

**El Desarrollo Motor y su Influencia en la Formación de Sujetos Proactivos**

**Diego Camilo Ávila Candela**  
**Vanessa Carvajal Hernandez**  
**Rubén Darío Rodríguez Fuentes**  
**Bryan Mauricio Skinner Martínez**

**Tutor: Juan Manuel Villanueva Godoy**

**Universidad Pedagógica Nacional de Colombia**

**Junio**

**2021**

### **Dedicatoria**

La culminación de este proceso, y el escrito que deja constancia del camino recorrido, lo dedicamos a nuestros padres amados, hermanos, y todas aquellas personas que guardan un lugar especial en nuestras almas y mentes. Gracias por ser ese ejemplo de vida, apoyo constante y mano amiga en tiempos de bonanza y dificultad. Los amamos con el corazón.

### **Agradecimientos**

A los estudiantes y padres de familia del grupo 601 del colegio Liceo Integrado de Zipaquirá, que, con su apoyo y participación activa desde casa durante los diferentes encuentros académicos, ayudaron a que todo el proceso se desarrollara de la mejor manera posible dentro de este momento atípico de la virtualidad, a ellos un especial agradecimiento por el importante papel que desempeñaron, permitiendo que este proyecto se llevara a cabo de la mejor forma posible.

Además, agradecemos a todos aquellos maestros que con sus enseñanzas nos permitieron crecer no solo como profesionales, sino, además, como personas que desean aportar al cambio social y al desarrollo de procesos educativos de calidad en Colombia.

Gracias.

**Tabla de Contenido****Contenido**

Dedicatoria .....	2
Agradecimientos .....	3
Tabla de Contenido .....	4
Lista de Figuras .....	7
Lista de Siglas .....	9
Introducción .....	10
Problema .....	12
Justificación .....	13
Objetivos .....	15
General .....	15
Específicos .....	15
Fundamentación Contextual .....	16
La Educación Física .....	16
Desarrollo Motor .....	19
Proactividad .....	21
Educación Física, Desarrollo Motor y Proactividad .....	23
Antecedentes .....	25
Marco Legal .....	28
Segundo Capítulo .....	30
Perspectiva Humanística .....	30
Cultura .....	32
Sociedad .....	33
Desarrollo Sociocultural Humano a Través del Movimiento: .....	34
Desarrollo Humano .....	34
Perspectiva Pedagógica .....	37

Concepción de Educación.....	37
Concepción de Educación Física .....	39
Modelo Pedagógico .....	41
Rol del Docente y Rol del Estudiante .....	44
Perspectiva Disciplinar (Tendencia Disciplinar) .....	47
Tercer Capítulo .....	51
Diseño de Implementación .....	51
Currículo .....	51
Macrodisño y Microdisño .....	57
Ficha de Evaluación Motora .....	68
Ficha de Autoevaluación: .....	73
Ficha Evaluativa de la Unidad 1 - Autoconocimiento .....	75
Ficha de Observación Grupal.....	82
Encuesta de la Proactividad .....	84
Relación de Instrumentos de Recolección de Información.....	86
Ejecución Piloto .....	87
Microcontexto .....	87
Población.....	87
Aspectos Educativos .....	87
PEI: .....	87
Plan de estudios para el área de educación física de grado sexto: .....	88
Planta Física .....	90
Macrodisño y Microdisño .....	90
Cronograma.....	91
Plan de Clases o Sesiones .....	92
Sesión Número 1 - Clase Introductoria.....	92
Sesión 2 - Sesión Diagnóstica Inicial.....	93

Sesión 3 - Los Segmentos Corporales .....	97
Sesión 4 - Los Sistemas Corporales.....	98
Sesión 5 - Mis Fortalezas y Debilidades.....	99
Sesión 6: Reconozco Mis Emociones.....	100
Sesión 7: Regulación Emocional .....	101
Sesión 8: Exteriorización de Emociones y Sentimientos.....	104
Sesión 9 - Consciencia postural y posicional.....	105
Sesión 10 - Capacidades Físicas .....	106
Sesión 11 - Los Movimientos Biomecánicos del Cuerpo .....	107
Sesión 12 - Sesión Evaluativa Final.....	109
Análisis de la Experiencia.....	120
Incidencias en el Contexto y en las Personas.....	120
Sobre el Desarrollo Motor .....	120
Conclusiones Sobre el Desarrollo Motor .....	123
Sobre la Autonomía y el Proceso Evaluativo de la Unidad 1 .....	123
Análisis del Proceso Evaluativo de la Unidad 1 .....	126
Análisis Final del Proceso Evaluativo de la Unidad 1:.....	131
Sobre la Proactividad .....	132
Conclusiones.....	149
Incidencias en el Diseño .....	151
Recomendaciones .....	152
Referencias.....	153

### Lista de Figuras

<b>Ilustración 1.</b> Características del rol docente y el rol del estudiante. ....	46
<b>Ilustración 2.</b> Características del rol docente y el rol del estudiante. ....	46
<b>Ilustración 3.</b> Contenidos y propósitos del proyecto. ....	52
<b>Ilustración 4. Macrodisño.</b> .....	58
<b>Ilustración 5.</b> Microdisño.....	61
<b>Ilustración 6.</b> Ficha de evaluación pruebas motoras.....	72
<b>Ilustración 7.</b> Ficha de autoevaluación. ....	74
<b>Ilustración 8.</b> Ficha de Evaluación Unidad 1 – Autoconocimiento.....	76
<b>Ilustración 9.</b> Ficha de Observación Grupal. ....	83
<b>Ilustración 10.</b> Encuesta sobre la proactividad. ....	86
<b>Ilustración 11.</b> Cronograma de implementación piloto. ....	91
<b>Ilustración 12. Dibujo realizado por uno de los estudiantes en clase.</b> .....	103
<b>Ilustración 13. Ilustración 12.</b> Dibujo realizado por uno de los estudiantes en clase. .....	103
<b>Ilustración 14. Ilustración 12.</b> Dibujo realizado por uno de los estudiantes en clase. .....	103
<b>Ilustración 15.</b> Ilustración 12. Dibujo realizado por uno de los estudiantes en clase. .....	104
<b>Ilustración 16.</b> Ficha de autoevaluación. ....	116
<b>Ilustración 17.</b> Formulario de Autoevaluación.....	123
<b>Ilustración 18.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 4.....	133
<b>Ilustración 19.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 4.....	134
<b>Ilustración 20.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 5.....	135
<b>Ilustración 21.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 5.....	135
<b>Ilustración 22.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 7.....	137
<b>Ilustración 23.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 7.....	137
<b>Ilustración 24.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 8.....	138
<b>Ilustración 25.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 8.....	138
<b>Ilustración 26.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 10.....	140
<b>Ilustración 27.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 10.....	140
<b>Ilustración 28.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 11.....	141
<b>Ilustración 29.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 11.....	141
<b>Ilustración 30.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 12.....	142

<b>Ilustración 31.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 12.....	143
<b>Ilustración 32.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 13.....	144
<b>Ilustración 33.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 13.....	144
<b>Ilustración 34.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 15.....	146
<b>Ilustración 35.</b> Resultados de la encuesta, pregunta 15.....	146



**Lista de Siglas**

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

### **Introducción**

La asignatura de educación física a través del tiempo en su modalidad formal, se ha visto marginada, relegada y con bajo estatus educativo por parte de padres, directivas e incluso profesores, llegando así a convertirse en una asignatura opcional o de segunda categoría, generando esto, que en las primeras etapas formativas, sean los docentes de educación inicial, quienes deban sobrellevar la responsabilidad del proceso de enseñanza-aprendizaje de esta disciplina, aun cuando no poseen las herramientas ni los conocimientos disciplinares pertinentes para enfrentarse a esta labor.

Por otra parte (y principalmente en grados superiores) en muchas ocasiones, aunque un docente de educación física se encuentre al frente de la clase en mención, los contenidos y/o la forma de abordar los mismos en el espacio, pueden resultar inadecuados para los estudiantes, propiciando fenómenos de exclusión de las personas menos hábiles o en su defecto, que el proceso de enseñanza-aprendizaje no sea fructífero y se obvien experiencias esenciales para la formación humana integral. En consecuencia, contenidos relevantes y trascendentales de esta disciplina, se convierten, simplemente, en un uso recreativo del tiempo, o en una actividad enfocada en el esfuerzo y en el sudor (activismo o hacer por hacer) obviando el desarrollo biológico, motor y social de los educandos.

Este entramado de acontecimientos ha llevado a que algunos estudiantes presenten dificultades motoras, sociales y emocionales, no solamente en el contexto escolar, sino aún en su cotidianidad, destacándose entre estos inconvenientes además de la forma de moverse e interactuar con su entorno, la resolución de problemas, la interacción y comunicación con sus congéneres, la capacidad de asumir posiciones de liderazgo, y en general el desarrollo de una visión proactiva frente a la vida misma. Esto se debe en gran medida a que ese desarrollo motor obviado por los procesos previamente mencionados resulta esencial "(...) para sobrevivir en este medio cultural construido por la comunidad social en la que se ha nacido necesita de un mecanismo de adaptación que le permita asimilar la cultura de su comunidad para integrarse en ella y así sobrevivir." (Bolaños, 2010, p. 48); pero aún más, no solo que permita que el sujeto sea capaz de adaptarse a las condiciones espaciotemporales que lo envuelven, sino que, brinde al mismo herramientas cognitivas, emocionales, físicas y sociales que le ayuden a transformar su realidad; es decir, que el sujeto asuma un rol como creador y modelador de su existencia y del mundo a su alrededor.

En consecuencia, se hace manifiesto el abordaje de una educación física pragmática y crítica, que no solamente aborde contenidos curriculares de una asignatura, actividades deportivas y/o desarrolle prácticas descontextualizadas y enmarcadas en el activismo, sino

además, que fomente un desarrollo físico, cognitivo y social, que le permita a las personas interactuar, aprender y experimentar en el mundo que lo rodea, frente a aspectos sociales y cotidianos.

En el presente escrito se genera un acercamiento respecto a la importancia que cobra la disciplina de la educación física en el desarrollo motor, social, emocional y cognitivo de la persona, y específicamente en la formación de sujetos proactivos que respondan de manera adecuada a las necesidades propias y del entorno que los envuelve. Siendo la proactividad “No sólo tomar la iniciativa. Significa que, como seres humanos, somos responsables de nuestras propias vidas. Nuestra conducta es una función de nuestras decisiones, no de nuestras condiciones. (...) Tenemos la iniciativa y la responsabilidad de hacer que las cosas sucedan.” (Covey, 2003, p. 42,43).

Para tal fin, se implementan como medio pedagógico y didáctico, actividades que permitan potenciar los patrones básicos de movimiento en los estudiantes, siendo los mismos planteados en relación a su edad, propiciando así la formación de un sujeto no solo motoramente hábil, sino, primordialmente proactivo, comprendiéndose por personas proactivas, aquellas que “toman la iniciativa, asumen el control de las situaciones y se responsabilizan de sus propios actos, no dejándose llevar por su entorno” (Prieto Toraño, 2015, citado por Castilla, S, 2018, p. 3).

Por tanto, a través de este escrito se busca ahondar en las dinámicas que propendan por el desarrollo motor y la influencia de este en la potenciación de las características propias de un sujeto proactivo.

### **Problema**

A través de los diferentes procesos de observación y la experiencia tanto educativa como personal de los autores del presente proyecto, se ha hecho visible una problemática que aqueja a ciertas personas partícipes de los diferentes procesos desarrollados en la educación formal, la cual es la falta de proactividad y por ende, de iniciativa y liderazgo de los alumnos en diferentes contextos y frente a variadas situaciones, siendo ésta alimentada por la carencia tanto de prácticas motoras significativas guiadas por un proceso pedagógico consciente y contextualizado que resulte acorde a las necesidades propias de su comunidad, como de interacciones sociales prolíficas que nutran los procesos comunicativos, cognitivos del sujeto.

La problemática previamente mencionada se acentúa en el área de la educación física, por factores como la falta de idoneidad o conocimiento disciplinar y práctico del docente que asume la enseñanza, o en su defecto la falta de interés del mismo por desarrollar un proceso tanto pedagógico como educativo debidamente contextualizado y por ende eficiente, generando así que en muchas ocasiones, las prácticas o contenidos abordados en el espacio educativo, se vean enmarcados en el activismo o en prácticas netamente recreativas, obviando así el desarrollo motor de la persona y los beneficios tanto sociales, emocionales como cognitivos que el mismo debería propiciar, contribuyendo de esta manera a la formación de sujetos con pocas cualidades de liderazgo e iniciativa.

Por ende, si se efectúan prácticas corporales adecuadas, mediadas por procesos pedagógicos conscientes, que contribuyan a un desarrollo motor prolífico y contextualizado, “Es posible afirmar que, si los niños llegan a ser capaces de integrar los estímulos múltiples de su ambiente y por ende de reaccionar a ellos, su adaptación total habrá de mejorar.” (Bolaños, 2010, p. 176) siendo dicha adaptación contemplada no solamente desde la dimensión corpórea del sujeto, sino en su capacidad de aprender e interactuar con el mundo y con sus congéneres, y aún más, se permite así que el mismo, a través de la experimentación motriz que vivencia, desarrolle habilidades para la transformación de diferentes situaciones y problemáticas de su entorno.

### **Justificación**

Siendo anteriormente establecida la problemática que compete a afrontar en el presente proyecto, en este apartado, se plasman las razones por las cuales, cobra relevancia el mismo. Siendo uno de los motivos fundamentales para su implementación la formación de un sujeto que tenga una actitud proactiva frente a los diversos retos y situaciones que afronte en los ámbitos de su vida tanto individual como social.

Dicho sujeto proactivo, no sólo se acoge a las condiciones del entorno o se adapta a las situaciones que pueda vivenciar en su existencia corpórea, sino que asume el liderazgo para cambiar las características tanto internas como externas que le afectan negativamente a sí mismo y a su comunidad. A su vez, más allá de ser un sujeto que se hace partícipe de diferentes prácticas o actividades por el simple hecho de figurar, actúa de manera pragmática (conocimiento + práctica) y crítica, y por ende efectiva, acorde a las necesidades y/o problemáticas que es capaz de evidenciar.

Del mismo modo, el sujeto proactivo, y como ya se ha podido denotar previamente, asume en su quehacer, una responsabilidad y una ética que no solo redundan en su propia existencia, sino que, con su palabra, pensamiento, acción y omisión, busca guiar a otros no solo en la búsqueda o teorización de una mejor sociedad, sino en la construcción cooperativa y solidaria de la misma.

Es así, que esta actitud y autoconocimiento asumido por el sujeto proactivo, es estimulada en gran parte por las experiencias motoras que él mismo adquiere en el transcurso de su existencia, y la capacidad y seguridad que las mismas le brindan para enfrentarse a su ambiente y apropiarse de él, pues el sujeto al moverse, no solo siente y reconoce su entorno, sino que progresivamente, adquiere la capacidad de transformarlo y hacer del mismo una nueva creación que gire entorno a sus deseos y necesidades. Es así que el ser humano en movimiento e interacción deja de acogerse a las condiciones e inclemencias del medio, y logra que dichas cosas a su alrededor se moldeen y se adapten a su forma de existir.

Por otra parte, este proyecto permite que el docente de educación física más allá de buscar únicamente la formación de ese sujeto proactivo, sea él mismo, quien en una primera instancia asuma esa forma de pensar, sentir y ser proactiva, al evitar no solo desarrollar las prácticas y contenidos que aborde en su espacio de manera mecanicista o descontextualizada, sino aún más tomando las riendas de dicho proceso y a través del análisis tanto de sus estudiantes, como del contexto que determina el proceso de enseñanza-aprendizaje y por ende permitiendo que este sea más prolífico y gratificante, nutriendo multidimensionalmente a los participantes del mismo. Esta actitud, previamente mencionada, podría generar que una

disciplina tan subestimada como lo es la educación física pudiese llegar a tener un mejor estatus y un lugar de mayor importancia en los espacios académicos de la escuela y en la vida en general, contribuyendo así a que los imaginarios del área cambien y se concientice a los sujetos acerca de la trascendencia de esta, y su relevancia para propiciar una mejor calidad de vida.

Finalmente es posible argumentar que la formación de dicho sujeto, y por ende la existencia del presente proyecto se denota pertinente en la medida que las características del ser proactivo, permiten que el mismo a través de su accionar en el mundo se convierta en un agente cooperativo de cambio social, y por ende propiciar ese desarrollo humano en el cual no se propenda por el bienestar individual, sino por un bienestar comunitario, equitativo y ambientalmente sostenible, que asuma como esenciales las características de sujeto proactivo además de tener un rol activo y participativo dentro de su cultura y sociedad.

## **Objetivos**

### **General**

Contribuir a la formación de sujetos proactivos a través de prácticas motoras que aborden sus dimensiones física, social, emocional y cognitiva.

### **Específicos**

- 1) Realizar un acercamiento teórico acerca de la importancia del desarrollo motor como medio esencial en la formación de sujetos proactivos.
- 2) Implementar prácticas motoras que nutran las diferentes cualidades propias de un sujeto proactivo.
- 3) Identificar la relación entre el desarrollo motor y la proactividad del sujeto en diferentes actividades de la clase de educación física.
- 4) Evaluar la aptitud proactiva del sujeto y su evolución gracias a los estímulos propiciados

## Fundamentación Contextual

### La Educación Física

Poniendo en contexto este Proyecto Curricular Particular (PCP) a nivel social, político y cultural, encontramos que la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), reconoce en la *Carta internacional de educación física, la actividad física y el deporte (2015)*, que las anteriores disciplinas, son un derecho fundamental para todas las personas, las cuales deben verse respaldadas por organismos gubernamentales, deportivos y educativos, ya que generan bienestar en las personas, comunidades y sociedad en general, al fomentar el desarrollo de la salud, tanto física como psicológica, la función cognitiva, las relaciones y vínculos sociales, el fortalecimiento de valores como la cooperación, el trabajo en equipo, el respeto, la tolerancia, y demás, que contribuyen en diferentes dimensiones tanto subjetivas como comunitarias.

De igual forma, la educación física y “*Un estilo de vida activo contribuye a la prevención de las enfermedades cardíacas, de la diabetes y del cáncer, así como de la obesidad, y contribuye en última instancia a la disminución de las muertes prematuras. Reduce además los gastos de salud, aumenta la productividad, y fortalece la participación ciudadana y la cohesión social*” UNESCO (2015).

Además, se plantea que las actividades propias de la educación física deben ser ambientalmente amigables y sostenibles, desarrollarse en un entorno seguro que proteja la dignidad, los derechos y la salud de todos, ser dirigidas por personal cualificado que asuma la responsabilidad de todas las personas a su cargo, al velar por su desarrollo, seguridad y participación en la comunidad y contar con los espacios y materiales adecuados que respondan a las necesidades de los participantes, teniendo en cuenta la población, la edad, el clima, y demás características contextuales. (UNESCO, 2015).

Del mismo modo, la UNESCO, junto con entidades como la Comisión Europea, el Consejo Internacional para la Ciencia del Deporte y la Educación Física (ICSSPE), el Comité Olímpico Internacional (COI), el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), la Oficina de las Naciones Unidas para el Deporte, el Desarrollo y la Paz (UNOSDP) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) en su publicación *Educación Física de Calidad (EFC), guía para los responsables políticos (2015)*, plantean la importancia de la educación física en el ámbito formal como una principal herramienta para la consecución de hábitos de vida saludable, en la lucha contra el sedentarismo, considerada por la OMS una pandemia global causante de millones de muertes a nivel mundial. Esta publicación muestra la importancia de invertir en



una EFC en el ámbito formal, ya que es la única asignatura que complementa los procesos de enseñanza al combinar “(...) la competencia corporal y física con la comunicación y el aprendizaje basado en valores” y por tanto representa “(...) un portal de aprendizaje para tener éxito en el siglo XXI”, para la consecución de un desarrollo integral de la motricidad del estudiante generando que los aprendizajes construidos contribuyan a su desenvolvimiento en la sociedad.

Dicho lo anterior, la educación física paulatinamente se ha ido transformando de acuerdo con las exigencias que la sociedad hace a la educación, cobrando relevancia y aceptación por una gran parte de la población, convirtiéndose así en un área fundamental en la educación básica y media. Ministerio de Educación Nacional (MEN) (2010). Según el MEN en su documento *Serie de lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte*, de acuerdo con la Ley 115 de 1994 art.14, “el área de educación física, recreación y deportes origina uno de los fines de la educación colombiana (...) y además constituye un proyecto pedagógico transversal”.

Por tanto la educación física como “disciplina que estudia la disposición del cuerpo humano para adoptar posturas y ejercer movimientos que favorecen su crecimiento y mejoran su condición física” (MEN, 2010), es un área fundamental del currículo debido que esta proporciona al educando un desarrollo mental, físico y emocional simultáneo, desde sus diferentes experiencias y prácticas motrices, convirtiéndolo así en un desarrollo integral para los estudiantes, frente a esto el MEN en su Guía N° 15 Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte afirma que:

(...) Al promover el desarrollo de las competencias motriz, expresiva y axiológica a través de acciones motrices, el trabajo en el área de Educación Física, Recreación y Deporte propicia que el estudiante enriquezca su pensamiento, su sensibilidad, su expresión y su actividad lúdica, contribuyendo también al desarrollo de sus competencias básicas, en la medida en que le permite fortalecerse; controlar sus emociones ante el éxito y el fracaso; coordinar acciones para lograr ciertos objetivos; manejar dinámicamente el tiempo y el espacio; asumir situaciones que exigen grandes esfuerzos; y resolver problemas rápidamente. (p. 8).

Según lo anterior se puede considerar el área de educación física como una disciplina predilecta para proporcionar una formación integral en las diferentes dimensiones humanas de los educandos en el transcurso de toda su vida, además de propiciar el desarrollo de personas proactivas frente a diferentes situaciones, esto debido a que la educación física es

transversal no solo a otras disciplinas sino al devenir de la vida cotidiana mediante el desarrollo de las actividades y prácticas del día a día.

De esta manera se reconoce la educación física, recreación y deportes como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, emocional, ética, estética, corporal, etc.), y no sólo en una de ellas (MEN, 2010). Por lo tanto, esta disciplina como área curricular se establece como base fundamental para facilitar y preparar emocional, mental y físicamente a los educandos frente al desenvolvimiento en actividades deportivas, competitivas, recreativas y cotidianas que presente éste en el contexto en el cual se desarrolla. En definitiva, esta disciplina se encarga de desarrollar integralmente todas las dimensiones y capacidades de los sujetos para que estos logren tener una mejor calidad de vida.

Por otra parte, se encuentra la serie de lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte del Ministerio de Educación Nacional (s.f) los cuales orientan los currículos de las instituciones educativas en todo el territorio nacional en cuanto al área de educación física, en donde se da una guía de plan de estudio para cada grado (p. 68). Además, en las Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (2010), se plantean los desempeños y competencias de la educación física para los alumnos tales como la motriz (componente de desarrollo motor), expresiva corporal y axiológica corporal y se brinda una orientación de lo que se debería enseñar de acuerdo con el grado académico que curse el alumno siendo esto de forma progresiva y coherente. (p. 57-63), sin embargo, cada institución adopta dichas orientaciones de acuerdo con sus necesidades, intereses o especializaciones.

De acuerdo con lo anterior, resulta bastante complejo hablar sobre el área de educación física en las instituciones educativas desde una organización a nivel departamental y municipal debido a que no se encuentran documentos que enuncien concretamente la visión, proyección o perspectiva puntual acerca de esta área, ya que cada institución cuenta con un currículo propio, pero se puede enfatizar en los proyectos que directa o indirectamente fortalecen o incentivan una consciencia sobre la actividad física.

Es posible encontrar algunas orientaciones ofrecidas por la Secretaría de Educación de Bogotá, en cuanto a los aportes que brinda la Educación Física como tiempo complementario. Es fundamental iniciar enunciando que, una de las finalidades que tiene en la realización de diversas prácticas corporales es que el niño o niña posea el máximo acervo motor y que no tenga dificultades para ejecutar alguna tarea motriz a lo largo de su diario vivir, en otras palabras, permite a los “jóvenes aprender para la vida a través de la

exploración, la investigación y la curiosidad.” (Secretaría de Educación del Distrito, 2015, p. 12), todas aquellas fundamentales para desenvolverse en su medio.

Adicionalmente, es posible vislumbrar la importancia que tiene la educación física, llegando a ser considerada fundamental para el mejoramiento de infantes y jóvenes pues “les permite tener experiencias que potencian sus capacidades para el pleno ejercicio de las libertades” (Secretaría de Educación del Distrito, 2015, p. 14), una vez más se puede deducir que es mediante la educación física que el sujeto desarrolla sus posibilidades motoras las cuales le brindan un sinnúmero de oportunidades.

Por último, la cartilla de Orientaciones habla sobre el propósito de la educación física, siendo este el “formar ciudadanos con conciencia de su corporeidad y les facilita cuidar de sí mismos, de los otros y del entorno, así como conocer y dominar su cuerpo, desarrollando identidad y autonomía” (Secretaría de Educación del Distrito, 2015, p. 14).

Es evidente la permanente referencia que se hace en este documento al desarrollo de facultades motoras en los niños y niñas y el papel fundamental que cumple como proceso socializador de los sujetos en edades tempranas y la importancia de estimularlo con diversas prácticas, teniendo como objetivo un desarrollo motor, pero también social, emocional y cognitivo.

### **Desarrollo Motor**

El término de desarrollo motor es la base fundamental de este proyecto ya que, a través de las diferentes prácticas de la educación física, se busca propiciar el aprendizaje de habilidades físicas, que le permitan al sujeto interactuar con el entorno de una manera óptima a lo largo de su vida corpórea, y en consecuencia, que faciliten la formación de una persona proactiva en diferentes situaciones y contextos.

Es así que el desarrollo motor puede ser comprendido como “un área que estudia los cambios en las competencias motrices humanas desde el nacimiento hasta la vejez, los factores que intervienen en dichos cambios, así como su relación con los otros ámbitos de la conducta” Keogh (1997) Citado por: Ruiz, L. Linaza, J. & Peñaloza, R. (2008), y en consecuencia, es de suma importancia que en edades tempranas se incluyan en la clase de educación física actividades que permitan el desarrollo de habilidades motoras que propicien “un desarrollo armónico de las funciones básicas que dan lugar al aprendizaje, al comportamiento afectivo y a aquellas conductas que posibilitan el uso completo de nuestro cuerpo” (UNESCO, 1972. p. 3), razón por la cual, la mayoría de los estudios que se hallaron se relacionan principalmente con el desarrollo en la primera infancia, ya que estos primeros estímulos repercutirán o estarán presentes durante toda la vida del sujeto, al ser los primeros

años de vida del sujeto la etapa más sensible para desarrollar las habilidades motoras que le permitan utilizar su cuerpo en relación con el entorno a lo largo de la vida.

Sin embargo y pese a la importancia del desarrollo motor en las diferentes etapas escolares, en muchas ocasiones en diferentes estructuras curriculares formales no se presentan los estímulos suficientes y adecuados para el desarrollo del niño durante la clase de educación física y, por tanto, se generan rezagos o faltantes en el aprendizaje de algunas habilidades o patrones motores, lo cual puede afectar en su quehacer diario y cotidiano además de influir en su estado emocional y social.

Es necesario recalcar que el desarrollo motor hace parte fundamental del desarrollo motor del sujeto ya que a través de las prácticas motoras se generan enlaces cerebrales que contribuyen con el desarrollo neurológico, además del emocional y socioafectivo, es decir, se contribuye sustancialmente con el desarrollo integral del sujeto. Esto lo confirma el Ministerio de Salud cuando menciona que:

(...) si bien el desarrollo se produce a lo largo de la experiencia de vida ser humano, es durante los primeros años cuando se sientan las bases para el desarrollo posterior del individuo, a través de conexiones cerebrales favoreciendo la adquisición de habilidades sociales, de lenguaje, motricidad fino-adaptativa y gruesa y pensamiento simbólico (MinSalud, s.f, p. 14).

Además, Amador, E. Gómez, M y Montealegre, L. afirman que “El desarrollo motor o adquisición de las habilidades motoras gruesas y finas constituye la manifestación externa de la madurez progresiva del sistema nervioso central” y también “el ritmo del proceso de maduración es afectado por la cantidad y el tipo de experiencias de aprendizaje, y éstas por el ambiente sociocultural” (2013, p. 5).

Estos procesos cerebrales y neurológicos se generan como consecuencia de que el sujeto tenga los suficientes estímulos físicos necesarios acorde a su edad, por esto el desarrollo motor fino y grueso hacen parte fundamental de este proceso, entendiéndose que, “El desarrollo motor grueso se produce en sentido cefalocaudal y se refiere a los cambios de posición del cuerpo y la capacidad de control que se tiene para mantener el equilibrio, la postura y el movimiento”, y el desarrollo motor fino:

Se refiere más específicamente a la capacidad de dominar movimientos que implican mayor control voluntario y mayor destreza para su ejecución; implica gran coordinación intersensorial: ojo-mano, control para la solución de problemas que implican prensión fina, cálculo de distancias y seguimiento visual. (Min Salud, s.f p.14-15).

Además, también se afirma que:

En el caso en que no se intervenga o no se estimule alguna, se pueden ver afectadas otras áreas y si no se hace a tiempo las consecuencias a corto y largo plazo, pueden ser causa de capacidades limitadas en la vida escolar y en la vida adulta. MinSalud. (s.f) p. 14.

Por otra parte en el Documento N° 15 del Ministerio de Educación Nacional, se encuentra que la competencia motriz es un contenido específico para el trabajo en el área de la educación física (p.10), siendo el mismo “(...) un tipo de inteligencia sobre las acciones, inteligencia operativa que supone conocer qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién actuar, en función de las condiciones cambiantes del medio” (p.24), que además “otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia” (p. 28).

Finalmente, si bien la competencia motriz incluye más elementos del desarrollo de las dimensiones humanas entorno a la motricidad, es a través del cuerpo y el movimiento en donde se genera una relación armoniosa entre estas, y en donde a partir de un desarrollo de las habilidades motoras que se permite la interacción del cuerpo en y con el entorno.

### **Proactividad**

Para poder realizar un acercamiento teórico al concepto de la proactividad, es necesario primeramente acudir al psiquiatra y neurólogo Viktor Frankl, quien fue el que acuñó el término. De acuerdo con Frankl (2004):

Existe un grave riesgo inherente a la enseñanza de la teoría de la "nada" del hombre; es decir de afirmar que el hombre es el resultado de las condiciones biológicas, psicológicas y sociológicas; o, dicho de otra forma, el producto de la herencia del ambiente. Esta concepción del hombre lo convierte en un robot, no en un ser humano. (...) Sin duda alguna, un ser humano es un ser finito, y su libertad está limitada. No se trata, pues, de librarse de los condicionantes (biológicos, psíquicos, sociológicos), sino de la libertad para adoptar una postura personal frente a esos condicionantes (p. 149).

De esta manera, y de acuerdo con la definición previamente enunciada, se puede deducir que la proactividad es una filosofía de vida, la cual establece que el ser humano aunque susceptible a condiciones de finitud y vulnerable a las circunstancias que en el entorno vivencia, no está sujeto indefectiblemente a vivenciar impávido las mismas o a únicamente adaptarse a estas para sobrevivir, sino por el contrario, cuenta con la capacidad de

sentir, pensar y actuar para transformarlas a su favor y de esta manera apropiarse del mundo que lo envuelve.

Por otra parte, es importante recordar que, al referirse al término de proactividad, el mismo es usual y comúnmente utilizado en disciplinas relacionadas con la economía y la administración de empresas, pudiendo ser comprendido, de acuerdo con Bateman y Crant citado por Caro (s.f.) que el “(...) ser proactivo no consiste únicamente en tener flexibilidad y adaptabilidad hacia un futuro incierto, sino que es preciso tomar la iniciativa para mejorar un negocio.” (p. 4). De esta forma, se refleja como en el área laboral de diversas compañías, dicha actitud y sentir proactivo es requerido por muchos empleadores y jefes de sector, al potenciar no solo la productividad y eficiencia dentro de la empresa, sino aún más al fortalecer las relaciones prolíficas dentro de la misma. Siendo así, el empleado proactivo, no necesita de supervisión constante de su inspector, ni de presiones externas para el desarrollo de una determinada tarea, sino que, él mismo, por su propia iniciativa y decisión, busca cumplir eficientemente con sus obligaciones y lidera a sus compañeros para la consecución de objetivos comunes, asumiendo no solo la responsabilidad de sus actos sino actuando de manera pragmática para solucionar los problemas tanto presentes como futuros de la compañía. Por ende, es el sujeto proactivo, laboralmente hablando, un baluarte en el desarrollo de la cotidianidad empresarial, pues brinda constantemente soluciones y oportunidades de crecimiento, a través de su forma de pensar, de actuar e interactuar, tanto con sus compañeros, como con los clientes, los proveedores, los diferentes organismos tanto nacionales como internacionales y aun sus competidores.

Respecto a la visión educativa que en relación al término se puede suscitar, es posible afirmar que la proactividad puede ser considerada una filosofía de vida de suma importancia en el proceso educativo, ya que permite que el transcurrir del mismo sea más eficiente, al evitar que el docente desarrolle sus contenidos didácticos de manera simplista o mecanicista y tome el liderazgo a través de una reflexión pedagógica constante, permitiendo así, que por medio de una perspectiva contextualizada y acorde a las necesidades del estudiantado, el proceso resulte más enriquecedor y acertado. De igual manera, la proactividad, brinda al estudiante un empoderamiento, y una mayor libertad, al lograr que el estudiante “(...) se convierta en el personaje central del aula y que su conocimiento sea de manera activa” y además “logre un conocimiento propio y lo vuelva parte de su vida” Valdés, O. (2015. p. 2). Por ende, el sujeto se vuelve responsable de sus acciones, y un agente activo que no necesita la supervisión de otro, centrándose de esta manera el rol del docente en “fomentar una mayor independencia y autonomía por parte del alumno permitiendo de esta manera un mayor

control de su aprendizaje y que sea más autodirigido para que el profesor solo sea un facilitador y tutor”. Valdés, O. (2015. p. 4) y adquiriendo de esta forma el estudiante, mayor proactividad respecto a su propio aprendizaje y su manera de vivenciar el mundo. Cabe mencionar, que dicho proceso de autonomía que se busca desarrollar en el estudiante, principalmente se ve mediado por el autoconocimiento que el estudiante puede desarrollar sobre su ser holístico, pues de esta manera es el sujeto autoconocedor, quien aprende de manera adecuada a aprovechar las características propias de sus singularidades en diferentes situaciones o contextos.

### **Educación Física, Desarrollo Motor y Proactividad**

Respecto a la relación que se puede establecer entorno a los elementos previamente mencionados, y cómo esas formas de movimiento y desarrollo motor guiado pueden conducir a la formación de habilidades sociales, se puede enunciar lo propuesto por La Rosa & Albuquerque (2018) quienes a través de su proyecto educativo titulado “Las actividades físicas en las habilidades sociales de los estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad Nacional de Tumbes” afirman que:

Así también la realización regular y sistemática de una actividad física ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa (...) así como un medio para forjar el carácter, proactividad, la disciplina, asertividad, trabajo en equipo, la toma de decisiones y el cumplimiento de las reglas, beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana, así mismo estimula la perseverancia hacia el logro de fines (p.142).

De esta manera es como la práctica de diversas actividades motoras influye significativamente en la apropiación y mejora de diferentes aptitudes sociales e interactivas que no solo facilitan la vida de la persona en sociedad, sino que le permiten al mismo convertirse en una persona políticamente activa con capacidad crítica y transformadora, siendo dichas aptitudes proactivas promovidas en gran parte por la seguridad y el autoconocimiento que el sujeto adquiere, no solo al interactuar de manera prolífica con sus congéneres, sino al vivenciar experiencias gratificantes y de avance continuo que le otorgan nuevas formas de conocer e interactuar consigo mismo y su entorno, es decir, la ampliación de la zona de desarrollo real del hombre (en palabras de Vigotsky) lo cual le permite acceder a nuevas formas de ver y transformar su mundo.

Así mismo, en el documento previamente enunciado (La Rosa & Albuquerque, 2018), a través del proceso de investigación realizado concluye que:

(...) la educación física, guarda una estrecha relación con el fortalecimiento de las habilidades sociales en la formación de los estudiantes, porque es a partir de estas que ellos adquieren normas, hábitos y rutinas indispensables en su proceso de construcción de nuevos aprendizajes; los cuales de una u otra forma les brindan las bases y herramientas fundamentales para su total y pleno desarrollo (p.149).

Permitiendo de esta manera comprender que las dinámicas propias de la clase de educación física, la comunicación, la interacción, los contenidos y las experiencias a través de la misma propiciadas, pueden fortalecer las capacidades, aptitudes sociales y prácticas de la persona, que por ende contribuirán a su forma de desenvolverse en diferentes situaciones espaciotemporales en el devenir de su existencia.



### **Antecedentes**

Respecto a los aportes o contribuciones académicas que se pueden encontrar sobre el tema en cuestión, es importante referenciar documentos relacionados como el denominado “La Educación Física y el Deporte como medios para adquirir y desarrollar valores en el nivel de primaria”, escrito por Flores Moreno, Rubén; Zamora Salas, Juan Diego (2009) el cual aborda el fenómeno social de la pérdida de valores en niños y jóvenes, situación que cohibe a las personas de un desarrollo integral y por ende limita la capacidad de relacionarse con sus pares y desenvolverse de manera idónea en su contexto, esto debido a la falta de exposición frente a diversas situaciones que implique la enseñanza o uso de estos valores, donde la ausencia no solo se presenta en el hogar, sino, de manera simultánea en la escuela o en el medio donde se desenvuelven.

Se propone consecuentemente, que la educación física como disciplina académico-pedagógica puede contribuir al afianzamiento y fortalecimiento de dichos valores, al afirmar que “Por tal razón, es importante que las instituciones educativas por medio del currículum escolar fortalezcan los programas de educación física, ya que estarán fortaleciendo valores que contribuyen al desarrollo integral de la persona (Vargas y Orozco, 2004, citado por Florez Moreno & Zamora Salas, 2009)”.

De esta manera, los valores enunciados en el texto como la cooperación, la autonomía, la tolerancia y la participación son fundamentales para la formación de un sujeto proactivo ya que estos permiten que el mismo pueda desarrollar determinadas actitudes y aptitudes como el liderazgo y capacidad de acción pragmática, que proporciona al sujeto la capacidad de responder ante las características del entorno y las diferentes situaciones que en él se presentan, transformándolas de manera positiva frente a la satisfacción de las necesidades tanto propias como de la sociedad.

Así el documento previamente mencionado concluye:

(...) Es por eso que los valores tienen mucho que ver con la educación del ser humano, por formar parte de la conciencia individual, la cual busca dar respuesta y actuar ante una situación determinada, en función de su propio criterio y conciencia; es por ello que el carácter, la forma de ser, la forma de pensar y la forma de actuar de cada individuo son reflejo de sus valores. (...) como un elemento básico que integra al mundo escolar, específicamente al nivel de primaria básica, podemos citar a la educación física, además de ser un factor importante de aprendizaje y promotor de valores. (p. 141.).

