

Aumentando la autoestima por medio de la imagen corporal

Diana Camila Fresneda Ramos

2010220030

Miguel Ángel Pinzón Daza

2010220054

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA

BOGOTÁ, D.C.,

Diciembre 2015

Aumentando la autoestima por medio de la imagen corporal

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

Autores: Diana Camila Fresneda Ramos

Miguel Ángel Pinzón Daza

Tutor: Mg. Ana María Caballero Páez

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA

BOGOTÁ, D.C.,

Diciembre 2015

DEDICATORIA

*A nuestros padres, que jugaron un papel fundamental en nuestra
formación como personas.*

A los maestros que intervinieron en el recorrido de este camino.

*A todas aquellas personas que intervinieron generándonos experiencias
que nos enriquecieron, pues lo que transmitiremos a nuestros estudiantes no
será más que lo que somos en esencia.*

Diana Camila Fresneda y Miguel Ángel Pinzón Daza

AGRADECIMIENTOS

A la profesora Ana María Caballero por su apoyo y confianza en nuestro trabajo, ha sido un aporte invaluable, no solamente en el desarrollo de este trabajo de grado, sino también en nuestra formación como profesionales. También por habernos facilitado siempre los medios suficientes para comunicarnos y guiarnos durante el desarrollo de este arduo trabajo. Muchas gracias Profesora y esperamos encontrarnos fuera de esta alma mater como colegas, y que se enorgullezca de nosotros.

Diana Camila Fresneda y Miguel Ángel Pinzón

RESUMEN ANALÍTICO EDUCATIVO - RAE

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de Grado
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central
Título del documento	Aumentando la autoestima por medio de la imagen corporal
Autor(es)	Fresneda, Diana Camila; Pinzón, Miguel Ángel
Director	Ana María Caballero Páez
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2015. 67p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	AUTOESTIMA; EDUCACIÓN FÍSICA; RESPONSABILIDAD; IMAGEN CORPORAL.

2. Descripción
Trabajo de grado que se propone la construcción de una propuesta educativa, le apunta a instaurar un estilo de vida en las personas, un estilo de vida en el que se tomen las decisiones correctas, asumiendo y comprometiéndonos con nuestras responsabilidades, que necesita la sociedad actual, teniendo como base un buen criterio construido desde la autoestima, primero individual y luego social. Las clases de educación física que planteamos nos darán la posibilidad de enseñar, compartir, difundir este estilo de vida, que tenemos como responsabilidad social asumir. En este caso queremos mostrar a la educación física no como la solución al problema, sino como una un granito de arena de la amplia playa que requiere nuestra golpeada sociedad colombiana.

3. Fuentes
Alcántara, J. A. (2005). <i>Educación la autoestima. Métodos, técnicas y actividades</i> . Barcelona: CEAC.
Branden, N. (1994). <i>Los seis pilares de la autoestima</i> . Barcelona. Paidós.
Castañer, M. y Oleguer Camerino, F. (1996). <i>La Educación Física en la enseñanza primaria</i> . Barcelona: Inde.
De Zubiría, J. (2006). <i>Los modelos pedagógicos: Hacia una pedagogía dialogante</i> . Bogotá: Magisterio.
Moreira, M.A. (2000). <i>Aprendizaje significativo: teoría y práctica</i> . Madrid: Aprendizaje Visor.
Not, L. (1983). <i>Las pedagogías del conocimiento</i> . México: Fondo de Cultura Económica
Sen, A. (2000). <i>Desarrollo y libertad</i> . Bogotá: Planeta.
Vayer, P. (1977). <i>El diálogo corporal</i> . Barcelona: Científico-Médica.

4. Contenidos

1. Fundamentación contextual. En este el primer capítulo del PCP estableceremos el estado del arte de la relación que se da entre la Educación Física y la autoestima, a nivel local, nacional e internacional y en donde nuestra propuesta se torna innovador, ya que, no se encuentran muchas propuestas que los vinculen. Además del estado del arte en este capítulo, referenciamos el marco legal idóneo a nuestro proyecto, donde postulamos varias leyes de la Constitución Nacional, y los postulados expuestos por el Ministerio de Educación Nacional para el desarrollo de la Licenciatura en Educación Física. Y por último haremos una breve descripción de los conceptos fundamentales a tratar dentro del PCP, los cuales serán el camino para establecer el marco teórico.

2. Perspectiva educativa. En este capítulo desarrollaremos el marco teórico, lo cual le dará al proyecto el sustento y la validez necesaria para luego ponerlo en escena. Desplegaremos nuestro arsenal humanístico, pedagógico y disciplinar; expondremos nuestro ideal de hombre y de sociedad, vinculados con la teoría de desarrollo propuesta por Amartya Sen, Desarrollo y libertad (2000), luego vendrá el modelo pedagógico seguido por la teoría de aprendizaje y por último pero no de menor importancia el eje disciplinar la tendencia integradora. Cada una de estas teorías y modelos tendrán nexos para que dentro del desarrollo de esta perspectiva educativa haya coherencia.

3. Implementación. En el diseño e implementación se establecen los objetivos, tanto generales como específicos del proyecto, y partimos desde ahí planteando una planeación general y los contenidos de la imagen corporal a desarrollar dentro de las sesiones de clase. Además establecemos la metodología, los roles del docente y del estudiante a ejercer dentro de la ejecución piloto. Pero estos ítems no se pueden establecer hasta no hacer un diagnóstico de la población a intervenir. Para lo cual necesitaremos de una sesión de interacción y otra diagnóstica para asumir estos contenidos.

4. Ejecución piloto. Luego de la recolección de la información, y la realización de las sesiones de interacción y de diagnóstico, se concluye y se hace una toma de decisiones. Otro de los aspectos que determinan nuestra ejecución piloto, es el programa establecido en la institución, será nuestra herramienta a utilizar para el desarrollo de nuestra intencionalidad. Realizaremos la ejecución piloto con el grado 603, jornada tarde, y quienes tienen programado para el tercer bimestre del presente año, deportes colectivos, fútbol; esto hace que tengamos que plantear actividades que estén en el orden de este deporte, pero que nos permitan abordar nuestro núcleo temático.

Análisis de la experiencia. La reflexión sobre la acción, es un factor que creemos es fundamental en el papel de diseñador de ambientes de aprendizaje que tiene el maestro para con sus estudiantes. Por esto el diseño de nuestras sesiones lo hicimos siempre al recapacitar sobre nuestro actuar, de lo que debimos hacer y de cómo mejorar. Sabemos que nos falta adquirir mucha más experiencia para afinar nuestro tacto pedagógico (Max van Manen, 1998) para ser un profesional que reflexiona y toma siempre mejores decisiones.

5. Metodología

La metodología en nuestro proyecto tuvo otra mirada, no vista como un manojo de pasos listos para seguir, sino lo planteamos como un proceso que se va dando dentro de las sesiones de carácter humanístico, pedagógico y disciplinar. Un proceso que se tiene que evidenciar, y que además debemos analizar para concretar si es el correcto a no con el propósito a alcanzar. Pensamos que establecer una metodología es irnos por el camino del conductismo, cosa que no queremos, y aunque establecemos unos roles y una evaluación no son más que parámetros y/o criterios a tener en cuenta para el desarrollo del documento y del proyecto.

6. Conclusiones

La pregunta que siempre hemos tenido desde el comienzo de la elaboración del documento es, ¿puede ser la Educación Física la herramienta para fortalecer la autoestima? Y aun con la puesta en escena del PCP no lo sabemos. Lo que si consideramos es que a la Educación Física no le puede caber todo, y todo no sirve para todo, o sea, somos pedagogos y no psicólogos, entonces nuestro fin no siempre va a ser la autoestima, sino que esto es un plus que nos otorga la Educación Física. Además la realización de esta propuesta consolida nuestra formación como docentes, no en un 100%, pero nos brinda las herramientas necesarias para la realización y concreción de nuestras ideas.

Para finalizar, la formación de sujetos que sientan, actúen y piensen será el comienzo para lograr un cambio socio-cultural.

Elaborado por:	Diana Camila Fresneda – Miguel Ángel Pinzón
Revisado por:	Ana María Caballero Páez

Fecha de elaboración del Resumen:	1	12	2015
--	---	----	------

INDICE GENERAL

	pp.
RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN (RAE)	3
DEDICATORIA	6
AGRADECIMIENTOS	7
ÍNDICE GENERAL	8
LISTA DE SIGLAS	11
INTRODUCCIÓN	12
JUSTIFICACIÓN	13
1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL	15
1.1. Antecedentes	15
1.1.1. Universidad Pedagógica Nacional	15
1.1.2. Otras universidades	16
1.2. Marco legal	16
1.2.1. Constitución Política de Colombia 1991	16
1.2.2. Ley de infancia y adolescencia 1098 de 2006	18
1.2.3. Ley General de Educación 1994	18
1.2.4. Lineamientos curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte	19
1.3. Macrocontexto	20
2. PERSPECTIVA EDUCATIVA	25
2.1. Un ideal de hombre	25
2.2. Hacia una pedagogía dialogante	27
2.3. El aprendizaje debe ser significativo	28
2.4. Propuesta disciplinar	29
	8

