en formación de estas siluetas, nos dieron a conocer que esta herramienta les ayudo a pensar de donde o de qué manera se identifican los

elementos de la capacidad expresiva que se desarrollaron en las actividades con su cuerpo, siendo conscientes de ello se piensa en el mejoramiento de las mismas, abriendo espacios para la reflexión e interiorización de la construcción de su corporeidad.

Es gratificante el hecho de haber podido aplicar un instrumento evaluativo creado por nosotras mismas, y que esta silueta corporal ahora pueda ser un reflejo de lo que este proyecto produjo, como docentes al ver el resultado de estas podemos recordar de que propiedad es cada una de las siluetas, por su caracterización, el uso de repetidos colores, y esa aplicación de la singularidad de cada uno de los estudiantes, siendo esto base para observar que si dimos un aporte a la construcción de corporeidad en la mayoría de ellos.

Los talleres como puesta didáctica permitieron dar espacio para un acercamiento al conocimiento de sí mismo, como espacios de movilidad en la medida en que el proceso de interiorización estuvo presente para que cada estudiante se pudiese pensar así mismo, y también escuchar y ver la percepción que el otro tenía de sí de esta manera tener un acercamiento a la capacidad expresiva en cuanto a la comunicación interpersonal, introyectiva y conocimiento corporal, que es muy poco involucrada en la clase de educación física.

Quedo pendiente el cierre de todos los talleres planeados en la unidad didáctica, debido a la anormalidad académica, también el apoyar a los estudiantes a que propongan estos contenidos al transcurso de la carrera ya que esto permite al licenciado en formación de educación física tener una mayor seguridad de sí, y una mayor confianza al expresarse corporalmente en su vida.

Este proyecto fue una experiencia que necesito de mucha dedicación, desde la construcción hasta su implementación; al hacer una propuesta curricular entendimos que no es una acción fácil, que conllevó tres semestres de estudio y constante reflexión, el hecho de la implementación nos permitió reconocer que tenemos unos saberes y que somos capaces de ponerlos en acción con otros, es uno de los aspectos que han favorecido nuestro ser, nuestra formación como docentes y nuestra corporeidad.

Conclusiones

La clase de educación física se encarga de abrir espacios de construcción de corporeidad haciendo que el estudiante se sienta seguro consigo mismo, en su sentir, su expresar, y su accionar en el mundo pues esta debe ser considerada como pilar de la construcción de la corporeidad de cada sujeto, ya que es una de las clases donde se puede potencializar al estudiante viéndolo como sujeto que es singular y poseedor de experiencias y no como algo vacío que se tiene que llenar de solo conocimientos.

La herramienta evaluativa que se creó para la implementación tuvo una muy buena afinidad por parte de los estudiantes, ya que vieron una nueva forma de expresar los aportes dados por este proyecto, sin embargo a raíz de los resultados se pudo notar que se debe mejorar la explicación de esta misma como herramienta de evaluación para producir un mejor desarrollo y una mejor comprensión de la misma.

El utilizar la expresión corporal en la clase de educación física posibilita al sujeto pensarse como un ser en constante construcción y transformación, sumando el reconocer las posibilidades de expresión que puede llegar a tener el cuerpo. Al reconocer que estas posibilidades muestran diferentes facetas que guían al estudiante a un conocimiento de sí mismo.

La corporeidad como aspecto fundamental en la construcción del sujeto, hace necesaria la integración de la misma en la case de educación física, tomando como interventor al maestro en pro de desarrollo holístico de sus estudiantes.

Referencias Bibliográficas

Grasso, A. E. (2009). La corporeidad, un cambio conceptual: la educación física cambia. Argentina. Editorial novedades educativas.

Gómez, J. (2002). La educación física en el patio: una nueva mirada. Argentina. Editorial Stadium.

Gallego, F. (2012). Esquema corporal y praxia: bases conceptuales. Chile. Editorial Wanceulen.

Díaz, B. A. (1992). Curriculum y evaluación escolar. (Versión Adobe Digital Reader). Recuperado en http://www.minedu.gob.bo/micrositios/biblioteca/disco-1/alternativa_especial/curriculo/40.pdf

Flores, O. R. (1994). Hacia una pedagogía del conocimiento: modelo pedagógico. Editorial Me Graw Hill.