Permitiendo así, evidenciar cómo los valores son promotores de actitudes y aptitudes propias de una persona proactiva, persona que a través de su manera de sentir, pensar y por ende de actuar con fundamento en sus saberes, asume un quehacer responsable, en el cual no se adapta o se amolda a las condiciones del entorno, sino que por el contrario, hace que las cosas sucedan, actuando de manera consecuyente con las necesidades u objetivos que haya planteado, y así buscando una transformación de las condiciones, situaciones o elementos que resultan adversos para su desarrollo personal y social.

De manera análoga, se encuentra un proyecto curricular particular, escrito por Carlos Alberto Roldán Hernández en el 2015 denominado Fomento de la Asertividad en Los Estudiantes por Medio de las Clases de Educación Física, en la cual, como se menciona en su título, se busca promover la asertividad “como herramienta comunicativa para lograr que los estudiantes mejoren sus relaciones sociales. Utilizando la educación física como medio transformador, constructor y dinamizador de realidades.” (p. 3).

La dinámica que se utilizó en este proyecto fue la utilización variada de actividades en grupo, en las cuales los educandos responden a diversos escenarios propuestos de forma asertiva. Igualmente se realizaron prácticas individuales, orientadas al reconocimiento propio, con la finalidad de contribuir a esa construcción grupal en un momento posterior.

Con respecto al término de la asertividad, la misma es referenciada en el documento como:

(...) la capacidad para expresar las necesidades, intereses, posiciones, derechos e ideas propias de manera clara y enfática, pero evitando herir a los demás o hacer daño a las relaciones. La asertividad es necesaria, por ejemplo, para poder manifestar un desacuerdo o responder ante una ofensa, de tal forma que los demás no se sientan agredidos (Chaux, E. 2004, p.10, citado por Hernández, C. A, 2015).

Al igual que la proactividad, la asertividad es una cualidad que es muy apreciada en la sociedad, pues contribuye a que el sujeto influya en su contexto de forma eficaz y positiva, haciendo énfasis en situaciones como el trabajo en equipo, la cooperación y la participación en diversos escenarios.

Si bien la tesis en mención no hace uso del término de proactividad, se busca, de forma similar, desarrollar múltiples valores en la persona a través de la educación física para que el sujeto tenga un rol trascendental en su contexto y no permita que las condiciones lo

abrumen, sino que, por el contrario, sea capaz de adaptarse, transformar de manera positiva y nutrirse de las situaciones que se presenten en su diario vivir.

A su vez, se encuentran proyectos como el planteado por López. E. (2017) titulado “Educación física: un medio de participación para la transformación social”, en el cual se busca realizar un acercamiento a las diferentes actitudes y formas de acción u omisión apáticas presentes en amplios sectores de la sociedad, y cómo las mismas pueden ser modificadas y/o transformadas a través de la educación física y las prácticas desarrolladas en los espacios académicos.

Cabe resaltar que la apatía en este proyecto puede ser considerada como un antónimo de participación y por ende de deseo de cambio y transformación social. A su vez, la apatía como es presentada en el proyecto educativo previamente enunciado se puede entender como ese desinterés ciudadano frente a las diferentes problemáticas y situaciones que aquejan y afectan negativamente a la sociedad y su desarrollo.

Es así que, aunque la palabra proactividad no se hace presente en el proyecto, se analizan a través del mismo, posibles causas que pueden afectar negativamente la formación de dichos sujetos proactivos y por ende que limitan o afectan esa participación efectiva de esta en la sociedad, y de igual manera se busca a través de este, las dinámicas que pueden desarrollarse para generar esa transformación en la persona.

Dentro de los elementos que el autor considera como trascendentales en el creciente desinterés del sujeto por una participación activa en la sociedad es posible destacar: la pérdida de identidad de las personas, la falta de fe en la sociedad, en sus líderes, e instituciones, los avances tecnológicos desmesurados e incontrolados, la manipulación de las elites gobernantes y el mercantilismo, fenómenos que generan que la persona pierda el interés en el desarrollo de una sociedad, de un bien común y lo alejan de esa participación efectiva y proactiva, sumergiéndolo en una vida hedonista e individualista. Es así que el autor al evidenciar los agravantes de la apatía de los sujetos enuncia que “Esta desesperanza y esta manipulación informativa, convierte a los sujetos en seres apáticos y desinteresados por el mejoramiento de su comunidad, carentes de interés y de propuestas que puedan ayudar a la solución de los problemas que les agobian.” (López. E, 2017, p.22). Sin embargo, el autor plantea una posible solución a dicha apatía y es a través de la educación física.

### Marco Legal

Las concepciones planteadas anteriormente se confrontan con una realidad sociocultural en donde las formas de intervención en las prácticas pedagógicas tienen una base sobre la cual llevarse a cabo desde una perspectiva legal, refiriéndose al contexto colombiano encontramos los siguientes referentes:

La Constitución Política de Colombia de 1991 en el Título II Capítulo 2 Artículo 44 plantea como derechos fundamentales de los niños (...) la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Además de que los derechos de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás.

Artículo 67: La Educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social.

Ministerio de Educación Nacional (MEN) con la ley 115 de 1994. Ley general de educación, en donde señala en el artículo 5 numeral 12, que la formación en educación física es uno de los fines de la educación.

Documento N° 15 de 2010, Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte donde establece que:

Educación Física, Recreación y Deporte corresponde la formación de estudiantes competentes para vivir humanamente, teniendo como referente las dimensiones antropológicas del cuerpo, el movimiento y el juego. En esta concepción formativa, lo corporal es la condición de posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo. El juego es la condición de posibilidad de lo lúdico como ejercicio de la libertad y de la creatividad humana (M.E.N., 2010, p.11).

Además, presenta la competencia motriz como el conocimiento y desarrollo del cuerpo para lograr desenvolverse en diferentes situaciones de la vida. También plantea que “(...) los apoyos y estímulos adecuados con las características de desarrollo que reciba un niño desde los primeros años abren muchas alternativas de conocimiento y habilidad para su desempeño en la vida” (p. 22) y por consiguiente:

(...) las habilidades y capacidades físicas deben coordinarse, adecuarse y proyectarse en la búsqueda y alcance de objetivos propios de diferentes exigencias de la vida. Esto ocurre tanto en el equipo deportivo como en las acciones de trabajo, la vida cotidiana, el ocio o la acción ante situaciones de riesgo y catástrofe (p. 30).

Esto hace necesario e indispensable que el sujeto en sus primeras etapas de vida reciba los estímulos y prácticas que potencian dichas habilidades, que generen en él una experiencia y bagaje motor, que le permitan adaptarse y responder a las condiciones

cambiantes del mundo. Estas habilidades, no son propias del sujeto, o se conciben como innatas de la naturaleza del ser, sino por el contrario, se construyen en su diario vivir e interactuar, razón por la cual es fundamental que a través de una reflexión pedagógica y un conocimiento disciplinar amplio, se generen espacios educativos prolíficos que permitan cultivar adecuadamente el movimiento del ser, necesarios para un adecuado desarrollo motor que por consiguiente lo guíe a su desarrollo motriz.

Lineamientos curriculares para la Educación Física, Recreación y Deporte en donde plantea que:

“El desarrollo motriz comprende la evolución armónica de la motricidad humana en la cual su edad, el esquema corporal, el equilibrio y la coordinación, la lateralidad, la respiración, la relajación, así como las cualidades perceptivo-motrices de percepción espacial y temporal” (p. 37).

## Segundo Capítulo

### Perspectiva Humanística

Abordando en este punto la visión humanística del proyecto, se puede iniciar presentando el propósito educativo de este, y en consecuencia, el ideal de sujeto a desarrollar a través del mismo, por tanto, se puede decir que el propósito educativo implícito en el proyecto es: La formación de sujetos proactivos, con la iniciativa y capacidad de responder de manera eficiente a las condiciones cambiantes del entorno en que se desenvuelve. De igual manera, se busca que la persona asuma roles de liderazgo y cooperación que contribuyan a la transformación de su realidad y la de su comunidad.

Respecto a las características determinantes del sujeto proactivo y la definición del término, Prieto Toraño (2015) citado por Castilla Valverde, et al (2018, p. 3) definió la proactividad como “una actitud que adquieren las personas, en la que toman la iniciativa, asumen el control de las situaciones y se responsabilizan de sus propios actos, no dejándose llevar por su entorno”. A su vez, Covey en el año 2003, menciona que la proactividad puede ser comprendida como “No sólo tomar la iniciativa. Significa que, como seres humanos, somos responsables de nuestras propias vidas. Nuestra conducta es una función de nuestras decisiones, no de nuestras condiciones. (...) Tenemos la iniciativa y la responsabilidad de hacer que las cosas sucedan.” (p. 42,43). Por ende, la proactividad es una actitud que la persona desarrolla frente a la vida, ejerciendo su capacidad de pensamiento, decisión, liderazgo y acción frente a diferentes situaciones y contextos buscando transformarlas de forma positiva.

Teniendo en cuenta las definiciones previamente planteadas, sobre el término “proactividad”, se destacan algunos elementos de manera tácita o implícita que componen el concepto de proactividad, que enmarcan las características fundamentales de ese ser humano proactivo. Dentro de las mismas y como elementos comunes se hallan el autoconocimiento, el liderazgo y la capacidad transformadora del sujeto.

De esta manera, el **autoconocimiento** “Es la capacidad de responder quién soy yo, el conocimiento que tenemos de nosotros mismos. Es lo específico de la persona, la consecuencia de sí mismo”. (Suanes, 2009, p. 5). Es decir, el sujeto a través de diversas experiencias y procesos reflexivos sobre las mismas, progresiva y constantemente genera no solo un concepto sobre sí mismo, y como se concibe, sino que identifica y acepta sus características, cualidades, fortalezas y debilidades, lo que le permite al mismo encontrarse a sí mismo en el mundo, determinar que lo diferencia de los demás, y poner al servicio tanto suyo como de la comunidad que lo envuelve sus particularidades subjetivas, encontrando de

esta forma su lugar en la sociedad. El autoconocimiento permite que el sujeto actúe con mayor eficiencia en diferentes contextos, al conocer sus capacidades y habilidades, y al mismo tiempo le brinda la posibilidad de embarcarse en un proceso de mejoramiento constante, al aceptar y visibilizar sus carencias y progresivamente trabajar en las mismas para potenciar su desarrollo. De esta manera el sujeto que propende por un proceso de autoconocimiento debe aprender a aceptarse y reconocerse a sí mismo, tanto corporal, cognitiva como socioemocionalmente, lo que le permitirá eventualmente asumir un rol activo en la sociedad y trabajar así, en pos de diferentes metas propuestas, aprovechando su identidad subjetiva y accediendo de esta forma a mayores niveles de autonomía. De igual forma, la persona autoconocedora, debe ser **responsable**, siendo esta característica la capacidad del sujeto para asumir las consecuencias u obligaciones que recaen a su cargo ya sea por su modo de actuar o sus compromisos. Finalmente se podría mencionar que la persona autoconocedora debe poseer un alto grado de **autocontrol**, al no dejarse llevar por sus impulsos o preconcepciones dogmáticas, sino asumiendo la capacidad de sobreponerse a sus pensamientos, sentimientos, emociones, etc., y actuando de una manera consciente y crítica frente a determinada situación.

Por otra parte, esa persona que toma la **iniciativa**, que asume el control y se responsabiliza de sus actos y de las situaciones que lo rodean, consecuente y usualmente logra gracias a su visión respecto a la vida y a su forma de actuar frente a esta, asumir roles de **liderazgo** y dirección, influyendo, motivando, organizando y dirigiendo a las demás personas. Es así como un líder es “una persona con capacidad para ejercer influencia sobre otros con el fin de guiarlos y dirigirlos hacia el logro de los objetivos comunes, sean organizacionales, deportivos, políticos, personales o de cualquier otra índole.” (Qué Significado, s.f). De esta manera la persona líder, además de asumir la **iniciativa** (emprender acciones de manera activa y anticipada para afrontar determinado problema o buscar la consecución de cierto objetivo), posee la capacidad de **ser empático**, es decir, ponerse en el lugar de los demás y comprender sus pensamientos, sentimientos y emociones, para generar una cercanía socioemocional con las mismas y dirigirlas de manera más humana, y responder de forma eficiente ante el reto propuesto. Del mismo modo, el líder posee una asertividad comunicativa que le permite transmitir de manera clara, concisa y respetuosa lo que busca expresar y, por ende, no solo permite que los canales de comunicación se vean fortalecidos, sino además dirige adecuadamente a su equipo de trabajo.

Finalmente, ese ser humano que no se deja llevar por el entorno y que busca hacer que las cosas sucedan, es un ser que posee la capacidad de actuar de manera consecuente con las

necesidades u objetivos que haya planteado, y así buscar una transformación de las condiciones, situaciones o elementos que resultan adversos para su desarrollo personal y social. Es así, que el sujeto proactivo es en principio, un ser **transformador**, que posee la capacidad de generar cambios y modificaciones en diferentes elementos o situaciones tanto propias como del entorno, dotándolas de características o naturalezas diversas. Por ende, el ser humano transformador, en esencia debe ser **creativo** para poder a través de sus ideas, conceptos y formas de acción innovadoras, contribuir de diversas maneras al cambio necesario. Ese sujeto **transformador**, también es un ser **pragmático**, ya que sus pensamientos o acciones cognitivas las plasma en la vida real a través de acciones consecuentes y coherentes para transformar las condiciones que lo rodean. Del mismo modo, el ser transformador, debe poseer un alto grado de **criticidad**, al ser capaz de asumir una postura individual o subjetiva mediada la misma por su capacidad cognitiva, para lograr que dichas transformaciones resulten en un bienestar coherente con las necesidades suyas y de su entorno.

Es así como el sujeto proactivo, encamina su quehacer hacia la consecución de un desarrollo humano integral y la satisfacción de sus necesidades a través de acciones enmarcadas en el trabajo cooperativo, la responsabilidad, el respeto, la tolerancia y el aprovechamiento a la diversidad de pensamiento y la multiculturalidad.

### ***Cultura***

En relación con la visión de cultura a abordar, se puede iniciar mencionando que la cultura para Vygotsky es: “el determinante primario del desarrollo individual” en donde:

Los seres humanos somos los únicos que creamos cultura y es en ella donde nos desarrollamos, y a través de la cultura, los individuos adquieren el contenido de su pensamiento, el conocimiento; más aún, la cultura es la que nos proporciona los medios para adquirir el conocimiento. La cultura nos dice que pensar y cómo pensar; nos da el conocimiento y la forma de construir ese conocimiento (Rojas Quispe, 2016, p. 15).

Por ende, la cultura es el fundamento y la esencia en sí misma del aprendizaje y desarrollo de la persona, pues dependiendo de la misma, se permite el progreso al responder esta al contexto en donde se desarrolle.

Es así, que la cultura desde la visión particular del presente proyecto puede ser definida como todos aquellos elementos que componen la existencia humana y difieren de lo natural e innato de la especie. Es decir, la cultura comprende todos aquellos aspectos o componentes (pensamientos, sentimientos, costumbres, creencias, objetos, tecnologías, conocimientos, etc.) que nacen como obra de la creación humana e interacción entre diferentes personas que



componen una determinada comunidad, estando la misma, ubicada en un contexto y delimitación espacio temporal determinada. Por lo tanto: “La cultura (...) en su sentido etnográfico, es ese todo complejo que comprende conocimientos, creencias, arte, moral, derecho, costumbres y cualesquiera otras capacidades y hábitos adquiridos por el hombre en tanto que miembro de la sociedad.” (Harrys, 2011. Citado por Barrera, R. 2013, p. 3)

De esta forma, dicha cultura varía de acuerdo con los sujetos que la desarrollan y difiere radicalmente de una comunidad a otra. De igual manera, se podría mencionar, que la cultura es el camino que le permite al individuo alejarse de su naturalidad y salvajismo y adoptar formas comunes de vivenciar el mundo y acercarse así progresivamente a la llamada humanidad.

### ***Sociedad***

Respecto al tipo de sociedad (siendo esta concebida como un grupo o conjunto de personas que comparten creencias, costumbres, sentimientos, objetivos y formas de pensamiento similares que les brindan una identidad común) que a través del presente escrito se pretende desarrollar, se encuentra que según la concepción de desarrollo humano a abordar, es la sociedad la que influye directa y determinadamente en el desarrollo y aprendizaje del sujeto, y por ende la interacción entre los sujetos y el entorno en sí mismo, convergen en el desarrollo de la sociedad. De esta forma, son la sociedad, sus interacciones y su cultura las que encauzan, alimentan, permiten o niegan el avance y crecimiento tanto de la persona como de la sociedad misma. Siendo así, se puede decir que: “El comportamiento humano es el producto de un sistema que desborda el de las funciones propiamente individuales; se trata del sistema de contactos y relaciones, de las formas colectivas de comportamiento y cooperación social” (Vigotsky, 1999/1930, p. 41 citado por Perinat, A. 2011, p. 144). A su vez, los humanos en su conjunto, sus visiones, percepciones y formas de interactuar consigo mismos y con el mundo guían el rumbo de la sociedad.

Teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado, a través del proyecto “El desarrollo motor y su influencia en la formación de sujetos proactivos” se busca aportar a la formación de una sociedad crítica y proactiva, encaminada hacia la consecución de un desarrollo humano integral y la satisfacción de sus necesidades a través de acciones de interacción humana, enmarcadas en el trabajo cooperativo, la responsabilidad, el respeto, la tolerancia y el aprovechamiento a la diversidad de pensamiento y la multiculturalidad. Es decir, se busca la creación y recreación de la sociedad a través de interacciones humanas prolíficas y cambios culturales profundos, dados los mismos por sujetos y comunidades autónomas, líderes y transformadoras, que respondan de manera crítica y consciente frente a sus

necesidades y actúen de manera consecuente a sus conocimientos, buscando así, el bienestar común.

### ***Desarrollo Sociocultural Humano a Través del Movimiento:***

Es a través de las interacciones socioculturales que la persona vivencia, que se propician diferentes caminos de transformación, estando los mismos determinados por los estímulos que reciben las bases genéticas y naturales innatas del ser. En consecuencia, por medio de las relaciones de la persona con su entorno y específicamente sus congéneres, se generan procesos de desarrollo tanto individuales como colectivos.

Dicho desarrollo, se determina por la interacción multidimensional que el sujeto puede experimentar en el transcurrir de su existencia, y por ende dichas interacciones están directamente relacionadas con el cuerpo en movimiento que se relaciona con el entorno y con los demás. Siendo así, el sujeto aprende a moverse en sociedad y por las interacciones sociales, y a su vez la forma de moverse del sujeto lo transforma a él y a la sociedad que lo acoge. Expresado de otra manera “Para Vygotsky, la acción humana utiliza instrumentos sociales como mediadores, los cuales dan a la acción su forma esencial. Por lo tanto, las acciones físicas como las lógicas (...) tienen un origen sociocultural (Rodríguez, 1998, citado por Vielma Vielma & Luz Salas, 2000, p. 33)”.

### ***Desarrollo Humano.***

Para el presente proyecto, se asume una visión de desarrollo humano de origen sociocultural, en la cual las estructuras naturales biológicas innatas del niño, aunque importantes para permitir el proceso de aprendizaje y desarrollo de este, resultan insuficientes, si no son dotadas de una interacción sociocultural prolífica. Dicha interacción sociocultural, se encuentra directamente relacionada con las características espaciotemporales que envuelven al ser y por ende afectan el devenir de su existencia. Siendo así, no todas las personas aprenden lo mismo, ni de la misma manera, pues cada una de ellas se encuentra sumergida tanto en diferentes contextos, como en relaciones sociales e instrumentales de diferente naturaleza.

Es así que el presente proyecto, asume como principal exponente a Lev Vigotsky, quien expone que la confluencia de la maduración orgánica del ser humano y las diferentes interacciones socioculturales (historia cultural) que vivencia el sujeto en su contexto, permiten que se presente un proceso de desarrollo humano o dicho en otras palabras “Dentro de un proceso general de desarrollo existen dos líneas diferentes, los procesos elementales, los cuales son de origen biológico y las funciones psicológicas superiores de origen sociocultural” (Vygotsky, 1978).

En consecuencia, el contexto en el cual la persona se desenvuelve desde su nacimiento y las prácticas a las que el mismo se exponga, resultarán determinantes en los diferentes aprendizajes y formas de desarrollo que experimente. De igual manera, dicho proceso social, es propiciado no solo por las experiencias que el sujeto vivencie sino por los agentes o personas que posean un conocimiento superior (expertos en procesos mentales superiores) y que influyan en el aprendizaje induciendo al niño a nuevas zonas de desarrollo real. El apoyo, la guía y el acompañamiento desarrollado por estos expertos en procesos mentales superiores, es denominado por Bruner (1978) como **andamiaje** y permite a la persona a través de la ayuda, acceder a dichas **zonas de desarrollo potencial**, y paulatinamente esos expertos superiores retiran el apoyo logrando así generar una mayor autonomía en la persona que aprende, y amplificando así su zona de desarrollo real. Es así que se debe resaltar “el carácter transitorio del apoyo, por cuanto dicho soporte es retirado de forma progresiva en la medida que el sujeto va obteniendo mayor dominio, competencia y responsabilidad en la construcción y reconstrucción de su conocimiento” (Bruner, 1987, citado por Vielma Vielma & Luz Salas, 2000, p. 36).

Al profundizar en la teoría de desarrollo sociocultural planteada por el autor, se puede a su vez evidenciar cómo se presenta una visión constructivista de desarrollo, en la cual los aprendizajes del niño se van fundamentando en saberes previos y a través de las nuevas experiencias que se adquieren, se amplían esos aprendizajes preliminares generando nuevas zonas de desarrollo real y por ende de aprendizaje potencial.

En este caso los conocimientos que posee el sujeto, denominados como la **zona real de desarrollo**, comprenden todos esos saberes o actividades que la persona puede desarrollar o implementar de manera autónoma sin necesidad de apoyo, mientras que los problemas y situaciones a los que la persona puede responder o resolver con la ayuda de un mayor conocedor es denominada **zona de desarrollo potencial**. Es así como la diferencia entre estas dos zonas de desarrollo planteadas se le conoce como la **zona de desarrollo próxima o proximal**. Siendo así, y expresado en palabras del autor, la zona de desarrollo proximal es concebida como “la distancia entre el nivel real de desarrollo (determinado por la solución independiente de problemas) y el nivel del desarrollo posible, precisado mediante la solución de problemas con la dirección de un adulto o la colaboración de otros compañeros más diestros.” (Vygotsky, 1930).

A su vez es importante mencionar que este proceso de aprendizaje y por ende desarrollo está mediado indefectiblemente por una serie de instrumentos y herramientas tanto físicas, como simbólicas (lenguaje) que permiten la interacción entre las personas. Es así que:

Todo lo expuesto hasta ahora sugiere que el desarrollo intelectual está determinado fuera-dentro, con el apoyo de instrumentos, herramientas y tecnologías, que evolucionan paralelamente al desarrollo social dentro de la cultura. Este proceso es determinado por las funciones del lenguaje y de otros sistemas simbólicos y códigos de representación culturales (Vielma Vielma & Luz Salas, 2000, p. 36).

Es en este punto es esencial resaltar, que la persona que es partícipe de dicho aprendizaje y por ende del proceso de desarrollo previamente planteado, no es vista como un ser que se adapta a las condiciones del entorno o que simplemente encuentra su lugar en el mundo con base a los estímulos recibidos del medio ambiente, sino que asume un rol **proactivo y funcional** en el proceso de formación y desarrollo, siendo responsable de la eficiencia y/o productividad del mismo.

También resulta trascendental enunciar que ese acervo e interacción cultural del sujeto, no solo permite que se propicie un desarrollo ontogenético holístico del ser, en el cual se contemplan e impactan las diferentes dimensiones de la persona, sino aún más, dichas formas de socialización le dan identidad al sujeto como ser humano sintiente, pensante y actuante, pues el sujeto, sólo aprende a ser humano en sociedad, y somos humanos en la medida en que otros nos enseñan a serlo. De esta manera, la cultura y la sociedad como ente existen en la medida en que hay interacción social y que se presentan relaciones simbólicas y procesos constructivistas de enseñanza y aprendizaje entre los diferentes miembros de la comunidad. Es así que:

Cuando nacemos, solamente tenemos funciones mentales inferiores, las funciones mentales superiores todavía no están desarrolladas, a través y con la interacción con los demás, vamos aprendiendo, y al ir aprendiendo, vamos desarrollando nuestras funciones mentales superiores, algo completamente diferente de lo que recibimos genéticamente por herencia, ahora bien, lo que aprendemos depende de las herramientas psicológicas que tenemos, y a su vez, las herramientas psicológicas dependen de la cultura en que vivimos, consiguientemente, nuestros pensamientos, nuestras experiencias, nuestras intenciones y nuestras acciones están culturalmente mediadas. (Moreno, P. s.f, p.13).

Por lo tanto, es a través de la interacción con el otro, que la sociedad y el sujeto se nutren y construyen mutuamente, siendo las personas, reflejos de la naturaleza de dicho contexto y siendo la sociedad y la cultura constituyentes del sujeto como ser humano. Es decir que lo sociocultural: “está en el individuo mismo, como sujeto construido y constructor, como producto y productor de relaciones sociales históricamente construidas” (Temporetti,

2007: CXVII, citado por Guerra, J. 2020, p. 15). Y por ende el desarrollo de la sociedad es bidireccionalmente interdependiente con el desarrollo de la persona.

### **Perspectiva Pedagógica**

#### ***Concepción de Educación.***

La educación a través de la historia ha sido objeto de diferentes perspectivas, ideales y concepciones, sin embargo, es la misma un hecho inherente a la existencia humana y a sus procesos evolutivos como sociedad. Siendo así, a continuación, se presentarán algunos conceptos y visiones de educación, para posteriormente dar lugar a la definición y horizonte que se asumirá en el presente proyecto educativo.

Para iniciar, se puede mencionar que la educación nace en el ser humano de manera espontánea y fortuita, originándose por las diferentes interacciones de este dentro de su comunidad y la transmisión de costumbres, creencias e información, esenciales para la colectividad, por parte de los mayores o más conocedores a los menores o inexpertos del grupo social.

Es así como, en sus inicios, se buscaba perpetuar a través de ese proceso de enseñanza-aprendizaje incipiente, la esencia de la comunidad misma y asegurar su existencia y perdurabilidad en el tiempo. Posteriormente, la educación asumió procesos de enseñanza más institucionalizados, en los cuales se regulan y establecen los contenidos a abordar, y se desarrollan estos con un propósito específico y un ideal de ser humano determinado, transformándose así en un proceso que permitiera formar sujetos adecuados y útiles para la comunidad y sus propósitos de desarrollo. De esta forma, la educación se presenta como un fenómeno social, en el cual un individuo o conjunto de sujetos le enseñan a otro sujeto o conjunto de individuos, como ser humanos, variando el proceso, en gran medida por las condiciones espaciotemporales que los acogen, y la intencionalidad específica con la cual se educa. Expresado en otras palabras se puede decir que:

La educación es un conjunto de influencias sobre los sujetos humanos, pero influencias procedentes de los otros seres humanos. En este sentido la educación se diferencia de la influencia cósmica, climatológica y física de todo tipo que inciden sobre el hombre, y que es necesaria para su desarrollo biológico. La educación es una influencia humana porque se trata de un fenómeno social (Sarramona, J. 1989, p. 29).

Sin embargo y pese a lo anteriormente mencionado, resulta ingenuo pensar que la educación comprende un proceso de simple transmisión de información, pues el estudiante, no asume y comprende literalmente lo que el docente o experto conocedor quiere enseñar, sino que, por el contrario, adopta y asume los saberes desde su individualidad y por ende el

conocimiento construido o desarrollado no resulta fidedigno y exacto a su fuente original. En consecuencia, en relación con el aprendizaje desde una visión constructivista (propia de este proyecto) se puede decir que:

(...) se trata de un proceso de desarrollo de habilidades cognitivas y afectivas, alcanzadas en ciertos niveles de maduración. Este proceso implica la asimilación y acomodación lograda por el sujeto, con respecto a la información que percibe. Se espera que esta información sea lo más significativa posible, para que pueda ser aprendida. Este proceso se realiza en interacción con los demás sujetos participantes, ya sean compañeros y docentes, para alcanzar un cambio que conduzca a una mejor adaptación al medio (Granja, D. 2015. p.99).

Siendo así, el sujeto deja de ser concebido como un artefacto que debe ser moldeado acorde a las requisiciones del sistema o a los contenidos propuestos en clase, y se convierte en un protagonista, que participa activamente en su proceso educativo, interactuando consigo mismo, con sus congéneres y con su entorno, y que a través de su cognición, asimila, descarta y/o modifica a conveniencia y de acuerdo con su subjetividad, la información recibida de diferentes estímulos y experiencias vivenciadas.

A su vez, es fundamental reconocer, que la educación como se podía vislumbrar en párrafos previos, no solo se presenta en el ámbito formal o institucional, sino que la misma se desarrolla de manera continua en la existencia del sujeto, y en los diferentes contextos donde el mismo se encuentra, pues es así, como el sujeto logra asimilar una visión y perspectiva del mundo y la cultura a su alrededor. En consecuencia, la educación es una transformación continua del ser humano en diferentes contextos y situaciones de su vida cotidiana, que constantemente lo acercan a un perfeccionamiento de sí mismo, para responder de manera adecuada a las condiciones cambiantes que lo acogen.

Por otra parte, se hace esencial reconocer que un proceso educativo y por ende la educación misma, no es viable desde una visión fragmentada y dicotómica del ser, pues en el proceso educativo, el sujeto se presenta como un ser holístico y completo, que a través de la interacción con sus congéneres transforma y es transformado continuamente, modificando así sus procesos cognitivos y siendo estos reflejados en sus actos pensamientos, sentimientos etc. La persona como ser indivisible se sumerge en una interacción creativa y recreativa de su ser. De esta forma, el proceso educativo holístico y sociocultural: "...tiene por misión desarrollar en el educando los estados físicos intelectuales y mentales que exigen de él la sociedad

política y el medio social al que está destinado” (Durkheim. E, citado por Sarramona. J, 1989, p. 31).

De esta forma, y teniendo en cuenta los aportes previamente mencionados se puede decir que la educación desde la visión particular del presente proyecto es concebida como: Un proceso transversal e inherente a la existencia corpórea del ser humano, que le permite asimilar y construir diferentes conocimientos teórico-prácticos, actitudes, aptitudes y formas de pensamiento útiles para su vida tanto individual como social, que contribuyen en su formación humana.

Es así como la educación desde esta perspectiva y el proceso de enseñanza aprendizaje, están determinados por las diversas experiencias de las que el sujeto es partícipe y las interacciones que se generan multidireccionalmente entre el sujeto, el contexto y él mismo, que influyen directamente en la cognición y acción de la persona.

### ***Concepción de Educación Física***

A lo largo del tiempo, el concepto de educación física se ha asumido desde diferentes perspectivas, las cuales intentan darle sentido y profundización a esta disciplina y a las prácticas que utiliza para la formación del ser humano, siendo dependiente dicha orientación, de las características espaciotemporales del lugar de origen, y del fin de formación que se persigue.

Es así como, en las prácticas y concepciones iniciales de esta disciplina, se buscaba la formación de hombres y cuerpos que respondieran de manera adecuada a las necesidades sociales que determinada comunidad presentaba y/o consideraba preponderantes. De esta manera, dependiendo del contexto, se podría mencionar que la educación física (aunque no fuera en ese momento nombrada de esta manera) propendía por la formación de hombres fuertes, diestros en armas, estéticamente agradables, hábiles en prácticas deportivas, con una sobresaliente expresión corporal, etc., siendo dichas denominaciones dependientes de la visión y filosofía de vida imperante en determinada sociedad.

Por lo tanto, a través de la historia y en la actualidad misma, se han presentado constantemente, una gran cantidad de perspectivas de hombres formados a través del movimiento, con diferentes finalidades en su proceso de formación. Sin embargo, cabe aclarar que pese a las diferencias que se pueden presentar en los conceptos y las visiones de la disciplina en mención, es posible afirmar que las mismas, poseen como ejes comunes y fundantes al cuerpo y al movimiento.

Es así que, para el presente proyecto, y para la formación del sujeto proactivo mencionado previamente, se asumen como esenciales además de la formación física,

biológica y el desarrollo motor del ser, la formación integral del ser humano a través del movimiento en interacción consigo mismo, con el otro y con el mundo. De esta manera se toman en cuenta concepciones como la brindada por Calzada (1996, citado por Pérez, A. 2007, p. 16) en la cual se plantea que “La educación física es el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento. El término integral se refiere a todas las dimensiones del ser humano, a saber: físico (cuerpo), mental (inteligencia), espiritual y social”, siendo de esta manera esencial esa concepción de integralidad del sujeto, apartándose así de la dicotomía y el fraccionamiento del ser.

Por otra parte, es posible afirmar que la educación física propende por que los saberes y prácticas desarrolladas en el espacio de clase, trascienden las barreras escolares y las actividades intramurales, e impacten consecuentemente el diario vivir del estudiante y su forma de moverse, pensar y ser en el mundo en diferentes contextos, buscando formar de esta manera, más allá de deportistas, sujetos saludables o higiénicamente responsables, sujetos útiles para la sociedad.

Consecuentemente, Castañer y Camerino afirman que “La educación física es parte del currículo escolar cuya finalidad es el desarrollo de los jóvenes física, social, mental y moralmente, de modo que se conviertan en ciudadanos bien balanceados, inteligentes, saludables, responsables y felices para la democracia” (Castañer y Camerino s.f, citado por Pérez, A. 2007, p.16).

A su vez, visiones de educación física y de movimiento del cuerpo, relacionadas directamente con la psicomotricidad (tendencia disciplinar abordada en el presente proyecto), brindan una mirada más cercana a lo que se pretende desarrollar con la acción educativa aquí planteada:

Este concepto de educación y reeducación por el movimiento es una educación del ser completo ya que asocia estrechamente la consciencia a la acción permitiendo, según el profesor C. Launa y «una integración progresiva de las adquisiciones que son entonces objeto de conocimiento y reflexión» (Pierre & Picq, 1984, p.10).

Reconociendo de esta forma, que la educación física más allá de buscar la formación netamente motora del ser humano propende por que el sujeto a través del movimiento sea formado multidimensional e integralmente, y buscándose de esta manera, no solo un movimiento mecánico y automatizado, sino un movimiento consciente y pragmático. Por ende, dicho movimiento vivenciado por el sujeto no nace de la obligación o de la coerción externa del ser, sino del conocimiento, de la consciencia y de la criticidad propia.



Dicho de otra manera, se puede afirmar que la educación física no solo se comprende como una disciplina instrumentalista, que únicamente posibilita movimientos centrados o enfocados en el campo de la actividad física y el rendimiento deportivo, sino que, a su vez es formadora de valores, principios, emociones, movimientos y características que le permiten a las personas desenvolverse en el entorno en el que se encuentran de manera apropiada, positiva y propositiva frente a cada situación que presente su diario vivir, siendo así una disciplina transversal no sólo a la escolaridad sino a la vida misma de cada sujeto.

En consecuencia, la visión de educación física presente en este proyecto educativo es la siguiente:

La educación física es el proceso de enseñanza-aprendizaje constructivista y experiencial, que se enfoca en el desarrollo integral del ser, a través de diversas prácticas corporales que le permiten la interacción consigo mismo, con las personas a su alrededor y con el entorno que lo rodea.

Dichas prácticas, brindan al sujeto, competencias motrices, cognitivas, emocionales, sociales y éticas, útiles y aplicables a los diferentes ámbitos de su vida cotidiana, y propenden por el bienestar y desarrollo del potencial humano tanto individual como colectivo.

### ***Modelo Pedagógico***

Para el presente proyecto, se asume como modelo pedagógico fundante el modelo constructivista propuesto por Lev Vygotsky, denominado teoría sociocultural o sociohistórica, la cual:

(...) parte de la premisa de que el conocimiento es una construcción colectiva, es decir, de carácter social, no individual, que se genera por el devenir histórico y cultural de la colectividad y se mantiene como el conjunto de saberes vigentes y necesarios para realizar todo tipo de actividad productiva, social o individual del ser humano (...) (Guerra. J. 2020, p.13).

Dicho en otras palabras, el sujeto aprende por medio de la interacción con su entorno y con los otros, siendo este contexto producto de los acontecimientos históricos, sociales y culturales. Consecuentemente, este conocimiento construido debería serle útil al ser humano para desenvolverse con fluidez en aquel escenario sociocultural y de ser necesario transformarlo. Aún más, el conocimiento adquirido por la persona no es asimilado de forma exacta, sino que es reestructurado con el propósito de internalizar o apropiarse una nueva realidad con base a los estímulos y experiencias obtenidas a partir de su vida cotidiana.

Dicha interacción sociocultural, vivenciada por el sujeto y previamente enunciada, se hace posible en la medida que la persona cuente con unas estructuras naturales innatas (elementos biológicos y de maduración) que permitan que el mismo, tienda a ser formado o tenga la posibilidad de serlo. Es así, que las interacciones socioculturales y el entorno del sujeto, fortalecen de manera progresiva y escalonada las estructuras de aprendizaje y cognitivas innatas, y le permiten al mismo convertirse en un ser humano, con características propias de unas condiciones espacio temporales determinadas. En consecuencia, el autor de dicha teoría sociocultural no desconoce que las estructuras biológicas del ser humano sean esenciales para el aprendizaje y hace énfasis en que dichas estructuras deben ser estimuladas a través de la interacción del sujeto con otros sujetos para lograr su verdadero desarrollo. Por ende, la teoría planteada es de naturaleza *constructivista exógena* (Guerra. J, 2020, p.10), al considerar que el sujeto es formado gracias a la estimulación de sus estructuras innatas por medio de la interacción sociocultural. Dicho en palabras de Lev Vygotsky (1988, p.98), se puede afirmar que:

La evolución psicológica del individuo es parte integrante del desarrollo histórico general de nuestra especie, y así debe ser entendida [...] Al mismo tiempo que admite la influencia de la naturaleza sobre el hombre, la aproximación dialéctica postula que el hombre, a su vez, modifica la naturaleza y crea, mediante los cambios que provoca en ella nuevas condiciones naturales para su existencia. Esta posición es la clave de nuestra aproximación al estudio e interpretación de las funciones psicológicas superiores del hombre y sirve de base para los nuevos métodos de experimentación y análisis por los que abogamos (Guerra. J. 2020, p.14).

Siguiendo esta línea de ideas, se hace necesario abordar el término zona de desarrollo próximo, el cual es definido por Vigotsky (1988) citado por García, Coni & Vivas (2007, p. 151) como:

La distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz (p. 133).