3. IMPLEMENTACIÓN	32
3.1. Justificación	32
3.2. Objetivos	32
3.2.1. General	32
3.2.2. Particulares	32
3.3. Planeación general	33
3.4. Contenidos	33
3.5. Metodología	35
3.6. Evaluación	35
3.7. Rol del estudiante	35
3.8. Rol del profesor	36
4. EJECUCIÓN PILOTO	38
4.1. Diagnóstico del contexto	38
4.1.1. Microcontexto	38
4.1.2. Mesocontexto	39
4.1.3. Macrocontexto	41
4.1.4. Análisis del diagnóstico	42
4.2. Microdiseño	43
4.2.1. Cronograma	43
4.2.2. Plan de clases o sesiones	43
4.2.2.1. Sesión de Interacción	45
4.2.2.2. Sesión Diagnóstica	46
4.2.2.3. Sesión 1	47
4.2.2.4. Sesión 2	48
4.2.2.5. Sesión 3	49

4.2.2.6. Sesión 4	51
4.2.2.7. Sesión 5	53
4.2.2.8. Sesión 6	54
5. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA	57
5.1. Aprendizajes como docente	57
5.2. Incidencias en el contexto y en las personas	57
5.3. Incidencias en el diseño	58
5.4. Recomendaciones	59
REFERENCIAS	61
ANEXOS	63
A. Fotografías IED Floridablanca	63

LISTA DE SIGLAS

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

INTRODUCCIÓN

La educación física como medio para aumentar la autoestima es nuestra apuesta. Buscamos el aumento de ella dado que vemos como se refleja la misma a lo largo de la vida de las personas, y es ella quien dará fundamentos, bases, cimientos, para la toma de decisiones de ese sujeto. Sujeto que al final hace parte de una sociedad, que consecuente con su autoestima alta, ejercerá sus libertades haciéndose responsable frente a ellas, y por consecuencia contribuirá en el desarrollo de la sociedad que habita. Parafraseando a Sen (2000) las libertades son el desarrollo y el medio para llegar a él. Por esto queremos aportar desde la educación física totalizante pues es desde ella que vemos que se da el reconocimiento de todas las dimensiones del humano y las pone en juego.

JUSTIFICACIÓN

Este Proyecto Curricular Particular – PCP tendrá un gran impacto, ya que haremos de nuestras clases de Educación Física un medio para generar transformación desde el aumento de la autoestima, la cual deberá verse reflejada a nivel individual y colectivo. La autoestima no perderá la relación que tiene con todos los aspectos que envuelven al individuo, sino que, por el contrario, se verá reflejada la relación y la influencia que sobre ellos tiene. Nuestro ideal es influir en la construcción de sujetos que cumplan su responsabilidad individual y social, esa responsabilidad va de la mano con que cada quien sepa ejercer su libertad, ya sea, política, social, educativa, etc., creyendo fielmente que la autoestima será el promotor para el ejercicio de dichas libertades, y las clases de Educación Física con un enfoque en aras del compromiso individual, socio-cultural, educativo, político, económico, axiológico, el eje que impulsara todo nuestro ideal.

Girando en torno a la transformación social, y dejando entre ver que la Educación Física dejó de ser esa disciplina positivista y reduccionista, y se abrió camino a la responsabilidad tanto individual como colectiva, para empoderarse de la reflexión y la crítica, y transformar todas aquellas verdades y representaciones que tenemos y de las cuales hacemos parte.

Además vemos que el sistema actual en el que vivimos está pidiendo a gritos un cambio de la realidad que se vive hoy en día, creemos fervientemente que nuestro PCP podrá llegar a ser un paso para generar ese tan anhelado cambio. Vemos este trabajo como una oportunidad, oportunidad de formar seres humanos, los cuales sin tener conciencia de, estructuran y crean espacios conflictivos entre ellos mismos, los

cuales generan y promueven ambientes de desatención, descortesía, irresponsabilidad, irrespeto, descaro, etc., hacia ellos mismos y hacia los demás. Vemos entonces la pertinencia de hacer frente para impulsar el cambio y modificar estos rasgos para el comienzo de una transformación individual en pro de una construcción y reconstrucción de nuestra sociedad.

1. FUNDAMENTACIÓN CONTEXTUAL

1.1. Antecedentes

1.1.1. Universidad Pedagógica Nacional.

A continuación presentaremos trabajos que han enfocado su tema en la autoestima, ya que, poco y casi nada se ha tratado en los PCPs de la Universidad Pedagógica Nacional sobre su relación con las capacidades perceptivo-motrices; será entonces una oportunidad de trabajo que podría llegar a causar un gran impacto.

TITULO	PROPOSITO
Educación Física: un medio para mejorar la autoestima. Claudia Díaz Juan Gómez 2012	Se centró específicamente en mejorar la autoestima en los estudiantes de 902 del colegio Nuevo San Andrés de Los Altos de la localidad de Usme a través de la puesta en práctica de un programa a partir de la tendencia de la Sociomotricidad.
La vinculación como generador de procesos de autoestima Gerónimo Barreto Ronald Herrera 2011	Abarca la autoestima como un valor fundamental para abordar desde edades tempranas en el ámbito escolar por medio de dinámicas de vinculación, las cuales son esenciales para generar en el niño un sentido de pertenencia y de aceptación, claves para un desenvolvimiento óptimo en diferentes contextos y con diversas personas.

1.1.2. Otras universidades.

El siguiente proyecto fue presentado en la Universidad Metropolitana, sometido como requisito final para la obtención del grado de Maestría en Enseñanza en Educación Física Elemental.

PAIS	TITULO	PROPOSITO
Puerto Rico	<p align="center">La relación entre la actividad física y la autoestima en el nivel elemental escolar Mariela Díaz Sánchez 2009</p>	<p>El propósito de este estudio fue evidenciar la importancia que tiene la educación física como medio para realizar actividades físicas, con el fin de fortalecer la autoestima en estudiantes del nivel escolar elemental del sistema educativo en Puerto Rico.</p>

1.2. Marco legal

El marco legal está fundamentado y constituido por los derechos humanos; como lo menciona la *Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano* cuyo artículo primero promulga que “los hombres nacen y permanecen libres e iguales en derechos”, así, tomamos artículos y apartados que creemos son los más acertados para el desarrollo de nuestro PCP a nivel legal.

1.2.1. Constitución Política de Colombia 1991.

El pueblo de Colombia, en ejercicio de su poder soberano, representado por sus delegatarios a la Asamblea Nacional Constituyente, invocando la protección de Dios, y con el fin de fortalecer la unidad de la Nación y asegurar a sus integrantes la vida, la convivencia, el trabajo, la justicia, la igualdad, el conocimiento, la libertad y la paz, dentro de un marco jurídico, democrático y participativo que garantice un orden político, económico y social justo, y comprometido a impulsar la integración de la comunidad latinoamericana, decreta, sanciona y promulga la siguiente

Artículo 16. Todas las personas tienen derecho al libre desarrollo de su personalidad sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico.

Artículo 27. El Estado garantiza las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra.

Artículo 44. Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Serán protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, secuestro, venta, abuso sexual, explotación laboral o económica y trabajos riesgosos. Gozarán también de los demás derechos consagrados en la Constitución, en las leyes y en los tratados internacionales ratificados por Colombia.

Artículo 67. La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura.

La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.

La familia, la sociedad y el Estado tienen la obligación de asistir y proteger al niño para garantizar su desarrollo armónico e integral y el ejercicio pleno de sus derechos. Cualquier persona puede exigir de la autoridad competente su cumplimiento y la sanción de los infractores.

Los derechos de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás.

1.2.2. La Ley de Infancia y Adolescencia 1098 De 2006.

Se refiere a los Derechos de los Niños y Adolescentes, como el derecho a un desarrollo integral del niño, entendiendo este como el buen desarrollo físico, mental, afectivo y social, de la importancia de brindar al niño un ambiente adecuado donde esté presente la felicidad, el amor, la comprensión y la igualdad de condiciones sin importar la raza, el género, la edad o el estrato socio-económico, de la importancia de respetar los derechos a la salud, la educación, la identidad, la familia y el cuidado de ésta, a los alimentos y lo necesario para el sustento de los menores. En esta ley se expone que un niño debe tener acceso a lugares o a actividades de socialización, a la recreación y al deporte pues es de importancia para un buen desarrollo. A continuación se presentan los siguientes artículos que tienen relación directa con el tema de autoestima:

Artículo 25. Derecho a la identidad. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a tener una identidad y a conservar los elementos que la constituyen como el nombre, la nacionalidad y filiación conformes a la ley.

Para estos efectos deberán ser inscritos inmediatamente después de su nacimiento, en el registro del estado civil. Tienen derecho a preservar su lengua de origen, su cultura e idiosincrasia.

1.2.3. Ley General de Educación de 1994.

Son fines de la educación:

1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico , dentro de un proceso de formación

integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.

2. La formación para la preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

1.2.4. Lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte.

Evolución Histórica de la Educación Física Escolar

AUTONOMÍA CURRICULAR E INICIOS DE UNA EDUCACIÓN FÍSICA CENTRADA EN PROCESOS, EN EL MARCO DE LA GLOBALIZACIÓN Y LA DIVERSIDAD

Esta mirada escolar se ve transformada y enriquecida en la década de los noventa con los nuevos fenómenos de ampliación de la participación, la conciencia del ambiente, la igualdad en las relaciones entre hombre y mujer, el crecimiento de la cultura urbana, la ampliación de fenómenos como el del tiempo libre, el reconocimiento de la diversidad cultural y la importancia de cambios a la didáctica tradicional. A estas nuevas condiciones buscan responder la Constitución Política del 1991 y la legislación expedida, como la ley 60 de 1993, la ley 115 de 1994, el decreto 1860 de 1995, la ley 181 de 1995 y la resolución 2343 de 1996.