Arboleda, R. (2006). El cuerpo ¿medio o mediación? .Expresiones motrices. Recuperado de file:///C:/Users/user/Desktop/ArboledaGomezRubiela_2006_el_cuerpo_medio_o_mediacion.pdf

Arteaga, M. (2001). Didáctica de la expresión corporal. Barcelona. Editorial Inde.

Neef, M. (2009). Desarrollo a escala humana: una opción para el futuro. (Versión Adobe Digital Reader). Recuperado de http://www.daghammarskjold.se/wp-content/uploads/1986/08/86_especial.pdf

Anexos

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p>	<p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR (PCP) 2018-2</p>
<p>CONTENIDO / S : PRESENTACIÓN Y CONOCIMIENTO GENERAL DEL GRUPO</p>	
<p>PROPÓSITO GENERAL</p>	<p>Generar un espacio de presentación del grupo con el que se van a desarrollar los talleres.</p>
<p>PROPÓSITOS ESPECÍFICOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Presentar el proyecto utilizando algunos juegos de acercamiento y conocimiento. -Generar espacios de conocimiento grupal e individual. -Propiciar momentos para reconocer intereses grupales e individuales.
<p>DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES</p>	<p>-Jugar Stop y cada que se llegue de hacer un recorrido preguntarles cosas sobre ellos e ir explicando nuestro proyecto</p>

SEGUIMIENTO EVALUATIVO:	
<ul style="list-style-type: none"> - disposición y compromiso con cada sección del taller. - observación e introyección propia con el desarrollo de cada sección. - compartir vivencia, comentarios y observaciones después participar en el taller. - Marcar la silueta corporal según la pregunta o parámetro estableció en esta intervención. 	
OBSERVACIONES	

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p>	<p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p> <p>FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA</p> <p>LIC. EDUCACIÓN FÍSICA</p> <p>PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR (PCP)</p> <p>LA CORPOREIDAD COMO EXPONENTE DE LO QUE SOMOS</p> <p>2018-2</p>
CONTENIDO / S : ¿QUÉ TANTO ME CONOZCO?	
PROPÓSITO GENERAL	<p>Propiciar espacios de interiorización para una construcción y apropiación de la corporeidad, donde la persona que participe de este proyecto sea consciente de que todo lo que interactúa con él hace parte de la formación de su corporeidad y como puede llegar a transformarse por medio del conocimiento de sí.</p>
PROPÓSITOS ESPECÍFICOS	<ul style="list-style-type: none"> -Generar espacios de conocimiento corporal individual. -Propiciar momentos para reconocer el dialogo corporal propio. -utilizar algunas de las posibilidades de expresión del cuerpo. - poner en práctica los elementos constitutivos de la conciencia corporal

	(esquema corporal, control y ajuste postural, respiración, lateralidad, sensopercepciones, y relajación)
DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	<ul style="list-style-type: none"> -Iniciación con movimientos libres por el espacio con y sin música. - Interacción con objetos, de tal manera que sean manipulados con diferentes partes del cuerpo, en diferentes tiempos y espacios. - Actividad de lo que hace el rey lo hace la mona, los participantes eligen un rey e imitan sus posturas, gestos, sonidos y movimientos, de forma que todos sean rey en algún momento. - Juego con globo, se trasportara de manera individual y grupal solo con soplos o respiración, con diferentes alturas, diferentes lateralidades, y diferentes velocidades. -Taller con el espejo. - Vuelta a la calma
SEGUIMIENTO EVALUATIVO:	<ul style="list-style-type: none"> - disposición y compromiso con cada sección del taller. - observación e introyección propia con el desarrollo de cada sección. - compartir la experiencia después participar en el taller. -Marcar la silueta corporal según la pregunta o parámetro estableció en esta intervención.
OBSERVACIONES	