De esta manera, es posible comprender, cómo el proceso de aprendizaje planteado en la teoría educativa sociocultural constructivista, se desarrolla de manera progresiva, teniendo en cuenta los aprendizajes y saberes previos de la persona, y a través de la interacción y el apoyo (andamiaje) brindado por sus congéneres y/o personas con conocimientos superiores, en donde se busca de manera gradual, la introducción a la persona en nuevas zonas de

desarrollo real, es decir, la zona en que el sujeto realiza de forma autónoma diferentes prácticas, sin ayuda de otros.

En este punto, se hace de igual forma esencial, mencionar el rol determinante que juegan el lenguaje y las representaciones simbólicas en las diferentes interacciones entre las personas y por ende en la formación cognitiva y multidimensional del sujeto, pues es a través de dicho lenguaje, visualizado como herramienta comunicativa, que el ser humano tiene la capacidad de expresarse ante sus congéneres, dando a entender su subjetividad, y de igual manera es capaz de ser receptor de los estímulos culturales brindados por los otros, y reconstruirlos de manera individual para pensar y actuar frente a los mismos. Es así que posible mencionar que el proceso de enseñanza-aprendizaje:

(...) se encuentra mediado por una herramienta que es el habla, de la misma manera que ésta, tiene una actividad mediadora en toda interacción social (Minik, 2002), y, por lo tanto, el sujeto construye su conocimiento a partir de la influencia de lo social en su percepción, la cual está codificada e interpretada por el habla (Guerra, J. 2020, p. 15).

Otro rasgo significativo que debe ser mencionado, es la importancia que tienen los sentidos pues es a través de ellos que se comprende el mundo, procurando trascender la mera captación de la información, llegando de esta forma a la interpretación y apropiación de estos estímulos, buscando que el sujeto construya “su cognición a partir de sus propios aparatos cognoscitivos (Rojo y Damaso, 1999), para adaptarse a una realidad social que, en cierta manera, ya se encuentra determinada por los actos de la colectividad.” (Guerra, J. 2020, p. 6)

Por lo tanto, es importante el conocimiento y abordaje de los sentidos, ya que estos le permiten al sujeto mantener una percepción adecuada de las experiencias o vivencias presentadas en su escolaridad y en su vida cotidiana, que generarán un desarrollo proactivo junto con los congéneres que le rodean para ayudar así a comprender su entorno. De esta manera el sujeto podrá actuar de manera adecuada y propositiva frente a los saberes que le son presentados, los cuales interpretará y apropiará a través de su subjetividad de la mejor manera posible para llevar a buen fin la diversidad de situaciones que suceden en su diario vivir.

Es así, como a través de la concepción constructivista previamente enunciada, se pretende brindar al estudiante un rol activo en el proceso de formación, dejando de ser por consiguiente, un recipiente pasivo de los conocimientos o saberes que fluyen del docente, e invitándolo por el contrario, a convertirse consecuentemente en el constructor de sus propios saberes a través de las diferentes prácticas e interacciones sociales, siendo las mismas

mediadas por diversas herramientas simbólicas que permiten la comunicación entre los participantes y por ende la creación de saberes colectivos.

Por consiguiente, a través del proceso planteado, se permite que el estudiante por medio de la comunicación con el docente y sus congéneres, además de dicha interacción con elementos espacio temporales determinados, vivencie un proceso de desarrollo educativo dialogante, en el cual, de manera inicial se busca fortalecer las estructuras innatas del hombre, esenciales para el aprendizaje, el autoconocimiento multidimensional del ser y posteriormente se propende por actividades y prácticas que faciliten al niño esa formación socio-cultural, primordial para desarrollar funciones cognitivas, sociales y motoras superiores. Cabe resaltar que, en la primera etapa educativa del presente proyecto, en ningún momento se obvia la formación constructivista social del menor, más se hace especial énfasis en la formación del sujeto como ser individual, para lograr de esta forma, sentar bases que permitan que el desarrollo en etapas posteriores sea más prolífico.

Es así, que, por medio de prácticas corporales acordes a la zona de desarrollo próximo del sujeto, se permite que el mismo amplíe su zona de desarrollo real, generando un proceso de aprendizaje progresivo, en el cual, este se convierte en un participante activo, en la medida que consigue llegar a procesos mentales superiores que le permiten no solo adaptarse al entorno, sino transformarlo de acuerdo con sus conocimiento y autoconocimiento, construidos en ese proceso sociocultural. Dichos conocimientos propios de sus dimensiones física, emocional y social le permitirán desenvolverse de manera adecuada en el contexto en el que se encuentre inmerso.

### ***Rol del Docente y Rol del Estudiante***

En lo que corresponde a las relaciones presentes en el actual proyecto, se puede afirmar que el mismo es sociocultural de naturaleza dialógica, en la medida que se comprende que el proceso de enseñanza y aprendizaje se ve potenciado por las interacciones sociales que el sujeto vivencia en el devenir de su existencia. Siendo así, el estudiante asume un rol proactivo y protagónico en el desarrollo multidimensional de su ser y de igual manera contribuye a la formación y transformación de los otros y del entorno.

Así, el papel que desempeña el estudiante es el de un ser proactivo de su aprendizaje, que no solo aguarda por la guianza de su maestro para desarrollar los diversos contenidos, sino que de manera autónoma ejerciendo un rol de liderazgo, se convierte en un ser propositivo que toma partida en diferentes situaciones de su interés, teniendo la habilidad de generar procesos de creación y transformación, en donde su conocimiento y su capacidad de interacción con el entorno se van modificando y ampliando gracias a sus experiencias y el

diálogo que se genere entre los diferentes sujetos y elementos partícipes del proceso educativo.

Por otra parte, el docente en lugar de ser concebido como el centro de los encuentros académicos, y fuente de luz que provee la información a los estudiantes ignorantes e inexpertos, se convierte en un facilitador de diferentes prácticas y contenidos que incentiven la curiosidad, el pensamiento crítico y el deseo de aprendizaje en sus pupilos y, además, contribuye a la formación social e interactiva de nuevas formas de concebir el mundo.

De esta manera, el constructivismo desde la visión sociocultural permite que el docente brinde el apoyo y la ayuda necesaria al estudiante para alcanzar nuevas zonas de desarrollo real, permitiendo al estudiante vivenciar diferentes formas de interacción con el mundo y así posibilitando el acceso a nuevas zonas de desarrollo potencial.

A su vez, el docente debe enfocarse en brindar prácticas contextualizadas, que no sólo corresponden a los contenidos especificados por entidades superiores, sino que vayan de acuerdo con las características espaciotemporales del lugar donde se ejerce la labor, y en consecuencia respondan a las necesidades, carencias y expectativas tanto de los sujetos como del entorno en general. De esta forma el docente no solo comprende la realidad, sino que a través de sus prácticas busca transformarlas y permitir que los estudiantes tengan la capacidad y asuman el reto de transformarlas junto a él.

La interacción del estudiante y el docente se transforma de esta manera y se desarrolla de manera horizontal, generando así que el conocimiento, las experiencias, las opiniones y los saberes propios del estudiante cobren importancia en el proceso, y sean esenciales en la construcción conjunta del conocimiento. De igual manera se propician no solo mayores niveles de confianza en el estudiante para interactuar con su docente, sino que se le hace un ser comprometido y laborioso en el devenir de su progreso.

En este punto, se hace fundamental resaltar el papel que juega la capacidad comunicativa del sujeto, y por ende del uso de diferentes símbolos lingüísticos en la interacción con el otro, ya que los mismos, son el medio a través del cual lo expresado por el individuo puede ser comprendido por otros y a su vez el sujeto, puede comprender los estímulos recibidos. Sin embargo, es primordial comprender que no solo es suficiente que se ejerza el proceso comunicativo entre los participantes del proceso, sino que el mismo está enmarcado en valores como la camaradería, la responsabilidad, la empatía, el respeto, entre otros, que faciliten el hecho de que el proceso educativo sea armonioso y eficiente multidimensionalmente.

Habiéndose planteado de manera previa los elementos de interacción básicos que rigen las relaciones presentes entre el estudiante y el docente, a continuación, se procederá a enunciar algunas de las características específicas que encaminan el rol de los participantes del proceso educativo para ejercer mayor claridad sobre el lugar y el papel que debe asumir cada participante desde esta visión pedagógica según Vasquez. E. Leon. R. (2013, p. 13, 14):

**Ilustración 1.** Características del rol docente y el rol del estudiante.

PÉRFIL DEL DOCENTE	PÉRFIL DEL ESTUDIANTE
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Enseña a aprehender</li> <li>❖ Diseña actividades de aprendizaje, fomenta el gusto por la lectura y el uso de la tecnología.</li> <li>❖ Usa materia prima y fuentes primarias en conjunto con materiales físicos interactivos y manipulables.</li> <li>❖ Usa terminología cognitiva, tal como clasificar, analizar, predecir, crear, inferir, deducir, estimar, elaborar y pensar.</li> <li>❖ Investiga acerca de la comprensión de conceptos que tienen los estudiantes, antes de compartir con ellos su propia comprensión de estos conceptos</li> <li>❖ Desafía la indagación haciendo preguntas que necesitan respuestas muy bien reflexionadas y</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Aprende a aprehender</li> <li>❖ Es un sujeto constructor activo de su propio conocimiento.</li> <li>❖ Manifiesta actitudes activas y proactivas</li> <li>❖ Debe estar motivado y construye conocimiento al dar sentido a los conceptos a partir de su relación con estructuras cognoscitivas y experiencias previas.</li> <li>❖ Es responsable de su proceso de aprendizaje porque está en permanente actividad mental no solo cuando descubre y experimenta sino también cuando escucha al profesor.</li> <li>❖ La interacción entre alumno y profesor,</li> </ul>

**Ilustración 2.** Características del rol docente y el rol del estudiante.

<p>promueve la construcción de preguntas en el grupo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Reflexionan sobre temas educativos que les permita mejorar su práctica cotidiana.</li> <li>❖ Construye ambientes para el trabajo autónomo y colaborativo, favorece el autoconocimiento y la valoración de sí mismos y los demás.</li> <li>❖ Propicia el deseo de aprender al igual que da oportunidades y herramientas para avanzar en el proceso de construcción.</li> <li>❖ Promueve pensamiento crítico, reflexivo y creativo y favorece el diálogo como mecanismo de resolución de problemas.</li> </ul>	<p>permite al primero proponer soluciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Aprende y participa proponiendo y defendiendo sus ideas.</li> <li>❖ El aprendiz selecciona y transforma la información, construye hipótesis.</li> <li>❖ Toma decisiones basándose en una estructura cognitiva.</li> <li>❖ El sujeto posee estructuras mentales previas que se modifican a través del proceso de adaptación.</li> </ul>
--	--

Por otro lado, es necesario abordar el tema de los estilos de enseñanza que están inmersos en el desarrollo del proyecto, y que por ende influyen de manera directa en los roles y las interacciones entre los estudiantes y el docente. De esta forma, teniendo en cuenta los estilos de enseñanza planteados por el profesor Muska Mosston, y generando una relación entre los mismos y la formación de un ser humano proactivo, se puede decir que se propende por un desarrollo didáctico constructivista y progresivo, en el cual se introduzca

paulatinamente al sujeto en nuevos niveles de autoconocimiento, capacidad de liderazgo y transformación, al iniciar por el estilo de enseñanza basado en la tarea o estilo de enseñanza B, hasta propiciar un estilo de enseñanza que le permita al estudiante crear sus propios aprendizajes basándose en el diseño del educando o estilo de enseñanza H, de forma progresiva y significativa en la construcción de sus conocimientos.

### **Perspectiva Disciplinar (Tendencia Disciplinar)**

La tendencia que apoya y sustenta la aplicación del presente proyecto es la psicomotricidad, concebida desde la visión de Picq y Vayer, autores destacables dentro de la historia de la psicomotricidad en la educación, los cuales plantean una educación psicomotriz, complementaria a la psicomotricidad, la cual es entendida como “Una acción pedagógica y psicológica que utiliza los medios de la educación física con el fin de normalizar o mejorar el comportamiento del niño” (Picq y Vayer, 1984, p.9).

Según lo anterior, la psicomotricidad utiliza medios natos de la educación física para contribuir en la mejora de los comportamientos y actitudes en los niños y niñas, originándose desde la necesidad de educar y reeducar, oponiéndose a la educación física tradicional, dejando de lado términos como retraso o deficiencia y la visión mecanicista del cuerpo comúnmente concebida, al adoptar una concepción holística, apartándose de esta manera de formas de pensar dicotómicas y fragmentadas del mismo, y buscando a través del desarrollo motor, propender por la adaptación y mejoramiento de la persona en sus dimensiones física, cognitiva, emocional y social, para que así este logre aportar significativamente a la sociedad.

De esta forma, la educación psicomotriz que plantean Picq y Vayer, tiene en cuenta tres aspectos fundamentales que guían la acción educativa. El primero es la educación del esquema corporal, la cual proporciona al niño una representación de su propio cuerpo y de esta manera, permite que el mismo pueda ajustar su acción motriz a cualquier momento según sus propósitos; el segundo es el niño en presencia del mundo de los objetos, es decir, la representación que el niño(a) tiene de sí mismo frente a su entorno para afrontar y solucionar situaciones; y el tercero es el niño ante el mundo de los demás, en este aspecto el sujeto posee una concepción de sí mismo frente a sus pares, desarrollando así aspectos de la personalidad, afectividad, la cooperación y el conocimiento de sí mismo y de los otros.

Dicho lo anterior se pone de manifiesto que el desarrollo motor está muy ligado a la maduración de las funciones psíquicas, por lo que las actividades y prácticas motoras que el menor desarrolla influyen de manera directa y significativa en aspectos cognitivos, emocionales y sociales, y en consecuencia en la conducta que desarrollan los niños o niñas. Es por esto por lo que Picq y Vayer (1977) distinguen tres tipos de conducta:

- 1) La conducta motriz de base: que viene formada por la coordinación dinámica general, la coordinación óculo-manual (coordinación entre el sentido de la vista y el movimiento de las extremidades superiores), el equilibrio estático y dinámico sencillo en entornos de poca dificultad y que no sean cambiantes.
- 2) La conducta neuromotriz: que es aquella que va en consonancia a la maduración del sistema nervioso, como puede ser la lateralidad o las sincinesias (que son aquellos movimientos involuntarios que acompañan a movimientos voluntarios).
- 3) La conducta perceptivo-motriz: es aquella que va ligada a la consciencia y la memoria, y tiene que ver con los aspectos espacio – temporales. (Ramón, C. 2014, p. 18).

En este punto es posible mencionar como los autores de esta tendencia plantean la visión educativa de la psicomotricidad desde tres diálogos tónicos, los cuales permiten evidenciar cómo el sujeto para lograr ese desarrollo psicomotriz deseado se ve inmerso en relaciones interactivas bidireccionales consigo mismo, con los otros y con los objetos que lo rodean, las cuales permiten que se evidencien procesos de crecimiento y aprendizaje en el ser holístico, es así que, de acuerdo con Picq y Vayer (1985) “El conocimiento y la representación de su propio cuerpo juega un papel excepcional en las relaciones entre el yo y el mundo exterior: espacio gestual, espacio materializado por los objetos y espacio de los otros sujetos.” (p.13).

Dichos diálogos tónicos, a su vez se ven reflejados en diferentes componentes de la tendencia, buscando desarrollar de esta forma una transición entre el conocimiento, las vivencias y el control del propio cuerpo, para posteriormente hacer énfasis en la relación del cuerpo propio con el cuerpo de los demás y finalmente facilitar que el sujeto pueda interactuar tanto con los otros como con el mundo de los objetos.

En referencia a los componentes o contenidos propios de la psicomotricidad desde la visión de Picq y Vayer, a continuación, se procede a enunciar cada uno de los mismos y posteriormente, desarrollar una breve explicación acerca de su importancia y significación. Cabe resaltar que, aunque gran parte de los contenidos expresados a continuación concuerdan con las ideas fundantes de los autores, muchos de los mismos han sido reinterpretados por los escritores del presente proyecto, con el fin de lograr que los mismos se adapten de forma más adecuada a los objetivos perseguidos. De esta manera, los contenidos a desarrollar desde la psicomotricidad en esta propuesta educativa son:

**Lateralidad:** Hace referencia a la capacidad que tiene el sujeto para diferenciar sus hemisferios izquierdo y derecho, asimismo se relaciona a la habilidad que tiene la persona



para llevar a cabo actividades con relativa fluidez tanto con su hemisferio dominante como con el no hábil.

**Tonicidad:** En este componente se busca que el sujeto adquiriera el suficiente control sobre su propio cuerpo en relación con la capacidad de contraer o relajar diferentes grupos musculares de manera individual o global.

**Equilibrio postural:** En este punto específico se hace especial énfasis en la importancia de tener una buena higiene postural y por ende una adecuada postura corporal, que resulte saludable para la persona, y que no vaya en contravía de la integridad anatómica y biomecánica.

**Propiocepción e intercepción:** Aunque los autores de la tendencia previamente enunciada, denominan como percepción y control del propio cuerpo “*a la consciencia del propio cuerpo y de sus movilizaciones*” (Picq y Vayer, 1985, p.13), se considera pertinente en el presente escrito cambiar su denominación, en la medida que a través de las mismas, se pueden abordar diferentes temáticas que confluyen en la consciencia del cuerpo propio, el conocimiento segmentario y holístico del cuerpo, el control del cuerpo propio y de la capacidad respiratoria, la capacidad de regulación global, segmentaria, y en general diferentes subcontenidos que permiten que el niño se conozca de manera más profunda.

**Equilibración:** El presente componente hace referencia a “la interacción entre varias fuerzas, especialmente la de gravedad, y la fuerza motriz de los músculos esqueléticos. Un organismo alcanza el equilibrio cuando puede mantener y controlar posturas, posiciones y actitudes.” (Berruezo. P, 2000, p. 9). Es decir, la equilibración se refiere a la capacidad que tiene el sujeto de estabilizar su cuerpo de forma armoniosa, adaptándose eficazmente a diversas situaciones con el fin de facilitar la ejecución de actividades más complejas.

**Coordinación dinámica general:** Se busca a través de esta un control y dominio completo del cuerpo, a través de movimientos globales y que tengan directa relación con el uso de grandes grupos musculares, de forma coordinada, y eficiente, para desarrollar una determinada tarea o actividad.

**Coordinación específica:** Cabe aclarar que Picq y Vayer plantean este contenido como “Coordinación Visomanual”, refiriéndose este a las prácticas que están ligadas a la precisión del gesto manual en relación al estímulo visual percibido, sin embargo en el presente proyecto se ha escogido la denominación de **Coordinación Específica** con el fin de llevar a cabo diversas actividades que requieran de gran precisión y en las cuales se vean involucrados grupos musculares pequeños, que no necesariamente estén relacionados a el uso de las manos.

**Organización Espaciotemporal:** Los autores Picq y Vayer hacen una relación entre la “representación corporal que luego se extiende al cuerpo en movimiento” (p. 26) al hablar de la organización espacial, haciendo referencia a la relación del cuerpo en movimiento en relación con el entorno y los objetos a su alrededor, mediado dicho movimiento por las percepciones y sensaciones captadas a través de los sentidos. Por otra parte, al hacer referencia al concepto de tiempo, su organización y estructuración, se busca que el menor consiga desarrollar un determinado movimiento o un conjunto de ellos, tomando consciencia de elementos como la periodicidad, la duración, la velocidad, y la sucesión temporal de momentos o acontecimientos. Es así como la organización espacio-temporal nace de diferentes estímulos perceptivos y sensoriales que el sujeto recibe de su entorno, y los mismos le permiten a través de su movimiento corporal, interactuar con el mundo a su alrededor y los objetos que lo componen en un determinado momento y de una forma específica.

**Ritmo:** Desde la perspectiva de los autores previamente mencionados este concepto no es concebido como un término unidireccional o unívoco, sino como una relación entre la actividad rítmica y la organización de las relaciones en el tiempo, para volver este ejercicio rítmico más económico y eficaz frente a la fatiga producida por movimientos innecesarios al ejecutar ejercicios por un ritmo dado, por tanto en la educación psicomotriz este contenido busca “*ayudar a la supresión de contracturas debidas a una actividad voluntaria mal controlada*” (Picq y Vayer, 1985, p.28).

Es por lo anterior que, en el proyecto, el ritmo será visto como la capacidad de ejecutar y alternar cadenas de movimientos coordinados, con un determinado número de repeticiones o alternancias periódicas, de manera eficaz y eficiente, estando las mismas sujetas a un estímulo sensorial propio o externo.

Para concluir, es posible afirmar que la psicomotricidad vista desde Picq y Vayer apoya y contribuye al presente proyecto permitiendo el desarrollo de una serie de prácticas motoras progresivas y de naturaleza constructivista, cercanas a la realidad propia del sujeto, que propenden por el desarrollo, no solo motor de la persona, sino la formación de una conciencia sobre las acciones que se llevan a cabo, las cuales permitirán a su vez, que este se mueva pragmáticamente frente a diferentes situaciones o actividades que se presenten dentro y fuera de la escolaridad, y que requieran actitudes o aptitudes de iniciativa y liderazgo las cuales permitan al sujeto desenvolverse y transformar su entorno buscando actuar de una manera más proactiva al interior de su comunidad.

## Tercer Capítulo

### Diseño de Implementación

#### *Currículo*

Cuando se hace referencia al currículo y al diseño curricular del presente proyecto, es necesario en primera instancia mencionar la concepción que se asume como fundante respecto al término en mención, entendiendo este como: “El marco normativo y regulado que proporciona la fundamentación racional sobre las decisiones a tomar en el aula” (Coll, C. 1986, citado por Grupo Geard s.f. p. 1).

Siendo así, el currículo permite al grupo docente tomar decisiones y formas de acción frente a las interacciones en el aula de clase y en los espacios académicos a asumir, teniendo en cuenta diferentes variables de tiempo, espacio, contexto, cultura, sociedad, materiales disponibles, etc. y buscando cumplir con los propósitos u objetivos de aprendizaje propuestos.

De esta forma, se escoge un modelo de currículo abierto, el cual se desarrolla de manera flexible siendo este susceptible a diferentes cambios y modificaciones dependiendo de las características propias de los estudiantes y del contexto educativo. De igual manera, se hace énfasis en el proceso de enseñanza y aprendizaje, no en los resultados finales del mismo, y por lo tanto su forma de evaluar se enmarca en una evaluación formativa ya que se centra en la observación de dicho proceso de aprendizaje, el cual permite evidenciar el nivel de aprehensión y utilización de este en diferentes situaciones y contextos de la vida diaria.

Finalmente, este modelo curricular abierto, se desarrolla en constante mediación e interacción entre el estudiante y el docente, se construye, deconstruye y transforma dependiendo de las características propias del contexto, evitando de esta manera que se propicie un aprendizaje memorístico y bancario, y por el contrario prima el pensamiento crítico, creativo y pragmático del estudiante al abordar los diferentes espacios de la clase.

De esta forma, en el diseño curricular de este proyecto se asumen como cuestionamientos guías de su construcción las preguntas básicas que todo currículo debe poseer según Cesar Coll, al mencionar que “la teoría del currículo debe responder a estas preguntas: ¿Qué enseñar?, ¿Cuándo enseñar?, ¿Cómo enseñar? y ¿Qué?, ¿Cómo y Cuándo evaluar?” (Coll, C. 1986 citado por Grupo Geard, s.f, p. 1).

#### **¿Qué Enseñar?**

Respecto a este cuestionamiento, en el presente proyecto se busca lograr el desarrollo integral del menor a través de diferentes prácticas influenciadas por la tendencia psicomotora vista desde la perspectiva de Picq y Vayer. De esta manera se propicia el desarrollo de

contenidos tales como la lateralidad, tonicidad, equilibrio postural, propiocepción, interocepción, equilibración, coordinación dinámica general, coordinación específica, organización espacio temporal y ritmo, con la finalidad expresa, no sólo de permitir el mejor desempeño motor del estudiante frente a diferentes situaciones y contextos, sino buscando que a través del movimiento el estudiante logre desenvolverse de manera proactiva en su cotidianidad.

De esta forma el movimiento cobra sentido no solo en el plano físico y motor del ser humano, sino que también en sus relaciones, formas de interactuar consigo mismo, con otros y con su entorno, a través de diferentes habilidades cognitivas, emocionales y sociales. Es así como el hombre que se mueve aprende a pensar, sentir, ser y hacer de manera pragmática en el mundo.

En relación con los contenidos propuestos por el Ministerio de Educación Nacional de Colombia, en el documento N° 15 Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (2010) p. 60, para las edades de la población contemplada en el proyecto en mención (niños entre 9 y 11 años) que es posible relacionar con los grados cuarto y quinto de primaria, se puede encontrar una estrecha conexión con múltiples competencias allí planteadas. Siendo así, se encuentran contenidos y propósitos en común como los planteados a continuación:

**Ilustración 3.** Contenidos y propósitos del proyecto.

Competencia del M.E.N	Contenido de la competencia MEN	Contenido de la tendencia Psicomotricidad	Contenido propuesto del PCP
<b>Desarrollo motor</b>	Controlar de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.	Coordinación dinámica general y coordinación específica.	Nos movemos hacia un propósito/ Mi cuerpo comunica a través del movimiento
	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.	Coordinación dinámica general y coordinación específica.	
	Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.	Ritmo	Conozco, me muevo y transformo
	Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.	Tonicidad e interocepción	Sintiendo mi cuerpo/ Conociendo mi cuerpo

	Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	Propiocepción, equilibrio postural	Conociendo mi cuerpo/ Consciente de mi cuerpo
<b>Técnicas del cuerpo</b>	Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.	Equilibrio postural.	Consciente de mi cuerpo
	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.	Tonicidad y propiocepción.	Sintiendo mi cuerpo/ Conociendo mi cuerpo
	Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.	Coordinación dinámica general.	Nos movemos hacia un propósito
<b>Lúdica motriz</b>	Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.	Coordinación dinámica general	Nos movemos hacia un propósito
<b>Expresiva corporal</b>	Identificar técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Propiocepción, coordinación específica y coordinación dinámica general.	Conociendo mi cuerpo/ Mi cuerpo comunica a través del movimiento/ Nos movemos hacia un propósito
	Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.	Ritmo.	Conozco, me muevo y transformó
	Realizo secuencias de movimiento con música aplicando los tres ejes del cuerpo: Adelante-atrás, arriba-abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal.	Ritmo y organización espaciotemporal.	Conozco me muevo y transformó, Creación y transformación corporal en el mundo, Transformación e interpretación crítica a través del cuerpo
	Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.	Interocepción.	Conociendo mi cuerpo

### ¿Cuándo enseñar?

Respecto a este cuestionamiento, se aborda y prioriza la secuenciación de los contenidos de manera progresiva, de tal forma que los mismos resulten coherentes,

comprensibles y que permitan que, de manera escalonada y acorde a las capacidades propias del estudiantado, se desarrolle de manera prolífica el proceso de enseñanza - aprendizaje.

Para tal fin, se pretenden abordar los diferentes contenidos de manera constructivista, al reconocer y aprovechar el conocimiento propio de los estudiantes respecto a si mismos, su cuerpo y su forma de moverse en el mundo para posteriormente, permitir que a través de procesos de comunicación e interacción motora se generen situaciones de reconocimiento, cooperación con los otros y significación de los contenidos para los estudiantes, partiendo de situaciones reales o de la vida cotidiana, para que finalmente se trabaje en pro de un objetivo común, buscando así la transformación de diferentes situaciones y el desarrollo de diferentes procesos creativos.

Se parte principalmente de la relación y conocimiento propio del sujeto, posteriormente se realiza un acercamiento a la interacción y reconocimiento del otro y finalmente se propende por actividades cooperativas en pro de un objetivo en común. Es así que el constructivismo desde esta perspectiva permite abordar las zonas de desarrollo real del sujeto y a través de relaciones de comunicación y andamiaje, inducir al sujeto a nuevas zonas de desarrollo próximo y afianzarse como zonas de desarrollo real, teniendo en cuenta así sus conocimientos y capacidades previas.

### **¿Cómo Enseñar?**

Además de asumirse en el presente proyecto una visión constructivista y por ende progresiva de los diferentes contenidos a abordar, se permite un desarrollo progresivo entre la interacción estudiante-docente, a través de la cual, además incentivar el autoconocimiento y la responsabilidad al estudiante, se busca que el mismo progresivamente se convierta en un actor proactivo de su desarrollo y el de sus congéneres a través de diversas situaciones motrices.

De esta manera, el proyecto considera fundamentales los diferentes estilos de enseñanza propuestos por el profesor Muska Mosston, y a través de los mismos, se busca propiciar procesos de maduración multidimensionales en el estudiante, que contribuyan con la consecución del objetivo inicialmente planteado, permitiendo que de manera progresiva, el estudiante adquiera un rol de mayor participación y por ende más propositivo en el desarrollo de la sesión de clase, que simultáneamente confluye en un desarrollo humano multidimensional más amplio e integral.

### **¿Qué, Cómo y Cuándo Evaluar?**

Antes de hablar puntualmente del proceso evaluativo que se implementará durante el desarrollo del proyecto en mención, es necesario determinar qué es la evaluación, y a su vez

aclarar diferentes conceptos que guiarán este proceso. En primer lugar, se puede decir que la evaluación según el Ministerio de Educación Nacional (MEN) “*permite valorar el avance y los resultados del proceso a partir de evidencias que garanticen una educación pertinente, significativa para el estudiante y relevante para la sociedad*”, es así como en el presente proyecto, la evaluación gira en torno al avance continuo del proceso de enseñanza-aprendizaje en los alumnos y en la relevancia que esta pueda tener en su desarrollo tanto personal como a nivel social.

A su vez, y teniendo como referencia a González, S. (2018), al hablar de los diferentes tipos de evaluación es posible mencionar que los procesos evaluativos propios de relaciones de enseñanza y aprendizaje pueden desarrollarse al iniciar las interacciones formativas, durante el transcurso de las mismas o al cierre de diferentes unidades, contenidos o del proceso académico en general.

Respecto a los tipos de evaluación que se evidencian según el agente evaluador, se encuentra en primer lugar la heteroevaluación, la cual hace referencia a la evaluación que ejerce una persona sobre otra en función de una actividad (usualmente el docente sobre el estudiante), es el tipo de evaluación tradicional que se ejecuta en los procesos educativos. En segundo lugar, se distingue la coevaluación, que es aquella que se desarrolla de manera conjunta y en la cual se evalúa una actividad realizada por varios agentes participantes de la misma, también se hace visible la autoevaluación, que se remite a la evaluación que ejerce un sujeto sobre sus propias acciones, por lo cual se convierte en un proceso personal.

Por otra parte, cuando hablamos de la evaluación según su finalidad, se encuentran conceptos como evaluación diagnóstica, la cual se identifica como aquella que se realiza de forma previa al desarrollo de un proceso educativo, cualquiera que este sea y busca evidenciar el estado inicial del estudiante frente a determinado contenido o saber, por otra parte se encuentra la evaluación formativa, la cual se emplea durante el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje, y se entiende como aquella reguladora de dicho proceso, llevándola a que su finalidad sea netamente pedagógica, es decir, regular el proceso, adaptar y ajustar las condiciones pedagógicas (estrategias, actividades, etc.) en función del aprendizaje del estudiante. Finalmente se pone de manifiesto la evaluación sumativa, la cual es el proceso evaluativo final que se realiza al término de un ciclo educativo, por lo tanto, su propósito se remite a verificar en qué grado las metas educativas han sido alcanzadas.

Teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado, se plantea de esta manera un proceso de evaluación cualitativo continuo al proceso educativo, en el cual se propende por el

aprendizaje del estudiante y su desarrollo multidimensional y no por la calificación en sí misma.

De esta manera al iniciar el proceso educativo se plantea una evaluación diagnóstica motora, de naturaleza heteroevaluativa, en la cual el docente a cargo evalúa los saberes y habilidades previas del estudiante a nivel motor, al proponer una serie de actividades motoras específicas, directamente relacionadas con los contenidos propios de la tendencia a abordar en cada unidad, que sustentan el proyecto (Psicomotricidad de Picq y Vayer) y que posteriormente se van a abordar. Siendo así, se plantean una serie de pruebas específicas, que son evaluadas por el nivel de ejecución de los alumnos. De igual manera, y en la misma sesión diagnóstica precedente al inicio de cada unidad, se plantea una evaluación inicial de naturaleza coevaluativa, tipo cuestionario, en la cual los estudiantes junto con sus padres responden una serie de preguntas previamente elaboradas por el equipo docente y tendientes a evidenciar las diferentes características que componen la naturaleza proactiva y su presencia en el comportamiento y actuar de los estudiantes

Por otra parte, cuando se habla del proceso evaluativo a desarrollar durante las clases, es posible decir que el mismo, es de tipo formativo, y consta de dos momentos, siendo el primero de ellos, el proceso de recolección de información por parte de los docentes a través de una ficha de observación previamente establecida, en la cual, se pueden evidenciar diferentes procesos tanto motores como sociales que se vivencian durante la sesión de clase y que presentan directa relación con el objetivo principal del proyecto, y en segundo lugar un proceso de retroalimentación orientado a la autoevaluación y heteroevaluación del menor, desde su desempeño y comportamiento durante la sesión.

De igual forma, cuando se hace referencia a los procesos evaluativos finales y sumativos del proyecto, se puede mencionar que al cierre de cada una de las unidades, se desarrolla una sesión evaluativa, que consta de dos partes, la primera de ellas de naturaleza heteroevaluativa en la cual los docentes buscan evidenciar los cambios motores en los niños relacionados con los contenidos psicomotrices abordados durante dicha unidad, y la segunda, que será un proceso coevaluativo de los menores junto con sus padres, en el cual se repite el cuestionario inicialmente abordado, y se busca evidenciar cambios sustanciales en el comportamiento y desarrollo del menor.

Es fundamental mencionar que, durante el proceso evaluativo motor, desarrollado como prueba diagnóstica, los docentes, aunque fundamentan su actuar en la teoría de la psicomotricidad de Picq y Vayer y en los ejercicios allí plasmados, reinterpretan y modifican



muchas de las actividades propuestas por dichos autores para de esta manera adaptarlas a las características propias del proyecto, y las necesidades de la población estudiantil.

Los autores asumen dicha libertad, tomando en consideración los postulados propuestos por los mismos Louis Picq y Pierre Vayer, al afirmar sobre los medios técnicos planteados en su obra que: “Por otra parte, estos ejercicios a pesar de su número y de una probada eficacia, no son más que indicadores. Se puede evidentemente, imaginar otros, modificarlos, transponerlos y asociarlos entre sí.” (1985, p.41).

### ***Macrodiseño y Microdiseño***

Siendo mencionado lo anterior, a continuación, se presenta el diseño curricular adoptado en el proyecto, en el cual se mencionan los diferentes núcleos temáticos, temas derivados y las relaciones interdisciplinarias (humanística, pedagógica y disciplinar).

A su vez, se presenta el microdiseño curricular, en el cual se abordan las temáticas a desarrollar en las diferentes clases, de manera progresiva su objetivo, método evaluativo y estilo de enseñanza.