Hoy se reconocen nuevas realidades de relación social y cultural y la importancia de mirar nuevos conceptos, prácticas y formas de participación de la Educación Física en el desarrollo cultural y social como fundamento del currículo que tenga en cuenta tanto la diversidad cultural como los avances de la ciencia y las transformaciones de la institución escolar. En el marco de una nueva perspectiva, el tema del cuerpo, del

tiempo y el espacio, de la formación de la subjetividad y la convivencia social, se presentan como los problemas centrales que afronta la educación física actual.

Desarrollo del estudiante

El desarrollo humano se concibe como un proceso a través del cual construimos una identidad como personas autónomas y solidarias, al interior de una colectividad histórica y socialmente determinada. En este proceso transitamos de una condición heterónoma e inconsciente a una condición de conciencia y capacidad de praxis sobre uno mismo, los demás y el entorno. En el proceso de desarrollo humano se potencian las cualidades distintivas del hombre como especie y como individuo, tras la utopía de la felicidad colectiva.

1.4. Macrocontexto

Queremos potenciar la autoestima. Para ello tomaremos como base a Nathaniel Branden (1994) y a José Antonio Alcántara (2005), quienes desde sus teorías nos hicieron entender la autoestima de forma diferente. Branden, nos expone la autoestima como mucho más que ese sentido innato de nuestra valía personal, la ve como la confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra disposición a considerarnos competentes para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y la confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos. Así son pertinentes las palabras de Branden, cuando dice que quien confía en su mente y en su criterio, es más probable que se conduzca como un ser reflexivo, que es a lo que apuntamos con el desarrollo de nuestro proyecto.

Además dentro de los seis pilares de la autoestima que plantea: la práctica de vivir conscientemente, la práctica de la aceptación de sí mismo, la práctica de la responsabilidad de sí mismo, la práctica de la autoafirmación, la práctica de vivir con propósito y la práctica de la integridad personal. Para nuestros fines tomaremos como ejes principales para el desarrollo de la autoestima la práctica de vivir conscientemente, la cual significa intentar ser consciente de todo lo que tiene que ver con nuestras acciones, propósitos, valores y metas, al máximo de nuestras capacidades, sean cuales sean y comportarnos de acuerdo con lo que vemos y conocemos. Vivir de manera consciente significa más que el mero ver y conocer; significa actuar sobre lo que vemos y conocemos. El vivir de manera consciente es vivir siendo responsable hacia la realidad, no es necesario que nos tenga que gustar lo que vemos, pero reconocemos que lo que existe, existe, y lo que no existe, no existe. Los deseos o temores, o negaciones no modifican los hechos; desde esta mirada podemos comenzar a plantear la autoestima como un determinante para el sujeto y para la sociedad en la que está inmerso. Mostraremos otra mirada que planteará lo que queremos tomar como la autoestima.

Así, y desde esta primera perspectiva pasamos a una segunda mirada para abordar el tema con mayor exactitud y apropiación, desde lo que buscamos que sea el significado correcto a utilizar dentro de nuestro PCP. Tomamos a Alcántara quien nos plantea los siguientes problemas ¿educar para qué? ¿Cuáles son los contenidos básicos y necesarios de la educación? ¿Volveremos a caer en la rutina de dedicarnos principalmente a la transmisión de conceptos? Así Alcántara expone la importancia de la autoestima y la trascendencia que tiene en la formación y maduración del alumnado, y que además crezca la convicción de su necesidad. Desde aquí él nos muestra la

autoestima y su importancia cuando nos dice: la autoestima condiciona el aprendizaje, y citando a Ausubel, Marco Antonio Moreira (2000) nos menciona que:

La adquisición de nuevos conocimientos está subordinada a nuestras actitudes básicas; de éstas depende que los umbrales de la percepción estén abiertos o cerrados, que una red interna dificulte o favorezca la integración de la estructura mental del alumno o que se generen energías más intensas de atención y concentración. (p.10).

También nos dice que la autoestima sirve para superar las dificultades personales, apoya la creatividad, determina la autonomía personal, posibilita una relación social saludable, garantiza la proyección futura de la persona, constituye el núcleo de la personalidad y fundamenta la responsabilidad, siendo este último aspecto desde lo que Alcántara plantea, en el que enfatizaremos desde nuestra propuesta pedagógica.

La autoestima fundamenta la responsabilidad. Por ello Alcántara dice:

Se nos propone que formemos personas responsables, capaces y dispuestas a comprometerse, a asumir responsabilidades. Y todos estamos convencidos de que la responsabilidad es una cualidad indiscutible de todo ciudadano. Pero olvidamos que la responsabilidad no puede crecer en la tierra yerma de la auto descalificación y del propio desmerito. Solo se compromete el que tiene confianza en sí mismo, el que cree en sus aptitudes; y, normalmente, encuentra en su interior los recursos necesarios para superar las dificultades inherentes a su compromiso. (p.11)

Entonces la autoestima será definida como una actitud hacia uno mismo, y éste es el modelo del cual partimos para estudiarla. La autoestima como actitud es la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo. Es la disposición permanente según la cual nos enfrentamos con nosotros mismos y el sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias refiriéndolas a nuestro <yo> personal. Alcántara (2005) dice al respecto que:

Pero ¿es innata la autoestima? No, la autoestima es adquirida y se genera como resultado de la historia de cada persona. Es el fruto de una larga y permanente secuencia de acciones y pasiones que van configurando a la persona en el transcurso de sus días de existencia. Generalmente, este aprendizaje de la autoestima no es intencional, puesto que modela al ser humano desde contextos informales educativos, aunque a veces es fruto de una acción intencionalmente proyectada para su consecución.(p.17)

Desde estas dos miradas, la autoestima permite formar personas responsables, que vivan de manera consciente y sean responsables consigo mismos y con su sociedad. Pero, si bien es cierto que la autoestima ha sido estudiada formalmente por la psicología, vemos su influencia, y como puede llegar a definir a un sujeto y la sociedad en la que está el inmerso. De esta manera desde nuestra propuesta educativa, buscamos aumentar la autoestima desde la Educación Física para la formación de sujetos responsables.

Se asume que la Educación Física puede mejorar la autoestima desde su relación con la imagen corporal propia de nuestra disciplina académica, siendo esta última la organización de las sensaciones relativas al propio cuerpo, en relación con

los datos del medio exterior (Vayer y Picq, 1985). Ha sido la psicomotricidad la encargada de mencionar la imagen corporal a lo largo de la historia

Es decir, la autoestima en la sicología y la imagen corporal en la Educación Física, terminaran al final siendo el mismo eje a potenciar dentro de nuestro proyecto. Cabe resaltar este nexo para potenciar la autoestima desde el desarrollo de la imagen corporal. Por consiguiente entraremos a concertar la base teórica que sustentará toda nuestra propuesta educativa.

2. PERSPECTIVA EDUCATIVA

2.1. Un ideal de hombre

Con nuestro PCP apuntamos a unos ideales, que demuestran nuestra manera de ver, percibir, sentir y mostrar el acto educativo. Para poder desarrollar a plenitud nuestro PCP debemos comenzar a construir una sociedad que se caracterice fundamentalmente en ser posibilitadora de oportunidades de desarrollo para los sujetos que la integran, es decir, que brinde bienestar en todos los ámbitos, los cuales se convertirán en beneficios individuales, y más tarde en beneficios sociales, que se encarnarán directamente en una mejor calidad de vida, pero más importante, una sociedad más equitativa para todos los que la habitan.

Un Estado posibilitador será aquel que dé más opciones para ejercer libertades; de esta manera, el sujeto se ve ante un ramillete de opciones desde aspectos educativos, sociales, políticos, económicos, culturales, tecnológicos, etc., los cuales le otorgan al sujeto la oportunidad de acceder a mejor estilo de vida el cual crea pertinente para él, pues, solo al ejercer sus libertades con responsabilidad, llegará a un estilo de vida más ideal. Todo esto se dará a nivel individual, donde el Estado o la sociedad se beneficiará en la misma o mayor medida, ya que, al tener integrantes que acceden y ejercen sus libertades, que crecen y se desarrollan en todos los aspectos, ellos mismos reconstruirán con creatividad, participación, cooperación, etc., una sociedad que entiende que el desarrollo individual será el camino para lograr el desarrollo de ella misma.