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p>	<p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR (PCP) LA CORPOREIDAD COMO EXPONENTE DE LO QUE SOMOS 2018-2</p>
<p>CONTENIDO / S :MOVÁMONOS TIC TAC</p>	
<p>PROPÓSITO GENERAL</p>	<p>Propiciar espacios de interiorización para una posible construcción y apropiación de la corporeidad, donde la persona que participe de este proyecto sea consciente de que todo lo que interactúa con él hace parte de la formación de su corporeidad y como puede llegar a transformarse por medio del conocimiento de sí.</p>
<p>PROPÓSITOS ESPECÍFICOS</p>	<p>-Se espera que el estudiante reconozca e identifique como se desarrolla su cuerpo en el espacio, teniendo en cuenta los objetos a su alrededor y como estos afectan su movilidad en el mismo.</p> <p>- Se espera que el estudiante pueda moverse y/o manipular objetos por medio de pulsaciones, compases o tiempos, esperando que sus movimientos tengan coherencia con los mismos.</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES</p>	<p>MOVILIAD AL SON DEL RITMO</p> <p>-La actividad consiste en que el estudiante por medio de diferentes ritmos se mueva en el espacio como él quiera (esto se realizara con los vendados y/o con los ojos destapados), haciendo que sus movimientos sean coherentes con el ritmo que se esté escuchando en ese momento.</p> <p>-luego que el estudiante reconozca algunos ritmos (pulsos, compas etc.) al estudiante se le entregara un objeto de su preferencia y se le dará un tiempo para que pueda realizar un</p>

	<p>pequeño baile con el objeto con la única condición de que sus movimientos tengan coherencia con el ritmo que se esté trabajando.</p> <p>UN PASO AL FRENTE Y OTRO ATRÁS</p> <p>-El juego se desarrollara en dos grupos los cuales tendrán que obtener un objeto que estará en un lugar en específico;</p> <p>*La primera condición del juego será que todo el grupo se desplazara dando un paso al frente y dos hacia atrás.</p> <p>* El espacio tendrá ciertos obstáculos o condiciones los cuales aran que los participantes manejen: Niveles, planos, direcciones, trayectorias y formaciones.</p>
<p>SEGUIMIENTO EVALUATIVO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - disposición y compromiso con cada sección del taller. - observación e introyección propia con el desarrollo de cada sección. - compartir la experiencia después participar en el taller. 	
OBSERVACIONES	

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p>	<p style="text-align: center;">UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p> <p style="text-align: center;">FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA</p> <p style="text-align: center;">LIC. EDUCACIÓN FÍSICA</p>
--	--

	PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR (PCP) LA CORPOREIDAD COMO EXPONENTE DE LO QUE SOMOS 2018-2
CONTENIDO / S : VIENDO DENTRO DE MI	
PROPÓSITO GENERAL	Propiciar espacios de interiorización para una posible construcción y apropiación de la corporeidad, donde la persona que participe de este proyecto sea consciente de que todo lo que interactúa con él hace parte de la formación de su corporeidad y como puede llegar a transformarse por medio del conocimiento de sí.
PROPÓSITOS ESPECÍFICOS	<ul style="list-style-type: none"> -Generar que el sujeto se abra a estímulos que propicien un conocimiento corporal propio. - Trabajar la clasificación de las sensopercepciones. (interoceptivas, propioceptivas y exteroceptivas) -Abrir espacio de percepción propia y grupal (imagen corporal).
DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES	<p>PRESENTACION</p> <p>-Alrededor de un circulo se les pedir a los integrantes que se presenten, pero no que nos digan su nombre y su edad sino que nos digan cuáles son sus debilidades y fortalezas</p> <p>SILLA VACIA</p> <p>al sujeto se le pondrá en medio del circulo y se le gritaran cualidades o características</p> <p>IMPRESION DE SÍ</p> <p>El sujeto hará un dibujo de sí mismo, esa representación de si mismo será rotada por los integrantes del grupo para que le escriban cualidades de la persona.</p>

	<p>EL ESPEJO DELATOR</p> <p>-En esta actividad los participantes se pondrán en frente de un espejo (o de un dibujo o símbolo de lo que son) y trabajaran todo el tiempo con ellos mismo, se les pedirá que se coqueteen, se elogien, interactúen, etc.</p>
<p style="text-align: center;">SEGUIMIENTO EVALUATIVO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - disposición y compromiso con cada sección del taller. - observación e introyección propia con el desarrollo de cada sección. - compartir la experiencia después participar en el taller. -Marcar la silueta corporal según la pregunta o parámetro estableció en esta intervención. 	
OBSERVACIONES	