**Ilustración 4. Macrodiseño.**

<b>El Desarrollo Motor y su Influencia en la Formación de Sujetos Proactivos</b>						
<b>Objetivo: Contribuir a la formación de sujetos proactivos a través de prácticas motoras que aborden sus dimensiones física, emocional y social.</b>						
<b>Unidades temáticas</b>		<b>Tendencia de la EF</b>		<b>Transversalidad</b>		
<b>Características de un ser humano proactivo</b>		<b>La psicomotricidad desde Picq y Vayer</b>		<b>Núcleos temáticos</b>	<b>Temas derivados</b>	<b>Estilos de enseñanza (Muska Mosston)</b>
		<b>Diálogos tónicos</b>	<b>Contenidos</b>			
<b>Autoconocimiento</b>	Sesión diagnóstica inicial					Mando directo
	Auto Conocedor de mi corporeidad y corporalidad	Relación consigo mismo	Interocepción y propiocepción	Mi cuerpo y mi mundo	Conociendo mi cuerpo	Mando directo
	Autocontrol Emocional		Coordinación dinámica general y específica		Sintiendo mi cuerpo	Resolución de problemas

	Responsable de mis decisiones, acciones y consecuencias		Equilibrio Postural y Tonicidad		Consciente de mi cuerpo	Mando directo y autoevaluación
Proceso evaluativo de la primera unidad/ Sesión diagnóstica segunda unidad						Mando directo
<b>Liderazgo</b>	Empático con mis congéneres	Relación con los otros	Equilibración	Mi cuerpo y el mundo de los demás	Mi cuerpo vivencia la alteridad	Enseñanza basada en la tarea
	Iniciativa para la consecución de objetivos		Coordinación dinámica general (Motricidad gruesa)		Nos movemos hacia un propósito	Resolución de problemas
	Comunicación Asertiva		Coordinación específica (Motricidad fina)		Mi cuerpo comunica a través del movimiento	Descubrimiento guiado
	Proceso evaluativo de la segunda unidad / Sesión diagnóstica tercera unidad					

<b>Transformación</b>	Creativo para moverse adecuadamente en el mundo	Relación con los objetos y el entorno	Organización Espacio-temporal 1	Nuestros cuerpos y el mundo de la creación	Creación y transformación corporal en el mundo	Descubrimiento guiado
	Pensamiento crítico frente a las diferentes problemáticas de mi entorno		Organización Espaciotemporal 2		Transformación e interpretación crítica a través del cuerpo	Resolución de problemas
	Pragmático en concordancia con lo que pienso, digo y hago en el mundo		Ritmo		Conozco, me muevo y transformé	Resolución de problemas / Diseño del alumno
	Proceso evaluativo final					Mando directo

**Ilustración 5.** Microdiseño.

<b>Microdiseño</b>							
<b>Unidad temática</b>	<b>Núcleos temáticos</b>	<b>Temas derivados</b>	<b># de Sesión</b>	<b>Actividad</b>	<b>Estilo de enseñanza</b>	<b>Objetivo de la sesión</b>	<b>Evaluación</b>
<b>1</b>	<b>Mi cuerpo y mi mundo</b>	<b>Sesión diagnóstica inicial</b>	1	Realización de clase diagnóstica para la observación de las dimensiones física, emocional y social de los alumnos por medio de una encuesta alumno/acudiente y una prueba que evidencie habilidades motrices a abordar en el presente proyecto.	Mando directo	Desarrollar una clase diagnóstica en la cual se evidencian las habilidades motoras y sociales de los menores, y su nivel de proactividad en diferentes situaciones	Coevaluación y heteroevaluación
		<b>Conociendo mi cuerpo</b>	2	Taichi	Mando directo	Establecer y diferenciar los segmentos corporales	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
			3	Pilates		Conozco los diferentes sistemas que componen mi cuerpo	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación

		4	Yoga		Identifico las funciones voluntarias e involuntarias de mi cuerpo / Reconozco mis fortalezas y debilidades, emocionales, cognitivas y comportamentales.	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
<b>Sintiendo mi cuerpo</b>		5	Coordinación dinámica general (Actividades diversas cuerpo-objeto) (pelota de tenis)	Resolución de problemas	Reconozco mis emociones y sus detonantes	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
		6	Motricidad fina tren inferior (Dibujar y modelar con los pies)		Aprendo a controlar y regular mis emociones	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
		7	Construir cuentos de mis emociones y vivencias		Expreso mis emociones y sentimientos de manera adecuada	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
<b>Consciente de mi cuerpo</b>		8	Body combat	Mando directo y autoevaluación	Soy consciente de la postura de mi cuerpo / Asumo una postura higiénicamente saludable en mis acciones motoras	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación

			9	Entrenamiento funcional		Conozco mis diferentes fortalezas y debilidades físicas	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
			10	Kihon y Kata		Conozco los movimientos biomecánicamente adecuados de mi cuerpo	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
		<b>Proceso evaluativo de la primera unidad/ Sesión diagnóstica segunda unidad</b>	11	Evaluación/ Cierre de la unidad uno / Diagnóstico inicial unidad 2	Mando directo	Por medio de una prueba se evaluará los contenidos de la tendencia abordada a nivel físico y se aplicará la encuesta alumno/acudiente. Se realizará el proceso diagnóstico de la segunda unidad.	Coevaluación y heteroevaluación
2	Mi cuerpo y el mundo de los demás	Mi cuerpo vivencia la alteridad	12	Mímica y equilibrio (mímica por equipos, adivinar algo frente a sus compañeros haciendo equilibrio en la barra de equilibrio)	Enseñanza basada en la tarea	Reconozco las emociones de los demás	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
			13	Tangram a ciegas (Dos equipos, mudos llegan de punto A al punto B)		Asumo la perspectiva de mi compañero	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación

			B, pasando por una serie de obstáculos o retos como rompecabezas del cuerpo humano o figuras geométricas, mudos ayudan a los ciegos, ciegos no saben qué mudos tratan de llevarlos)			heteroevaluación
		14	Acrosport		Actúo en pro del bienestar del otro	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
<b>Nos movemos hacia un propósito</b>	15	Creación de pirámides condicionada (Pirámides humanas de acuerdo con condición anteriormente planteada)	Resolución de problemas	Establecer posibles soluciones para un determinado problema	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación	
	16	Circuito polimotor cooperativo (cadenita humana con aros, tomar y dar un objeto con los pies, pasar el ping-pong, el suelo es lava,)		Emprendo acciones para cumplir un objetivo motor	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación	



		17	Predeportivo (balonmano modificado)		Evalúo los resultados de mis acciones y modificó las mismas para obtener mejores resultados	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
<b>Mi cuerpo comunica a través del movimiento</b>		18	Charadas y pictionary	Descubrimiento guiado	Expreso mis opiniones, pensamientos e ideas de manera clara, concisa y respetuosa.	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
		19	Mi silueta en ojos de otros		Escucho y comprendo las ideas, pensamientos y opiniones de mis compañeros.	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
		20	Figuras en origami y arcilla		Me comunico con mis compañeros y trabajamos en pro de un objetivo común.	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
<b>Proceso evaluativo de la segunda unidad / Sesión diagnóstica tercera unidad</b>		21	Evaluación/ Cierre de unidad / Sesión diagnóstica.	Mando directo	Por medio de un test se evaluará los contenidos de la tendencia abordada a nivel físico y se aplicará la encuesta sociocognitiva alumno/acudiente. Se realizará una prueba diagnóstica inicial de la unidad siguiente.	Coevaluativa y heteroevaluativa

3	Nuestros cuerpos y el mundo de la creación	Creación y transformación corporal en el mundo	22	Circuito de los sentidos con oclusión.	Descubrimiento guiado	Conozco y me relaciono con los objetos y el entorno en el que me encuentro	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
			23	Creación de juegos con objetos predeterminados		Creo mi propia realidad a partir del conocimiento contextual	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
			24	Jornada de concientización y transformación ecológica.		Transformar mi realidad a través de acciones motoras adecuadas a cada situación	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
		Transformación e interpretación crítica a través del cuerpo	25	Quemados (con variaciones)	Resolución de problemas	Reflexiono sobre mis formas de pensamiento y acción	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
			26	Ajedrez		Considero las formas de acción y pensamiento de mis compañeros.	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
			27	Representación sobre una problemática social		Asumo una postura crítica frente a diferentes fenómenos y situaciones sociales	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación

<b>Conozco, me nuevo y transformé</b>	28	Coreografía con balones de básquet	Resolución de problemas / Diseño del alumno	Actúo con base a a mi conocimiento frente a una situación determinada	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
	29	Coreografía de danza por grupos (video de muestra)		Trabajo de manera cooperativa para lograr un objetivo común	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
	30	Creación de coreografía incluyendo contenidos previos		Empleo de manera coherente mi conocimiento y mis acciones acorde a mi pensamiento ante las situaciones motoras que se presenten.	Formativa: autoevaluación y heteroevaluación
<b>Proceso evaluativo final</b>	31	Proceso evaluativo final / Cierre de la temática	Mando directo	Por medio de una prueba se evaluarán todos los contenidos de la tendencia abordada a nivel físico y se aplicará la encuesta sociocognitiva alumno/acudiente	Coevaluativa y heteroevaluativa

***Ficha de Evaluación Motora***

Para el desarrollo del proceso diagnóstico y evaluación final de cada unidad, se implementará una ficha de evaluación motora en la cual se evaluarán los contenidos de la psicomotricidad, esto por medio de dos actividades específicas que aborden de forma concreta un contenido determinado y que den cuenta del estado actual de los sujetos. Cabe resaltar que las evaluaciones motoras aquí propuestas nacen de un proceso de análisis y reflexión propio de los autores del proyecto, y aunque reflejan muchos de los movimientos y actividades propuestas por Picq y Vayer, no son copias fieles de los mismos. De igual forma, las pruebas son de naturaleza heteroevaluativa a cargo de los docentes, quienes desarrollarán una descripción cualitativa en relación con unos ítems específicos de evaluación, observando el desempeño individual de los estudiantes.

A su vez, es importante mencionar que las pruebas motoras a desarrollar corresponden a los contenidos motores que se vivenciaron durante la unidad, y no a los contenidos propios de todo el proyecto. Es así que las pruebas contempladas en la ficha de evaluación motora (tanto diagnóstica como final) de la unidad 1, corresponde a los contenidos motores propios de la unidad 1, y así sucesivamente. Siendo mencionado lo anterior, a continuación, se explicarán las pruebas que se llevarán a cabo:

**Equilibración:**

1. Con los ojos cerrados, mantenerse sobre la pierna derecha, la rodilla izquierda flexionada en ángulo recto, muslo izquierdo paralelo al derecho y en ligera abducción, brazos a lo largo del cuerpo. Tras 30" de descanso repetir el ejercicio con la otra pierna. — Fallos: bajar más de 3 veces la pierna; tocar el suelo con la pierna levantada; moverse del sitio; saltar. — Duración: 10" — Número de intentos: 2 para cada pierna (Picq y Vayer, 1984, p.239).
2. Siguiendo la indicación docente, los estudiantes deberán adoptar una postura corporal, durante un tiempo de 10 segundos. En dichas posturas se alternarán la posición de los segmentos corporales, y la cantidad de apoyos que el sujeto tendrá en el suelo. Se contarán como fallos cada ocasión en que el sujeto no logre completar el tiempo establecido manteniendo la postura

**Interocepción y Propiocepción:**

1. Estando los estudiantes en el espacio de clases, los mismos deberán responder de manera juiciosa a las indicaciones verbales del docente, quien mencionara una posición específica que deben desarrollar, mencionando la posición que

los diferentes segmentos corporales deben asumir durante la postura descrita.

Se harán un total de cinco intentos.

2. Los estudiantes, estando de pie y con un globo, a la señal del docente deberán mantener el globo en el aire soplando durante un tiempo determinado (2, 5, 7 y 10 segundos), seguidamente de realizar la actividad durante estos intervalos de tiempo, a la señal del docente los estudiantes realizarán skipping durante 20 segundos para que seguido mantengan el globo suspendido en el aire mediante su control respiratorio. Criterio de evaluación: Se evaluará el cumplimiento del objetivo en tanto el estudiante cumpla los intervalos de tiempo con el globo suspendido y en skipping y el control que tenga en su respiración.

#### **Coordinación Dinámica General:**

1. Los estudiantes, sosteniendo una cuchara con la boca y llevando en la misma un pin pon, deberán moverse de un extremo del espacio a otro conduciendo un objeto más con las manos o los pies, esto por medio de diferentes desplazamientos según se les indique (adelante, atrás, lateral derecho, lateral izquierdo, en 6 apoyos). Criterio de evaluación: Se realizarán 2 intentos por cada tipo de desplazamiento y se contarán las veces que se caiga el pin pon de la cuchara.
2. Los estudiantes, ubicados en un extremo, frente a una fila de aros (círculos o cuadros dibujados), deben saltar dentro de cada uno de estos a un pie (derecha, izquierda) o a dos, y recoger una serie de objetos (los cuales estarán situados de manera alternada al lado derecho e izquierdo del aro) para llevarlos hasta el final de la fila. Criterio de evaluación: Se realizarán 2 intentos por cada tipo de salto (a un pie, derecha, izquierda o a dos) y se contarán las veces que el estudiante apoya el otro pie para recoger el objeto, suelta el mismo o en definitiva pierde el equilibrio y cae.

#### **Coordinación Específica:**

1. Coordinación viso- manual: Los estudiantes, ubicándose de rodillas sujetarán un objeto (pelota, lápiz, etc.) en sus manos (derecha, izquierda o lanzándola de una mano a otra), lo lanzaran hacia arriba y lo atraparon antes de que este caiga. Criterio de evaluación: Se realizarán 5 intentos por cada tipo de agarre (derecha, izquierda o lanzándola de una mano a otra) y se contarán las veces que no puedan atrapar el objeto.

2. Coordinación viso-pédica: Cada estudiante tendrá una pelota y una botella, este se ubicará a 3 metros de la botella y pateando la pelota deberá tumbar el recipiente. Este ejercicio deberá realizarse con las dos extremidades inferiores. Criterio de evaluación: Tendrán 5 intentos por cada pierna y se contarán en cuántos de ellos no logró el objetivo.

**Equilibrio Postural:**

1. Con un libro sobre la cabeza y los brazos a los lados, el alumno caminará en línea recta un pie por delante del otro una distancia de 3 metros se evaluará cuantas veces complete el recorrido sin que se le caiga el cuaderno o lleve sus brazos sobre su cabeza para evitar que se caiga el mismo. Tendrá 5 oportunidades.
2. Los docentes plantean los ejercicios de plancha (30 segundos), sentadilla (5 repeticiones) y flexión de tronco para abdominal, (5 repeticiones), siendo dichas acciones motoras ejecutadas a la voz del docente. De esta forma se evalúa la postura adoptada por el estudiante durante la ejecución de cada movimiento, teniendo como referencia las posturas técnicas y biomecánicamente adecuadas. Cada uno de los ejercicios desarrollados durante la actividad tendrá un valor de 3.3.

**Tonicidad:**

1. Tonicidad segmentaria: Se pedirá al niño tensionar y relajar de manera alternada diferentes segmentos corporales, iniciando con los músculos faciales, posteriormente pasando a las extremidades superiores, el torso, y las extremidades inferiores. Cabe denotar que se podrá pedir por parte del docente, tensionar y/o relajar de manera simultánea diferentes segmentos corporales. Para esta prueba el estudiante hará un total de 10 pruebas.
2. Tonicidad global: Se desarrollará el juego de "Simón dice", en el cual el docente propondrá un patrón básico de movimiento al decir "Simón dice ...". Cuando el docente mencione la palabra "Stop" los estudiantes deberán detener completamente la acción motora, y permanecer por una cantidad total de 10 segundos en la misma posición, generando así un proceso de tensión global corporal. Se realizarán un total de 10 rondas.

**Organización Espaciotemporal:**

1. El alumno ubicará cuatro colores de diferente color uno en frente, otro atrás otro a la izquierda y otro a su derecha a una distancia de 2 metros, el se

encontrará en el medio realizando actividades como: saltar en un pie, dos pies, en círculo, skipping, y luego el docente le dirá que se dirija a uno de los colores ubicados, éste deberá desplazarse lo más rápido posible hacia el color que le sea indicado.

2. El docente mostrará una serie de imágenes, cada una durante 10 segundos, en donde el estudiante deberá observar la figura y dibujarla en su cuaderno de la manera más fidedigna posible, teniendo en cuenta el tamaño y la ubicación de cada una de las piezas que componen la figura. Esta dinámica se realizará un total de 5 veces.

**Ritmo:**

1. Se realizará una prueba de imitación rítmica corporal, en la cual, el docente, propone una secuencia de percusión, y el estudiante debe imitarla, con la mayor fidelidad posible. Se desarrollarán 5 secuencias rítmicas y cada una equivaldrá a 1 punto en una escala de 1 a 5.
2. Para el desarrollo de la actividad se les indicará a los estudiantes que deberán acoplarse a un ritmo determinado, siendo este condicionado por la canción que se haya elegido. Los alumnos, de acuerdo con su criterio y al contenido de la música adoptarán un movimiento rítmico específico. Para la evaluación de esta prueba se observará la ritmicidad del estudiante y que tanto se adapta al ritmo de la canción.

**Ilustración 6.** Ficha de evaluación pruebas motoras.

<b>Ficha de evaluación motora individual</b>	
Fecha: _____ Ciudad: _____ Institución _____ Docente a cargo _____	
Docentes Practicantes _____ N° de sesión _____ Objetivo de la sesión _____	
Materiales _____ Nombre del estudiante _____	
<b>PRUEBAS</b>	Equilibración...
<b>DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA</b>	
<b>Ítem 1:</b> El/la estudiante desarrolla la prueba buscando adaptarse a las instrucciones dadas.	
<b>Ítem 2:</b> El/la estudiante desarrolla la prueba en la cantidad de repeticiones y/o tiempo indicado.	
<b>Ítem 3:</b> La/el estudiante desarrolla la actividad cumpliendo con los requisitos técnicos de la misma.	
<b>Ítem 4:</b> El/la estudiante presenta comportamientos motores de sincinesia durante el desarrollo de la prueba.	
<b>Ítem 5:</b> El/la estudiante presenta comportamientos motores de paratonía durante la ejecución de la prueba.	
<b>Descripción de la ficha de evaluación:</b>	
1. A través de la presente ficha se pretende evaluar de manera individual cada uno de los contenidos propios de la tendencia de la psicomotricidad desde la visión de Picq y Vayer.	
2. Esta forma de evaluación será implementada sobre los estudiantes partícipes en el proceso educativo denominado: "El desarrollo motor y su influencia en la	



formación de sujetos proactivos"

3. El proceso evaluativo será de naturaleza hetero-evaluativa, la cual estará al mando del docente a cargo.

4. Se presenta una serie de ítems en el proceso evaluativo que serán respondidos por el grupo docente de acuerdo con el proceso de observación realizado. En los mismos se desarrollará una descripción cualitativa sobre el desempeño del estudiante en relación con el ítem específico, y finalmente, el docente describe el desempeño global del mismo.

***Ficha de Autoevaluación:***

Se plantea una ficha de Autoevaluación a través de la cual los estudiantes dan cuenta por medio de diferentes preguntas propuestas acerca de su desempeño personal en cada una de las clases. Es así que la ficha aquí presentada, más allá de una evaluación cuantitativa por parte de los estudiantes, presenta una descripción cualitativa del desempeño individual frente a los cuestionamientos planteados, y se desarrolla al finalizar la unidad 1.

**Ilustración 7.** Ficha de autoevaluación.

<b>Ficha de Autoevaluación - Unidad 1 - PCP: El desarrollo motor y su influencia en la formación de sujetos proactivos</b>		
<b>Colegio: IEM Liceo Integrado de Zipaquirá</b>		<b>Curso: 601</b>
<b>Nombre del estudiante:</b>		<b>Fecha:</b>
Con base a su percepción personal e individual, por favor describir de manera clara y concisa su desempeño frente a los ítems presentados a continuación con relación a la sesión de clase.		
<b>Núcleo temático:</b>  <b>Mi cuerpo y mi mundo</b>	¿Cómo considero que fue mi desempeño físico a lo largo de las clases?	
	¿Considero que identifico y conozco los diferentes sistemas que componen mi cuerpo? ¿Por qué?	
	¿Soy capaz de reconocer mis diferentes emociones y sentimientos? ¿Por qué?	
	Al desarrollar alguna actividad en la clase ¿Soy capaz de actuar siguiendo las indicaciones del docente o requiere una retroalimentación constante del docente para lograr ejecutarlas de manera adecuada?	
	¿Considero que utilicé de forma adecuada el espacio que tenía a mi disposición para la realización de las diferentes actividades propuestas en las clases? ¿Por qué?	
	¿Qué fue lo que más se me facilitó en el desarrollo de las diferentes clases?	
	¿Qué fue lo que más se me dificultó en el desarrollo de las diferentes clases?	

***Ficha Evaluativa de la Unidad 1 - Autoconocimiento***

De esta misma forma, se presenta una ficha evaluativa que contiene diversas pruebas y preguntas que corresponden a los contenidos abordados en la unidad y, por ende, a través de esta, se busca determinar, en qué medida los mismos fueron comprendidos y apropiados por los estudiantes. De esta manera cada pregunta responde a una o varias de las actividades desarrolladas durante las sesiones, y se relacionan de manera directa con los objetivos propuestos para las mismas.

**Ilustración 8.** Ficha de Evaluación Unidad 1 – Autoconocimiento.

<b>FICHA DE EVALUACIÓN UNIDAD 1</b>										
<b>Fecha:</b>		<b>Ciudad:</b>	Zipaquirá, Cundinamarca		<b>Institución:</b>	IEM Liceo Integrado de Zipaquirá	<b>Docente a cargo:</b>	Javier Ocampo	<b>Docentes practicantes:</b>	Diego Ávila, Vanessa Carvajal, Rubén Rodríguez, Bryan Skinner
<b>N° Sesión:</b>		<b>Unidad:</b>	1	<b>Objetivo de la unidad</b>	Propender por la formación de un sujeto que se conozca a sí mismo, que tenga la capacidad de autorregularse y actúe de manera libre y responsable en diferentes situaciones y contextos.					
<b>Unidad</b>	Mi cuerpo y mi mundo									
<b>N° prueba</b>	<b>Descripción de la prueba</b>				<b>Objetivo de la prueba</b>			<b>Descripción del desempeño</b>		
1	Se desarrollarán una serie de preguntas que respondan al objetivo especificado. Las preguntas son las siguientes: 1. Describe una debilidad y una fortaleza física tuya, que has evidenciado durante las clases de educación física y explícanos el porqué.				Establecer si el estudiante reconoce diferentes fortalezas y debilidades físicas (10)					

<p>2</p>	<p>Se desarrollarán una serie de preguntas que respondan al objetivo especificado. Las preguntas son las siguientes: 1. De acuerdo con los sistemas del cuerpo vistos en clase ¿Cuál de ellos consideras que cuidas bien y cuál no?</p>	<p>Establecer que sistemas del cuerpo conoce el sujeto, y cuáles son las principales funciones de estos. (4)</p>	
<p>3</p>	<p>Se desarrollarán una serie de preguntas que respondan al objetivo especificado. Las preguntas son las siguientes: 1. De las clases que ves en el colegio cuál te parece más fácil y cuál te parece más difícil. ¿Por qué? ¿Cómo has actuado frente a esa situación?</p>	<p>Determinar si el sujeto identifica sus fortalezas y debilidades cognitivas y comportamentales. (5)</p>	
<p>4</p>	<p>Se desarrollarán una serie de preguntas que respondan al objetivo especificado. Las preguntas son las siguientes: 1. Menciona una situación en la cual hayas sentido una emoción positiva (alegría, entusiasmo, etc.) y una situación en la que hayas sentido una emoción negativa (miedo, enojo, etc.) y como actuaste en cada una de</p>	<p>Evidenciar si el sujeto es capaz de reconocer sus diferentes emociones y posibles detonantes (6)</p>	

	ellas.		
5	<p>Se desarrollarán una serie de preguntas que respondan al objetivo especificado. Las preguntas son las siguientes:</p> <p>1. Imagina que debes entregar un trabajo de matemáticas, lo estás desarrollando en tu computador y de pronto, hay un corte en la electricidad, lo que causa que todo tu trabajo se borre. ¿Cómo te sentirías y reaccionarías frente a esa situación?</p>	<p>Establecer si el estudiante es capaz de desarrollar formas de acción para la regulación de sus emociones y sentimientos (7 y 8).</p>	
7	<p>Los docentes darán una serie de instrucciones verbales que el estudiante debe desarrollar sin ayuda o apoyo visual de ningún docente tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El estudiante de pie flexiona su rodilla izquierda al nivel del abdomen mientras la pierna derecha permanece totalmente extendida y levanta el brazo derecho hacia arriba totalmente extendido.</li> </ul>	<p>Verificar si el sujeto posee la capacidad de diferenciar y mover de forma diferenciada sus segmentos corporales. (3)</p>	

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Estando el sujeto en posición bípeda, y con sus piernas separadas, al ancho de los hombros, flexiona sus rodillas en un ángulo de 90°, poniendo el peso en los talones y envía sus glúteos hacia atrás, manteniendo su espalda recta, y extiende sus brazos en un movimiento de abducción, estando los mismos totalmente extendidos y quedando posicionados al mismo nivel de los hombros.</li><li>- En posición de seis apoyos, manos, rodillas y pies, el estudiante elevará su brazo derecho hacia el frente y al mismo tiempo llevará su pierna izquierda hacia atrás, quedando en tres apoyos, una mano, una rodilla y un pie.</li><li>- Iniciando el sujeto en posición supina apoyara la planta de los pies en el suelo flexionando así ligeramente las</li></ul>		
--	--	--	--

	<p>rodillas y también ubicara la palma de sus manos a los lados de su cabeza, apoyándose en el suelo. Paso seguido levantará su torso, y queda apoyado únicamente sobre la palma de sus manos y la planta de sus pies buscando así hacer un arco con su cuerpo.</p> <p>- Estando el sujeto en posición prono en planta alta, con los brazos extendidos, realizará los movimientos orientados por los docentes, tales como: elevar brazo derecho hacia al frente, elevar brazo izquierdo hacia al frente, elevar la pierna derecha hacia atrás, elevar la pierna izquierda hacia atrás, llevar las rodillas hacia el pecho de forma alterna, separar y juntar las piernas, todo siempre en la posición de plancha alta.</p>		
--	--	--	--



8	<p>Los docentes darán una serie de instrucciones verbales que el estudiante debe desarrollar sin ayuda o apoyo visual de ningún docente tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Acostarse.</li> <li>- Sentarse.</li> <li>- Levantarse.</li> <li>- Agacharse y levantar un objeto.</li> <li>- Caminar y llevar el objeto a otro lugar.</li> </ul>	<p>Establecer si el estudiante posee una adecuada higiene postural (9)</p>	
9	<p>Los docentes darán una serie de instrucciones verbales que el estudiante debe desarrollar sin ayuda o apoyo visual de ningún docente tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Flexión de codo (con o sin rodillas apoyadas en el piso)</li> <li>- Sentadilla</li> <li>- Polichilenas</li> <li>- Tijera con desplazamiento hacia adelante</li> <li>- Abdominal en Crunch (manos en</li> </ul>	<p>Determinar si el estudiante conoce los movimientos biomecánicamente adecuados de su cuerpo en el desarrollo de una actividad física (11)</p>	

	rodillas)		
<b>Descripción de la ficha de evaluación:</b> <b>1. El estudiante seguirá las instrucciones verbales por parte de los docentes e intentarán realizar las actividades de la forma correcta o mejor posible, de acuerdo con el conocimiento de su propio cuerpo.</b>			

### *Ficha de Observación Grupal*

Por otra parte, se plantea una ficha de observación grupal, de naturaleza formativa, en la cual se pretenden visualizar los diferentes comportamientos que los estudiantes manifiestan en la clase, tanto a nivel motor, social, emocional y con relación a las características propias de un sujeto proactivo. Es así, que el grupo de docentes realiza el proceso de observación durante la sesión de clase, y a través de las diferentes sesiones busca evidenciar los posibles cambios actitudinales, motores y comportamentales que los menores desarrollen, y la respuesta multidimensional que los mismos presentan con relación a la actividad docente desarrollada.

**Ilustración 9.** Ficha de Observación Grupal.

<b>Ficha de observación grupal - El desarrollo motor y su influencia en la formación de sujetos proactivos</b>		<b>Fecha:</b>
<b>Nº de Sesión:</b>	<b>Tema de la sesión:</b>	
<b>Objetivo de la sesión:</b>		
<b>Descripción de la sesión</b>		
<b>Aspectos a observar</b>		
<b>Asistencia</b>		
<b>Participación activa</b>		
<b>Autoconocimiento</b>	<b>Cognitivo</b>	
	<b>Físico</b>	
	<b>Socioemocional</b>	
<b>Observaciones adicionales:</b>		

### ***Encuesta de la Proactividad***

Se plantea de igual forma, una encuesta de naturaleza tanto auto como heteroevaluativa, la cual es desarrollada por los estudiantes, con ayuda de sus padres, y que pretende evidenciar el desarrollo que poseen cada uno de los estudiantes, en relación con las características propias del sujeto proactivo. Dicha encuesta, se presenta de forma virtual, a través de la herramienta de Google Forms.

## **ENCUESTA SOBRE LA PROACTIVIDAD**

Somos estudiantes de la Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia y a través de esta encuesta descriptiva digital, buscamos establecer el nivel de proactividad de los estudiantes de 6° de bachillerato de la Institución Educativa Municipal Liceo Integrado de Zipaquirá. Esta encuesta busca contribuir a un proceso co-evaluativo formativo, y debe ser diligenciada por los estudiantes en compañía de sus padres y/o acudientes. La encuesta cuenta con 15 preguntas de tipo abiertas y cerradas, en donde también podrá justificar el porqué de su respuesta.

\* Required

1. Nombre del estudiante \*

---

2. Edad del estudiante \*

*Check all that apply.*

- 9 años o menos  
 10 años  
 11 años  
 12 años o más

3. ¿Conozco mi cuerpo, sus capacidades físicas y sus limitaciones? ¿Cuáles son? \*

---



---



---



---

4. De 1 a 5, siendo 1 muy mal y 5 excelente ¿Qué tan bien manejas tus emociones frente a algún problema o dificultad? \*

*Mark only one oval.*

1      2      3      4      5  
 Muy poco      Mucho

5. ¿Con cuál de estas emociones te identificas más cuando tienes una dificultad o problema? \*

*Mark only one oval.*

- Alegría  
 Tristeza  
 Enojo  
 Paciencia  
 Miedo  
 Tranquilidad  
 Other: \_\_\_\_\_

6. ¿Por qué te sientes identificado con la emoción que escogiste anteriormente? \*

---



---

7. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho ¿Qué tan responsable te consideras con tus deberes y obligaciones dentro y fuera del colegio? \*

*Mark only one oval.*

1	2	3	4	5	
Muy poco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mucho

8. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan identificado te sientes con las problemáticas de las personas que te rodean? \*

*Mark only one oval.*

1	2	3	4	5	
Muy poco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mucho

9. ¿Posees la capacidad de comprender la opinión de tus compañeros? Si. No. ¿Por qué? \*

\_\_\_\_\_

10. ¿Actúas con iniciativa para la resolución de los problemas en tu entorno? \*

*Mark only one oval.*

- Sí
- No
- A veces

11. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan bien expresas tus opiniones, sentimientos e ideas ante los demás? \*

*Mark only one oval.*

1	2	3	4	5	
Muy poco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mucho

12. Cuando enfrentas una dificultad o problema ¿Qué haces para resolverlo? \*

*Mark only one oval.*

- No hago nada
- Espero que alguien lo resuelva por mi
- Hago lo que me digan otras personas
- Busco y creo soluciones al problema según mi conocimiento
- Other: \_\_\_\_\_

13. En una escala de 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan enterado(a) estás sobre las problemáticas que aquejan a tu comunidad? \*

*Mark only one oval.*

1	2	3	4	5	
Muy poco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Mucho

14. Teniendo en cuenta la pregunta anterior, enuncia una problemática que evidencies en tu comunidad y explica como podrías contribuir para solucionarla. \*

---

---

---

---

15. Sabiendo que la proactividad es "La capacidad de sentir, pensar y actuar para transformar el entorno a su favor y de esta manera apropiarse del mundo que lo envuelve". ¿De 1 a 5 qué tan proactivo me considero? \*

*Mark only one oval.*

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

16. Justifica tu respuesta anterior \*

---

---

---

---

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

### **Ilustración 10.** Encuesta sobre la proactividad.

#### ***Relación de Instrumentos de Recolección de Información***

Previamente mencionados los diferentes instrumentos de recolección de datos, se plantea como propósito fundamental a cumplir a través de los mismos, generar un proceso relacional en el cual se evidencie no solo el estado inicial de los estudiantes al integrarse al proyecto de desarrollo educativo aquí planteado, sino además dar cuenta de, cómo la evolución y desarrollo motor en los menores, podría tener una determinada influencia en la formación integral del hombre, especialmente en los características constituyentes del ser proactivo. Además, y teniendo en cuenta que la característica principal del hombre a formar de la primera unidad es el autoconocimiento, se pretende determinar no solo la apropiación y comprensión de los contenidos planteados, sino, además, en qué medida esa capacidad de autoconocimiento se hace evidente y se potencia.

## **Ejecución Piloto**

### **Microcontexto**

La implementación piloto del presente proyecto se llevó a cabo en el municipio de Zipaquirá, Cundinamarca, Colombia, estando este ubicado al norte de la ciudad de Bogotá, cuenta con una población de más de 130.000 habitantes, reconocido por su mina de sal que atrae turistas de todas partes del mundo.

Dicha implementación del proyecto se llevó a cabo en el colegio Liceo Integrado de Zipaquirá, colegio público de la modalidad educativa formal ubicado en la Calle 8 # 12-37 en el barrio Algarra II, NIT:125899000657; con una cantidad de alumnos aproximada de más de 2.700 entre primaria y secundaria. Cabe destacar que la implementación se llevó a cabo de forma virtual por la plataforma Meet de Google debido a la contingencia sanitaria que causó el virus Covid-19.

### **Población**

La población que se decidió abordar fueron niños y niñas de primero de bachillerato quienes se encuentran entre los 9 y 12 años de edad, con una cantidad de 35 niños en dicho curso, sin embargo, debido a problemas de conectividad que manifestaron algunos estudiantes ya sea para encender la cámara o el micrófono, se tuvo interacción y se pudo llevar a cabo la implementación del proyecto a través a la retroalimentación constante por medio de la observación de aproximadamente 10 estudiantes, el resto manifestaba estar atento a la clase realizando las actividades propuestas fuera de cámara.

### **Aspectos Educativos**

El colegio en mención es municipal, y por ende de naturaleza pública. A su vez es mixto y cuenta con una jornada única. Dicha jornada inició su implementación en el año 2016, pues anteriormente el mismo contaba con dos jornadas (mañana y tarde).

### **PEI:**

El Proyecto Educativo Institucional de la Institución Educativa se encuentra en construcción y a través de este, se pretende adaptarse a los cambios sociales ya sean en cuanto a ciencia, tecnología, economía, pedagogía, entre otros. Además, se buscan brindar herramientas para que el estudiante logre construir un proyecto de vida de acuerdo con su realidad social.

En relación a la misión del colegio podemos decir que la institución educativa plantea lo siguiente: “El Liceo Integrado de Zipaquirá como institución educativa de carácter oficial, académica, contribuye a formar estudiantes con pensamiento crítico y creativo, en los niveles de preescolar, básica y media; a través del desarrollo de habilidades y competencias que

aportan a la construcción y desarrollo de su proyecto de vida, fundamentado en valores y filosofía institucional, para trascender en la sociedad”. IEM Liceo integrado de Zipaquirá (s.f.).

En cuanto a la visión que tiene la institución es que “A 2022 La Institución Educativa Municipal Liceo Integrado será reconocida por ofrecer una educación de calidad en la formación de ciudadanos del siglo XXI, capaces de contribuir al mejoramiento de su entorno”. IEM Liceo Integrado de Zipaquirá (s.f.).

A su vez el perfil del egresado de la institución es:

El estudiante de la I.E.M Liceo integrado es un sujeto que se compromete en la construcción y desarrollo de su proyecto de vida, a través de: la integración de competencias comunicativas para escuchar, expresar sentimientos y opiniones de manera asertiva; el pensamiento científico para contribuir al desarrollo sostenible; el pensamiento lógico analítico para comprender, plantear y resolver problemas; el pensamiento crítico y creativo que busca indagar, cuestionar y formular propuestas de transformación de su contexto; enmarcado en valores éticos y morales con vocación de servicio que aporten al mejoramiento del entorno. IEM Liceo Integrado de Zipaquirá (s.f.).

Se busca de esta manera la formación de un sujeto integral, es decir, que se desarrolle multidimensionalmente dentro de la institución educativa, y por ende logre ser un hombre activo que contribuya con el desarrollo social.

Respecto a la disciplina de la educación física, podemos mencionar que se presenta una visión principalmente enfocada en el desarrollo de las capacidades y habilidades físicas básicas, además de la potenciación de la condición física. Es así que la institución educativa busca a través de la disciplina en mención “Estimular el desarrollo de las habilidades y cualidades físicas por medio del juego, el deporte y la recreación dando estrategias para el buen desarrollo físico acorde a sus etapas de desarrollo psicomotriz, en beneficio de la salud”. IEM Liceo Integrado de Zipaquirá (s.f.).

#### **Plan de estudios para el área de educación física de grado sexto:**

En este punto es primordial decir que la institución Liceo Integrado menciona que: La educación física recreación y deporte es considerada una disciplina privilegiada para la formación integral de los individuos, en la medida en la que tiene gran acogida en la población estudiantil como área fundamental del currículo y su importancia viene creciendo para la comunidad educativa en general”. Nieves, O. Quevedo, E. Ocampo, J. y García, W. (s.f.).



en donde dicho plan de estudios pretende “promover no solamente el desarrollo motor, sino también el cuidado de sí mismo, la relación con los otros y con el entorno, de tal manera que en virtud de su práctica se amplíe la conciencia de la acción humana”. Nieves, O. Quevedo, E. Ocampo, J. y García, W. (s.f.).

Además, plantea como misión del área:

(...) desarrollar en los estudiantes destrezas y habilidades promoviendo los componentes de la aptitud física relacionados a la salud, el quehacer diario, con finalidad de mejorar la salud mental, social, emocional y física; y a la vez en formación de valores con la capacidad de trabajar en equipo y de ser un ciudadano productivo”. IEM Liceo Integrado de Zipaquirá (s.f).

Y tiene como visión para el área de Educación Física:

(...) desarrollar en los estudiantes que alcancen y mantengan niveles óptimos de la aptitud física que se constituyan en personas físicamente adecuadas y capaces de seleccionar la actividad o deporte adecuado a sus intereses personales con el propósito de hacerla parte de su estilo de vida y participe en las diferentes actividades deportivas y recreativas organizadas por la institución y los entes deportivos para los próximos años”. Nieves, O. Quevedo, E. Ocampo, J. y García, W. (s.f.).

Para esto se acogen a los objetivos generales para la educación dictados en ley 115 de 1994 Ley general de Educación, los Decretos No. 1976 y 1419 de 1.978 emanados del Ministerio de Educación Nacional, Decreto No. 2743 de 1.968 al Instituto de Juventud y el Deporte, las actualizaciones comprendidas en la Ley 60 de 1.993, donde se especifican las áreas obligatorias y fundamentales de la Educación Preescolar, Básica y Media; siendo la Educación Física obligatoria para todos los niveles con diferente grado de profundización, según Resolución No. 2343 de 1.996 del Ministerio de Educación Nacional, teniendo en cuenta lo estipulado en el documento No.15 Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte expedida en el año 2010, para así plantear para el grado sexto las siguientes temáticas en cada periodo académico:

Acondicionamiento Físico I: Juegos predeportivos.

Gimnasia I: Especialización deportiva.

Baloncesto I: Especialización deportiva.

Atletismo I: Especialización deportiva.

Así mismo, cabe destacar que

A través de la historia el Liceo Integrado deja una gran huella en el deporte, sobresaliendo y dejando en alto el buen nombre de tan prestigiosa institución a nivel

Municipal, Departamental y Nacional representando al municipio en los juegos deportivos ínter colegiados y siendo el actual campeón de los juegos ínter colegiados municipales y sobresaliendo en los deportes individuales a nivel nacional. Nieves, O. Quevedo, E. Ocampo, J. y García, W. (s.f.).

### **Planta Física**

La institución educativa cuenta con una sola planta y un aproximado de 30 salones de clase en su sede principal, donde están los alumnos de secundaria. El tipo de construcción de la edificación es tradicional en ladrillo, y además de los salones de clase previamente mencionados, también cuenta con un espacio destinado para la biblioteca, un teatro llamado torreón, cuatro salas de informática, un salón de danzas, tres canchas multipropósito, dos canchas de voleibol, una de vóley playa, y una cancha de fútbol, dos salones de laboratorio y un aula múltiple utilizada para distintos eventos institucionales.

Pese a lo anteriormente mencionado, es fundamental señalar que debido a las condiciones actuales de confinamiento, aislamiento y restricción de movilidad causadas por la pandemia del COVID 19, la totalidad de los encuentros o sesiones de clase se realizaron de manera virtual, razón por la cual la planta física del colegio, no se usó en ningún momento.

### **Macrodisño y Microdisño**

El macro y el microdisño, plasmados previamente en el presente proyecto, presentan una visión socio constructivista, en la medida que se abordan los contenidos de manera escalonada y progresiva, permitiendo así, que teniendo como fundamento un diagnóstico inicial de las condiciones multidimensionales de los menores, se desarrolle un plan de acción en el cual se permita el desarrollo de los estudiantes, a través de procesos de andamiaje propiciados por parte de los docentes.

De la misma forma, las prácticas desarrolladas se plantean teniendo como fundamento no sólo el propósito de la sesión, sino también, los contenidos propios de la tendencia de la educación física (Psicomotricidad, desde la visión de Picq y Vayer), siendo así, se presentan prácticas polimotoras en las cuales se hace énfasis, en el desarrollo motriz integral del ser, y se aborda un contenido psicomotor específico durante cada una de las mismas.

Respecto al desarrollo del ser humano proactivo, se hace posible afirmar, que se busca que el hombre, inicialmente desarrolle y vivencie un conocimiento de sí mismo, desde una perspectiva multidimensional, permitiendo así que el mismo apropie la capacidad de construir y transformar cooperativamente, e intervenir el entorno que lo acoge. De esta manera el sujeto partiendo de su autoconocimiento, adquiere la posibilidad de conocer a los otros y a su entorno, y desarrolla su capacidad de actuar en su entorno y transformarlo de acuerdo con su

necesidad y criticidad. Cabe resaltar que dicho autoconocimiento, no desconoce el rol social como fundamental para este proceso, pues tanto los tutores como los compañeros del sujeto, se convierten y determinan como coautores de un proceso de enseñanza aprendizaje colectivo constante.