Un ejemplo claro es la educación por *bauchers* o cheques, ejercida en Suecia (Rojas, 2006), es una educación que al igual que la educación pública que conocemos, el estado paga por esa educación, pero en este particular modelo, el dinero no lo recibe la institución, sino que lo recibe directamente el estudiante, eso sin dudas aplica las opciones de estudio y hace que las instituciones sean de nivel más alto, más competitivo, instituciones de alta calidad. El sujeto que tiene estas posibilidades, deberá de ser un sujeto responsable, ¿Porque quién quiere estar en las manos de otro? ¿Por qué dejarle tomar las decisiones que definirán mi vida a otra persona? Al respecto Amartya Sen (2000) dice que:

Yendo más allá, algunos sostienen que la dependencia de otros no solo plantea problemas éticos sino que, además, es derrotista en la práctica, ya que mina la iniciativa y el esfuerzo individual e incluso la dignidad personal. ¿En quien confiar mejor que en nosotros mismos para velar por nuestros intereses y nuestros problemas? (p. 339)

Es por esto que la sociedad exige a viva voz un sujeto responsable, responsable en ambas acepciones; tanto como conocedor de sus obligaciones y actuar conforme a ellas; por ejemplo, acceder responsablemente a las libertades fundamentales de la que nos habla Sen, educación, salud, servicios sociales, y además como autor de sus acciones. Es, como podemos ver, una relación de construcción mutua, de reciprocidad, la que tiene el estado posibilitador con sus sujetos. Es decir, que toma las posibilidades que le brinda la sociedad, y hace lo mejor de ellas en pro de su desarrollo personal, que desembocara en el desarrollo social. Del mismo modo este Estado, demanda un sujeto que se eduque para solucionar los problemas que le aquejen a él y a la sociedad, de esta manera, queremos enfocarnos en una pedagogía

funcional, es decir que los sujetos que se educan en ella puedan sacarle provecho en “tiempo real”; dicho de otra manera, que puedan aplicar los conocimientos adquiridos y construidos, en lo cotidiano.

2.2 Hacia una pedagogía dialogante

Desde la pedagogía apuntamos nuestra mirada hacia un modelo dialogante (Not, 1983) el cual propone una relación diferente entre maestro-estudiante y viceversa, donde el primero toma una postura de agente activo dentro de su propio proceso, haciéndose consciente que de él dependen las decisiones que tome en su trasegar por la vida. En este orden, el maestro se convertirá en un mediador cultural, que diseñara, seleccionara, organizara, discriminara los contenidos a abordar que no serán el fin último de este modelo, sino el medio, los caballos que jalonen el desarrollo del estudiante. Este papel de ser el facilitador, además de ser del maestro, es también del padre e incluso de un par que vea o haga las conexiones necesarias más rápido que el otro.

Todo esto es llevar al estudiante a su desarrollo, su desarrollo en las dimensiones humanas, cognitiva, afectiva y praxiológica. Feuerstein (citado en De Zubiría 2006) afirma que “Estas se desarrollan gracias al trabajo intencional y trascendente de los mediadores de la cultura”. Este desarrollo se logra a partir de un diseño bien pensado para la población a la que va dirigido y además con una intención clara, para no caer en el hacer actividades por hacerlas, sino que este encadenas entre si y este planeadas con tiempos y montes determinados que ayuden a afianzar lo que se quiere transmitir. Todo esto guiado por el dialogo, dialogo que genere incomodidad, desequilibrio, que hará que ponga en duda su propia estructura y la modifique según la necesidad. Así mismo, una síntesis dialéctica tendría que

reconocer en la Escuela Activa y en los enfoques constructivistas la validez que tiene el papel activo que cumple el estudiante en todo proceso de aprehendizaje y la finalidad de la comprensión y el desarrollo intelectual que le asignan a la escuela; pero tiene que distanciarse de la sensible sub valoración que dichos enfoques realizan de la función y el papel de los mediadores en todo proceso de aprehendizaje, y de la minusvalía en la que siguen ubicando las dimensiones prácticas y afectivas en la educación.

En síntesis, hay que reconocer que el conocimiento se construye por fuera de la escuela, pero que es reconstruido de manera activa e interestructurada a partir del diálogo pedagógico entre el estudiante, el saber y el docente y que para que ello se presenta, es condición indispensable contar con la mediación adecuada de un maestro, que favorezca de manera intencionada y trascendente el desarrollo integral del estudiante. (De Zuburía, 2006)

La preocupación fundamental es que el estudiante aprenda, y esto significa que aprenda a desempeñarse en contextos con sentido propio. Es decir, que desarrolle todas las habilidades que le son propias y necesarias para enfrentar tareas que le impliquen utilizar coherentemente su conocimiento para la producción de un resultado en particular. (Hernández, citado por De Zuburía, 2004, p. 94).

2.3. El aprendizaje debe ser significativo

Para el presente PCP el aprendizaje debe ser significativo porque este se da en tres momentos, los cuales son: aprendizajes previos (AP), nuevos conocimientos (NC) y decisión consciente y deliberada para relacionar (DD). Estos tres momentos serán claves para el desarrollo de las unidades temáticas, ya que, una sesión corresponderá a uno de los momentos anteriormente planteados, pero además dentro de la sesión

estarán inmersos los otros dos momentos, necesarios para que se facilite el aprendizaje. O sea, en la sesión de AP, deberán verse reflejados NC y DD igualmente para las sesiones de NC y DD. Por consiguiente cada unidad temática o tema central tendrá tres sesiones para el desarrollo de la misma.

El aprendizaje significativo ocurre cuando una nueva información se conecta con un concepto relevante preexistente en la estructura cognitiva, esto implica que las nuevas ideas, conceptos y proposiciones pueden ser aprendidos significativamente en la medida en que otras ideas, conceptos o proposiciones relevantes estén adecuadamente claras y disponibles en la estructura cognitiva del individuo y que funcionen como un punto de anclaje a las primeras. (Moreira, 2000)

Es decir, el aprendizaje significativo se basa en los conocimientos previos que tiene el individuo más los conocimientos nuevos que va adquiriendo. Estos dos al relacionarse, forman una conexión y es así como se forma el nuevo aprendizaje, es decir, el aprendizaje significativo.

Además, el aprendizaje significativo de acuerdo con la práctica docente se manifiesta de diferentes maneras y conforme al contexto del alumno y a los tipos de experiencias que tenga cada niño y la forma en que las relacione.

2.4. Propuesta disciplinar

Por otro lado, el paradigma disciplinar en el que nos apoyamos es La Educación Física en la Enseñanza Primaria: una propuesta curricular para la reforma, adoptada como tendencia integradora de la educación física. Es una propuesta de integración sistemática de los contenidos de la educación física, que durante años han sido tratados de forma parcelada y frecuentemente desestructurada. Es, pues, una visión

interrelacionada de los contenidos que responde al universo de capacidades y habilidades motrices del niño durante su educación primaria.

La propuesta central de Marta Castañer y Oleguer Camerino (1996) se basa en un “enfoque global” de la motricidad humana y de la comprensión del ser humano “como el mayor sistema abierto e inteligente” en el cual se puede distinguir “una triple dimensión de su “hacer”: la dimensión introyectiva-reconocerse; la dimensión extensiva del ser-interactuar y la dimensión proyectiva del ser-comunicar”. (p. 31).

Es un planteamiento que derivan directamente de la diferenciación clásica entre las diferentes acciones que somos (los humanos) capaces de realizar. Estos son:

1. Acciones que ponen al alumno en relación consigo mismo. (YO)
2. Acciones que ponen al alumno en relación con el entorno físico. (OBJETOS)
3. Acciones que ponen al alumno en relación con el entorno social. (OTROS)

Por supuesto que dicha nivelación de dimensiones no se produce ni de forma jerárquica ni lineal, sino que surge y se debe entender de forma conjunta, en una mutua dependencia necesaria para un desarrollo motor equitativo. Todas estas dimensiones se integran unas en otras operando conjuntamente en diferentes dosis según el tipo de situación presentada.

Ésta propuesta busca orientar la intervención pedagógica de forma no directiva a partir de las fases evolutivas y los requerimientos de la exploración infantil, ubicados principalmente en las etapas básicas de formación, o sea, lo que comprendería de los 6 a los 14 años de edad y dentro de los cuales estaría una interpretación evolucionista, una interpretación desde las bases neurofisiológicas y una interpretación cognitiva; sin dejar a un lado los estadios de desarrollo y la propuesta de los ciclos educativos,

dependiendo el contexto donde se esté inmerso, para el desarrollo de una motricidad global. (Benjumea, 2003).

Desde el abordaje de esta propuesta, desde el enfoque disciplinar, y, desde lo que nos compete como Licenciados en Educación Física, queremos potenciar la autoestima. También explicamos la relación entre autoestima e imagen corporal. Por consiguiente la imagen corporal nos permitirá el aprendizaje de la sensibilización interna, externa y propia lo que nos llevará a lograr el cumplimiento de todos los contenidos a abordar dentro de la educación física, y además a cumplir nuestra meta de formación.

3. IMPLEMENTACIÓN

3.1. Justificación

Nuestra propuesta educativa persigue y quiere potenciar a través de las clases de educación física, la autoestima como piedra angular para el desarrollo de un sujeto que pueda tomar las mejores decisiones, y que esté a gusto con ellas, siempre teniendo en cuenta sus responsabilidades tanto sociales como personales. Este currículo quiere enfocar la autoestima y la educación física desde el desarrollo y fortalecimiento de la imagen corporal, ya que, es el punto en donde convergen. Es decir que vemos la oportunidad de mostrar como la educación física afecta de manera determinante las bases cognitiva-afectivas, que al final son la vida misma.

3.2. Objetivos

3.2.1. General.

Desarrollar la imagen corporal para fortalecer la construcción de la autoestima.

3.2.2. Específicos.

- Potenciar la toma de decisiones y la capacidad de resolver problemas para mejorar la autoestima en pro individual y social.
- Desarrollar, fortalecer y potenciar la autoestima de los niños desde el conocimiento de sus responsabilidades para el ejercicio de sus libertades.
- Identificar las libertades para asumir responsabilidades tanto individuales como sociales.