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p>	<p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</p> <p>FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA</p> <p>LIC. EDUCACIÓN FÍSICA</p> <p>PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR (PCP)</p> <p>LA CORPOREIDAD COMO EXPONENTE DE LO QUE SOMOS</p> <p>2018-2</p>
<p>CONTENIDO / S :PONIENDO A PRUEBA NUESTRA IMAGINACIÓN</p>	

<p>PROPÓSITO GENERAL</p>	<p>Propiciar espacios de interiorización para una posible construcción y apropiación de la corporeidad, donde la persona que participe de este proyecto sea consciente de que todo lo que interactúa con él hace parte de la formación de su corporeidad y como puede llegar a transformarse por medio del conocimiento de sí.</p>
<p>PROPÓSITOS ESPECÍFICOS</p>	<p>-Se espera que el estudiante sea consciente de su ambiente social, esperando que se exprese de diferentes maneras dependiendo el lugar y el rol que está desempeñando</p> <p>-Producir y expresar contenidos, temas, representaciones originales y espontaneas.</p> <p>-Tomar elementos de la educación física con relación a sí mismo para conocimiento y representación de habilidades y debilidades corporales.</p> <p>-Generar espacios de improvisación y espontaneidad corporal individual y grupal</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES</p>	<p>EL ROL DEL HOMBRE EN LA SOCIEDAD</p> <p>-La actividad consiste en que a él sujeto se le darán diferentes roles en diferentes espacios tratando que él sujeto tenga que pensarse con diferentes cualidades e identidades sociales.</p> <p>*Estas estarán variando según como se desarrolle la actividad intentando que se cree una mini sociedad.</p> <p>* Allí también se harán diferentes monólogos con decididos por papelitos que se escogerán al azar y en los cuales están escritos contextos y emociones.</p> <p>* Se intentara que tomen elementos de la educación física que se relacionen con sí mismos para mostrar su potencial.</p>

SEGUIMIENTO EVALUATIVO:	
<ul style="list-style-type: none"> - disposición y compromiso con cada sección del taller. - observación e introyección propia con el desarrollo de cada sección. - compartir la experiencia después participar en el taller. - Marcar la silueta corporal según la pregunta o parámetro estableció en esta intervención. 	
OBSERVACIONES	

 <small>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL</small>	UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA LIC. EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR (PCP) LA CORPOREIDAD COMO EXPONENTE DE LO QUE SOMOS 2018-2
CONTENIDO / S : MOVIENDOME AL SON DE MI SENTIR	
PROPÓSITO GENERAL	Propiciar espacios de interiorización para una posible construcción y apropiación de la corporeidad, donde la persona que participe de este proyecto sea consciente de que todo lo que

	<p>interactúa con él hace parte de la formación de su corporeidad y como puede llegar a transformarse por medio del conocimiento de sí.</p>
<p>PROPÓSITOS ESPECÍFICOS</p>	<p>-Se espera que el estudiante adapte y sea consciente de sus reacciones con relación a su cuerpo; respondiendo a lo que sus sentimientos y su entorno le piden.</p> <p>-Generar espacios de comunicación e interacción con el rostro.</p> <p>-Asignar diferentes elementos para la representación corporal y gestual.</p> <p>-Plantear coreografías que genere la iteración de habilidades expresivas propias y grupales.</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES</p>	<p>PELEA DE EMOCIONES</p> <p>-La actividad se desarrollara por dos grupos los cuales tendrán que enfrentarse uno contra otro con diferentes retos como:</p> <p>Variaciones de</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adivina ¿quién? • Las pastillitas • La ronda de las caras <p>ESPEJO DE PAREJAS</p> <p>-La actividad consiste en ser el espejo de un compañero intentando hacer pasos o coreografías que caractericen a cada uno</p> <p>ENTENDIENDOME SIN HABLAR</p> <p>-La actividad cosiste en que por equipos traten de dar un mensaje al equipo contario. La única condición es que no pueden emitir ningún sonido.</p>

SEGUIMIENTO EVALUATIVO:

- disposición y compromiso con cada sección del taller.
- observación e introyección propia con el desarrollo de cada sección.
- compartir la experiencia después participar en el taller.
- Marcar la silueta corporal según la pregunta o parámetro estableció en esta intervención.

OBSERVACIONES