De esta forma, los objetivos propios de cada sesión de clase se constituyen como un pequeño eslabón de esa gran cadeneta dirigida a la creación de un ser humano autónomo, y contribuyen así a la consecución de los temas derivados, los cuales a su vez contribuyen a los núcleos temáticos. Es así, que un total de tres sesiones con sus respectivos objetivos componen un tema derivado, y cada tres temas derivados componen un núcleo temático, y los tres núcleos temáticos planteados componen el propósito esencial del proyecto.

En relación con los estilos de enseñanza desde la visión de Muska Mosston, planteados en el proyecto, es posible afirmar que los mismos se plantean buscando de forma progresiva una mayor autonomía en el estudiante y están directamente correlacionados con el objetivo y la dinámica propia de la sesión de clase.

### **Cronograma**

Es así que con base a lo anteriormente planteado en el microdiseño y teniendo en cuenta los espacios académicos a los cuales tiene acceso el grupo de docentes practicantes, se realiza el proceso de intervención educativa (prueba piloto) durante 12 sesiones, un encuentro por semana en la clase de educación física, que en un principio se realizó los días lunes de 6:45 a.m. a 8:45 am., luego, la institución educativa modificó los horarios quedando finalmente la práctica pedagógica para los días miércoles de 6:45 am a 8:45 am. En cada sesión se abordó cada una de las temáticas planteadas para la primera unidad, la cual esta denominada como una de las características de un ser humano proactivo, como lo es el autoconocimiento, en cuanto a conocer el cuerpo propio, sentir el cuerpo propio y ser consciente del cuerpo propio. Dichas temáticas de las clases o sesiones están intrínsecamente ligadas tanto a propiciar el desarrollo motor del alumno, de forma progresiva, basados en las actividades propuestas por la psicomotricidad de Picq y Vayer y modificadas por el grupo docente de acuerdo con las características a potenciar en los estudiantes a lo largo de los encuentros.

#### **Ilustración 11.** Cronograma de implementación piloto.

<b>Número de sesión</b>	<b>Fecha</b>
1	08 de Marzo de 2021

2	15 de Marzo de 2021
3	5 de Abril de 2021
4	14 de Abril de 2021
5	21 de Abril de 2021
6	28 de Abril de 2021
7	5 de Mayo de 2021
8	12 de Mayo de 2021
9	29 de Mayo de 2021
10	2 de Junio de 2021
11	9 de Junio de 2021
12	16 de Junio de 2021

### **Plan de Clases o Sesiones**

Habiéndose especificado de manera previa las diferentes sesiones de clase y el propósito de cada una de ellas durante el proyecto, a continuación, se procederá a describir cada uno de los encuentros educativos que se llevaron a cabo con los estudiantes a través de una narración descriptiva que nace del proceso de observación desarrollado por el cuerpo docente, y en el cual se consignan gran parte de las experiencias y vivencias de los estudiantes en el entorno de enseñanza y aprendizaje. Dicho proceso de observación tuvo en cuenta la multidimensional de los estudiantes, pero se describió de manera grupal, haciendo así énfasis en los elementos a consideración del cuerpo docente, más relevantes y/o significativos.

Es fundamental mencionar que cada una de las intervenciones a continuación referenciadas se desarrollaron de manera virtual a través de la plataforma Meet de Google, debido a las condiciones de aislamiento y confinamiento generadas por la pandemia global Covid-19.

#### ***Sesión Número 1 - Clase Introductoria***

Objetivo general: Generar un primer acercamiento e interacción entre los docentes y los estudiantes.

Se desarrolla una sesión introductoria en la cual se genera un acercamiento socio-emocional hacia los menores, se permite la presentación tanto de los docentes como de los

estudiantes, y se brindan las orientaciones esenciales, para el desarrollo de las diferentes sesiones de clase que se van a llevar a cabo durante la prueba piloto del proyecto.

De esta forma además de permitirse conocer a los estudiantes y a los docentes que iban a formar parte del proceso educativo en mención, se hace un acercamiento sobre las diferentes temáticas a desarrollar durante el proyecto y su propósito, y se desarrollaron diversas actividades motoras (habilidades motrices básicas con desplazamiento, habilidades motrices básicas sin desplazamiento, y habilidades motrices de manipulación) para de esta forma visualizar en líneas generales el comportamiento motor de los estudiantes.

Durante las actividades desarrolladas fue posible evidenciar una destreza motora adecuada en prácticamente todos los participantes, y no se presentaron mayores dificultades al desarrollar las prácticas, sin embargo, sí se pudieron percibir ciertos problemas para llevar a cabo actividades de coordinación viso manual.

Por otra parte, los menores presentan una buena disposición para el encuentro de clases, y desarrollan las diferentes actividades con una buena actitud. Algunos estudiantes presentan dificultades para concentrarse, y por ende se distraen fácilmente con objetos o elementos a su alrededor.

De igual forma fue posible observar la participación proactiva de algunos niños, sin embargo, fue evidente que aquellos que intervienen en la clase eran siempre los mismos. No obstante, una gran mayoría de los educandos encendieron su cámara y estuvieron dispuestos a conseguir los materiales necesarios y encontrar un espacio adecuado para realizar las actividades.

### ***Sesión 2 - Sesión Diagnóstica Inicial***

Para esta sesión se planteó hacer una observación de los estudiantes para evidenciar en qué estado se encontraba su desarrollo motor o sus habilidades motrices básicas para realizar ciertas actividades acordes a su edad y etapa escolar, es por esto que se realizó una serie de ejercicios propuestos por los docentes, planteados y modificados de acuerdo con la tendencia de la psicomotricidad de Picq y Vayer los cuales son: la propiocepción, interocepción, coordinación dinámica general, coordinación específica, equilibrio postural y tonicidad, temáticas en las cuales se iba a hacer énfasis a lo largo de la implementación piloto del proyecto en cuestión, a su vez dichas temáticas permiten el desarrollo de habilidades propias de un ser humano proactivo por lo que los resultados de dicha sesión diagnóstica se mostrarán a continuación, teniendo en cuenta que dicha observación se realizó de forma grupal ya que al realizarse de forma virtual resultaba complejo atender a las individualidades de los estudiantes con sus cámaras encendidas (aproximadamente 18) por esta razón se tomó

la decisión de abordarlo de forma grupal atendiendo a las generalidades que se podrían destacar entre la mayoría de estudiantes observados.

Refiriéndose ahora a la propiocepción, para esta prueba los participantes tenían que adoptar una determinada posición de acuerdo con las indicaciones verbales del profesor. Se pudo observar que los estudiantes respondieron de manera adecuada a los estímulos auditivos y visuales presentados por el docente ya que adoptaron la posición o postura indicada y de ser necesario modificar su posición global o segmentaria de acuerdo con las indicaciones y sus respectivas correcciones.

Para la interocepción se realizó un ejercicio de control respiratorio, para el cual los alumnos debían mantener un globo en el aire durante un breve periodo de tiempo soplándolo, luego realizar una pequeña actividad aeróbica (trote estático o skipping), para luego volver a soplar el globo. Se evidenció una disposición de los estudiantes a realizar la prueba, sin embargo, se puede observar cierta dificultad para la mayoría para poder mantener la bomba en el aire, pudiendo significar esto que la mayoría de los participantes tuvieron inconvenientes a la hora de regular su respiración.

Frente a la coordinación dinámica general se desarrollan dos actividades en donde la primera se centra en recorrer una distancia corta llevando una cuchara con un pin pon en la boca y a su vez conducir un objeto con sus manos y la segunda donde deben saltar unipodalmente dentro de una fila de zapatos para recoger algunos objetos, teniendo en cuenta estos ejercicios, se observa que los estudiantes presentan algunas complicaciones debido a la dificultad para ajustar todas las partes de su cuerpo en simultáneo, principalmente al momento de utilizar patrones de locomoción unipodales de saltabilidad que impliquen movimientos como agacharse y levantarse.

En tanto a la coordinación específica (viso- pédica, viso- manual) se implementan dos actividades donde la primera consiste en ubicarse de rodillas y unilateralmente lanzar un objeto al aire y atraparlo, y la segunda consiste en desplazarse de un extremo a otro llevando un libro sobre la cabeza, teniendo en cuenta estos ejercicios se observa predisposición por parte de los estudiantes debido a que eran actividades que ya habían realizado anteriormente, sin embargo, se evidencian algunas dificultades para relacionar la visión con el segmento corporal menos dominante, es decir en la ejecución de los ejercicios que requerían utilizar generalmente su pie o mano izquierda.

Para la observación del equilibrio postural se plantearon dos ejercicios, los cuales comprendían realizar un desplazamiento caminando en línea recta con un cuaderno en la cabeza manteniendo los brazos a los lados en una elevación a la altura de los hombros, y el

segundo comprendía ejercicios tales como la posición de plancha alta, sentadillas y abdominales para logran evidenciar la postura y biomecánica de la ejecución del movimiento por parte de los estudiantes. Se pudo evidenciar que los mismos logran realizar el ejercicio, sin embargo, adoptan posturas inadecuadas de su columna vertebral y cabeza para lograr mantener el objeto en su cabeza sin dejarlo caer, además, se evidencia una incorrecta ejecución de los ejercicios planteados denotando la dificultad para ajustarse a las indicaciones dadas por el docente. De igual forma, se evidencia que los espacios para el desarrollo de la actividad resultan inadecuados, ya que los estudiantes realizan las actividades en un espacio reducido que limita sus movimientos.

Por último, para los ejercicios de tonicidad, primero se hizo énfasis en la tonicidad segmentaria, en donde al educando se le pedía tensionar y relajar de manera alternada diferentes partes de su cuerpo, iniciando con los músculos faciales, para luego pasar a las extremidades superiores y luego extremidades inferiores. Es así como, en el desarrollo de la actividad, la mayoría de los estudiantes presentan una adecuada disposición para la ejecución del ejercicio en mención, sin embargo, muestran movimientos de sincinesia y de paratonía. De igual forma en muchas ocasiones se rigidizan o distorsionan partes del cuerpo que no han sido mencionadas.

Finalmente, para la tonicidad global se llevó a cabo una actividad de “Simón dice”, en donde el docente presentaba un patrón básico de movimiento el cual el estudiante debía ejecutar, tales como caminar, gatear, saltar, entre otras, y al momento de que el docente dijera “alto” el estudiante debía quedarse totalmente estático sin importar la posición en la que estuviera. Al desarrollar esta práctica se pudo observar que la mayoría de los estudiantes siguieron de manera adecuada las indicaciones dadas por los docentes y buscaron seguir a cabalidad los ejercicios motrices propuestos por el docente. De igual manera fueron capaces de desarrollar procesos de tensión y relajación corporal global al momento de mantenerse estáticos en la posición que quedaron durante un tiempo estipulado.

A su vez, para hacer un diagnóstico socioemocional se realizó una encuesta virtual por la plataforma de Google Forms en donde los estudiantes tuvieron que responder en compañía de sus padres o tutores para que las respuestas enviadas pudieran ser más fidedignas y acordes a la realidad del estudiante, por lo cual algunas de las preguntas y respuestas a la misma fueron las siguientes:

**Encuesta sobre la proactividad:**

Somos estudiantes de la Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia y a través de esta encuesta descriptiva digital, buscamos

establecer el nivel de proactividad de los estudiantes de 6° de bachillerato de la Institución Educativa Municipal Liceo Integrado de Zipaquirá. Esta encuesta busca contribuir a un proceso co-evaluativo formativo, y debe ser diligenciada por los estudiantes en compañía de sus padres y/o acudientes. La encuesta cuenta con 15 preguntas de tipo abiertas y cerradas, en donde también podrá justificar el porqué de su respuesta.

***Preguntas:***

1. Nombre del estudiante.
2. Edad del estudiante.  
9 años o menos  
10 años  
11 años  
12 años o más
3. ¿Conozco mi cuerpo, sus capacidades físicas y sus limitaciones? ¿Cuáles son?  
De 1 a 5, siendo 1 muy mal y 5 excelente ¿Qué tan bien manejas tus emociones frente a algún problema o dificultad?
4. ¿Con cuál de estas emociones te identificas más cuando tienes una dificultad o problema?  
Alegría  
Tristeza  
Enojo  
Paciencia  
Miedo  
Tranquilidad  
Otro.
5. ¿Por qué te sientes identificado con la emoción que escogiste anteriormente?
6. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho ¿Qué tan responsable te consideras con tus deberes y obligaciones dentro y fuera del colegio?
7. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan identificado te sientes con las problemáticas de las personas que te rodean?
8. ¿Posees la capacidad de comprender la opinión de tus compañeros? Si. No.  
¿Por qué?
9. ¿Actúas con iniciativa para la resolución de los problemas en tu entorno?
10. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan bien expresas tus opiniones, sentimientos e ideas ante los demás?



11. Cuando enfrentas una dificultad o problema ¿Qué haces para resolverlo?
12. En una escala de 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan enterado(a) estás sobre las problemáticas que aquejan a tu comunidad?
13. Teniendo en cuenta la pregunta anterior, enuncia una problemática que evidencies en tu comunidad y explica ¿cómo podrías contribuir para solucionarla?
14. Sabiendo que la proactividad es "La capacidad de sentir, pensar y actuar para transformar el entorno a su favor y de esta manera apropiarse del mundo que lo envuelve". ¿De 1 a 5 qué tan proactivo me considero?
15. Justifica la respuesta anterior.

### ***Sesión 3 - Los Segmentos Corporales***

Objetivo general: Establecer y diferenciar los segmentos corporales

Se desarrolla una sesión de manera virtual con la intervención continua de todos los docentes a cargo. El total de estudiantes asistentes es de 27 y el espacio de clase inicia formalmente a las 6:50 A.M. La clase inicia con un saludo por parte de los docentes y los estudiantes, posteriormente, se da la introducción a la temática de la clase (interocepción y propiocepción), la finalidad de la clase, y la metodología a utilizar, que en esa sesión fue una práctica de Tai Chi. Posteriormente se hace una introducción a través de un video y una explicación a la disciplina en mención, seguidamente se inicia la clase con un proceso de calentamiento y estiramiento. Paso seguido se procede a desarrollar la parte central de la clase con diferentes movimientos propios de la disciplina, y a través de las prácticas propias de la misma, se permite que el estudiante experimente diferentes posibilidades de movimientos corporales guiadas por el grupo docente, desarrolladas desde diferentes posiciones y con implicación principal de diversos segmentos corporales. De esta manera a través del movimiento los docentes propenden por el conocimiento y movilidad de diferentes zonas corporales para facilitar el autoconocimiento del ser. Para dar cierre a la sesión de clase, se desarrolla un proceso de meditación y retroalimentación bidireccional del espacio.

En relación a la participación durante la sesión, se evidencia que, en promedio, 20 estudiantes encendieron sus cámaras y aproximadamente 10 estudiantes hicieron intervenciones en cuanto a dudas, inquietudes, o aportes acerca de la realización de la clase.

Por otra parte, respecto al desempeño motor, se logra evidenciar que los estudiantes buscan ejecutar los movimientos y ejercicios de la mejor forma posible, pero en algunos casos se presenta dificultad para realizarlos ya sea por falta de entendimiento del ejercicio, desconcentración o ubicación espaciotemporal. Además, el ángulo visual del docente no

resulta el más adecuado para el propósito planteado, es así que la mayoría de los niños mostraron conocimientos adecuados respecto a las condiciones espaciotemporales necesarias para la actividad.

De igual forma, los estudiantes evidencian conocimiento sobre los diferentes segmentos corporales que componen su cuerpo, pero es necesaria la retroalimentación y guía visual y auditiva del docente para llegar a la adecuada consecución de los movimientos propuestos. Por ende, se genera un proceso de aprendizaje sociocultural por imitación, y se propende por el reconocimiento del cuerpo a nivel segmentario.

Por otra parte, es posible mencionar, que la mayoría de los estudiantes, desarrollaron por iniciativa propia la actividad motriz propuesta, presentándose en ellos una adecuada autonomía para el desarrollo de diferentes ejercicios sin la retroalimentación constante del docente. Sin embargo, algunos niños (aproximadamente 2) se distrajeron en el desarrollo de la sesión y ejecutaban prácticas que no eran acordes a lo planteado por el docente, por ende, se hizo necesario desarrollar el feedback correspondiente.

#### ***Sesión 4 - Los Sistemas Corporales***

Objetivo: Conocer los diferentes sistemas que componen mi cuerpo, sus funciones voluntarias e involuntarias.

El total de estudiantes asistentes es de 26 y la clase de Educación Física inicia formalmente a las 6:50 A.M. Se comienza con un saludo por parte de los profesores, los estudiantes y se da una breve conversación, para así posteriormente dar introducción a la temática de la clase (los sistemas corporales), y la metodología a utilizar, que en este caso es el pilates. Posteriormente se hace una introducción por parte de los docentes y una explicación a la disciplina que se utilizará, para luego iniciar la clase con un proceso de movilidad articular y calentamiento. Paso seguido se procede a desarrollar la parte central de la clase, buscando que a través de procesos de tensión, relajación, respiración y regulación física los estudiantes fueran conscientes de la función y utilidad de sus diferentes sistemas durante la ejecución de los movimientos. Es así que además de hacer énfasis en la regulación respiratoria necesaria para el desarrollo de la práctica, se especificaba como sistemas como el muscular, óseo, articular y nervioso jugaban un papel preponderante en la consecución de los movimientos planteados. Las prácticas motoras desarrolladas en pilates tuvieron un orden cefalocaudal, y se enfocaron en las extremidades superiores, las extremidades inferiores y la zona media del cuerpo. Finalmente, para dar cierre a la misma, se desarrolla un proceso de estiramiento, y retroalimentación bidireccional del espacio. De esta manera en relación al desempeño motor de los estudiantes durante la sesión es viable destacar que se presentaron

algunas dificultades motoras para el desarrollo de ciertos ejercicios, en parte porque no se contaba con experiencias previas en este tipo de actividades, y también por dificultades motoras o deficiencias que los mismos presentaban, sin embargo, en su mayoría buscaron ser partícipes activos de la práctica.

De esta manera, en el transcurso de la sesión se pudo evidenciar la voluntad y buena actitud que muchos estudiantes demostraron a la hora de realizar las prácticas planteadas por los profesores, al igual que su capacidad de atención frente a las instrucciones dadas por los docentes.

En relación con la temática específica de la clase, es posible mencionar que los estudiantes diferencian sus sistemas, principalmente el muscular y el óseo durante el desarrollo de cada ejercicio, y a su vez conocen sus límites corporales frente a la exigencia física donde manifiestan agotamiento cuando no pueden realizar los ejercicios de manera adecuada.

Al hablar de los componentes socioemocionales evidenciables durante la sesión, podemos decir que los estudiantes reconocen sus emociones frente a la actividad, frustración, alegría, enojo, etc.; las cuales manifiestan apoyando a sus compañeros en tanto al agotamiento y mencionando cómo se sienten en cada uno de los ejercicios.

### ***Sesión 5 - Mis Fortalezas y Debilidades***

Objetivo: Reconocer mis fortalezas y debilidades, emocionales, cognitivas y comportamentales.

Se desarrolló la sesión de manera virtual con la intervención continua de todos los docentes a cargo para la realización de las actividades propuestas. El total de estudiantes asistentes a la clase fue de 26. Se comenzó la sesión de clase a las 6:45 am dando un espacio de 10 min esperando la llegada de todos o la mayoría de los estudiantes. Se continuó dando la bienvenida a la clase y haciendo el llamado a lista para verificar la cantidad de estudiantes presente. Luego se realizó una introducción acerca del medio por el cual se iba a desarrollar la clase, el cual en este caso fue la práctica de Yoga, se realizaron ejercicios propios de la disciplina que permiten favorecer el fortalecimiento de los diferentes músculos del cuerpo, combinados con ejercicios de respiración, control corporal, interocepción y propiocepción, finalmente se llevó a cabo una meditación que permitió la reflexión en torno a la actitud, comportamientos, fortalezas y debilidades de los estudiantes frente a los ejercicios planteados y a la clase en general. Se dio el cierre a la clase realizando una retroalimentación de esta, escuchando atentamente las intervenciones de los estudiantes de acuerdo con las actividades

realizadas, ya que para la mayoría de los que se expresaron fue una práctica nueva dentro del área de educación física, por ello hubo gran aceptación de esta.

Respecto al desempeño motor de los estudiantes se pudo observar que los educandos procuran realizar los movimientos de acuerdo con la ejecución realizada por los docentes, se evidencia un deseo por ejecutar la acción de la mejor forma, sin embargo, se puede ver que algunos estudiantes tienen dificultades para realizarlo apropiadamente, en general se colocó de manifiesto un desempeño muy bueno de los participantes que se logran observar con su cámara encendida a lo largo de la sesión.

A su vez, en cuanto al aspecto cognitivo se evidenció que, al ser ejercicios nuevos o realizados por primera vez para la mayoría del grupo, tenían que visualizar el ejercicio para poder entenderlo de forma correcta, se observó que los estudiantes intentaban realizar el ejercicio de la mejor forma posible, en donde la mayoría de los niños mostró conocimientos adecuados respecto a las condiciones espaciotemporales necesarias para la actividad.

Finalmente, aspectos en cuanto a la dimensión socioemocional que se logró evidenciar en la sesión, se pudo percibir en la mayoría de los estudiantes que se podían observar en cámara estaban dispuestos a realizar los ejercicios planteados por los docentes, sin embargo, hubo un par de estudiantes que se mostraron sin ganas para llevar a cabo la clase ya que no intentaban realizar los ejercicios propuestos.

#### ***Sesión 6: Reconozco Mis Emociones.***

Objetivo: Reconocer mis emociones y sus detonantes.

Se desarrolló una sesión de clase en la cual se propende por el reconocimiento de las diferentes emociones, y los posibles detonantes que pueden desencadenar las mismas. De igual manera se presentan por parte de los docentes diversos estímulos, tales como una serie de imágenes en donde los estudiantes manifestaban qué emoción les generaban, en donde fueron capaces de identificar acertadamente las imágenes presentadas en relación con diferentes emociones y su reacción fue acorde a la emoción que se quería dar a entender. Además, se utilizaron pasos básicos de baile como rock and roll, salsa, merengue, polca, vallenato, carranga, bachata y cumbia, que pretendían además de presentar elementos de desarrollo motor, permitir que el estudiante expresara las emociones y sentimientos que les generaba la música a través de la expresión corporal.

Asistieron 24 de los 35 estudiantes que forman parte del grupo de clase cuando se hizo el llamado a lista. Otros llegaron tarde o tuvieron problemas de conexión para ingresar a la sesión. Cerca de 18 estudiantes se lograban observar en cámara y evidenciaban participación activa al realizar los ejercicios propuestos por los docentes.

Se logró evidenciar que la mayoría de los niños en cámara intentaban ejecutar los movimientos lo mejor posible, en este caso, diferentes pasos básicos de diferentes géneros musicales, sin embargo, se logra evidenciar unas ligeras falencias coordinativas.

También se evidenció cómo los estudiantes presentan en su mayoría la capacidad de relacionar las emociones con estímulos externos, y con formas de expresión corporal. De igual manera, se destacan elementos cognitivos esenciales como la capacidad de aprendizaje vicaria de los movimientos del docente, y la atención para el seguimiento de instrucciones, no obstante, en el transcurso de la clase, muchos niños se distraen y pierden el interés en la actividad desarrollada, por otra parte, en un momento de la clase un estudiante preguntó si se iban a desarrollar ejercicios de meditación., lo cual se interpretó como una aceptación y agrado de las prácticas desarrolladas en la sesión anterior, pero además como un factor de distracción durante la clase.

En cuanto al aspecto motor, los niños presentaron dificultades coordinativas para el desarrollo de la actividad, siendo dichas limitaciones acrecentadas por la complejidad de los movimientos y la variación de los ritmos. De esta manera, los ritmos con los cuales los niños presentan experiencias previas resultan de más fácil asimilación y por ende se evidencia un desempeño técnico más adecuado. Se presentan de la misma forma, dificultades motoras relacionadas con elementos de sincinesia y paratonía, lo que afectan de manera significativa la globalidad del movimiento.

Los estudiantes demostraron una buena predisposición para realizar las actividades planteadas. Algunos manifestaron sentir pena por bailar, sin embargo, todos los estudiantes que encendieron sus cámaras se movieron y bailaron sin ningún tipo de restricción.

Aproximadamente 8 de los niños asistentes no encendieron la cámara, debido a fallas técnicas o indisposición para estar en la clase. Dos de los niños manifestaron que se sentían enfermos y que solo iban a escuchar la clase.

### ***Sesión 7: Regulación Emocional***

Objetivo: Aprender a controlar y regular mis emociones.

Siendo las 6:45 A.M. se inicia la clase, habiendo un total de 22 niños conectados a la sesión. De esta forma, se explica de manera inicial el propósito de la misma, y las dinámicas a desarrollar en el transcurso del espacio académico. La fase central de la clase inicia con el taller de dibujo, en el cual los docentes plantean una serie de dibujos base y paso a paso van guiando el desarrollo de estos. Se plantean cuatro dibujos de animales, de los cuales uno de ellos se desarrolló con la mano izquierda. Posteriormente se dio paso al taller de plastilina, en el cual al igual que en el taller anterior se desarrollaron 4 figuras de animales guiadas paso a

paso por el docente, de las cuales, una de ellas se desarrolló únicamente con la mano izquierda. Al finalizar la clase, se pide a los estudiantes que desarrollen a través de trabajo autónomo, una serie de dibujos y figuras modeladas con plastilina con su mano menos hábil y con los pies. Es así, que se buscaba a través de diferentes actividades de motricidad fina, y con el uso de miembros o segmentos corporales menos hábiles para el desarrollo de las actividades propuestas, propiciar situaciones de tensión e incomodidad en los estudiantes y posteriormente (al finalizar la sesión) permitir que los mismos, expresaran su sentir frente a lo vivenciado, y mencionaran los procesos de regulación emocional desarrollados en dicho momento de tensión.

En relación con la actuación motora de los estudiantes podemos decir que se presentó un desempeño motor adecuado, al dibujar diversas figuras propuestas por los docentes, y de igual forma se evidencia en muchos de ellos la capacidad de ejecutar tareas sencillas con su mano menos hábil. Respecto al modelado de figuras con plastilina, los niños reflejan la capacidad de desarrollar las acciones propuestas por los docentes, y moldear las figuras propuestas con bastante similitud. En las tareas propuestas para casa, también se evidencia un desempeño adecuado y acorde a lo esperado por los estudiantes.

A su vez, los niños presentan un alto grado de atención en la sesión de clase, y reflejan la capacidad de comprender y ejecutar las instrucciones brindadas por el docente. De la misma forma, los niños evidencian un actuar autónomo en relación con las elecciones de color, forma, tamaño y disposición de las formas o ilustraciones desarrolladas.

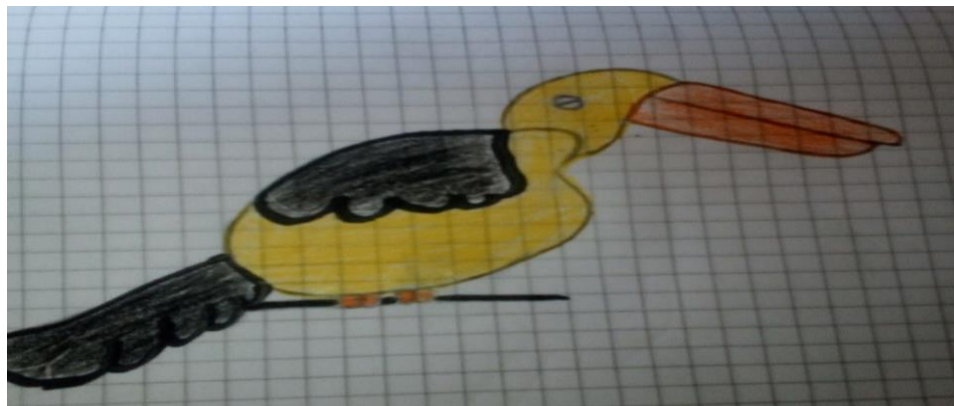
Respecto al manejo y la regulación emocional de los estudiantes durante la actividad, se evidencia en primer lugar que los niños expresan emoción de alegría frente a la clase, y, también se presentan ciertos grados de frustración al momento de aumentar el grado de dificultad de las actividades. Sin embargo, los participantes intentaron y lograron realizar las actividades con éxito, sobreponiendo a dichas emociones de frustración su empeño y disposición para lograr la consecución de las tareas asignadas.

Del total de asistentes, aproximadamente 12 de ellos no encendieron su cámara, manifestando que presentaban fallas técnicas o problemas de conectividad. De igual manera 2 de los estudiantes presentes expresaron no poseer los materiales disponibles para la sesión de clase por diversas causas.

**Ilustración 12. Dibujo realizado por uno de los estudiantes en clase.**



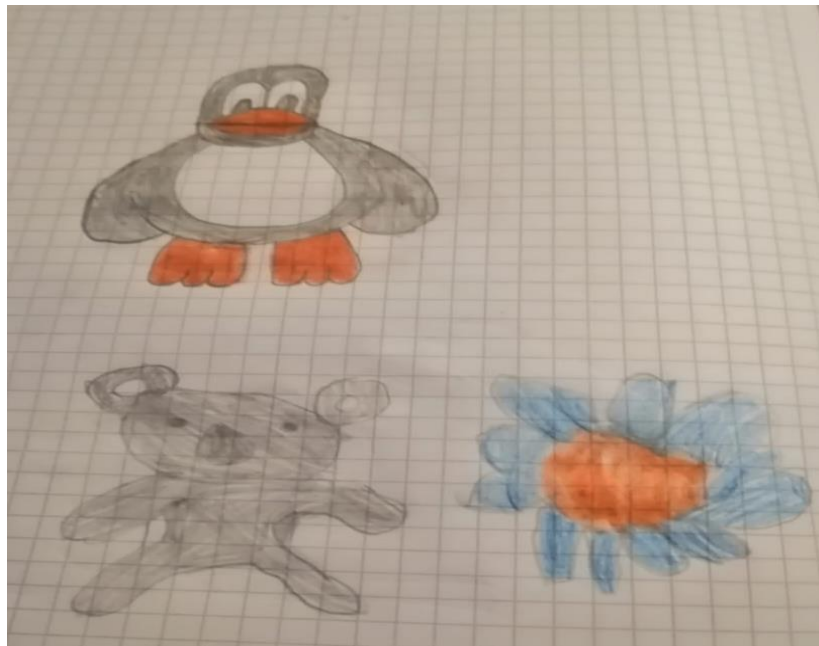
**Ilustración 13. Ilustración 12. Dibujo realizado por uno de los estudiantes en clase.**



**Ilustración 14. Ilustración 12. Dibujo realizado por uno de los estudiantes en clase.**



**Ilustración 15.** Ilustración 12. Dibujo realizado por uno de los estudiantes en clase.



***Sesión 8: Exteriorización de Emociones y Sentimientos.***

Objetivo: Expreso mis pensamientos, emociones, sentimientos de manera clara y asertiva.

La sesión de clase comenzó a las 6:45 am, se dieron 10 minutos para que la mayoría de los estudiantes se conectaran y alistaran los materiales que se iban a utilizar en la sesión. Luego se tomaron unos minutos para presentar el trabajo en casa de la sesión anterior que consistía en realizar una serie de dibujos con la mano derecha, la izquierda, y realizar una o varias figuras libres con los pies que debían ser hechas en plastilina. Pasaron uno por uno los estudiantes exponiendo sus figuras y la forma en que las realizaron, que se les dificultó y que se les facilitó, además, las emociones y sentimientos que pudieron experimentar durante la realización de estos.

Después, se inició la sesión para la cual se pretendió que cada estudiante realizara un cuento motor a partir de diferentes preguntas que les realizaban los docentes acerca de sí mismos, esto con el fin de que los estudiantes pudieran pensarse y/o recordar diferentes situaciones vividas y cómo reaccionaron o reaccionarían ante ellas, además, propender por el autoconocimiento de aspectos de su vida cotidiana desde su subjetividad.

Los estudiantes iban respondiendo sus preguntas en una hoja, las cuales fueron:  
¿Quién soy?, ¿Dónde nací y quienes son mis padres?, ¿Qué es lo que más disfruto hacer?,  
¿Qué no me gusta hacer?, ¿Qué me da pena hacer?, ¿Qué me produce asco?, ¿A qué le tengo miedo?, ¿Que me produce ira?, ¿Cuál ha sido el día más feliz de tu vida?, ¿Cuál ha sido el día



más triste de tu vida?, ¿Cuál es la persona que más quieres y por qué?, ¿Qué es lo que más te gusta de la clase de E.F?, las cuales fueron respondidas por los estudiantes durante la clase a medida que se formaba una charla amena con el docente, quien iba orientando las preguntas y posibles ejemplos. Estas preguntas fueron la base de lo que sería el cuento que debería construir y posteriormente narrar e interpretar cada estudiante el cual debía tener una composición clásica de un cuento con un inicio, nudo y desenlace. Al culminar el tiempo estipulado para la clase, se dejó como trabajo en casa realizar un video en el que se evidenciara el cuento motor, en donde se narrara por parte del estudiante o algún acompañante el cuento mientras que el estudiante hacía la interpretación de este de forma motora.

Al hacer la revisión de los videos enviados por los estudiantes, se pudo evidenciar que el ejercicio fue entendido por pocos estudiantes, sin embargo en estos se observaron varias falencias a nivel motor, ya sea porque les daba pena actuar frente a la cámara o porque no sabían qué movimientos ejecutar para que coincidiera con la temática, otros estudiantes se limitaron a contar o describir el cuento y otros no realizaron el cuento, solo respondieron las preguntas planteadas en la clase textualmente.

Por tanto, se pueden destacar algunas conclusiones acerca de esta sesión, como: las instrucciones acerca del cuento motor no fueron claras y precisas por parte de los docentes para que los estudiantes pudieran realizar la narración actuada de su cuento motor de la mejor manera; los estudiantes no prestaron la suficiente atención en cuanto se dieron las instrucciones, sin embargo, las mismas se dieron en repetidas ocasiones; los estudiantes al ver los videos de algunos/as compañeros/as siguieron el ejemplo de solo narrar el cuento; algunos estudiantes mostraron pena para realizar un video actuando por eso optaron por limitarse solo narrando su cuento o descripción de las preguntas; algunos estudiantes no enviaron el video ya sea porque tuvieron dificultades tecnológicas para poder realizarlo y enviarlo, les dio pena hacerlo y que sus compañeros los observaran o simplemente no quisieron realizarlo.

No obstante, y pese a que el desarrollo del cuento motor no fue el esperado por el cuerpo docente, es importante destacar, que el proceso de reconocimiento de la historia biográfica de los estudiantes y sus características subjetivas se dio de manera prolífica y cada niño fue capaz de pensarse y describirse de acuerdo con los cuestionamientos planteados.

### ***Sesión 9 - Consciencia postural y posicional***

Objetivo: Ser consciente de la postura y posición de mi cuerpo.

Iniciando la sesión de clase a las 6:45 A.M. se desarrolla una introducción básica a la temática a abordar en la sesión de clase (Consciencia postural y posicional), la práctica a

desarrollar (Técnicas básicas de combate), y el propósito u objetivo que se busca lograr por medio de esta. Posteriormente se generó una explicación más específica por parte de los docentes acerca de la práctica a desarrollar y el trasfondo histórico de la misma. Al iniciar la parte central de la sesión, inicialmente se abordaron las técnicas de defensa básica de diferentes artes marciales, posteriormente técnicas de ataque con el tren superior, técnicas de ataque con el tren inferior, y finalmente combinaciones de movimiento que tienen en cuenta los movimientos previamente vistos durante la sesión.

Es así, que el propósito de los docentes al plantear la actividad, era que a través de movimientos de combate con una base técnica clara y específica, los estudiantes vivenciaran experiencias motoras que permitieran a los mismos, adquirir una clara conciencia sobre los movimientos tanto segmentarios como globales y la relación que su cuerpo debía establecer con el espacio para responder a los problemas o requisiciones de movimiento planteadas, es decir, que para responder de manera adecuada a las situaciones motrices planteadas en la sesión de clase, los estudiantes debían desarrollar de manera específica su consciencia postural y posicional.

En relación con el desempeño motor de los estudiantes durante la sesión de clase, es posible mencionar que el mismo no fue el esperado por el grupo docente, en la medida que se presentaban en varias ocasiones diversos errores o fallos en la técnica, propiciados en parte por las carencias motoras de los estudiantes y/o por el agotamiento físico que los mismos pudieron experimentar al desarrollar la actividad. De esta manera, aunque se propiciaron experiencias que propenden por el desarrollo de la consciencia postural y posicional de los estudiantes, el desempeño de estos se vio gravemente afectado por las dificultades de movimiento, cimentadas las mismas en la falta de habilidades y experiencias motoras previas que respaldaran el proceso.

A su vez, dichas dificultades en el desarrollo de las actividades desencadenaron en un proceso de desmotivación y apatía frente a la actividad, y por ende un gran porcentaje de los estudiantes participantes apagó su cámara y/o se retiró de la sesión de clase.

### ***Sesión 10 - Capacidades Físicas***

Objetivo: Conocer las diferentes fortalezas y debilidades físicas.

La clase inició las 6:45 de la mañana. Se comienza la sesión con un llamado a lista para verificar la cantidad de estudiantes presentes en la clase, a la cual asistieron 24 participantes. Posteriormente se hizo una explicación acerca de la temática a tratar del día, la cual fue el entrenamiento funcional, el cual iba enfocado al mejoramiento de las capacidades físicas básicas en las que los ejercicios se relacionan o permiten un mejor desempeño en la

realización de acciones cotidianas. Se llevaron a cabo los ejercicios propuestos para el mejoramiento de cada capacidad, resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad, luego se realizó un estiramiento y vuelta a la calma para disminuir la frecuencia cardiaca. Finalmente se realizó una retroalimentación acerca de lo que pudieron percibir los niños acerca de su desempeño físico, debilidades y fortalezas que se pudieron identificar en la sesión de clase.

En cuanto al área cognitiva, se pudo percibir que la capacidad de atención de los estudiantes se vio disminuida, con relación a las actividades planteadas, en la medida que muchos de ellos o realizaban de forma incorrecta la actividad propuesta, o en su defecto no la realizaban, razón por la cual era necesario desarrollar retroalimentaciones constantes sobre muchos de ellos. Sin embargo, se logró evidenciar que aquellos que participaron activamente durante la sesión de clase, fueron capaces de identificar la temática de la clase y relacionarla de manera específica con las capacidades, habilidades y fortalezas propias, a través de un proceso de autoreflexión.

En cuanto al ámbito físico de los alumnos, se evidencian varias dificultades motoras en la mayoría de los estudiantes del grupo, ya que muchos de ellos, aunque lo intentaban, no desarrollaban la actividad de acuerdo con las indicaciones del docente. Es así como se presentaron en muchos casos acciones de sinestesia y paratonía. Además, en relación con las capacidades físicas a desarrollar es posible visualizar como muchos de ellos debido a posibles prácticas sedentarias, o falta de experiencia en el desarrollo de estas, presentaron serias dificultades en la ejecución de los diversos movimientos.