3.3. Planeación general

Núcleo Temático: Imagen Corporal		
Tema	Objetivo General	Objetivo Especifico
Sensibilización Interna (Interocepción)	Sentir su propio cuerpo desde las funciones vitales relacionándolas con el entorno	Desarrollar y/o potenciar la respiración y la circulación, para el conocimiento de sí mismo.
Sensibilización Externa (Exterocepción)	Sentir y pensar su entorno y relacionarlo con su propio cuerpo	Siente, percibe, representa y simboliza el mundo que lo rodea.
Sensibilización Propia (Propiocepción)	Recibir información del propio cuerpo, y de la relación del cuerpo con su entorno	Relaciona la SI y SE para darle solución a problemas de carácter didáctico.

3.4. Contenidos

Nuestro eje temático o núcleo temático es la imagen corporal, la cual se divide en sensibilización interna, sensibilización externa y sensibilización propia para darle un correcto desarrollo al núcleo. Nos apoyamos en la interpretación que le dimos al leer a Thomas Schilde, quien plantea que por medio de los sentidos, de lo que sentimos y la relación con nuestro alrededor podremos desarrollar la imagen corporal.

IMAGEN CORPORAL	
SENSIBILIZACIÓN INTERNA	<ol style="list-style-type: none"> 1. Respiración 2. Circulación
SENSIBILIZACIÓN EXTERNA	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sensación 2. Percepción 3. Representación 4. Simbolización
SENSIBILIZACIÓN PROPIA	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tono muscular 2. Ajuste postural 3. Estructuración espacial 4. Estructuración temporal 5. Coordinación Equilibrio

3.5. Metodología

METODOLOGIA	

DIAGNOSTICO DEL CONTEXTO	Se investigaran tres momentos propios de la institución en donde se realizara la ejecución piloto, estos son: Macro, Meso y Micro-contexto, para determinar pro y contras en el desarrollo de las sesiones de clase.
DISEÑO DE LA CLASE	La clase estará atravesada por un tema, un proceso, una actividad, el cual estará cruzado por una intencionalidad del maestro y por la teoría escogida en el proyecto.
INTERACCIÓN	Se privilegia como tema a desarrollar un Valor, que caracteriza especialmente el proyecto.
CLASE DIAGNOSTICA	Determina el punto de partida y los contenidos a desarrollar dentro de las sesiones de clase.

3.6. Evaluación

Las modalidades y tipos de evaluación son la evaluación *diagnóstica*, *formativa* y *final*. Sus usos en el proceso de enseñanza-aprendizaje son: a) La evaluación diagnóstica se usa al principio de un curso o unidad y se realiza para conocer cuáles son los conocimientos que el alumno posee de cierto curso, período o unidad. b) La Evaluación formativa es la que se lleva a cabo en el transcurso del curso o período. c) La evaluación final es la que se realiza para saber cuáles son los resultados de aprendizaje finales del estudiante.

3.7. Rol del estudiante

El alumno será responsable de su aprendizaje, en forma honesta y constante y asumirá un papel participativo y colaborativo en el proceso a través de ciertas actividades con disposición para apoyar a sus compañeros y permitir que lo apoyen cuando esto sea necesario.

3.8. Rol del profesor

La teoría de Ausubel (citado por Ferreyra y Pedrazzi, 2007) sugiere que el profesor puede facilitar el aprendizaje significativo por recepción, mediante seis tareas fundamentales:

1. Determinar la estructura conceptual y proposicional de la materia que se va a enseñar: el profesor debe identificar los conceptos y proposiciones más relevantes de la materia. Debe hacer una especie de “mapa” de la estructura conceptual del contenido y organizarlo secuencialmente de acuerdo con esta estructura. Se trata aquí de preocuparse de las “cualidades” del contenido y no de la cantidad. *¿Qué contenidos voy a enseñar?*
2. Identificar qué conceptos y proposiciones relevantes para el aprendizaje del contenido de la materia, debería poseer el alumno en su estructura cognitiva para poder aprender significativamente ese contenido. Se trata de identificar conceptos, ideas y proposiciones (subsumidores) que sean específicamente relevantes para el aprendizaje del contenido que se va a enseñar. *¿Cuáles son los conocimientos previos que debe poseer el alumno para comprender el contenido?*
3. Diagnosticar lo que el alumno ya sabe; es necesario intentar seriamente “determinar la estructura cognitiva del alumno” antes de la instrucción, ya sea a través de pre-test, entrevistas u otros instrumentos. *Evidenciar los conocimientos previos del alumno. ¿Qué sabe el alumno?*
4. Enseñar empleando recursos y principios que faciliten el paso de la estructura conceptual del contenido a la estructura cognitiva del alumno de manera significativa. La tarea del profesor es aquí la de auxiliar al alumno para que asimile la estructura de la materia de estudio y organice su propia estructura

cognitiva en esa área del conocimiento, a través de la adquisición de significados claros, estables y transferibles. Debe destacarse que no se trata de imponer al alumno una determinada estructura. Por lo tanto, la enseñanza se puede interpretar como una transacción de significados, sobre determinado conocimiento, entre el profesor y el alumno, hasta que compartan significados comunes. Son esos significados compartidos los que permiten el paso de la estructura conceptual del contenido a la estructura cognitiva del alumno, sin el carácter de imposición. *¿Cómo voy a enseñar el contenido? ¿De qué forma guiaré el aprendizaje para que sea significativo al alumno?*

5. Permitir que el alumno tenga un contacto directo con el objeto de conocimiento, de esta manera se logra la interacción entre sujeto y objeto, lo que permite que el alumno lleve a cabo un proceso de reflexión al cual llamaremos asociación, de esta manera el alumno une ambos conocimientos y logra adquirir uno nuevo, o por el contrario no los asocia pero los conserva por separado.
6. Enseñar al alumno a llevar a la práctica lo aprendido para que este conocimiento sea asimilado por completo y logre ser un aprendizaje perdurable.

5. EJECUCIÓN PILOTO

4.1. Diagnóstico del contexto

4.1.1. Microcontexto.

MICROCONTEXTO			
Programa de Educación Física:	Tercer Bimestre:	Deportes Colectivos	FUTSALA
	Cuarto Bimestre:	Tiempo libre y recreación	
Materiales:	Balones-aros-elementos didácticos		
Estado de las instalaciones:	Buenas (7/10)		
Espacio para la clase:	Dos canchas múltiples		
Tiempo de clase:	Dos bloques de 45 min		
Curso:	Séptimo (702)		
Cantidad niños y niñas:	Total: 33	Niñas: 18	Niños: 15
Relación docente-estudiante:	Basada en socio afectividad		
Reglas de clase:	Vestimenta: Pantalóneta, medias blancas, camiseta.		
Estructura de la clase:	Tres fases:	Inicial: Movilidad articular, estiramientos y activación muscular.	
		Central: Tema de la Clase.	
		Final: Enfriamiento y estiramientos.	
Conducto regular:	Docente encargado, Director de grupo, Coordinación y un acompañamiento constante de Orientación.		

4.1.2. Mesocontexto.

MESOCONTEXTO	
PEI:	"Formación integral con énfasis en emprendimiento y Competencias laborales" El colegio busca la excelencia, asume los principios básicos de calidad total y la metodología de planeación estratégica, en este contexto su horizonte institucional.

Misión:	Formar niños y jóvenes como personas íntegras, comprometidas, emprendedoras, competentes en conocimientos, valores humanos, habilidades laborales y alto sentido de pertenencia
Visión:	En el año 2012, ser una institución líder que trabaja en equipo, con un proyecto pedagógico sostenible, centrado en el desarrollo de competencias académicas, socio afectivo, ciudadanas y laborales generales, con personal idóneo, abierto al cambio, que incorpore nuevas herramientas y tecnologías de punta.
Principios institucionales:	Autonomía, Socialización, Trascendencia.
s:	
Las siete claves del trabajo en equipo:	1. Integridad.
	2. Transparencia.
	3. Humildad.
	4. Responsabilidad.
	5. Compromiso.
	6. Reciprocidad.
	7. Tolerancia.
Proyectos Institucionales:	Prevención de Desastres: "Prevenir es mi cuento"
	Tiempo Libre: Teatro, danzas y música
	PILEO: Recreando el mundo a través del lenguaje. Proyecto Institucional de Lectura y Escritura
	Educación Sexual: Centrado en la práctica de valores tales como el respeto, la responsabilidad, la tolerancia y la autoestima en busca del reconocimiento de sí mismo y la construcción del proyecto de vida
	PRAE-Medio Ambiente: Arte y recreación como estrategia en la motivación del cuidado de los recursos públicos.
	Cultura Empresarial: "Ofrecer a los estudiantes del nivel de educación media un plan de estudios orientado al trabajo en estas competencias para facilitar su vinculación activa a la vida productiva".
	Medios Educativos PIMAC "Proyecto Institucional de Medios Audiovisuales y de Comunicación"
	Prensa Escolar
	Emisora Escolar
	Video Escolar y Manejo de Medios Audiovisuales
	Blog: "fuente informativa Floridablanca"
	Democracia:

	El proyecto de democracia, conciliación, convivencia y cultura ciudadana, pretende trabajar componentes básicos como formación de líderes juveniles, conciliación escolar, visita a espacios históricos y culturales y desarrollo de competencias ciudadanas en el colegio.		
Convenios:	SENA: Técnico en procesamiento de datos contables y financieros.		
Media Fortalecida:	Técnico en mantenimiento de equipos de cómputo.		
	Cámara de Comercio		
	Entidades Oficiales del Distrito Capital		
Organigrama:	Calendario anual, el cual se divide en dos semestres y en él se da un orden de semana académica, se determinan las semanas de ciclo y de áreas, los recesos escolares, el desarrollo institucional (docentes) y los días de consejo académico.		
Evaluación y promoción:	La promoción de la Educación Básica y Media se fundamenta en el conocimiento de la existencia de diferencias en el ritmo de aprendizaje de los alumnos. Por tanto, los estudiantes deben tener oportunidades de avanzar en el proceso educativo según sus capacidades y aptitudes personales. Toda comunidad educativa comprometida con una educación de calidad orienta, estimula, apoya y evalúa cualitativamente al estudiante en la obtención de sus desempeños con agrado e interés		
Horarios:	PRIMARIA	JM: 6:30 am a 11:30 am	JT: 12:30 pm a 5:30 pm
	BACHILLERATO	JM: 6:10 am a 12:10 am	JT: 12:20 pm a 6:20 pm
Ciclo:	Temas de carácter general		
Área:	Temas específicos		
Asignaturas:	CIENCIAS NATURALES	Química	Física
	MATEMÁTICAS	Trigonometría	Calculo
	HUMANIDADES	Lengua Castellana	Idioma Extranjero
	ÉTICA		
	RELIGIÓN		
	TECNOLOGÍA E INFORMÁTICA	Contabilidad	Informática
	EDUCACIÓN FÍSICA		
	EDUCACIÓN ARTÍSTICA	Música	Dibujo o Artes Plásticas

4.1.3. Macrocontexto.

MACROCONTEXTO			
Nombre de la institución:	C.E.D. Institución Básica y Media Floridablanca		
Localidad:	Engativá (10)		
Barrio:	La Florida		
Dirección:	SEDE A: Calle 70 A No. 94 – 38	Teléfono:	4 382344
	SEDE B: Carrera 89 No. 66 A – 14		2 760175
	SEDE C: Carrera 90 B No. 71 – 50		4 361111
Estrato:	3		
Entidad:	Publica		
Límites del colegio con la comunidad:	NORTE:	Centro Educativo Especial Los Ángeles	
	SUR:	Casas	
	ORIENTE:	Cancha de Futbol	
	OCCIDENTE:	Avenida Cundinamarca	
Reseña Histórica:	<p>La institución educativa distrital fue creada como jornada tarde bajo la administración del Doctor Omar Mejía Báez secretario de educación en el año 1991, atendiendo la solicitud de la asociación de padres de familia, de la concentración FLORIDABLANCA y la comunidad del barrio que lleva este nombre, para que los estudiantes que terminan su primaria continúen con su educación secundaria dentro de la misma institución. Inicio labores el día 22 de febrero de 1991 bajo la dirección de la Licenciada Elisa Pérez de Guevara; con siete cursos de grado sexto, dos de grado séptimo y uno de grado octavo. No se contaba con docentes, planta física adecuada, ni dotación de muebles, equipos y material didáctica. En el año 1992 por acuerdo 17 del consejo de Santa Fe de Bogotá D.C., se legalizó la creación como C.E.D. Floridablanca. Por resolución 2754 del 14 de octubre de 1993 el secretario de educación doctor Eduardo Barajas Sandoval, concede la aprobación de estudios de educación básica secundaria para los grados 6°, 7°, 8° y 9°, en la modalidad académica, y por resolución N° 4387 de octubre 10 de 1994 se aprueban los grados 10° y 11° de educación media. En 1995 se obtiene de la Procuraduría de Bienes del Distrito Capital la donación de 3200m de terreno, aledaño del colegio para la ampliación del mismo. En el año 1996 se realiza el convenio con la concentración Floridablanca 1, jornada de la mañana para articulación de la oferta educativa. Por resolución 5581 del 11 de agosto de 1997 se fusionan la escuela distrital Floridablanca 1 jornada de la mañana con el Colegio Distrital Floridablanca, jornada tarde. Por resolución 9487 del 31 de diciembre de 1997 artículo 2° se especifica el nombre de la institución como C.E.D. Institución Básica y Media Floridablanca; en la actualidad además del recurso humano necesario para el desarrollo del proceso pedagógico, cuentan con una dotación tecnológica y material didáctico básico para el desarrollo de nuestro PEI, con énfasis en valores en lo formativo, en lo académico, contabilidad, inglés e informática, siendo distinguido como PEI piloto de</p>		

la localidad. Cabe destacar el convenio con el SENA logrado en el año 1998 para que nuestros bachilleres obtengan el certificado de auxiliares procesadores de datos contables, expedido por dicha institución, además de su diploma de bachiller académico.

4.1.4. Análisis del diagnóstico.

Luego de la recolección de la información anterior, y la realización de las sesiones de interacción y de diagnóstico, concluimos e hicimos una toma de decisiones. En los alrededores del colegio debido a que es una zona residencial no se presentan dificultades, pero a la entrada como a la salida de la jornada de la tarde se presentan individuos ajenos a la institución quienes viendo la vulnerabilidad de los estudiantes (ya sea por falta de atención, problemas familiares, o simplemente curiosidad), se acercan a ellos para promover el incremento y el asocio a las pandillas, el consumo de sustancias ilegales, etc.; este es uno de los grandes problemas que aqueja a la institución, e inherentemente el desarrollo de los estudiantes. Tenemos que ver cómo afectan al estudiante estos aspectos dentro de su vida diaria.

Otro de los aspectos que determinan nuestra ejecución piloto, es el programa establecido en la institución, será nuestra herramienta a utilizar para el desarrollo de nuestra intencionalidad. Realizaremos la ejecución piloto con el grado 603, jornada tarde, y quienes tienen programado para el tercer bimestre del presente año, deportes colectivos, futsala; esto hace que tengamos que plantear actividades que estén en el orden de este deporte, pero que nos permitan abordar nuestro núcleo temático.

En las sesiones prácticas (interacción y diagnóstico) pudimos observar que los chicos poseen dificultades en aspectos axiológicos por tanto deberemos proponer actividades que no requieran o no permitan en exceso el contacto físico. Además desde nuestra experticia como educadores físicos pudimos observar que tienen

problemas de estructuración espacial y temporal por lo cual nuestro contenido o núcleo temático a desarrollar será la Sensibilización Propia. Será entonces la estructuración espacial y temporal nuestro tema principal, pero para esto nos devolveremos y fortaleceremos en primera medida la sensibilización visual y auditiva.

4.2. Microdiseño

4.2.1. Cronograma.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES			
PROPOSITO: Fortalecer, desarrollar y potenciar la estructuración espacial y temporal, en pro del aumento de la autoestima.			
TEMA	CONTENIDO	OBJETIVO	FECHA
INTERACCIÓN	RESPONSABILIDAD	Observar y analizar aspectos de carácter axiológico que se presentan en las relaciones de los estudiantes.	24-ago-15
DIAGNOSTICO	ESRUCTURACION ESPACIAL Y TEMPORAL	Establecer en que momento dentro del proceso de desarrollo de la imagen corporal se encuentran los estudiantes.	7-SEP-15
SENSIBILIZACION EXTERNA	SENSIBILIZACIÓN VISUAL Y AUDITIVA	Agudizar la vista y el oído en función de la estructuración espacial y temporal.	14-SEP-15 21-SEP-15 28-SEP-15
SENSIBILIZACIÓN PROPIA	ESRUCTURACION ESPACIAL Y TEMPORAL	Responde por su orientación con el espacio y dentro del mismo.	5-OCT-15 19-OCT-15 26-OCT-15

SENSIBILIZACIÓN PROPIA	COORDINACIÓN Y EQUILIBRIO	Mejora la calidad y la velocidad de adaptación motriz frente a diversas situaciones.	9-NOV-15
EVALUACIÓN: Tomamos la decisión de establecer tres tipos de evaluación durante la ejecución, que son: la heteroevaluación, coevaluación, y autoevaluación. Y la cual se realizara al término de cada sesión y unidad, para establecer si se cumplió o no con el objetivo de las mismas. Para analizar el proceso.			

4.2.2. Plan de clase o sesiones.

El análisis del diagnóstico es quien nos arroja los contenidos a desarrollar dentro de la ejecución piloto y la teoría de aprendizaje la cantidad de sesiones a trabajar sobre el mismo contenido. Las dos primeras sesiones son igualmente de análisis, observación y obtención de datos acerca de la población a intervenir.

4.2.2.1. Sesión de interacción.

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR “AUMENTANDO LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE LA IMAGEN CORPORAL” SESION INTERACCIÓN	
FECHA: 24/AGOSTO/2015	CURSO: 604
TEMA: RESPONSABILIDAD INTERACCIÓN	OBJETIVO: Adoptar un papel responsable dentro de las actividades para estar a gusto con las decisiones tomadas.