Por otro lado, se observa que los niños expresan emoción de alegría frente a la clase, algo de frustración al momento de aumentar el grado de dificultad de las actividades ya que se evidenció que los participantes intentaron realizar las actividades propuestas, aun así, muchos no lograban completar las actividades manifestando no poder realizarlas. A su vez, se evidenció en algunos niños una posible desmotivación durante la sesión viéndose reflejada ésta no sólo en expresiones corporales durante la realización de las actividades, sino también en el creciente número de cámaras desconectadas durante los encuentros.

Finalmente, es pertinente agregar que algunos estudiantes se conectaron tarde a la sesión expresando dificultades de conectividad. Se evidenció participación de 9 estudiantes con su cámara encendida, el resto mantiene su cámara apagada expresando no tenerla o dificultades para encenderla, sin embargo, en ocasiones encendían su micrófono o utilizaban el chat para participar.

### ***Sesión 11 - Los Movimientos Biomecánicos del Cuerpo***

Objetivo: Conocer los movimientos biomecánicamente adecuados de mi cuerpo.

Se dio inicio al encuentro virtual sobre las 6:45 AM. La clase da inicio con una explicación acerca de la temática a tratar durante la sesión, la cual era sobre los movimientos biomecánicos del cuerpo y cómo estos permiten realizar acciones físicas más adecuadas corporalmente para evitar fatiga excesiva o lesiones. Seguidamente se realizaron los ejercicios propuestos por parte del cuerpo docente para conocer los movimientos biomecánicamente adecuados del cuerpo los cuales se centraron en trabajos isométricos, de halterofilia y musculación abarcando específicos grupos musculares, donde el grupo uno se enfatizó en el trapecio, deltoides, bíceps y tríceps, el grupo dos en el recto abdominal, oblicuos, serrato, dorsales y pectorales, y el grupo tres en los cuádriceps, isquiotibiales y gastrocnemios, en los cuales la técnica de los movimiento esa esencial para la ejecución de los mismos para así poder evitar lesiones y lograr adquirir esa conciencia de la correcta ejecución de un ejercicio. Luego se realizó un estiramiento y vuelta a la calma para disminuir las pulsaciones cardiacas. Finalmente se realizó una retroalimentación acerca de lo que pudieron percibir los estudiantes acerca de su desempeño físico, debilidades y fortalezas que se pudieron identificar durante la sesión de clase.

En cuanto a la participación y asistencia, se observa en primera instancia que alrededor de 12 estudiantes tuvieron una participación activa, manteniendo su cámara encendida y activando su micrófono cuando era propicio al inicio de la clase. Sin embargo, en el transcurso de esta algunos de ellos apagaron su cámara (manifestando dificultades para encenderla, sin embargo, aseguraban abiertamente estar realizando de manera activa los ejercicios y en ocasiones encendían su micrófono o utilizaban el chat para participar), quedando al final de la sesión un aproximado de 7 estudiantes que participaban activamente en la sesión virtual con su cámara y micrófono.

En tanto a los aspectos a observar, se encuentra que en el ámbito cognitivo la capacidad de atención de los estudiantes se vio aumentada ya que estos presentaban una comprensión rápida y fácil frente a las explicaciones de cada ejercicio, por lo que los aprendizajes frente a la biomecánica del cuerpo y su adecuada ejecución fueron más sencillos. Además, se logró evidenciar que aquellos que pudieron participar activamente con sus cámaras y micrófonos, fueron capaces de identificar la temática de la clase y relacionarla de manera específica con las actividades planteadas y su adecuada ejecución corporal a través de un proceso de autoreflexión.

Finalmente, en cuanto al ámbito físico se evidenció una disminución en las dificultades motoras que presentaban los estudiantes anteriormente frente a la ejecución adecuada de cada ejercicio según las indicaciones de los docentes, permitiéndoles realizar de

manera más sencilla los movimientos y más fluida la clase, con mayor dinamismo. Por otra parte, desde el ámbito socio-emocional se observa que los niños expresan emociones como alegría, expectativa y motivación frente a la clase ya que estos, como se manifestó anteriormente, presentaban mayor facilidad para desarrollar los ejercicios y por ende su expectativa, motivación y alegría aumentaban con el transcurrir de la clase, por lo cual, las correcciones, reflexiones o feedbacks por parte de los docentes se veían en su mayoría ausentes, aunque en algunos estudiantes sobre el final al estar fatigados y demás, presentaron disminución en su motivación.

### ***Sesión 12 - Sesión Evaluativa Final***

Objetivo: Evidenciar los cambios, mejoramiento, evolución o involución que tuvieron los estudiantes a nivel motor por medio de los ejercicios y temas desarrollados en la unidad 1.

Siendo las 6:45 A.M. del 16 de Junio de 2021, se inicia la sesión de clase, partiendo por el saludo de bienvenida y dando un breve periodo de tiempo para que la mayoría de los estudiantes se conecten al espacio. Posteriormente, se brinda una breve explicación sobre el objetivo propio de la sesión de clase, y la temática a abordar. Paso seguido se desarrolla un proceso de elevación de la temperatura corporal, y movilidad de los segmentos articulares.

Teniendo en cuenta que en este encuentro se buscó evidenciar el desarrollo o evolución motora de los estudiantes durante las sesiones de clase, se inicia con la ejecución de la prueba motora compuesta por ejercicios que responden a los contenidos psicomotores inicialmente planteados. Frente a la ejecución de dichas pruebas se tomaron a nivel general unos ítems de evaluación que dan cuenta del desempeño motor del estudiante frente a la prueba planteada. De esta manera los ítems evaluados son los siguientes:

Ítem 1: El/la estudiante desarrolla la prueba buscando adaptarse a las instrucciones dadas.

Ítem 2: El/la estudiante desarrolla la prueba en la cantidad de repeticiones y/o tiempo indicado.

Ítem 3: La/el estudiante desarrolla la actividad cumpliendo con los requisitos técnicos de la misma.

Ítem 4: El/la estudiante presenta comportamientos motores de sincinesia durante el desarrollo de la prueba.

Ítem 5: El/la estudiante presenta comportamientos motores de paratonía durante la ejecución de la prueba.

Cabe resaltar que, aunque la prueba de desempeño motor se desarrolló a todo el grupo de estudiantes, los docentes observadores de la misma enfocaron el análisis en solo seis de

estos, en la medida que los otros participantes apagaban su cámara de manera intermitente y/o se ausentaban frecuentemente de la reunión. Además, y a diferencia de la prueba motora de diagnóstico inicial, se tuvieron en cuenta las individualidades de los menores, y no se presentó una observación netamente grupal de los mismos, ya que se consideró pertinente acoger la subjetividad de los estudiantes y evidenciar el proceso personal. De esta forma, las pruebas desarrolladas y los procesos de observación sobre las mismas son las siguientes:

### **Propiocepción e interocepción:**

Estando los estudiantes en el espacio de clases, los mismos deberán responder a las indicaciones verbales del docente, quien menciona una posición específica:

1. Estando de pie con sus piernas separadas a la anchura de sus hombros, el alumno flexiona su cadera hacia el frente al igual que sus brazos deben estar extendidos hacia el frente, quedando su cuerpo en una posición de 90°.

2. El alumno debe apoyar una de sus rodillas en el suelo y la otra debe quedar en posición de 90°, además debe poner sus manos en la cintura.

3. Con las plantas de los pies bien posicionadas en el suelo, el estudiante debe sentarse sobre sus glúteos, manteniendo las piernas en un ángulo de 45°, luego va a inclinar su torso ligeramente hacia atrás, colocando así ambas manos en el suelo, posicionadas hacia atrás, buscando también que sus brazos formen un ángulo de 45°, teniendo cuidado de que el cuello mantenga una posición natural.

4. Recostado en el piso, el alumno debe flexionar sus rodillas a un ángulo de 45° y debe elevar sus brazos hacia el cielo quedando estos totalmente extendidos.

5. Acostados en el suelo, los participantes deben elevar su espalda lumbar y piernas hacia arriba, posicionando sus manos en su cintura como apoyo. El peso debe estar en la espalda alta.

### ***Análisis de la prueba.***

Ítem 1: Se evidencio que los seis estudiantes observados ejecutaron de manera adecuada y cumpliendo con el parámetro establecido la prueba, adaptándose a las instrucciones dadas por el docente.

Ítem 2: Se evidencio que los seis estudiantes observados lograron desarrollar las actividades durante el tiempo indicado con el docente y en la primera indicación.

Ítem 3: Si bien las actividades no requieren de una técnica específica para su ejecución, los seis estudiantes la llevaron a cabo de la mejor forma posible.

Ítem 4: Se logró evidenciar que tres de los estudiantes en algunas actividades propuestas por el docente presentaban movimientos en sus extremidades superiores que no

iban acorde con el movimiento inicial. Dichas actitudes de sincinesia se incrementaron en la medida en que la dificultad de la actividad o posición también se incrementó.

Ítem 5: Los seis estudiantes no presentaron signos de paratonía durante el desarrollo de la actividad.

#### **Control respiratorio:**

Los estudiantes, estando de pie y con un globo, a la señal del docente deberán mantener el globo en el aire soplando durante un tiempo determinado (2, 5, 7 y 10 segundos), seguidamente de realizar la actividad durante estos intervalos de tiempo, a la señal del docente los estudiantes realizarán skipping durante 20 segundos para que seguido mantengan el globo suspendido en el aire mediante su control respiratorio.

#### ***Análisis de la prueba:***

Ítem 1: Los seis estudiantes pudieron desarrollar la actividad de manera adecuada y siguiendo en términos generales las indicaciones del docente.

Ítem 2: Los estudiantes desarrollaron la actividad durante el tiempo y la cantidad estipulada, adaptando su respiración para responder a los estándares establecidos.

Ítem 3: Los seis estudiantes observados, desarrollaron la actividad respondiendo a las indicaciones del docente para la consecución de la misma, adaptando su actuar al comportamiento técnico requerido, que en este caso era mantener el globo en el aire por medio de su exhalación.

Ítem 4: Tres de los niños observados, no evidenciaron movimientos parásitos involuntarios al momento de ejecutar la actividad, y los otros tres desarrollaban movimientos involuntarios principalmente con sus extremidades superiores, en el afán de mantener el globo en el aire.

Ítem 5: Tres de los niños presentan comportamientos motores de paratonía debido a la complejidad respiratoria del ejercicio. Dicha paratonía principalmente se visualiza en el cuello y en las extremidades superiores.

#### **Coordinación dinámica general:**

Los estudiantes, sosteniendo una cuchara con la boca y llevando en la misma un pin pon, deberán moverse de un extremo del espacio a otro conduciendo un objeto más con las manos o los pies, esto por medio de diferentes desplazamientos según se les indique (adelante, atrás, lateral derecho, lateral izquierdo, en 6 apoyos).

#### ***Análisis de la Prueba:***

Ítem 1: Los seis estudiantes realizaron la actividad y los ejercicios propuestos, acorde a las instrucciones dadas por el docente.

Ítem 2: Los estudiantes lograron realizar la cantidad de recorridos planteados por el docente durante el tiempo estipulado.

Ítem 3: Dos de los estudiantes presentaron dificultades técnicas para el desarrollo de la actividad, pues tendían a tirar el ping-pong al suelo a veces por el afán de realizar la actividad o en su defecto por deficiencias motoras en los patrones básicos de movimiento como el gateo.

Ítem 4: Dos de los estudiantes observados presentaron sincinesia durante el desarrollo de la actividad en la medida que realizaban movimientos involuntarios para mantener el equilibrio y completar la totalidad de los desplazamientos estipulados.

Ítem 5: Dos de los estudiantes observados presentaron comportamientos motores de paratonía durante la ejecución de las actividades, que se evidenciaron en la tensión que mantienen en su rostro y extremidades superiores.

Los estudiantes, ubicados en un extremo, frente a una hilera de zapatos, deben saltar en el intermedio de cada uno de estos a un pie (derecha, izquierda) o a dos, y recoger una serie de objetos (los cuales estarán situados al final de la hilera y llevarlos al extremo desde el cual se inició).

### ***Análisis de la Prueba.***

Ítem 1: Todos los estudiantes estuvieron en la capacidad de seguir las indicaciones dadas por el cuerpo docente para la consecución del objetivo planteado.

Ítem 2: Todos los estudiantes cumplieron con la cantidad de repeticiones y el tiempo establecido por el docente a cargo.

Ítem 3: Uno de los estudiantes no cumplió con los requisitos técnicos de la actividad en la medida que, al momento de agacharse a recoger los objetos, apoyaba sus dos pies en el suelo y encorbaba su espalda.

Ítem 4: Ninguno de los estudiantes presentó movimientos de sincinesia durante el desarrollo de la actividad.

Ítem 5: Uno de los estudiantes observados reflejó tensión en su cuerpo, en diversos grupos musculares, al momento de realizar la actividad.

### **Coordinación Específica o Segmentaria:**

#### **Coordinación Viso-manual:**

Los estudiantes, ubicándose de rodillas sujetarán un objeto (pelota, lápiz, etc.) en sus manos (derecha, izquierda o lanzándola de una mano a otra), lo lanzaran hacia arriba y lo atraparon antes de que este caiga.



***Análisis de la Prueba.***

Ítem 1: Todos los estudiantes siguieron las indicaciones del docente para la ejecución de la actividad planteada.

Ítem 2: Todos los estudiantes realizaron las repeticiones de acuerdo con el tiempo estipulado inicialmente para la prueba por parte del docente.

Ítem 3: Cuatro de los niños observados presentaron dificultades técnicas, para el desarrollo de la actividad planteada, en la medida que evidenciaron deficiencias motoras en los patrones básicos de lanzamiento y recepción.

Ítem 4: Dos de los estudiantes observados presentaron movimientos de sincinesia en la ejecución de la actividad principalmente en sus extremidades inferiores, en el afán de alcanzar el objeto lanzado.

Ítem 5: Tres de los estudiantes presentan movimientos de paratonía al momento de realizar la actividad, ya que mantienen su brazos y cuello en tensión para no perder de vista el objeto lanzado.

**Coordinación Viso-pédica:**

Cada estudiante tendrá una pelota y una botella, se ubicará a 3 metros de la botella y pateando la pelota deberá tumbar el recipiente. Este ejercicio deberá realizarse con las dos extremidades inferiores.

Ítem 1: Todos los estudiantes presentaron la capacidad de responder a las indicaciones del docente y a las instrucciones dadas.

Ítem 2: Todos los estudiantes realizaron la cantidad de repeticiones inicialmente planteadas por el docente durante el tiempo establecido.

Ítem 3: Dos de los estudiantes no desarrollan una técnica adecuada de pateo para derribar el objetivo, sino que patean de forma aleatoria esperando derribar el objeto.

Ítem 4: No se presentaron situaciones de sincinesia en ninguno de los estudiantes.

Ítem 5: Tres de los estudiantes presentan paratonía al momento de desarrollar la actividad, pues tensionaban sus brazos en el momento exacto de patear el balón.

**Equilibrio Postural:**

Con un libro sobre la cabeza y los brazos a los lados, el alumno caminará en línea recta un pie por delante del otro una distancia de 3 metros se evaluará cuantas veces complete el recorrido sin que se le caiga el cuaderno o lleve sus brazos sobre su cabeza para evitar que se caiga el mismo, en un tiempo total de 3 minutos.

***Análisis de la Prueba.***

Ítem 1: Cinco de los estudiantes desarrollaron la actividad siguiendo las indicaciones dadas por el docente, mientras que uno de ellos no la ejecutó.

Ítem 2: Cinco de los estudiantes realizaron la actividad en el tiempo y con las repeticiones estipuladas por el docente.

Ítem 3: Tres de los estudiantes no desarrollan la actividad teniendo en cuenta los componentes técnicos estipulados, en la medida que se requería mantener los brazos extendidos a los lados para permanecer erguidos y llevar adecuadamente el cuaderno.

Ítem 4: No hubo movimientos de sincinesia durante la ejecución de la actividad.

Ítem 5: Dos de los estudiantes reflejaron movimientos de paratonía sobre todo en sus extremidades superiores, durante la ejecución de la actividad.

Los docentes plantean los ejercicios de plancha (30 segundos), sentadilla (5 repeticiones) y flexión de tronco para abdominal, (5 repeticiones), siendo dichas acciones motoras ejecutadas a la voz del docente. De esta forma se evalúa la postura adoptada por el estudiante durante la ejecución de cada movimiento, teniendo como referencia las posturas técnicas y biomecánicamente adecuadas.

Ítem 1: Se evidencia que cuatro de los estudiantes realizan la actividad de acuerdo con las indicaciones del docente, además uno de ellos no realiza la actividad y otro mantiene su cámara apagada.

Ítem 2: Se evidenció que cuatro de los estudiantes llevaron a cabo la actividad las repeticiones y tiempo estipulado y una de ellas realizaba más repeticiones de las requeridas, uno de ellos no realizó la actividad y otro de ellos mantuvo su cámara apagada.

Ítem 3: Se evidenció que cuatro estudiantes realizaban las actividades con la técnica adecuada para evitar una lesión, mientras que uno de ellos no realizaba los ejercicios de acuerdo con las indicaciones dadas y la técnica adecuada, uno de ellos mantenía su cámara apagada.

Ítem 4: Se evidencia que cinco de los seis estudiantes no presentan movimientos de sincinesia, uno de ellos no se pudo observar porque mantiene su cámara apagada.

Ítem 5: Se evidencia que ninguno de los seis alumnos presenta movimientos de paratonía, uno de ellos mantenía su cámara apagada y otro no realizó la actividad.

**Tonicidad:**

Tonicidad segmentaria: Se pedirá al niño tensionar y relajar de manera alternada diferentes segmentos corporales, iniciando con los músculos faciales, posteriormente pasando a las extremidades superiores, el torso, y las extremidades inferiores. Cabe denotar que se

podrá pedir por parte del docente, tensionar y/o relajar de manera simultánea diferentes segmentos corporales.

Ítem 1: Se evidencia que los seis alumnos llevaban a cabo la actividad de acuerdo con las indicaciones del docente.

Ítem 2: Se evidencia que cinco los estudiantes realizan las actividades en las repeticiones y el tiempo orientado por el docente y uno de ellos no realizó la actividad.

Ítem 3: Se evidencia que cuatro de los estudiantes realizaron las actividades de acuerdo con la orientación oportuna del docente para la ejecución de los movimientos, uno de ellos no realizaba los ejercicios de acuerdo con dichas indicaciones y uno de ellos no realizó la actividad.

Ítem 4: Se evidencia que tres de los estudiantes presentan movimientos de sincinesia ya que realizan movimientos de otras partes de su cuerpo que no han recibido una indicación por parte del docente, uno de ellos no realizó la actividad por ende no pudo ser observado.

Ítem 5: Se evidencia que tres de los estudiantes presentaban movimientos de paratonía debido que al momento de realizar tensión en una parte del cuerpo indicada involucraron otras partes del cuerpo tales como el cuello.

### ***Tonicidad Global.***

Se desarrollará el juego de "Simón dice", en el cual el docente propondrá un patrón básico de movimiento al decir "Simón dice ...". Cuando el docente mencione la palabra "Stop" los estudiantes deberán detener completamente la acción motora, y permanecer por una cantidad total de 10 segundos en la misma posición, generando así un proceso de tensión global corporal. Se pedirá que los estudiantes se detengan o ejecuten determinada acción en 10 ocasiones.

Ítem 1: Se evidencia que cinco estudiantes atienden a las indicaciones del docente para llevar a cabo las actividades, uno de ellos no realizó la actividad.

Ítem 2: Se evidencia que cinco de los estudiantes realizaron la actividad por el tiempo orientado por el docente, uno de los estudiantes no realizó la actividad.

Ítem 3: Se evidencia que cinco estudiantes realizan los ejercicios propuestos de la mejor manera posible ya que los mismos no tenían gran dificultad para su realización por ende no requerían de gran riqueza técnica en su ejecución.

Ítem 4: Se evidencia que ninguno de los estudiantes presentó comportamientos motores de sincinesias.

Ítem 5: Se evidencia que uno de los alumnos presentaba movimientos de paratonía debido a que al realizar un ejercicio ejercía tensión muscular en uno de sus brazos.

Paso seguido, y luego de desarrollar la prueba motora, se procede a realizar una actividad de retroalimentación sobre el desempeño de los estudiantes en la sesión de clase, pero también sobre el devenir de las diferentes sesiones que compusieron el proyecto aquí mencionado. Es así que se genera un cierre al espacio y se agradece la participación de los estudiantes. Para terminar la sesión de clase, se entrega a los niños una serie de formularios a través de los cuales se busca evidenciar el desarrollo o posible evolución de los menores en relación con:

#### **Encuesta de la Proactividad.**

Se envía un cuestionario idéntico al enviado en la sesión 2, en el cual, el estudiante, en compañía de un adulto o acudiente, debe responder a los cuestionamientos que buscaban dar cuenta de características propias de un sujeto proactivo en cuanto al comportamiento del menor.

#### **Formato de Autoevaluación.**

Se envía un formato digital en el cual se solicita que los estudiantes realicen un proceso de autoevaluación descriptivo en relación con su desempeño durante las diferentes sesiones de clase. A través de este se pretende evidenciar según la visión autónoma del estudiante, en qué medida considera que su desempeño, correspondió a lo solicitado por los docentes y por ende denotar ese proceso de autoconocimiento desde su subjetividad.

Las preguntas que componen dicho formato de autoevaluación son las siguientes:

#### **Ilustración 16.** Ficha de autoevaluación.

<b>Ficha de AUTOEVALUACIÓN - PCP: El desarrollo motor y su influencia en la formación de sujetos proactivos</b>		
<b>Colegio: IEM Liceo Integrado de Zipaquirá</b>		<b>Curso: 601</b>
<b>Nombre del estudiante:</b>		
<b>Fecha:</b>	<b>N° de Sesión:</b>	<b>Tema de la sesión:</b> Autoevaluación final
<b>Objetivo de la sesión:</b>	Realizar un proceso de autoevaluación sobre mi proceso educativo y desempeño en las diferentes sesiones de clase.	
Con base a su percepción personal e individual, por favor describir de manera clara y concisa su desempeño frente a los ítems presentados a continuación con relación a la totalidad de las sesiones de clase.		

<b>Unidad 1: Autoconocimiento</b>	¿Desarrollé las actividades de la sesión de las diferentes de manera autónoma o tuve que recibir retroalimentación constante por parte de los profesores?	
	¿Fui consciente del propósito de cada una de las sesiones de clase y comprendí los contenidos de estas? ¿Si o no? ¿Por qué?	
	¿Qué aprendí durante las diferentes sesiones de clase?	
	¿En qué aspectos o procesos siento que me faltó profundizar más y no comprendí claramente?	
	¿Qué fue lo que más se me facilitó en el desarrollo de las diferentes sesiones de clase?	
	¿Qué fue lo que más se me dificultó en el desarrollo de las diferentes sesiones de clase?	
	¿Qué considero que puedo mejorar para futuras clases?	
	Describir cómo fue mi desempeño general en las diferentes sesiones de clase	

### **Ficha de evaluación unidad 1.**

Se envió a los estudiantes un cuestionario digital con las preguntas planteadas en la ficha evaluativa de la unidad 1, y las cuales buscaron dar cuenta del nivel de apropiación de cada uno de los contenidos que se abordaron durante la primera unidad. Es así como se plantean no solo pruebas cognitivas en relación con los contenidos sino además físicas, que

permiten evidenciar el autoconocimiento de los menores en relación con su ser multidimensional. El cuestionario en mención es el siguiente:

***Cuestionario.***

Responde las preguntas y desarrolla los ejercicios a continuación planteados, y posteriormente envía tanto el cuestionario como los videos necesarios en un solo correo, en el cual se especifique el nombre del estudiante y el grado, al correo electrónico:

[grupodesarrollomotor@gmail.com](mailto:grupodesarrollomotor@gmail.com) a más tardar el día **18 de Junio de 2021.**

1. Describe una debilidad y una fortaleza física tuya, que has evidenciado durante las clases de educación física y explícanos el por qué crees que es una debilidad.
2. De acuerdo con los sistemas del cuerpo vistos en clase ¿Cuál de ellos consideras que cuidas bien y cuál no? ¿Por qué?
3. De las clases que ves en el colegio ¿cuál te parece más fácil? y ¿cuál te parece más difícil? ¿Por qué? ¿Cómo has actuado frente a esa situación?
4. Menciona una situación en la cual hayas sentido una emoción positiva (alegría, entusiasmo, etc.) y una situación en la que hayas sentido una emoción negativa (miedo, enojo, etc.) y cómo actuaste en cada una de ellas.
5. Imagina que debes entregar un trabajo de matemáticas, lo estás desarrollando en tu computador y de pronto, hay un corte en la electricidad, lo que causa que todo tu trabajo se borre. ¿Cómo te sentirías y reaccionarías frente a esa situación?
6. Graba uno o varios videos cortos realizando los siguientes ejercicios:
7. Estando de pie, flexiona tu rodilla izquierda a 90° y elevarla al nivel del abdomen mientras la pierna derecha permanece totalmente extendida, levanta el brazo derecho hacia arriba totalmente extendido.
8. Estando de pie, y con tus piernas separadas al ancho de los hombros, flexiona tus rodillas en un ángulo de 90°, realizando una sentadilla, manteniendo tu espalda recta, extiende tus brazos hacia el frente manteniéndolos totalmente extendidos y quedando posicionados a la altura de los hombros.
9. En posición de seis apoyos, manos, rodillas y pies, el estudiante elevará su brazo derecho hacia el frente y al mismo tiempo llevará su pierna izquierda hacia atrás, quedando en tres apoyos, una mano, una rodilla y un pie.

10. Recostado en el suelo boca arriba, apoya la planta de los pies en el suelo flexionando ligeramente las rodillas, también ubica la palma de las manos a los lados de tu cabeza, apoyándolas en el suelo. Paso seguido levanta tu torso, y queda apoyado únicamente sobre la palma de sus manos y la planta de sus pies buscando así hacer un arco con tu cuerpo.
11. Estando boca abajo en plancha alta, con los brazos extendidos, realiza los siguientes movimientos y mantén la posición durante al menos 10 segundos:
12. Elevar brazo derecho hacia al frente y la pierna izquierda hacia atrás.
13. Elevar el brazo izquierdo hacia al frente, elevar la pierna derecha hacia atrás.
14. Llevar las rodillas hacia el pecho de forma alterna (primero una luego la otra)
15. Separar y juntar las piernas (abrir y cerrar), conservando la posición de plancha alta.

## **Análisis de la Experiencia**

### **Incidencias en el Contexto y en las Personas**

#### ***Sobre el Desarrollo Motor***

El Proyecto Curricular Particular en mención está dirigido a niños en edades entre 9 y 12 años el cual pretende la formación de los menores desarrollando en ellos características de un sujeto proactivo tales como el autoconocimiento, el liderazgo y la capacidad de transformación, esto se pretendió lograr a través de la realización de prácticas que optimizaran su desempeño motor, dichas prácticas surgieron a partir de la aplicación de la tendencia de la educación física de la psicomotricidad de Picq y Vayer, siendo estos modificados y transformados de acuerdo con el objetivo del proyecto en el que se buscaría establecer la influencia que tiene el desarrollo motor en la formación de un sujeto proactivo.

Es así que a continuación se desarrollará un breve análisis sobre cada uno de los contenidos abordados en los encuentros de clase relacionados con la tendencia de la psicomotricidad, y por ende, una relación y evolución del desempeño de los menores reflejado entre la prueba motora inicial y la prueba motora evaluativa final:

#### **Propiocepción:**

Se evidenció que la ejecución de los estudiantes correspondió en gran medida a las indicaciones dadas por el grupo docente, tanto en la prueba diagnóstica como en la prueba motora de cierre de unidad. Cabe resaltar que en la prueba motora final, la dificultad de ejecución se incrementó en la medida en que los estudiantes debían responder a las orientaciones del docente sin un estímulo o apoyo visual, es decir, se tuvo que realizar la ejecución del movimiento únicamente recibiendo guías auditivas por parte del docente, a diferencia de la prueba motora inicial, en la cual se propendió por actividades multisensoriales que permitieron la ejecución por imitación. De esta manera se puede evidenciar un desarrollo en la capacidad propioceptiva de los estudiantes.

#### **Interocepción (control respiratorio):**

En la actividad en mención se propendió por un control respiratorio durante actividades de fatiga, frente a esto, se evidenciaron resultados similares durante su desarrollo en la medida que aunque los estudiantes estuvieron atentos constantemente a las indicaciones del docente y procuraron cumplir con los requisitos espacio- temporales y técnicos planteados (tanto en la prueba diagnóstica como en la prueba final), presentaron dificultad para la consecución del objetivo, puesto que algunos de ellos no podían mantener la bomba en suspensión por demasiado tiempo. Se puede concluir que la actividad, aunque viable, no es la más adecuada para observar si los estudiantes poseen o no un adecuado control respiratorio,



ya que factores externos como el material de la bomba, el campo visual de la cámara y el espacio influyen de manera significativa en la evaluación de la prueba.

### **Coordinación Dinámica General:**

Se pudo evidenciar en la actividad desarrollada con el pin-pon una mejoría en el desempeño de los estudiantes, en la medida en que los mismos lograron de manera más sencilla el desarrollo y consecución de la actividad, sin embargo, cuando los desplazamientos incluyen patrones básicos de movimiento más complejos o menos cotidianos, se sigue denotando en los sujetos problemas de sincinesia y paratonía en el afán de estos de evitar que el pin-pon caiga al suelo.

Respecto a la actividad relacionada con el desplazamiento a través de saltos sobre los zapatos, se pudo denotar una disminución en las dificultades coordinativas y de equilibrio en los estudiantes, ya que la mayoría de estos podían ejecutar la tarea, con mayor fluidez y conservando su postura aun cuando debían recoger o manipular los objetos. De esta forma en la segunda prueba los estudiantes evidenciaron un mayor equilibrio y un manejo temporo espacial un poco más avanzado, ya que su desplazamiento se desarrollaba acorde a las indicaciones del docente, y poseían un mejor control corporal, evitando así, perder el equilibrio al momento de ejecutar movimientos cada vez más complejos.

### **Coordinación Segmentaria o Específica**

En la evaluación diagnóstica inicial se pudo evidenciar que gran parte de los niños denotaban dificultades motoras relacionadas con los patrones básicos de movimiento de lanzamiento y sujeción, además, de que se presentaban graves problemas motores relacionados con el manejo espacio temporal de la acción durante el desarrollo del ejercicio, ya que se dejaba caer involuntariamente el objeto lanzado, y además se generaban deficiencias coordinativas que dificultaban la labor. De igual manera durante la prueba evaluativa final se pudo observar que las dificultades motoras sobre los patrones de lanzamiento y sujeción permanecieron, y al igual que en la primera prueba se hicieron evidentes afecciones de sincinesia y paratonía. Se puede entonces concluir que falta un mayor desarrollo de la motricidad fina en los menores y un afianzamiento específico sobre los patrones de manipulación previamente enunciados.

Respecto a la prueba de coordinación visopedica, es posible mencionar que se presentó una mejora en el uso de la técnica a la hora de patear la pelota para impactar el objetivo establecido. Esto no quiere decir que la técnica fue perfecta, pero sí que los estudiantes evidenciaron la capacidad de modificar su lógica estructural interna, acorde a las condiciones de la actividad a desarrollar, y por ende progresivamente tuvieron mayores

aciertos. Es decir, los estudiantes fueron capaces de posicionarse mejor en el espacio y ejercer un mejor control en la relación cuerpo-objeto-objeto.

### **Equilibrio Postural:**

En relación a la prueba de equilibrio postural desarrollada con el cuaderno en la parte superior de la cabeza, se pudo evidenciar al contrastar los resultados con la segunda prueba, que se presentó un mejoramiento en la postura que asumieron los estudiantes durante el desarrollo de la actividad, ya que la mayoría de ellos buscaron tener su columna vertebral (y en consecuencia su espalda) en una posición equilibrada y natural, es decir erguida, su cuello recto, y en consecuencia su cabeza mirando hacia el frente. No obstante, se siguieron presentando problemas de sincinesia y paratonía durante la actividad, razón por la cual se hace pertinente hacer un mayor énfasis en el equilibrio y la higiene postural de los estudiantes.

Con relación a la segunda prueba y los ejercicios de flexión de tronco abdominal, plancha abdominal y sentadilla, se pudo evidenciar una evolución respecto al nivel técnico de ejecución de los movimientos, pudiendo denotar, en primer lugar, que los estudiantes buscaban mantener una buena postura de su columna vertebral y no generar movimientos de hiperextensión articular durante la ejecución. Esto se debe en parte, a que los sujetos poseían un mayor conocimiento sobre los ejercicios de base, y por ende tenían experiencias previas a la segunda prueba ejecutada. No obstante, en algunos casos aún se presentaban confusiones en relación con la denominación de ciertos ejercicios, razón por la cual, algunos estudiantes desarrollaban ejercicios que no corresponden a lo solicitado por el docente.

### **Tonicidad:**

En la primera actividad, enfocada en la capacidad de control tónico segmentario, no se evidenciaron cambios significativos en la ejecución por parte de los estudiantes, en la medida, que aún se denotaban problemas de control tensional, por lo cual, aunque se solicitaba que únicamente se ejerciera tensión en un determinado segmento corporal, tanto movimientos parásitos como tensiones ajenas a lo solicitado hacían presencia.

Por otra parte, en las actividades relacionadas con el control tónico general, se evidenció que tanto en la prueba motora diagnóstica, como en la evaluativa final, la mayoría de los estudiantes pudieron llevar a buen término las actividades planteadas, en la medida que los mismos, siguiendo las indicaciones docentes, ejercen con tensión corporal general en el momento adecuado, y a su vez un proceso de relajación y liberación tensional global al oír el comando de voz pertinente.

### ***Conclusiones Sobre el Desarrollo Motor***

Como conclusión respecto al desempeño motor de los estudiantes, es posible mencionar que hubo una evolución en algunos aspectos propios de la tendencia ya mencionada, y por ende se presentó un mejor desempeño en las pruebas finales. No obstante, se hace necesario permitir que los mismos vivencien un mayor número de experiencias relacionadas con estas habilidades y así potenciar su desarrollo. De igual manera se pudo denotar que en algunas actividades, sobre todo aquellas que requieren soluciones coordinativas más complejas y/o compuestas, se siguen presentando graves falencias y dificultades motoras.

A su vez, es importante que el cuerpo docente tome en cuenta los resultados respecto a las pruebas que no presentaron nivel de desarrollo significativo, y por ende para futuras implementaciones, se haga especial énfasis en aspectos técnicos específicos del desarrollo motor, ya que al abordarse de manera global se obvian en algunas ocasiones, patrones básicos de movimiento necesarios para la ejecución de habilidades motrices específicas.

De igual forma, es importante mencionar que, para el desarrollo tanto de las pruebas motoras como de las sesiones de clase, es fundamental que se cuenten con condiciones espaciotemporales y de materiales adecuadas, que garanticen, no solo el desarrollo de la prueba, sino en la medida de lo posible, que estandarice los medios, para de esta manera lograr que los procesos de enseñanza y aprendizaje y las situaciones evaluativas sean más productivas y fiables.

Por otra parte, es importante denotar que las condiciones de virtualidad que enmarcaron el proyecto jugaron en contra de los procesos de aprendizaje socioculturales esperados, en la medida que las interacciones sociales de los estudiantes con sus congéneres no se presentaron según lo planeado, situación que dificultó el aprendizaje y los procesos de retroalimentación entre pares, que comúnmente, se llegan a generar en una clase de educación física presencial.

### ***Sobre la Autonomía y el Proceso Evaluativo de la Unidad 1***

#### **Formulario de Autoevaluación - Unidad 1: Autoconocimiento.**

#### **Ilustración 17.** Formulario de Autoevaluación.

<b>Ficha de AUTOEVALUACIÓN - PCP: El desarrollo motor y su influencia en la formación de sujetos proactivos</b>	
<b>Colegio: IEM Liceo Integrado de Zipaquirá</b>	<b>Curso: 601</b>
<b>Nombre del estudiante:</b>	

<b>Fecha:</b>	<b>N° de Sesión:</b>	<b>Tema de la sesión:</b> Autoevaluación final
<b>Objetivo de la sesión:</b>	Realizar un proceso de autoevaluación sobre mi proceso educativo y desempeño en las diferentes sesiones de clase.	
Con base a su percepción personal e individual, por favor describir de manera clara y concisa su desempeño frente a los ítems presentados a continuación con relación a la totalidad de las sesiones de clase.		
<b>Unidad 1: Autoconocimiento</b>	¿Desarrollé las actividades de la sesión de las diferentes de manera autónoma o tuve que recibir retroalimentación constante por parte de los profesores?	De los siete niños que enviaron su proceso autoevaluativo final, solo dos de ellos reconocieron que durante las actividades desarrolladas necesitaron de la retroalimentación y el estímulo por parte de los docentes, para que se ejecutará adecuadamente. Los otros 5 niños, mencionaron que su actuar durante la clase fue totalmente autónomo y no sintieron que el docente debiera realizar ningún tipo de intervención verbal para apoyarlos, animarlos o corregirlos.
	¿Fui consciente del propósito de cada una de las sesiones de clase y comprendí los contenidos de estas? ¿Si o no? ¿Por qué?	Los siete estudiantes que respondieron el proceso de autoevaluación mencionaron que fueron conscientes durante cada sesión de las temáticas abordadas, gracias en gran medida a las explicaciones por parte de los docentes sobre la finalidad motora, cognitiva y en términos generales multidimensional de las actividades desarrolladas. De esta forma, se expresa que las relaciones entre la práctica y el objetivo de esta fueron entendidos.
	¿Qué aprendí durante las diferentes sesiones de clase?	Dentro de las respuestas obtenidas sobre los aprendizajes apropiados durante las sesiones, encontramos que las más relevantes fueron el control respiratorio, la necesidad de desarrollar un proceso de calentamiento previo a las actividades motoras, la necesidad de estirar como proceso previo a la finalización de las actividades motoras y el control y manejo emocional. Además, se mencionaron contenidos de las sesiones como el modelado en plastilina y las artes marciales.
	¿En qué aspectos o procesos siento que me faltó profundizar más y no comprendí claramente?	Según las respuestas obtenidas por los siete estudiantes que desarrollaron el proceso de autoevaluación, una de las actividades o contenidos que a su consideración debió asumir una mayor profundidad fue la relacionada con técnicas de artes marciales, puesto que a muchos de ellos se les dificultó varios de los ejercicios en la misma planteados.  A su vez, se resaltaron capacidades físicas como el control respiratorio y la flexibilidad.
	¿Qué fue lo que más se me facilitó en el desarrollo de las diferentes sesiones de clase?	En relación con los ejercicios o actividades que según el criterio de los niños se les facilitó, se pueden destacar algunas actividades de calentamiento, el modelado en plastilina y el yoga.

	<p>¿Qué fue lo que más se me dificulta en el desarrollo de las diferentes sesiones de clase?</p>	<p>Respecto a las actividades o situaciones que los niños perciben como difíciles, en las sesiones de clase, la mayoría de ellos mencionaron que las actividades relacionadas con las artes marciales.</p> <p>A su vez, algunos estudiantes hicieron referencia a movimientos específicos ejecutados en el transcurso de algunas sesiones como los abdominales y las sentadillas.</p> <p>Por otra parte, los contenidos motores y psicomotores propios de las sesiones de clase como la flexibilidad, la resistencia y el control respiratorio también fueron mencionados.</p> <p>De igual manera algunos chicos (2 de ellos) mencionaron que no hubo ninguna actividad que se les dificultó.</p>
	<p>¿Qué considero que puedo mejorar para futuras clases?</p>	<p>Aproximadamente 5 de los 7 menores que desarrollaron el proceso autoevaluativo, manifestaron que es necesario desarrollar sus capacidades físicas básicas (específicamente resistencia, flexibilidad y velocidad) y por ende asumen que, para lograr dicho objetivo, deben vivenciar una mayor cantidad de experiencias y prácticas motoras.</p>
	<p>Describir cómo fue mi desempeño general en las diferentes sesiones de clase</p>	<p>Todos los niños que desarrollaron el proceso evaluativo mencionaron que su desempeño durante las sesiones de clase fue bueno, en la medida que intentaron hacer las actividades planteadas y respondieron de forma adecuada a las indicaciones dadas por el grupo docente.</p>

### ***Análisis Sobre el Proceso Autoevaluativo***

El grupo docente, teniendo en cuenta la cantidad de características que presentan las respuestas obtenidas, infieren que las mismas se vieron en gran medida influenciadas por las expectativas y/o posibles respuestas consideradas como adecuadas frente a la evaluación propuesta. De esta manera algunos estudiantes respondieron para buscar la aprobación y el beneplácito de los docentes y no generando un verdadero proceso de consciencia sobre su actuar durante las sesiones de clase.

De igual manera la baja participación del grupo, en relación con el total de los estudiantes, se ve en gran medida determinado por la obtención de una calificación. De esta manera, los estudiantes al enterarse que las prácticas y procesos evaluativos desarrollados en el proyecto no generaban un impacto directo sobre la calificación de la clase a nivel institucional, limitaron su participación propositiva y activa en el mismo.

A su vez, se logró evidenciar que, para muchos estudiantes, los elementos propios y focales del proceso autoevaluativo eran el desempeño durante la práctica y no su respuesta frente al objetivo propio de cada sesión, aun cuando los mismos fueron especificados en cada uno de los encuentros por parte de los docentes.

En consecuencia, es viable afirmar que el desarrollo del proceso autoevaluativo, en gran medida se vio afectado por la poca cantidad de estudiantes que respondieron el formulario, y a su vez posiblemente influenciado desde el análisis del grupo docente, por preconceptos y/o formas de actuar previas que evitaron la obtención de resultados concluyentes, tales como, la falta de espacios autoevaluativos que no confluyan en un proceso meramente cuantitativo.

### ***Análisis del Proceso Evaluativo de la Unidad 1***

1. Describe una debilidad y una fortaleza física tuya, que has evidenciado durante las clases de educación física y explícanos el por qué crees que es una debilidad.

Dentro de las debilidades que se destacaron en algunos los cuestionarios recibidos, se pueden encontrar, el control de la respiración, la falta de resistencia, la incapacidad de desarrollar ciertas actividades motoras y/o ejercicios específicos.

Con relación a las fortalezas físicas que se lograron evidenciar en algunas respuestas de los estudiantes podemos destacar, la capacidad de la fuerza, la resistencia, el aprendizaje y la comprensión, la disposición y/o aptitud física para el desarrollo de actividades, y el desarrollo de ciertos ejercicios coordinativos.

De esta forma el grupo docente, analizando las respuestas obtenidas de los diferentes cuestionarios, puede inferir que los estudiantes son capaces de reconocer con base a su autopercepción sus capacidades y deficiencias motoras, o en otras palabras, fortalezas y debilidades físicas, y especificar en mayor o menor grado dependiendo del estudiante, por qué las mismas pueden considerarse de una u otra forma, usualmente relacionándose dicha percepción, con la capacidad de cumplimiento de una tarea determinada o la destreza que se posee para ejecutar dicha acción o movimiento.

2. De acuerdo con los sistemas del cuerpo vistos en clase ¿Cuál de ellos consideras que cuidas bien y cuál no? ¿Por qué?

Con relación a la pregunta previamente planteada, los estudiantes dieron cuenta de diferentes sistemas que según su percepción cuidan en mayor o menor medida. De esta forma se genera en sus respuestas, una relación directa entre ciertos hábitos o comportamientos que

pueden ser considerados como “positivos” o saludables en la conservación de un buen funcionamiento de un determinado sistema. Es así como se plantea que actividades como el hacer actividad física permiten mantener en mejores condiciones el sistema muscular, comer balanceadamente ayuda al cuidado del sistema óseo y digestivo, y usar elementos de protección como el tapabocas o la mascarilla pueden contribuir al cuidado del sistema respiratorio.

En el mismo sentido, los estudiantes comprenden y manifiestan que el adoptar hábitos inadecuados o perjudiciales puede afectar el funcionamiento de los sistemas, destacándose principalmente el sedentarismo y los malos hábitos alimenticios.

El grupo docente de esta manera concluye que los estudiantes fueron capaces de reconocer de forma autocrítica qué comportamientos resultan adecuados e inadecuados en su cotidianidad, y contribuyen a la adecuada o inadecuada manutención de sus diferentes sistemas, a su vez logran reconocer la mayoría de los sistemas corporales que componen su organismo y sus funciones.

3. De las clases que ves en el colegio ¿cuál te parece más fácil? y ¿cuál te parece más difícil? ¿Por qué? ¿Cómo has actuado frente a esa situación?

Respecto a las materias que los estudiantes destacaron como las más fáciles encontramos que algunos mencionaron disciplinas como: matemáticas, español, tecnología, artes y educación física. Por otra parte, las asignaturas que algunos estudiantes concibieron como las más difíciles son: inglés, matemáticas y español.

De esta manera y teniendo como base las respuestas obtenidas, se evidenció que en gran medida el gusto por una determinada asignatura refleja la afinidad que el estudiante tiene con la misma, y por ende la facilidad que expresa para abordar las prácticas y contenidos de estas, es decir, en la medida que un contenido resulta de fácil asimilación por el estudiante y se siente identificado con el mismo, se genera un mayor gusto y se facilita el aprendizaje.

En este sentido, y al hablar de la ejecución piloto en la clase de educación física, se pudo constatar que un estudiante contaba con una discapacidad cognitiva, sin embargo, esta no resultó un impedimento para ser un participante activo de las diferentes prácticas propuestas. De esta forma, el estudiante al responder al presente enunciado deja entrever su disposición para aprender y desarrollarse de la mejor manera posible.

Por otra parte, y en relación con las actitudes que los estudiantes adoptaban respecto a las asignaturas o materias que les resultaban difíciles, es posible afirmar que los mismos

expresaron, que se esforzaban en mayor medida y ponían más empeño para lograr los objetivos académicos planteados.

Finalmente es posible afirmar que los estudiantes en cierta medida son capaces de reconocer sus fortalezas y debilidades cognitivas, basándose en el desempeño que evidencian frente a los estándares evaluativos considerados como “comunes” y que forman parte del proceso académico. A su vez, asumen determinadas posturas usualmente tendientes a la superación para afrontar las dificultades, y obtener mejores resultados.

4. Menciona una situación en la cual hayas sentido una emoción positiva (alegría, entusiasmo, etc.) y una situación en la que hayas sentido una emoción negativa (miedo, enojo, etc.) y cómo actuaste en cada una de ellas.

En relación con las respuestas obtenidas frente a este cuestionamiento se obtuvieron una serie de respuestas variopintas y con condiciones espacio temporales diversas, en las cuales los niños haciendo remembranza de dichas situaciones tanto positivas como negativas, hacían una clara relación de cómo ciertas situaciones o acontecimientos generaban en ellos determinadas emociones.

De esta forma, las emociones positivas en términos generales estaban relacionadas con momentos en familia, en los cuales valores como el amor, el compañerismo o la afectividad hacen aparición, mientras que las emociones negativas como el miedo, la tristeza, la desesperanza, el duelo, la frustración hacen presencia en momentos de pérdida de un ser querido, de incapacidad frente a una tarea asignada, y/o recepción de una noticia que afectaría negativamente sus vidas.

Es así, que es posible afirmar que los estudiantes, a través de este ejercicio, evidenciaron su capacidad de reconocer diferentes emociones y sentimientos, y relacionarlos de manera subjetiva y personal con determinadas situaciones o acontecimientos que resultan detonantes de estos.

5. Imagina que debes entregar un trabajo de matemáticas, lo estás desarrollando en tu computador y de pronto, hay un corte en la electricidad, lo que causa que todo tu trabajo se borre. ¿Cómo te sentirías y reaccionarías frente a esa situación?

Se evidencia en las respuestas de los estudiantes, que estos reconocen las posibles emociones y sentimientos que podrían causarse frente a una determinada situación negativa en su cotidianidad, y la forma en que hipotéticamente actuarían frente a la misma. En el mismo sentido la mayoría de los estudiantes expresa sentimientos negativos frente a dicha



situación (tristeza, enojo, rabia, frustración, ira) y sin embargo buscan soluciones para la problemática que se suscita.

No obstante, la mayoría de los estudiantes no expresa en su respuesta, una forma clara de regular sus emociones frente a dicha situación, sino solamente las acciones que emprendería para enfrentar el imprevisto.

Graba uno o varios videos cortos realizando los siguientes ejercicios: (Los videos que forman parte de la actividad a continuación planteada fueron enviados por los niños al correo del grupo docente).

Prueba número 1: Estando de pie, flexiona tu rodilla izquierda a  $90^\circ$  y elevarla al nivel del abdomen mientras la pierna derecha permanece totalmente extendida, levanta el brazo derecho hacia arriba totalmente extendido.

Análisis de la prueba: Con relación a la prueba previamente especificada, se pudo evidenciar que, del total de ocho pruebas enviadas, cinco de los niños desarrollaron la actividad adecuadamente, y las posiciones plasmadas en el archivo fílmico correspondieron a la actividad descrita, mientras que los otros tres adoptaron posiciones que no correspondían a lo solicitado, al ejecutar movimientos de abducción de sus piernas y ubicando su brazo extendido hacia el costado y no hacia arriba.

Prueba número 2: Estando de pie, y con tus piernas separadas al ancho de los hombros, flexiona tus rodillas en un ángulo de  $90^\circ$ , realizando una sentadilla, manteniendo tu espalda recta, extiende tus brazos hacia el frente manteniéndolos totalmente extendidos y quedando posicionados a la altura de los hombros.

Análisis de la prueba: De los estudiantes que aplicaron para la prueba previamente enunciada, se pudo evidenciar que cuatro de los mismos desarrollaron la actividad como era solicitada por los docentes, permaneciendo en la posición estáticos durante un tiempo aproximado de 10 segundos, mientras que los otros cuatro, realizaron repeticiones del movimiento, haciendo de esta forma una serie de sentadillas, siendo aproximadamente un total de cinco repeticiones. Aquellos que realizaron la actividad por repeticiones, aunque responden en términos generales a las indicaciones dadas por el docente, evidenciaban problemas de higiene postural al encorvar su espalda e hiperextender sus rodillas.

Prueba número 3: En posición de seis apoyos, manos, rodillas y pies, el estudiante elevará su brazo derecho hacia el frente y al mismo tiempo llevará su pierna izquierda hacia atrás, quedando en tres apoyos, una mano, una rodilla y un pie.

Análisis de la prueba: En relación con la prueba tres, se evidenció que los estudiantes realizaron el gesto motor respondiendo a las indicaciones del docente, sin embargo, el tiempo

de duración de algunos de ellos, específicamente dos de los estudiantes, fue demasiado corto para evidenciar la capacidad de asumir una postura higiénicamente adecuada, y por ende visualizar la tecnicidad en el gesto motor.

Prueba número 4: Recostado en el suelo boca arriba, apoya la planta de los pies en el suelo flexionando ligeramente las rodillas, también ubica la palma de las manos a los lados de tu cabeza, apoyándose en el suelo. Paso seguido levanta tu torso, y queda apoyado únicamente sobre la palma de sus manos y la planta de sus pies buscando así hacer un arco con tu cuerpo.

Análisis de la prueba: En relación a la prueba anteriormente referenciada, se evidenció que tres de los niños participantes ejecutaron de manera adecuada la actividad propuesta, y cumplieron con los requisitos técnicos que la misma establece, tres de ellos, intentaron responder a la actividad y desarrollarla según las indicaciones, pero sus condiciones y capacidades corporales individuales no les permitieron ejecutarlas con la técnica adecuada, uno de los estudiantes ejecutó un movimiento totalmente diferente al planteado al desarrollar abdominales tradicionales o “Crunch” y el último estudiante no presentó la prueba.

Prueba número 5: Estando boca abajo en plancha alta, con los brazos extendidos, realiza los siguientes movimientos y mantén la posición durante al menos 10 segundos:

Elevar brazo derecho hacia al frente y la pierna izquierda hacia atrás.

Elevar el brazo izquierdo hacia al frente, elevar la pierna derecha hacia atrás.

Llevar las rodillas hacia el pecho de forma alterna (primero una luego la otra)

Separar y juntar las piernas (abrir y cerrar), conservando la posición de plancha alta.

Análisis de la prueba: En relación con la actividad previamente mencionada, se puede decir que aproximadamente cuatro de los estudiantes participantes lograron asumir en términos generales las posturas indicadas por el grupo docente. sin embargo, su higiene postural durante la ejecución del movimiento no fue la más indicada, al elevar mucho la cadera, encorvar su espalda, y/o flexionar sus codos.

Por otra parte, los cuatro estudiantes restantes, no comprendieron claramente las indicaciones dadas y, por ende, la ejecución de los movimientos no fue la más apropiada, denotándose así, acciones motoras que no correspondían con lo solicitado.

Análisis de la actividad número 6: Se pudo evidenciar que algunos estudiantes presentan dificultades para reconocer algunas posturas corporales y ejecutarlas netamente a través de indicaciones verbales, en la medida que en algunas ocasiones las ejecuciones desarrolladas no corresponden a las indicaciones expresadas por el docente. Es así, que,

aunque se evidencia la capacidad de realizar un proceso de diferenciación segmentaria, del mismo modo persisten dificultades de posicionamiento y postura si no se acompaña la actividad con un estímulo visual y por ende se propicia un proceso de aprendizaje vicario.

Por otra parte, las dificultades de higiene postural fueron una constante en la mayoría de las pruebas y la mayoría de los estudiantes, por ende, se requiere un refuerzo en dichos aspectos motores, que garanticen la apropiación de una adecuada higiene postural.

### ***Análisis Final del Proceso Evaluativo de la Unidad 1:***

#### **Respecto a la Dimensión Motora.**

El grupo docente puede concluir que a través de la evaluación presentada por los estudiantes se pudo evidenciar que hubo una mejoría en aspectos de autoconocimiento tales como postura corporal, reconocimiento segmentario, propiocepción, en la medida en que los estudiantes lograron reconocer fortalezas y debilidades propias, el cuidado de su corporalidad, entre otros. Sin embargo, se denota que el tiempo de práctica no fue el más adecuado para fortalecer las diferentes capacidades o aspectos que contribuyen al autoconocimiento físico y motor del sujeto, razón por la cual los estudiantes siguen presentando (aunque en menor medida) deficiencias en la ejecución de algunos movimientos y/o en relación con el uso adecuado de elementos espaciotemporales.

#### **Respecto a la Dimensión Cognitiva.**

A partir de esta, se logra concluir que los estudiantes logran apropiarse de las temáticas o contenidos, no simplemente en la ejecución de una técnica de movimiento sino pensando en su bienestar y cuidado corporal. De igual manera se evidencia la apropiación de muchos contenidos que facilitan el autoconocimiento multidimensional de los estudiantes, no obstante, los mismos en algunas ocasiones, siguen fundamentando su quehacer en la práctica de las actividades y no en el objetivo de estas, es decir, que el objetivo fundamental de la sesión de clases en algunas ocasiones se ve desplazado por la dinámica en sí de la sesión. Es importante mencionar del mismo modo que el proceso cognitivo de los estudiantes, aún se ve en gran medida determinado por los estímulos evaluativos cuantitativos y por la vigilancia que ejerza el docente en las prácticas.

#### **Respecto a la Dimensión Socioemocional.**

Se logró evidenciar que a través de las prácticas desarrolladas que los estudiantes ejercieron un alto grado de autoconocimiento con relación a los aspectos socioemocionales de su realidad autobiográfica, reconociendo así, momentos históricos esenciales de su existencia, y cómo dichos momentos o situaciones pueden conducir a la expresión de diferentes emociones y sentimientos. A su vez, los niños lograron identificar ciertas emociones y formas de actuar

que pueden resultar frente a situaciones de tensión y momentos cruciales. No obstante, se hace pertinente profundizar en procesos de canalización y control emocional, ya que dicho objetivo no se logró alcanzar durante el proceso educativo aquí contenido.

### ***Sobre la Proactividad***

Para evidenciar el nivel de proactividad que se reflejó en los estudiantes tanto al inicio como al final del plan piloto del presente proyecto, se desarrolló una encuesta, que buscaba denotar esos elementos esenciales y característicos del ser humano proactivo, a través de una serie de preguntas que los estudiantes debían resolver en compañía de sus padres. Es así que dicha encuesta presentaba una naturaleza coevaluativa, y cada pregunta contenida en el formato en mención respondía a un elemento que en el macro diseño se estableció como constituyente del ser proactivo.

De esta forma las preguntas planteadas y el análisis de las respuestas brindadas por el grupo de estudiantes, se presenta a continuación:

#### **Encuesta Sobre la Proactividad:**

Somos estudiantes de la Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia y a través de esta encuesta descriptiva digital, buscamos establecer el nivel de proactividad de los estudiantes de 6° de bachillerato de la Institución Educativa Municipal Liceo Integrado de Zipaquirá. Esta encuesta busca contribuir a un proceso co-evaluativo formativo, y debe ser diligenciada por los estudiantes en compañía de sus padres y/o acudientes. La encuesta cuenta con 15 preguntas de tipo abiertas y cerradas, en donde también podrá justificar el porqué de su respuesta.

#### ***Preguntas y Análisis.***

1. Nombre del estudiante.
2. Edad del estudiante.

Encuesta número 1: Respondieron la encuesta un total de 33 estudiantes, de los cuales 16 tenían 10 años, 14 estudiantes 11 años y 3 de 12 años

Encuesta número 2: Respondieron un total de 16 estudiantes a la encuesta planteada, de los cuales, 3 eran de 10 años, 11 estudiantes eran de 11 años y 2 estudiantes tenían 12 o más años.

3. ¿Conozco mi cuerpo, sus capacidades físicas y sus limitaciones? ¿Cuáles son?

Encuesta 1: Se evidenció que gran parte de los estudiantes respondieron mencionando actividades de su cotidianidad que disfrutaban y que para ellos están relacionadas con ejercicio, el deporte o el entrenamiento. De la misma forma, algunos de ellos mencionaron aquellas prácticas o actividades que les son difíciles de ejecutar como sus posibles limitaciones física.

A su vez se pudo denotar que ciertos estudiantes, más allá de reflexionar sobre sí mismos y la pregunta planteada, recurrieron a fuentes de información externa, y en consecuencia, su respuesta denotaba información extraída de la web, sin contexto, sin análisis y sin apropiación.

Encuesta 2: En esta segunda encuesta, que se desarrolla posterior a la implementación del plan piloto, es posible evidenciar que las respuestas de los menores se acercaron más a lo esperado por el grupo docente, en la medida en que no se limitaron a buscar información de internet, o describir actividades de su cotidianidad, sino que con base a las capacidades físicas abordadas en diferentes temáticas hicieron un proceso descriptivo sobre su desempeño subjetivo frente a dichas capacidades. De esta forma algunos estudiantes mencionaron como capacidades físicas destacables su fuerza en determinados segmentos corporales, la resistencia a ciertas actividades, y habilidades básicas como el salto. A su vez, las limitaciones físicas que los estudiantes destacaron estaban directamente medidas por las experiencias que tuvieron durante el proceso educativo aquí planteado, y su autopercepción en relación con su desempeño y habilidad frente a determinadas tareas.

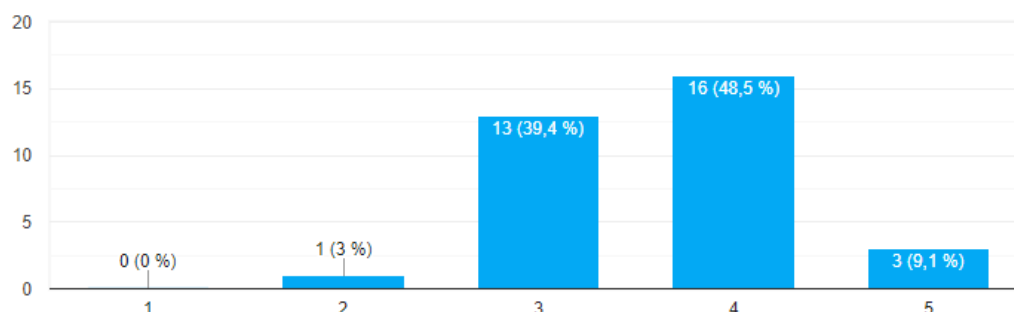
4. De 1 a 5, siendo 1 muy mal y 5 excelente ¿Qué tan bien manejas tus emociones frente a algún problema o dificultad?

Encuesta 1: Los resultados frente a esta pregunta son los siguientes:

**Ilustración 18.** Resultados de la encuesta, pregunta 4.

De 1 a 5, siendo 1 muy mal y 5 excelente ¿Qué tan bien manejas tus emociones frente a algún problema o dificultad?

33 respuestas

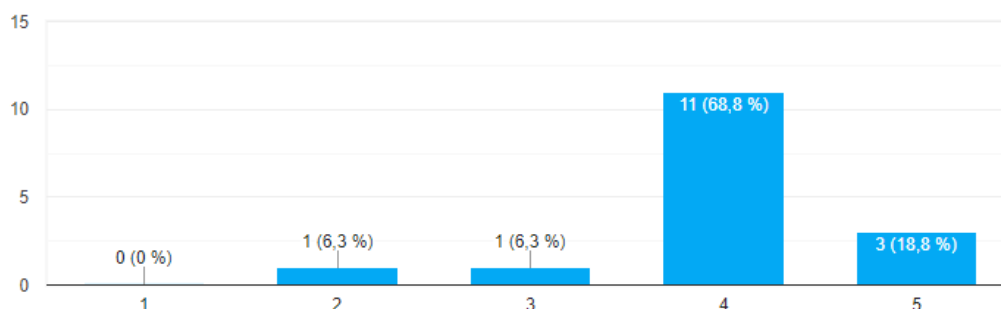


Encuesta 2: Los resultados frente a esta pregunta son los siguientes:

**Ilustración 19.** Resultados de la encuesta, pregunta 4.

De 1 a 5, siendo 1 muy mal y 5 excelente ¿Qué tan bien manejas tus emociones frente a algún problema o dificultad?

16 respuestas



Con relación a los resultados previamente expresados, es posible evidenciar que la opción que obtuvo la mayor cantidad de votos fue la 4, mostrando así que los sujetos poseen un nivel alto de control emocional desde su perspectiva. No obstante, es importante resaltar la disminución de estudiantes que respondieron la encuesta en la segunda oportunidad.

A su vez es importante resaltar que la segunda opción más votada en la primera encuesta fue la tercera, mientras que en la segunda encuesta la segunda opción más votada fue la cinco. Esto podría reflejar el hecho de que se presentó una mejoría en el manejo o control emocional por parte de los estudiantes encuestados, siendo un elemento más, a favor de dicha afirmación, el hecho de que aumentó el porcentaje de votos repartidos entre la opción cuatro y cinco. No obstante, la afirmación previamente desarrollada queda en tela de juicio, por la abrupta disminución de estudiantes que respondieron la encuesta.

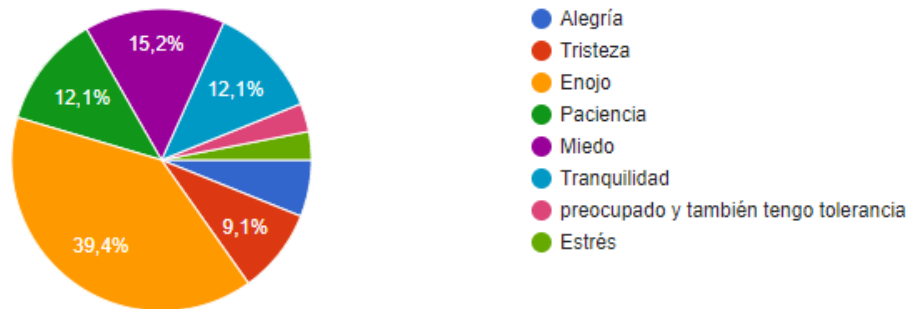
5. ¿Con cuál de estas emociones te identificas más cuando tienes una dificultad o problema?

Encuesta 1:

**Ilustración 20.** Resultados de la encuesta, pregunta 5.

¿Con cuál de estas emociones te identificas más cuando tienes una dificultad o problema?

33 respuestas

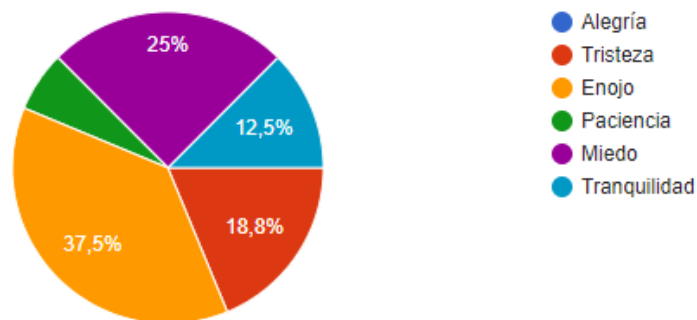


Encuesta 2:

**Ilustración 21.** Resultados de la encuesta, pregunta 5.

¿Con cuál de estas emociones te identificas más cuando tienes una dificultad o problema?

16 respuestas



En relación con los resultados obtenidos en esta pregunta podemos decir que las emociones con las que se identifican los estudiantes al tener un problema o dificultad presentaron las siguientes variaciones:

Enojo: 39.4 % - 37.5%

Miedo: 15.2% - 25%

Paciencia 12.1% - 6.3%

Tranquilidad 12.1% - 12.5%

Alegría 6.1% - 0%

Estrés 3% - 0%

Otras 3% - 0%

Teniendo en cuenta los resultados previamente mencionados, es posible afirmar que aunque hubo variación en relación al porcentaje de la mayoría de ítems, dichos cambios no reflejaron un desarrollo substancial en relación a la capacidad del control y regulación emocional de los estudiantes, pues la respuesta de la mayoría de los encuestados siguió repartiéndose entre las opciones de enojo y miedo, seguido de tranquilidad y finalmente paciencia.

6. ¿Por qué te sientes identificado con la emoción que escogiste anteriormente?

Encuesta 1: Consecuente con los porcentajes anteriormente expresados, las respuestas de los estudiantes reflejan actitudes de violencia y frustración frente a situaciones de dificultad, denotando actitudes como golpear cosas, llorar, estresarse o actuar confundido. Estas respuestas según mencionan los estudiantes se presentan principalmente por la incapacidad de hacer frente a dicho problema y encontrar soluciones al mismo.

De igual manera algunas de las respuestas se orientan a conservar la calma, actuar de manera serena y buscar la solución frente a la dificultad.

Encuesta 2: En la segunda encuesta, y estando las respuestas de esta concatenadas con la pregunta anterior, se reflejan actitudes como el llanto, la ansiedad, el enojo, y el miedo, que acompañan las situaciones de dificultad, y se menciona la escogencia de las mismas, en la medida que los estudiantes frente a estas situaciones evidencian en gran medida sentimientos de frustración e incapacidad.

7. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho ¿Qué tan responsable te consideras con tus deberes y obligaciones dentro y fuera del colegio?

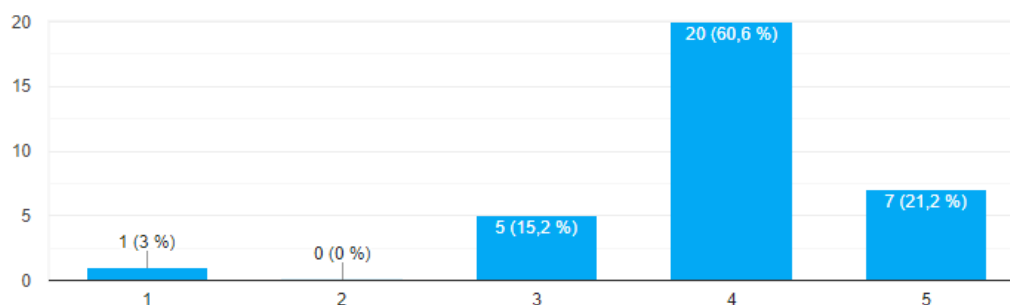
Encuesta 1:



**Ilustración 22.** Resultados de la encuesta, pregunta 7.

De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho ¿Qué tan responsable te consideras con tus deberes y obligaciones dentro y fuera del colegio?

33 respuestas

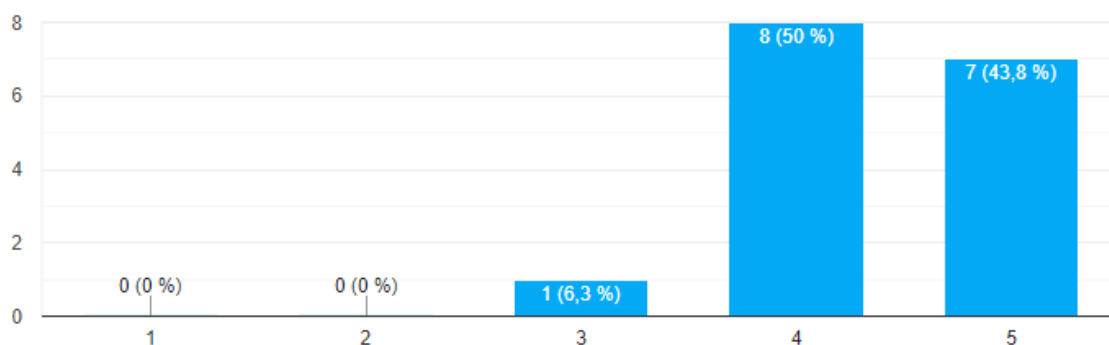


Encuesta 2:

**Ilustración 23.** Resultados de la encuesta, pregunta 7.

De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho ¿Qué tan responsable te consideras con tus deberes y obligaciones dentro y fuera del colegio?

16 respuestas



En relación con los resultados obtenidos sobre el nivel de responsabilidad que los estudiantes según su criterio evidenciaban, encontramos los siguientes resultados y comportamientos comparativos de la encuesta uno a la encuesta dos:

Nivel 1: 3% - 0%

Nivel 2: 0% - 0%

Nivel 3: 15.2% - 6.3%

Nivel 4: 60.6% - 50%

Nivel 5: 21.2% - 43.8%

De esta manera es viable afirmar que, aunque no se encuentran cambios significativos en la distribución de porcentajes, si se refleja un aumento sobre todo en el porcentaje del

nivel cinco de responsabilidad, aun cuando fueron el mismo número de votos (siete en total). Esto se ve determinado por la disminución de los estudiantes que participaron en la segunda encuesta.

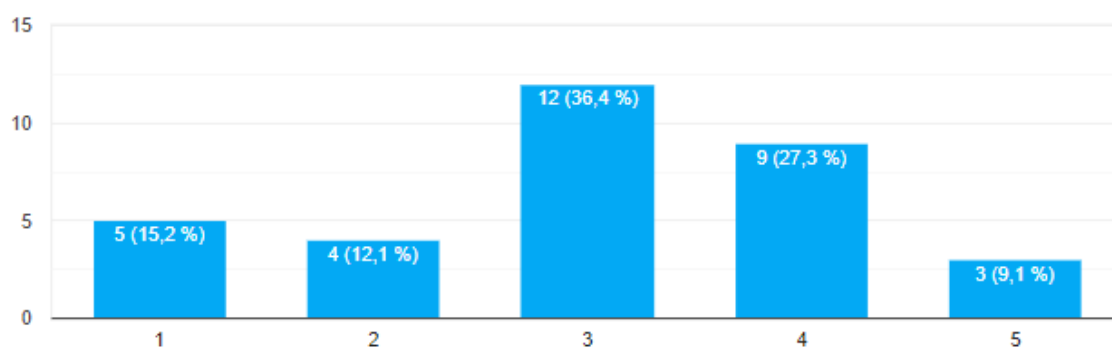
8. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan identificado te sientes con las problemáticas de las personas que te rodean?

Encuesta 1:

**Ilustración 24.** Resultados de la encuesta, pregunta 8.

De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan identificado te sientes con las problemáticas de las personas que te rodean?

33 respuestas

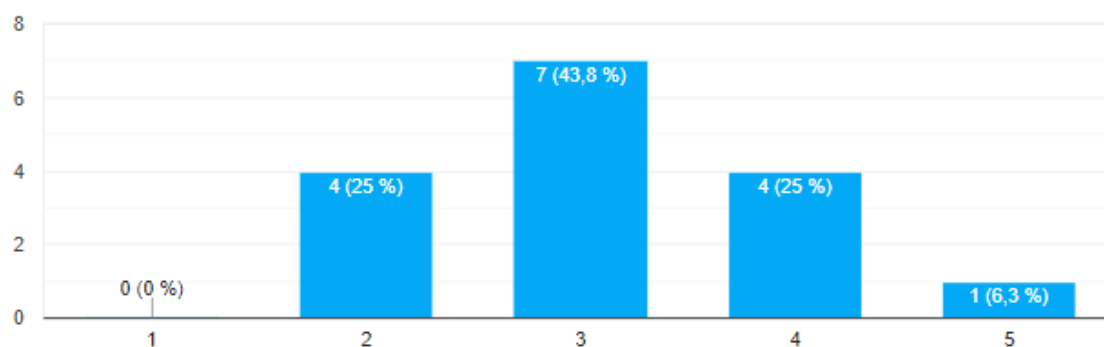


Encuesta 2:

**Ilustración 25.** Resultados de la encuesta, pregunta 8.

De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan identificado te sientes con las problemáticas de las personas que te rodean?

16 respuestas



En relación con los resultados obtenidos en las dos encuestas realizadas sobre la capacidad de identificarse con las problemáticas de los demás (empatía), se puede mencionar que se presentaron las siguientes variaciones respecto a los niveles establecidos:

Nivel 1: 15.2% - 0%

Nivel 2: 12.1% - . 25%

Nivel 3: 36.4% - 43.8%

Nivel 4: 27.3% - 25%

Nivel 5: 9.1% - 6.3%

Es así como se puede evidenciar en ambas encuestas que se tiende a optar por la opción o nivel intermedio al preocuparse o identificarse con las problemáticas de otras personas. En segunda instancia, es importante remarcar que el número de personas que se preocupan en gran medida por las problemáticas de otros, estando dichos sectores representados en el nivel cuatro y cinco, tienen un porcentaje en la primera encuesta de 36.4% y en la segunda 31.3%, lo que permitiría hasta cierto punto evidenciar un alto grado de empatía por parte de los estudiantes.

9. ¿Posees la capacidad de comprender la opinión de tus compañeros? Si. No.  
¿Por qué?

Encuesta 1: De los estudiantes encuestados, solo dos de ellos reconocieron su dificultad para comprender la opinión de sus compañeros. Por otra parte, el grueso de la población estudiantil manifestó que poseen la capacidad de comprender, asimilar y respetar el parecer de sus compañeros. Dichos procesos de comprensión se ven respaldados en la necesidad de respetar al otro, la capacidad de escucha y comprensión, la oportunidad de aprendizaje a través del diálogo, el valor de la otra persona como ser humano pensante y el desarrollo de una sana convivencia.

Encuesta 2: De la totalidad de los niños encuestados, dos de ellos reconocieron su incapacidad de comprender la opinión de sus compañeros, estando dicha respuesta condicionada por el nivel de cercanía socioemocional que tiene respecto a sus congéneres.

Por otra parte, el resto de los estudiantes mencionó que poseen la capacidad de comprender y aceptar opiniones diferentes, estando dicha afirmación cimentada en valores como la amistad, la cooperatividad, la ayuda, el apoyo, la sana convivencia, la dialogicidad y la construcción social

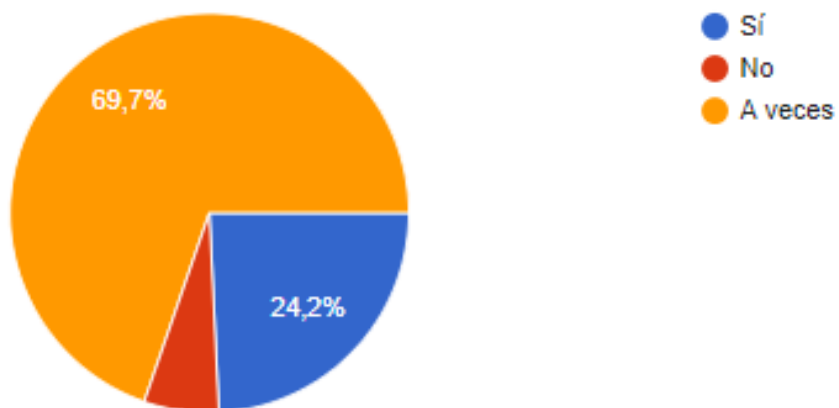
10. ¿Actúas con iniciativa para la resolución de los problemas en tu entorno?

Encuesta 1:

**Ilustración 26.** Resultados de la encuesta, pregunta 10.

¿Actúas con iniciativa para la resolución de los problemas en tu entorno?

33 respuestas

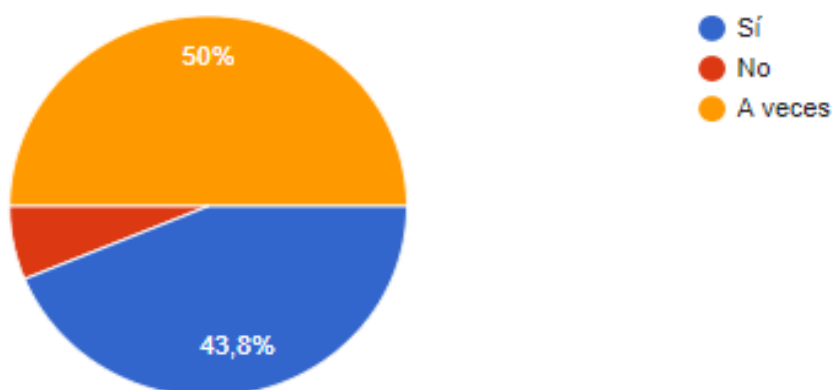


Encuesta 2:

**Ilustración 27.** Resultados de la encuesta, pregunta 10.

¿Actúas con iniciativa para la resolución de los problemas en tu entorno?