JUSTIFICACIÓN	ACTIVIDADES
<p>La sesión de interacción nos permite ver el aspecto humanístico y los procesos axiológicos que se llevan a cabo dentro de la población, por esto se escoge un valor para el desarrollo de la sesión, el cual es nuestro ideal de hombre. Desde aquí se deberán ver reflejados los problemas o conflictos que se presentan a nivel grupal e individual.</p>	<p>Se dividirá el grupo en 4 equipos, el espacio a utilizar para la actividad serán las dos canchas múltiples.</p> <p>1-Cada equipo tendrá un "huevo" (balón), el cual deberán hacer llegar a campo contrario sin que este caiga al suelo. Y al menos tres personas diferentes deberán tomar el balón antes de que este llegue a campo contrario. Variaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> -El balón deberá pasar por todo el equipo antes de llegar a campo contrario. -Una niña deberá recibir el balón en el campo contrario. -Solo podrán pasar y recibir el balón con la mano no hábil. Esta actividad y sus variaciones responderá a los tres momentos de aprendizaje
<p>ANÁLISIS DE LA SESIÓN:</p>	

EVALUACIÓN DE LA SESION DE INTERACCION	
<p>CRITERIOS DE LA EVALUACIÓN</p> <p>Los cuales se deberán evidenciar dentro del transcurso de las actividades.</p> <p>Es una sesión de observación y análisis por lo cual estos criterios son los temas transversales a fortalecer en mayor o en menor medida dentro de las sesiones de clase.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Participación 2. Comunicación 3. Respeto 4. Responsabilidad 5. Imaginación y creación.

4.2.2.2. Sesión Diagnostico.

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR “AUMENTANDO LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE LA IMAGEN CORPORAL” SESION DIAGNOSTICA	
FECHA: 7/SEPTIEMBRE/2015	CURSO: 604
TEMA: DIAGNOSTICO	OBJETIVO: Establecer en qué etapa dentro de la imagen corporal se encuentran los estudiantes de 604.
JUSTIFICACIÓN	ACTIVIDADES

<p>La sesión diagnóstica nos permite establecer y determinar la etapa en que se encuentran los estudiantes del grado 604, dentro de lo que establecemos como contenidos de la imagen corporal, además por la edad media en la que se encuentran podemos pensar que encontraremos dificultades en la estructuración tiempo y espacio. Por esta razón ejecutaremos actividades en relación con este contenido.</p>	<p>Se dividirá el grupo en 4 equipos, el espacio a utilizar para la actividad serán las dos canchas múltiples.</p> <p>1- Cada niño estará en un cono, recibirá un pase y realizará el pase, y además deberá correr hacia donde hizo el pase. Todo esto hasta que llegue al cono donde empezó.</p> <p>2- Últimate con balón, la diferencia con la anotación es que se deberá hacer en el aro de baloncesto y el lanzamiento se hará con el pie.</p> <p>3- Cuatro equipos, organizaremos cuatro canchas cada una en un punto cardinal, habrán dos balones dentro del juego y la idea es que los equipos hagan goles, sin recibir goles, pero la condición para hacer el gol es que todos los jugadores del equipo hayan recibido y hecho un pase.</p>
<p>ANÁLISIS DE LA SESIÓN:</p>	

4.2.2.3. Sesión 1. Sensibilización visual y auditiva.

<p>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR “AUMENTANDO LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE LA IMAGEN CORPORAL” SESIÓN 1</p>	
<p>FECHA: 14/SEPTIEMBRE/2015</p>	<p>CURSO: 604</p>
<p>TEMA: Sensibilización visual y auditiva (Aprendizajes previos)</p>	<p>OBJETIVO: Afianzar la percepción y la sensación visual y auditiva, en pro de la estructuración espacial y temporal.</p>

JUSTIFICACIÓN	ACTIVIDADES
<p>Esta sesión procura reflejar los aprendizajes previos que tiene el estudiante en relación con el tema a desarrollar, desde aquí queremos establecer actividades fundamentadas en el tema, pero que al mismo tiempo se puedan evidenciar temas transversales, propios de nuestro ideal de hombre.</p>	<p>Se dividirá el grupo en 2 equipos, el espacio a utilizar para la actividad serán las dos canchas múltiples.</p> <p>1- ESPEJOS: Por parejas, uno frente al otro, uno de los niños deberá moverse (como quiera) y su pareja (espejo) deberá seguir todos sus movimientos. Luego se hará el cambio siendo el espejo el director de sus movimientos.</p> <p>2- CONGELADOS BAJO TIERRA: Dos niños deberán congelar a sus compañeros, quienes quedaran inmóviles, y para ser descongelados deberá pasar un niño por debajo de sus piernas. Todos los niños serán congeladores.</p> <p>3- Se forma una fila y se agarran por la cintura (son los pollitos). Un compañero libre se la queda (el zorro) y trata de tocar al último de la fila, el cual, sin soltarse del compañero de delante intenta evitarlo desplazándose. El primero de la fila (la mamá) también trata de impedirlo, obstaculizando el paso al zorro. Cuando el zorro consigue tocar al último pollito, se incorpora a la fila y pasa a ser último pollito de la fila, y quien hacía de mamá se suelta se convierte en zorro.</p>
<p>ANÁLISIS DE LA SESIÓN:</p>	

4.2.2.4. Sesión 2. Sensibilización visual y auditiva.

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR “AUMENTANDO LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE LA IMAGEN CORPORAL” SESIÓN 2	
FECHA: 21/SEPTIEMBRE/2015	CURSO: 604
TEMA: Sensibilización visual y auditiva (Conocimientos nuevos)	OBJETIVO: Reconoce de forma correcta su lateralidad, cambiando en el tiempo y el espacio.

JUSTIFICACIÓN	ACTIVIDADES
<p>Esta es la segunda sesión del contenido sensibilización visual y auditiva, en la cual pretendemos desarrollar actividades específicas de discriminación descriptiva y lateralidad en relación con la ubicación y orientación tiempo-espacio.</p>	<p>Se dividirá el curso en 2 grupos, el espacio a utilizar para la actividad serán las dos canchas múltiples.</p> <p>1- SEMAFORO: Los niños deberán estar en una línea base la cual será la línea final de la cancha. Cuando el docente diga “Verde” los niños correrán hasta la línea final, hasta que el docente diga “Rojo”, ahí deberán detenerse y quedar congelados hasta que de nuevo se diga “Verde”</p> <p>2- COLORES: Los niños estarán en la línea de base la cual será esta vez la mitad de la cancha, aquí estarán sobre la línea ejecutando algún movimiento hasta que el docente diga “Rojo” que será saltar, o “Azul” hacer un burpee, o “Amarillo” ir hasta la otra línea de frente a ellos, y “Naranja” ir a la línea de espalda a ellos. El profesor será el encargado de nombrar cada color y de combinarlos como lo desee.</p> <p>3- BLANCOS Y NEGROS: De a parejas, cada pareja espalda con espalda, los que están a la derecha del docente serán los blancos y a la izquierda de él serán los negros, a la voz del profesor y dependiendo el color que el indique deberá tocar o no dejarse tocar de su compañero.</p>
<p>ANÁLISIS DE LA SESIÓN:</p>	

4.2.2.5. Sesión 3. Sensibilización visual y auditiva.

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR “AUMENTANDO LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE LA IMAGEN CORPORAL” SESIÓN 3	
FECHA: 28/SEPTIEMBRE/2015	CURSO: 604
TEMA: Sensibilización visual y auditiva (Decisión consciente y deliberada de relacionar)	OBJETIVO: Mejorar la estructuración espacio-temporal.

JUSTIFICACIÓN	ACTIVIDADES
<p>Sera esta la sesión tres de nuestro contenido central, donde el propósito será ver reflejado en las actividades el objetivo de la unidad, o sea, haber consolidado en los estudiantes una sensibilización visual y auditiva, esto para potenciar su estructuración espacial y temporal. Además del desarrollo de los temas transversales dentro de las actividades, en donde asumen aspectos de carácter ético, axiológico y social.</p>	<p>Se dividirá el curso en 2 grupos, el espacio a utilizar para la actividad serán las dos canchas múltiples.</p> <p>1- CONSTRUYENDO: Ocupando cada vez una zona distinta de la pista, haremos que nuestros alumnos se coloquen en la formación que indique el educador: círculo, fila, línea, diagonal, ya sea por parejas, en fila, etc.</p> <p>2- ACHICANDO ESPACIOS: Todos los alumnos andan por la mitad de la pista. Si dos alumnos se tocan les dará calambre: ¡Prohibido tocarse! Conforme el profesor considere deberá reducir el espacio de acción. Variantes: Corriendo, aumentado o disminuyendo el campo de acción rápidamente, saltando, reptando, etc.</p>
<p>ANÁLISIS DE LA SESIÓN:</p>	

EVALUACIÓN DE LA UNIDAD SENSIBILIZACION VISUAL Y AUDITIVA	
<p>CRITERIOS DE LA EVALUACIÓN</p> <p>La cual se realizara a término de cada unidad didáctica, o sea, en la tercera sesión de clase. Planteada y ejecutada desde una evaluación por procesos, no lineal, donde se dará la heteroevaluación, autoevaluación y coevaluación.</p>	<p>Conceptual (es): Conozco mi cuerpo en el espacio, identifico mi lateralidad y la pongo en juego en el mundo exterior, estoy atento y reacciono con velocidad ante los estímulos propuestos, soy capaz de recrear movimientos con naturalidad.</p>

	<p>Procedimental (es): Mejora el control tónico, el control postural y equilibrio, el control respiratorio, la lateralización, mejora las capacidades perceptivas</p> <p>Actitudinal (es): Es responsable frente a las libertades que se posibilitan dentro de las actividades, es responsable al asumir las actividades, respeta a sus compañeros, se comunica con sus compañeros en pro de la realización de las actividades, propone ideas frente a problemas que se den dentro de las actividades.</p>
--	--

4.2.2.6. Sesión 4. Estructuración espacial y temporal.

<p>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR “AUMENTANDO LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE LA IMAGEN CORPORAL” SESION 4</p>	
<p>FECHA: 5/OCTUBRE/2015</p>	<p>CURSO: 604</p>