16 respuestas



En relación con las gráficas previas, que reflejan el comportamiento de las respuestas tanto en la primera como en la segunda encuesta, es posible decir que los estudiantes manifiestan actuar con iniciativa frente a la resolución de problemas que se presentan en su entorno de la siguiente forma:

Si: 24.2% - 43.8%

A veces: 69.7% - 50%

No: 6.1 % - 6.3%

A partir de estos resultados es posible inferir que los estudiantes según su percepción han aumentado de manera considerable su actuar frente a las situaciones y/o problemáticas del entorno. En relación con el no, la respuesta permaneció relativamente equilibrada, y un porcentaje cercano al 6% en los dos casos reconoció su pasividad frente a las situaciones

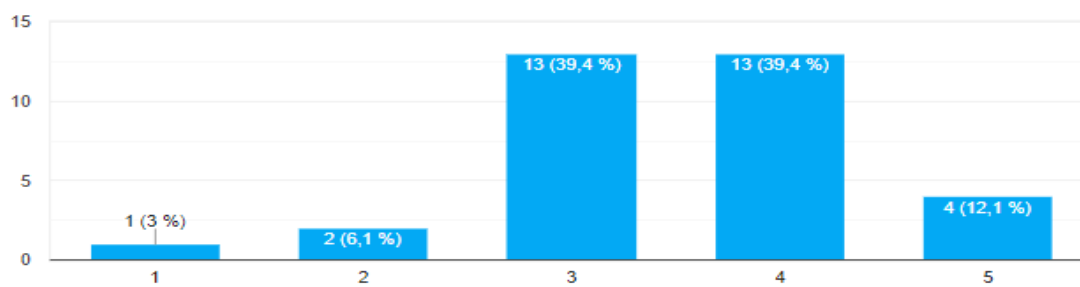
11. De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan bien expresas tus opiniones, sentimientos e ideas ante los demás?

Encuesta 1:

**Ilustración 28.** Resultados de la encuesta, pregunta 11.

De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan bien expresas tus opiniones, sentimientos e ideas ante los demás?

33 respuestas

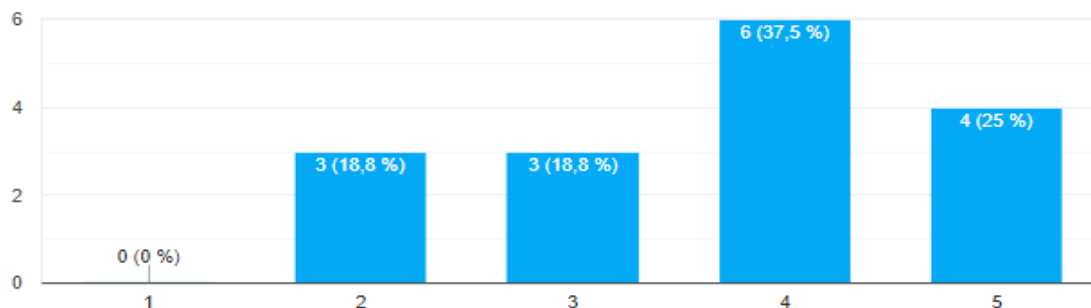


Encuesta 2:

**Ilustración 29.** Resultados de la encuesta, pregunta 11.

De 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan bien expresas tus opiniones, sentimientos e ideas ante los demás?

16 respuestas



En relación con las gráficas previamente plasmadas, que reflejan la perspectiva subjetiva de los estudiantes tanto en la primera como en la segunda encuesta de la proactividad, es posible afirmar que los estudiantes se expresaron de la siguiente manera frente a la capacidad que los mismos poseían para expresar sus opiniones:

Nivel 1: 3% - 0%

Nivel 2: 6.1% - 18.8%

Nivel 3: 39.4% - 18.8%

Nivel 4: 39.4 % - 37.5 %

Nivel 5: 12.1% - 25%

A partir de los anteriores resultados se puede decir que los estudiantes perciben en la encuesta número uno que tienen una buena capacidad para expresar sus opiniones dividiéndose la mayoría de los estudiantes entre el nivel tres y cuatro, pero en la encuesta número dos se denota una disminución principalmente en el nivel tres, y un aumento en el nivel cinco. Esto podría interpretarse como un posible cambio mediado por la intervención educativa realizada, reflejando así, que los individuos consideran que, posterior al transcurso de las sesiones, adquirió un mayor asertividad en relación a la comunicación de sus opiniones, sentimientos e ideas.

12. Cuando enfrentas una dificultad o problema ¿Qué haces para resolverlo?

Encuesta 1:

**Ilustración 30.** Resultados de la encuesta, pregunta 12.

Quando enfrentas una dificultad o problema ¿Qué haces para resolverlo?

33 respuestas



Encuesta 2:

**Ilustración 31.** Resultados de la encuesta, pregunta 12.

Cuando enfrentas una dificultad o problema ¿Qué haces para resolverlo?

16 respuestas



Con relación a las gráficas previamente enunciadas es posible mencionar que se presentaron las siguientes variaciones en los porcentajes de la segunda encuesta, en relación con la primera:

No hago nada: 0% - 6.3%

Espero que alguien lo resuelva por mí: 0% - 0%

Hago lo que me digan otras personas: 0% - 6.3%

Busco y creo soluciones al problema según mi conocimiento: 93.9% - 81. 3%

A veces huyo: 3% - 0%

Le pido ayuda a mis padres: 3% - 6.3%

Teniendo en cuenta las respuestas anteriormente mencionadas, es posible afirmar que la mayoría de los estudiantes encuestados, perciben que son sujetos propositivos frente a la resolución de problemas, y por ende proactivos. No obstante, es importante resaltar que, en la segunda encuesta, se hicieron visibles nuevas opciones que reflejan pasividad y reactividad frente a las situaciones adversas, como lo son el no hacer nada, hacer lo que otras personas digan y pedir ayuda a los padres.

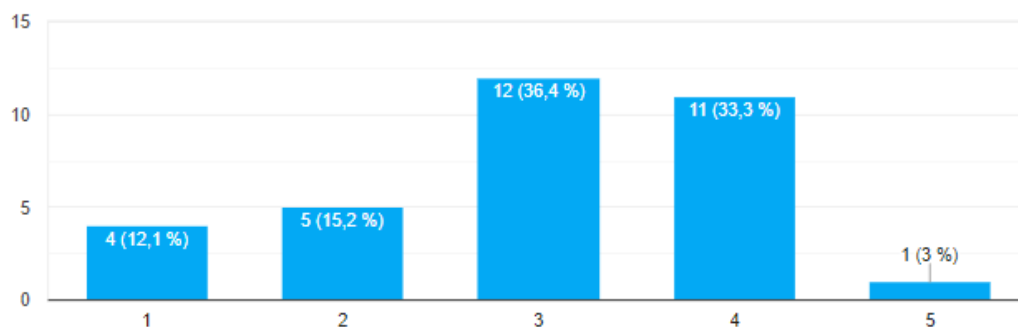
13. En una escala de 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan enterado(a) estás sobre las problemáticas que aquejan a tu comunidad?

Encuesta 1:

**Ilustración 32.** Resultados de la encuesta, pregunta 13.

En una escala de 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan enterado(a) estás sobre las problemáticas que aquejan a tu comunidad?

33 respuestas

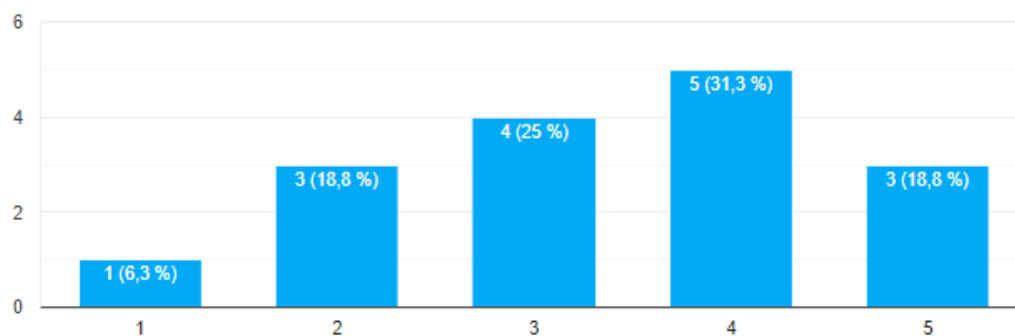


Encuesta 2:

**Ilustración 33.** Resultados de la encuesta, pregunta 13.

En una escala de 1 a 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, ¿Qué tan enterado(a) estás sobre las problemáticas que aquejan a tu comunidad?

16 respuestas



Teniendo en cuenta las gráficas anteriormente presentadas y generando una relación entre la encuesta número uno y la encuesta número dos y sus respectivos cambios porcentuales, a continuación, se presentarán los mismos y posteriormente se hará un análisis de los resultados obtenidos:

Nivel 1: 12.1% - 6.3%

Nivel 2: 15.25% - 18.8%

Nivel 3: 36.4% - 25%

Nivel 4: 33.3% - 31.3%

Nivel 5: 3% - 18.8%



En relación con los porcentajes anteriormente presentados y la capacidad de evidenciar las problemáticas del entorno que los rodea, es posible afirmar que aunque el nivel dos aumentó ligeramente, es el nivel cinco el que presenta una variación más significativa, concentrándose de esta forma en la segunda encuesta, el mayor porcentaje se encuentra entre los niveles tres, cuatro y cinco, lo que permite aseverar que los estudiantes tienen un conocimiento relativamente alto de las problemáticas que aquejan su entorno

14. Teniendo en cuenta la pregunta anterior, enuncia una problemática que evidencies en tu comunidad y explica ¿cómo podrías contribuir para solucionarla?

En la primera encuesta, gran porcentaje de los estudiantes hace énfasis en problemáticas relacionadas con el cuidado del medio ambiente, en especial con el manejo de los residuos sanitarios, la deforestación y el ahorro en el uso de los servicios públicos, aportando como posibles soluciones a estas situaciones, el desarrollo de campañas de concientización en la comunidad. De igual forma se hacen visibles otras problemáticas como la inseguridad, problemas de convivencia en sus comunidades, uso inadecuado del espacio público, problemas de alicoramiento y la inadecuada implementación de las medidas de bioseguridad durante la pandemia del covid-19, planteándose como posibles soluciones a estas problemáticas, el mayor acompañamiento de la fuerza pública y las unidades de control para mitigar este tipo de situaciones.

Respecto a la segunda encuesta, es posible mencionar que además de las problemáticas previamente enunciadas, aparecen nuevas situaciones como aquellas relacionadas con el maltrato animal y la informalidad laboral. A su vez, se hace evidente la presencia de niños que dicen desconocer las problemáticas que aqueja a su entorno y comunidad.

De esta forma es posible mencionar que en la primera encuesta se presentaron una mayor cantidad de iniciativas, tendientes a atender esa problemática social visualizada, y que dichas soluciones iban más allá de simplemente llamar a la autoridad correspondiente para que ejecutara labores punitivas o de control, e involucraban por el contrario, a la comunidad, propendiendo por un proceso de transformación social, es decir, que se reflejó en mayor medida un actuar pragmático fundamentado en un pensamiento crítico respecto a determinada situación de la comunidad.

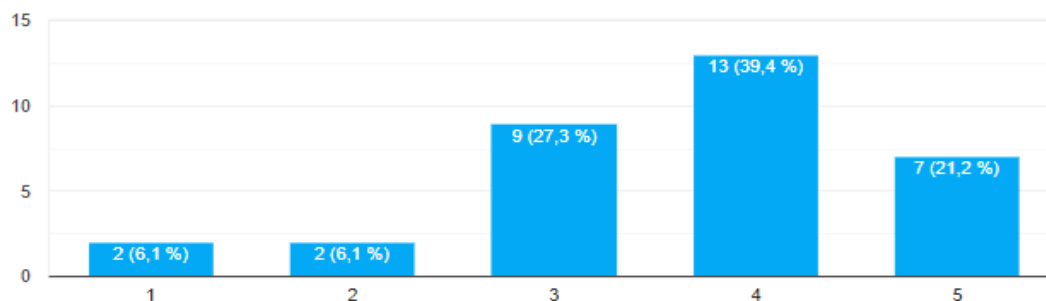
15. Sabiendo que la proactividad es "La capacidad de sentir, pensar y actuar para transformar el entorno a su favor y de esta manera apropiarse del mundo que lo envuelve". ¿De 1 a 5 qué tan proactivo me considero?

Encuesta 1:

**Ilustración 34.** Resultados de la encuesta, pregunta 15.

Sabiendo que la proactividad es "La capacidad de sentir, pensar y actuar para transformar el entorno a su favor y de esta manera apropiarse del mundo que lo envuelve". ¿De 1 a 5 qué tan proactivo me considero?

33 respuestas

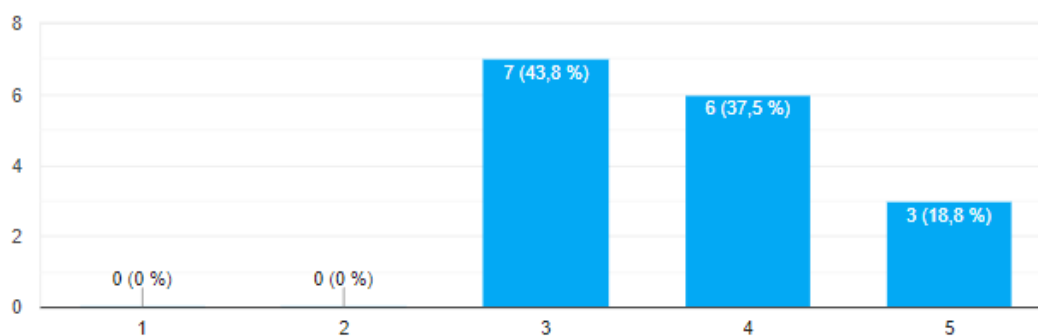


Encuesta 2:

**Ilustración 35.** Resultados de la encuesta, pregunta 15.

Sabiendo que la proactividad es "La capacidad de sentir, pensar y actuar para transformar el entorno a su favor y de esta manera apropiarse del mundo que lo envuelve". ¿De 1 a 5 qué tan proactivo me considero?

16 respuestas



En relación con las gráficas previamente plasmadas y haciendo una comparación entre la encuesta uno y la encuesta dos, es posible decir que el porcentaje por niveles relacionado con la capacidad proactiva de los sujetos varió de la siguiente manera:

Nivel 1: 6.1% - 0%

Nivel 2: 6.1% - 0%

Nivel 3: 27.3% - 43.8%

Nivel 4: 39.4% - 37.5%

Nivel 5: 21.2% - 18.8%

De esta forma es posible evidenciar un aumento en el porcentaje en el nivel tres de proactividad mientras que el nivel cuatro y el cinco permanecieron relativamente estables, y el nivel uno y dos se redujeron a cero, es así que en la segunda encuesta podría argumentarse que aumentaron los niveles de proactividad en los estudiantes en general, pero, se redujeron los niveles más altos, Es decir, que los estudiantes asumen que poseen características de un ser humano proactivo más no se identifican como proactivos en su totalidad.

#### 16. Justifica la respuesta anterior.

En relación con la primera encuesta es posible afirmar teniendo en cuenta las respuestas de los estudiantes que existían dudas acerca del concepto de la proactividad y por ende se relaciona el mismo con el actuar positivamente, obedecer y/o ser disciplinado. Este problema se presenta aun cuando en la pregunta anterior se hace explícita una definición de lo que los docentes consideran que es la proactividad, de igual forma algunos estudiantes interpretan la expresión “apropiarse del mundo” como el tomar algo que no es de su propiedad y pasar por encima de los derechos de otras personas.

En las respuestas evidenciadas en la encuesta número dos o final, se hizo posible entrever nuevos elementos asumidos por los estudiantes para definir su disposición hacia la proactividad, reconociéndose por ejemplo la importancia de actuar de manera propositiva, buscando resolver situaciones o problemas de forma activa y preponderando el rol tanto de sí mismo como de los otros en ese accionar creativo.

De esta forma, muchos de los estudiantes comprenden que a la acción para resolver un determinado problema debe interceder un proceso reflexivo y crítico para pensar mejores resultados.

#### **Análisis General Sobre las Encuestas de la Proactividad:**

Se logra percibir que los estudiantes no poseen una diferenciación conceptual del término proactividad y lo confunden con el hecho de cumplir únicamente con las instrucciones o indicaciones que se suministran, más no con la capacidad de tomar las decisiones y liderazgo frente a una situación para llevarla a buen término, siendo flexible y adaptable a cada momento. Es por esta razón que al momento de responder la encuesta se presenta una característica en los estudiantes y es que estos centran sus respuestas en la capacidad de “hacer caso”, es por esto que dicha encuesta no funcionó como instrumento para definir si los educandos desarrollaron, o lograron o no, ser sujetos proactivos al interior de la escolaridad.

A lo anterior se suma el análisis de la encuesta en mención frente a su estructura, dejando de manifiesto que las preguntas establecidas por parte del cuerpo docente no se

presentan de manera comprensible en su totalidad para los estudiantes, ya que contiene escalas generalizadas de respuestas cuantitativas, más no cualitativas, factor que pudo causar confusión en los estudiantes y afectar así sus respuestas.

De igual forma, al evidenciar la cantidad de estudiantes que respondieron la primera, y posteriormente la segunda encuesta, se presenta una significativa diferencia de participantes, reduciéndose la participación de estos casi a la mitad. Este fenómeno, podría reflejar que los estudiantes pese a sus respuestas (que en la mayoría de las preguntas tendieron hacia un actuar proactivo), en realidad no reflejan de manera concreta, dicha capacidad en su cotidianidad. De esta forma, y según la hipótesis docente, las respuestas aquí obtenidas, en cierta medida pudieron estar influenciadas por la percepción imaginaria de “lo que es lo adecuado en relación con la perspectiva docente”, es decir, los estudiantes responden de acuerdo con lo que suponen, el docente quiere escuchar.

### Conclusiones

Desde el objetivo de formar un ser humano más proactivo no solo al interior de la escolaridad, sino fuera de ella, se puede concluir que las dimensiones motora y cognitiva de cada estudiante se presentan como factores humanos interdependientes, ya que si el ser humano puede ejecutar determinadas acciones motoras le será más sencillo comprender y entender el por qué y para qué de cada una de estas, propiciando en el individuo un mejor y mayor autoconocimiento, lo que le permitirá tomar planes de acción más precisos según sus propios objetivos, como evitar la fatiga excesiva, mejorar las ejecuciones para ahorrar energía, etc. por lo cual, en su diario vivir al experimentar determinadas situaciones podrá reflexionar sobre estas y a su vez tomar la iniciativa y liderar el proceso de solución o mejoramiento del contexto en el cual se desarrolla

Teniendo en cuenta el proceso que se llevó a cabo el cual buscaba el desarrollo del autoconocimiento en el estudiante, y a pesar de como este se realizó en un corto plazo, se concluye que hubieron estudiantes que lograron una evolución en su percepción personal, tanto física como cognitiva, vemos que aquellos que lograron estos objetivos, estuvieron, en su mayoría, permeados por la influencia de su contexto familiar y social, lo cual figuró como un aporte significativo al desarrollo y finalidad del proyecto en mención, ya que como se manifestó anteriormente el ámbito virtual limitó por completo un resultado positivo grupal, es decir que los estudiantes que presentaron mejoras en sus características propias de un ser humano proactivas, específicamente en su autoconocimiento, son aquellos que al interior de sus contextos se encuentran expuesto a tomar la iniciativa y el liderazgo de sus propias acciones, lo cual facilitó por completo al aprehensión de los contenidos, metodologías y estrategias implementadas desde la ejecución piloto.

Otra de las conclusiones que es posible mencionar en relación al presente proyecto, es que muchos de los estudiantes participantes del mismo, guiaban y median su actuar proactivo, por el incentivo de calificación cualitativa que se esperaba recibir. De esta forma, al enterarse que la participación en el presente proyecto no tendría una repercusión en las notas de la asignatura, poco a poco se vio aminorado el interés y participación en diversas actividades. No obstante, fue evidente que aquellos niños que lograron mayores avances multidimensionales en el transcurso de las sesiones y por ende apropiaron con mayor facilidad los contenidos fueron aquellos que tuvieron durante el transcurso del proyecto una mejor actitud. Permitiendo entrever una relación bidireccional entre el desarrollo motor y la proactividad.

Como docentes, el aprendizaje más significativo es la versatilidad que debe tener la enseñanza y por ende el educador para crear mejores estrategias pedagógicas que se adapten a las necesidades que suscita el contexto de la virtualidad, para así, poder generar procesos de enseñanza- aprendizaje más eficaces y eficientes. Tal como en este caso, la situación atípica generada por la pandemia COVID-19 donde uno de los mayores obstáculos para la educación es la capacidad de conectividad de internet en los hogares por parte de los estudiantes, en donde se pudo evidenciar que la mayoría tenía problemas en cuestiones como dispositivos electrónicos, espacios adecuados, materiales, entre otros, lo anterior sin dejar de obviar inconvenientes que también dificultan la enseñanza, como espacios aptos para llevar a cabo las clases de educación física, lo que a su vez afectaba la disposición por parte de los educandos al no sentirse en un lugar adecuado para recibir las clases, además, la incapacidad para compartir y conocer a sus compañeros y docentes. A su vez el cuerpo docente experimentó inconvenientes tales como conectividad, espacio y materiales, sin embargo, se lograba utilizar elementos que se encontraran en casa o fueran asequibles para todos los participantes.

La innovación es un aprendizaje necesario dentro del ámbito virtual frente a las clases de educación física, ya que los contenidos no se pueden impartir de formas tradicionales, pues al caer en el instrumentalismo se dificulta aún más el desarrollo del encuentro educativo donde se requiere que el docente se esfuerce el doble por intentar mantener estrategias que ya no son fructíferas y los estudiantes pierden cada vez más el interés por el área, es por esto que los contenidos cada vez deben ser más adaptables a los estudiantes, con material didáctico diferente, incluyendo a la mayoría, etc. en definitiva se debe contextualizar por completo la población sobre la cual se enseña, tenerlos en cuenta de manera individual, colectiva y como sujetos pensantes, para garantizar de esta forma una mayor efectividad en el proceso.

De igual forma, es esencial que las actividades a desarrollar y los contenidos a asumir durante el proceso educativo, no sobrepasen, la zona de desarrollo próxima del estudiante, pues se corre el riesgo que se genere un desinterés de los educandos por el contenido propuesto, al visualizarse y percibirse una incapacidad generalizada para desarrollar la actividad planteada. Claro está, que, en ningún momento, lo anteriormente mencionado quiere decir que las actividades no deben suponer un reto que propenda por el desarrollo multidimensional del estudiante, sino que ese reto o escalón de desarrollo planteado, no debe ubicarse a un nivel tan alto que resulte inalcanzable.

En relación a la visión constructivista de contenidos, como docentes es esencial que los mismos no solo presenten un desarrollo escalonado desde una de las aristas o disciplinas

que lo componen, sino por el contrario, que tanto los componentes humanístico, pedagógico y disciplinar se encuentren adecuadamente concatenados, y por medio del apoyo docente y su función de andamiaje, se logre realmente que el estudiante adquiriera nuevas zonas de desarrollo real y amplíe su zona de desarrollo próximo, generando así un proceso evolutivo fluido y en la medida de lo posible sin sesiones o prácticas desarticuladas.

Frente a la implementación piloto que se ejecutó del proyecto en mención y sin dejar de obviar que en parte se obtuvieron resultados positivos, cabe resaltar que los procesos de autoconocimiento requieren de mayor tiempo del que en esta ocasión se dispuso, ya que se necesita ejercer un mayor énfasis, especialización y dirección en la subjetividad de cada uno de los 35 estudiantes, y no, simplemente enfocarse en un desarrollo y aprendizaje grupal.

En este punto, es esencial mencionar que el plan piloto o implementación piloto desarrollada, sólo abordó la primera unidad, relacionada con una de las características de un ser humano proactivo la cual es el autoconocimiento, por ende, no se percibe en su totalidad el impacto de las prácticas realizadas, debido a la falta del abordaje de las prácticas complementarias de la unidad dos y tres respectivamente, que contribuirían a la formación de ese ser proactivo a través del liderazgo y la capacidad de transformación. Por ende, el desarrollo del plan piloto contribuyó a la formación de un sujeto autoconocedor, elemento fundamental para la formación de un sujeto proactivo más no constituyente total del mismo.

Se evidenció que la relación docente-estudiante fue entrelazada por las actividades en las que los estudiantes encontraban un disfrute o no, ya que además de percibirse la emocionalidad, los mismos lo expresan verbalmente en las diferentes sesiones de clase, a su vez se pudo denotar.

Desde la teoría y objetivos planteados en el área humanística del proyecto en mención, se evidencio que desde la virtualidad las relaciones sociales que también propician un fructífero aprendizaje grupal encaminado a nuestras finalidades de ser humano proactivo, se ven obstaculizadas debido a las limitaciones que este tipo de ambiente educativo propicia, ya que dificulta la libre expresión, comunicación y desarrollo de los estudiantes con sus congéneres, los cuales, en la presencialidad, durante una clase de educación física, también son agentes educadores al interior de su propio grupo, corrigiéndose, enseñándose y ayudándose durante las diferentes actividades que sobrevienen en cada encuentro académico, lo que mejora en muchas ocasiones la capacidad de aprendizaje colectivo.

### **Incidencias en el Diseño**

A lo largo de la propuesta, abordaje e implementación piloto del presente proyecto, se llevaron a cabo diversas modificaciones, dado que se presentaron inconvenientes tales como:

La pandemia del, que Covid-19 dio un giro rotundo a la forma de enseñar la educación física, dando paso a la comunicación vía internet, a través de dispositivos electrónicos que impiden el contacto físico, la comunicación no verbal, la interacción física en cuestión, limitándose está a escuchar voces a través de las pantallas muchas veces sin conocer los rostros tras ellas. Además, fue necesario hacer modificaciones en los procesos evaluativos en la medida en que la virtualidad impidió que se evidenciara de manera clara los comportamientos motores de los estudiantes.

### **Recomendaciones**

Prestar más atención en los elementos evaluativos, ya que los mismos deben tener un enfoque claro y específico al momento de implementar un proyecto pedagógico, para así, no caer en generalidades que alejen del foco principal.

Revisar la adecuada secuenciación de los contenidos a abordar.

Es importante que el grupo docente previo a los procesos educativos y evaluativos, generen sesiones y prácticas que permitan una cercanía socioemocional entre estudiantes y docentes, para así entender la realidad contextual de los educandos.



### Referencias

- Amador, E. Gómez, M & Montealegre, L. (2013). Habilidades Motrices en Niños de 6 a 13 Años del Colegio Meira Del Mar de Barranquilla. Revista Ciencia e innovación en Salud. ISSN: 2344-8636. Colombia. Recuperado de:  
<http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/innovacionsalud/article/view/78/2827>
- Barrera, R. (Febrero de 2013). *El concepto de la Cultura definiciones, debates y usos sociales*. Obtenido de Dialnet:  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5173324.pdf>
- Berruezo, P.P. (2000): El contenido de la psicomotricidad. En Bottini, P. (ed.) *Psicomotricidad: prácticas y conceptos*. pp. 43-99. Madrid: Miño y Dávila. (ISBN: 84-95294-19-2)
- Bolaños, D. (2010). *Desarrollo Motor, movimiento e interacción*. Armenia: Kinesis.
- Caro, J. G. (s.f.). *Proactividad y Clima Organizacional*. Recuperado el 19 de Octubre de 2020, de Universidad de la Sabana:  
<https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/1850/131370.pdf?sequence=1>
- Castilla Valverde, S., Parra Urbano, L., Prádes Tarrega, M., Sanches Rívera, N., Selma Sanches, M. C., & Sierra D'Almeida, R. (Diciembre de 2018). *La proactividad en el ámbito escolar*. Obtenido de Dialnet:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6726385>
- COLL, C. (1987): "Psicología y Currículum". Barcelona. Laila citado por Grupo Geard (Grupo para ascenso y reubicación docente) (s.f). Teorías fundamentales del currículo. Tomado de: <http://sutevalle.org/wp-content/uploads/2013/05/TEOR%C3%8DAS-FUNDAMENTALES-DEL-CURRICULO-RELEER-1.pdf>
- Constitución Política de Colombia (1991). Título II. De los derechos, las garantías y los deberes. Capítulo 2. De los derechos sociales, económicos y culturales. Art. 44 y 67. Editorial Atenea Ltda. Edición 2017. Págs. 19 y 28.
- Covey, S. (2003). *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva*. Buenos Aires: Paidós Plural.
- Florez Moreno, R., & Zamora Salas, J. D. (2009). *La Educación Física y el Deporte como medios para adquirir y desarrollar valores en el nivel de primaria*. Obtenido de Portal de revistas academicas:  
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/536/583>

- Frankl, V. (2004). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder Editorial.
- García Coni, A., & Vivas, J. (Julio-Diciembre de 2007). Exploración de la zona de desarrollo próximo: comparación entre dos técnicas. *Revista de Psicología da Vetor Editora*, VIII(2), 151-158. Obtenido de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psic/v8n2/v8n2a05.pdf>
- González S, E. L. (22 de Noviembre de 2018). *Los Tipos de evaluación*. Obtenido de Erubrica: <https://www.erubrica.com/blog/evaluacion/los-tipos-de-evaluacion/>
- Grupo GEARD. (s.f). *Teorías Fundamentales del Currículo*. Recuperado de: <http://sutevalle.org/wp-content/uploads/2013/05/TEOR%C3%8DAS-FUNDAMENTALES-DEL-CURRICULO-RELEER-1.pdf>
- Guerra Garcia, J. (Febrero de 2020). *Research Gate*. Obtenido de El constructivismo en la educación y el aporte de la teoría sociocultural de Vygotsky para comprender la construcción del conocimiento en el ser humano: [https://www.researchgate.net/publication/338402805\\_El\\_constructivismo\\_en\\_la\\_educacion\\_y\\_el\\_aporte\\_de\\_la\\_teor%C3%8Da\\_sociocultural\\_de\\_Vygotsky\\_para\\_comprender\\_la\\_construccion\\_del\\_conocimiento\\_en\\_el\\_ser\\_humano](https://www.researchgate.net/publication/338402805_El_constructivismo_en_la_educacion_y_el_aporte_de_la_teor%C3%8Da_sociocultural_de_Vygotsky_para_comprender_la_construccion_del_conocimiento_en_el_ser_humano)
- Granja, D. O. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. *Sophia, Colección de Filosofía de la Educación*(19), 93-110. Obtenido de Redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/4418/441846096005.pdf>
- Hernandez, C. A. (14 de Febrero de 2015). *Fomento de la asertividad en los estudiantes por medio de las clases de Educación Física*. Obtenido de Repositorio Institucional UPN: <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/2127/TE-17837.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- La Rosa, O. F., & Albuquerque, S. S. (2018). Las actividades físicas en las habilidades sociales de los estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad Nacional de Tumbes. *Manglar*, 141-150.
- Ley 115, Ley general de educación (1994). Congreso de la República. Bogotá, Colombia. Recuperado de: [https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906\\_archivo\\_pdf.pdf](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf)
- Liceo Integrado de Zipaquirá (s.f). Educación Física. Extraído de: <https://liceointegrado.edu.co/areas/educacion-fisica/>
- Liceo Integrado de Zipaquirá (s.f.) Horizonte institucional. Extraído de <https://liceointegrado.edu.co/institucion/horizonte-institucional/>

- Liceo Integrado de Zipaquirá (2019). Proyecto Educativo Institucional. Zipaquirá, Colombia.
- López, D. E. (2017). *Educación física : un medio de participación para la transformación social.*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12209/10070>.
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia (s.f). Lineamientos curriculares para la Educación Física. pág 23, 68. Recuperado el 28 de Junio de 2020, de Ministerio de Educación Nacional: [https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-339975\\_recurso\\_10.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-339975_recurso_10.pdf)
- Ministerio de Educación (S.f) *Actividades rectoras de la primera infancia y de la educación inicial.* (S.p) .Recuperado de: <https://www.mineduccion.gov.co/1759/w3-article-178032.html?noredirect=1>.
- Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Documento N°. 15 Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte.* Recuperado el 28 de Julio de 2020, de Ministerio de Educación Nacional: [https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-340033\\_archivo\\_pdf\\_Orientaciones\\_EduFisica\\_Rec\\_Deporte.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf)
- Ministerio de Salud (s.f). *Escala abreviada de desarrollo-3. Págs. 14-15.* Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/Escala-abreviada-de-desarrollo-3.pdf>
- Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte* (1.a ed.) [Libro electrónico]. Revolución Educativa Colombia Aprende. [https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-340033\\_archivo\\_pdf\\_Orientaciones\\_EduFisica\\_Rec\\_Deporte.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf)
- Ministerio De Educación Nacional. (2010b). *serie lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte* (1.a ed.). Revolución Educativa Colombia Aprende. [https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-339975\\_recurso\\_10.pdf](https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-339975_recurso_10.pdf)
- Moreno, P. (s.f). Teoría de Vigotsky. Maestría en Práctica Docente. Módulo I: Desarrollo del Potencial humano. Recuperado de: [http://docshare04.docshare.tips/files/7526/75265430.pdf?fbclid=IwAR1LTRmQqi821CLgOHizb8oQ47VikS20kRuuFSLUljTsfGyVef9vT\\_bGAg](http://docshare04.docshare.tips/files/7526/75265430.pdf?fbclid=IwAR1LTRmQqi821CLgOHizb8oQ47VikS20kRuuFSLUljTsfGyVef9vT_bGAg)
- Mosston, M., & Ashworth, S. (1986). *La Enseñanza de la Educación Física, "la reforma de los estilos de enseñanza"*. Editorial Hispuno Europea S.A. Barcelona, España.

- Nieves, O. Quevedo, E. & Ocampo, J. (2021). Plan de Estudios del Área de Educación Física, Recreación y Deportes. Liceo Integrado de Zipaquirá. Zipaquirá, Colombia.
- OMS (2019) *Hacia una mejor delimitación del trastorno por uso de videojuegos*. Boletín de la organización mundial de la salud. Volumen 7. Recuperado de <https://www.who.int/bulletin/volumes/97/6/19-020619/es>
- Organización de las Naciones Unidas Para La Educación, La Ciencia y La Cultura. (1972). *Curso superior sobre educación especial*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000019864/PDF/019864spab.pdf.multi>
- Pérez, A. E. (Mayo de 2007). *LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ALUMNOS DE PRIMARIA*. Recuperado el 13 de Noviembre de 2020, de <http://200.23.113.51/pdf/25310.pdf>
- Perinat, A. (16 de Marzo de 2011). *La propuesta socio-cultural de Vygotsky como alternativa a la vía del desarrollo biológico-madurativo y a la corriente «espiritualista»*. Obtenido de Scielo: <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v5n2/v5n2a11.pdf>
- Pierre, V., & Picq, L. (1984). *Educación Psicomotriz: Aplicación a los diversos tipos de inadaptación*. (Tercera ed.). Barcelona: Científico-Médica.
- Que Significado. (s.f.). *Lider*. Obtenido de Que Significado: <https://quesignificado.com/lider/>
- Ramon, C. C. (2014, enero). *Propuesta de Intervención psicomotriz para Educación Infantil basada en la Teoría Psicocinética de Le Boulch*. reunir.unir.net. <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2290/Cirer-Ramon.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rojas Quispe, R. (2016). *PROGRAMA EDUCATIVO ICCE BASADO EN LA TEORÍA SOCIOCULTURAL DE VYGOTSKY Y LAS RELACIONES INTERPERSONALES DE LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO GRADO PRIMARIA DE LA IE “SIMÓN BOLÍVAR” -OTUZCO – LA LIBERTAD 2012*. Obtenido de Universidad Nacional de Trujillo: <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/3916/TESIS%20MAESTRIA%20REYNALDO%20ROSAS%20QUISPE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Ruiz, L. Linaza, J. & Peñaloza, R. (2008). *El estudio de desarrollo motor: entre la tradición y el futuro*. Revista Fuentes. Volumen 8. Recuperado de:  
[http://institucional.us.es/revistas/fuente/8/art\\_16.pdf](http://institucional.us.es/revistas/fuente/8/art_16.pdf)
- Sarramona, J. (1989). Concepto de Educación. En J. Sarramona, *Fundamentos de educación* (págs. 27-47). CEAC. Obtenido de la Universidad Veracruzana.
- Sarramona, J. (1989). Fundamentos de educación. CEAC, España, págs. 27-49. Recuperado de:  
<https://www.uv.mx/personal/rdegasperin/files/2011/07/Antologia.Comunicacion-Unidad1.pdf>
- Secretaria de Educación del Distrito. (Octubre de 2015). *Orientaciones del área integradora de Educación Física, Recreación y Deportes para la implementación de la jornada completa*. Obtenido de Repositorio Institucional Secretaría de Educación del Distrito:  
[https://repositorios.educacionbogota.edu.co/bitstream/001/973/2/Cartilla\\_ed-fisica-web.pdf](https://repositorios.educacionbogota.edu.co/bitstream/001/973/2/Cartilla_ed-fisica-web.pdf)
- Suanes, M. N. (Noviembre de 2009). *Autoconocimiento y Autoestima*. Obtenido de Federación de Enseñanza de CC.OO de Andalucía.:  
<https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6409.pdf>
- UNESCO (2015). Carta internacional de la educación física, la actividad física y el deporte. Recuperado de: [http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL\\_ID=13150&URL\\_DO=DO\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL_ID=13150&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html)
- UNESCO (2015). Educación Física de Calidad (EFC), guía para los responsables políticos. París, Francia. Recuperado de:  
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000231340/PDF/231340spa.pdf.multi>
- Valdéz Cháidez, O. L. (Marzo de 2015). *Un nuevo enfoque de enseñanza: Aprendizaje proactivo*. Obtenido de Universidad Mexicana:  
[https://unimex.edu.mx/Investigacion/DocInvestigacion/Un\\_nuevo\\_enfoque\\_de\\_ensenanza\\_Aprendizaje\\_proactivo.pdf](https://unimex.edu.mx/Investigacion/DocInvestigacion/Un_nuevo_enfoque_de_ensenanza_Aprendizaje_proactivo.pdf)
- Vasquez. E. Leon. R. (2013) *Educación y modelos pedagógicos*. Secretaria de educación de Boyacá - Área Misional. p. 13, 14. Recuperado de:  
[http://www.boyaca.gov.co/SecEducacion/images/Educ\\_modelos\\_pedag.pdf](http://www.boyaca.gov.co/SecEducacion/images/Educ_modelos_pedag.pdf)
- Vielma Vielma, E., & Luz Salas, M. (2000). *Aportes de las teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y Bruner. Paralelismo en sus posiciones en relación con el desarrollo*. Obtenido de Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35630907>

- Vygotsky, L. (1930). *Mente y Sociedad*. Recuperado de:  
<http://www.unilibre.edu.co/bogota/pdfs/2016/mc16.pdf>
- Vigotsky, L.S. *Pensamiento y Lenguaje*. Buenos Aires, Argentina: La Pleyade. 1978.