<p>TEMA:</p> <p>Estructuración Temporal y Espacial (Aprendizajes previos)</p>	<p>OBJETIVO: Establecer relaciones de espacio-tiempo con objeto y compañeros</p>
<p>JUSTIFICACIÓN</p>	<p>ACTIVIDADES</p>
<p>Esta sesión es la primera parte de tres sesiones que compone el tema de ubicación temporo-espacial, siendo la primera de ellas, en la que observaremos sus relaciones de tiempo espacio con sus compañeros y objetos, que nos permitirá planificar las actividades de la segunda y tercera sesión de ubicación temporo-espacial, en la que nos encontraremos con relaciones de un nivel más complejas de tiempo espacio, como lo son trayectorias velocidad etc.</p>	<p>1-ESTATUAS: se dividirá el grupo en dos partes iguales. Tenemos una caja en la mitad de la cancha la cual va a ser la cesta, cada niño tendrá un orden de tiro o lanzamiento. Un niño encesta el balón dentro de la caja y el siguiente niño en el orden indicado deberá gritar ESTATUAS, mientras los demás corren alejándose de él. Inmediatamente el grita eso los demás se detienen y él intentara ponchar desde la caja a alguna de las estatuas.</p> <p>2-MEMORIA: se divide el grupo en cuatro partes iguales. El lugar para realizar la actividad serán las canchas de voleibol. El juego consiste tocar con el balón a los componentes del equipo contrario mediante el lanzamiento sobre la maya de la cancha del balón, el lanzamiento se efecturá de espaldas al equipo contrario, tratando de recordar la posición de los contrarios y apuntando.</p> <p>3-Bolas de lava: se dividirá el grupo en dos partes iguales, y se dotara a cada integrante con una pelota. En el espacio se encontraran varios objetos que servirán al equipo que no posee las pelotas como refugio. El objetivo del equipo</p>

	<p>que no posee pelotas es pasar de la línea inicial a la final de la pista sin ser tocados por alguna pelota porque se quemaran y deberán regresar al inicio. Mientras que el equipo que lanza las pelotas lo hará por zonas, zona 1 donde la pelota rodara por el suelo y zona 2 donde la pelota será lanzada viajando siempre por el aire hasta tocar a un contrario -si la pelota bota en el suelo no es válido.</p>
<p>ANALISIS DE LA SESIÓN:</p>	

4.2.2.7. Sesión 5. Estructuración espacial y temporal.

<p>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR “AUMENTANDO LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE LA IMAGEN CORPORAL” SESION 5</p>
--

FECHA: 19/OCTUBRE/2015	CURSO: 604
TEMA: Estructuración Espacial- Conocimientos nuevos	OBJETIVO: Conocer nociones espacio-temporales como: dirección, velocidad, trayectoria, aceleración.
JUSTIFICACIÓN	ACTIVIDADES
Esta sesión es la segunda parte de ubicación temporo espacial, la cual diseñamos a partir de lo que nos arrojó la sesión anterior, donde notamos que la lectura temporo espacial de los objetos, específicamente la trayectoria, aceleración y velocidad de los mismos no es la mejor	<p>1-REBOTATRAPA: Los estudiantes se organizaran en parejas, cada una de ellas contara con dos conos y una pelota. El espacio estará demarcado con un círculo, en el cual deberán hacer botar la pelota lanzándola con la mano y mientras que el otro la nevera atrapar con el cono, así sucesivamente hasta que alguno o no la atrape o no la bote dentro del círculo, lo que le sumara punto al contrario.</p> <p>2-LIMPIANDO EL CAMPO: Se divide el grupo en dos partes. El equipo a tendrá conos y costales. Mientras que el equipo b contara con cientos de pelotas de diferentes tamaños, materiales, y capacidad de bote. El equipo b tendrá la tarea de llenar el campo del equipo a con pelotas, pero solo las podrán lanzar a una altura mínima de 3 metros. El equipo tentar la tarea de evitar que llenen su campo de pelotas, atrapándolas cuando están en vuelo con los conos y costales.</p> <p>3- COTEROS: Creamos equipos de 8 integrantes, 4 parejas. Desarrollaremos la actividad en canchas de voleibol.</p>

	<p>Se ubicaran 4 parejas con un costal a cada lado de la cancha, el objetivo será lanzar una pelota con los costales, cuando la pelota toque el suelo, el equipo del lado donde caiga perderá un punto.</p>
<p>ANÁLISIS DE LA SESIÓN:</p>	

4.2.2.8. Sesión 6. Estructuración espacial y temporal.

UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR “AUMENTANDO LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE LA IMAGEN CORPORAL” SESION 6	
FECHA: 26/OCTUBRE/2015	CURSO: 604
TEMA: Estructuración Espacial- Decisión consciente y deliberada de relacionar.	OBJETIVO: Interpretar la relación tiempo espacial para lograr con eficiencia el objetivo de una tarea.
JUSTIFICACIÓN	ACTIVIDADES
Esta sesión es la tercera parte de ubicación temporo espacial, la cual diseñamos como espacio que propicie situaciones de tiempo espacio para que los estudiantes relacionen sus experiencias previas y conocimientos nuevos para ponerlos a su servicio en la actividad a realizar.	<p>1-Actividad: Llevar al campo contrario la pelota para anotar puntos. La persona que porta la pelota estará imposibilitada de dar pasos, lo que garantiza la ocupación de espacios por parte de los participantes. Es un juego sin contacto, que promueve el respeto, la honestidad, responsabilidad, el juego limpio. El equipo contrario obtendrá la posesión de la pelota en el momento que la intercepten en el aire o cuando sus contrarios hagan un pase incompleto(la pelota toca el suelo)</p> <p>2- Actividad: Un equipo busca ponchar a todos los integrantes del otro equipo con un balón, los ponchados se van integrando al equipo “ponchador”. El jugador que esta con la posesión del balón no podrá caminar. Este juego continua con la línea de juego sin</p>

	<p>contacto, en el cual prima ante todo los valores y la comunicación.</p> <p>3-Actividad:</p> <p>Los equipos deben anotar puntos en el campo contrario.</p> <p>El jugador que posee el balón no podrá dar más de 3 pasos sin botar el balón. Para que la anotación sea válida el balón deberá pasar mínimo por 3 personas distintas. Se podrán realizar anotaciones de dos formas, la primera con un valor de 1 punto será en medio de un aro puesto en un vértice de la cancha, y el otro con valor de 3 puntos que será al hacer la cesta. Para la anotación de 1 punto solo se podrá hacer fuera de la bomba y con lanzamiento manual, para el de 3 puntos será posible lanzar desde cualquier lugar, pero solo con el pie.</p>
<p>ANÁLISIS DE LA SESIÓN:</p>	

EVALUACIÓN DE LA UNIDAD ESTRUCTURACIÓN ESPACIAL Y TEMPORAL

CRITERIOS DE LA EVALUACIÓN

La cual se realizara a término de cada unidad didáctica, o sea, en la tercera sesión de clase. Planteada y ejecutada desde una evaluación por procesos, no lineal, donde se dará la heteroevaluación, autoevaluación y coevaluación.

Conceptual (es): Se ubica fácilmente ante la trayectoria del objeto, se ubica en el espacio respecto al objeto y su trayectoria, lee la velocidad y trayectoria del objeto y lo aprovecha, lee con facilidad la ubicación de los objetos en el espacio y lo utiliza en su favor.

Procedimental (es): Mejorar la noción en el espacio físico.

Actitudinal (es): respeto por el propio espacio y el del compañero, genera ideas que posibiliten la progresión de su equipo dentro del juego, respeta las reglas instauradas dentro del juego, es responsable frente a los cargos que le otorgan dentro del juego, participa activamente.

5. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

5.1. Aprendizajes como docente

En nuestra experiencia previa a ejercer como profesionales, nos vimos en muchos momentos sobrepasados por los estudiantes, lo que nos llevó a buscar estrategias para dirigir de una mejor manera el grupo sin ejercer control sobre ellos, sino con la intención de mantener un orden que permitiese el buen desarrollo de las actividades.

La reflexión sobre la acción, es un factor que creemos es fundamental en el papel de diseñador de ambientes de aprendizaje que tiene el maestro para con sus estudiantes. Por esto el diseño de nuestras sesiones lo hicimos siempre al recapacitar sobre nuestro actuar, de lo que debimos hacer y de cómo mejorar. Sabemos que nos falta adquirir mucha más experiencia para afinar nuestro tacto pedagógico (Max van Manen, 1998) para ser un profesional que reflexiona y toma siempre mejores decisiones.

5.2. Incidencias en el contexto y en las personas

Lo primero que pudimos analizar fue que nos hizo falta mucho tiempo para poder incidir en la población como queríamos para el desarrollo del PCP, además si bien nuestras actividades estaban intencionadas, no tenían la continuidad ni la constancia, para que se vieran reflejados nuestros objetivos. El hecho de que no fuese permanente y en tiempos cortos determino que no fuesen capturados los posibles cambios efectuados en los estudiantes.

Pero si se presentan incidencias en los estudiantes, en cuanto, a la variación de las actividades establecidas, ya que, pudimos interpretar que el manejo de clase se da siempre de la misma forma y con el mismo fondo. Por esto mismo se presenta una participación activa por parte de los estudiantes, una afectividad hacia los docentes y una motivación para su pronta realización nuevamente.

En cuanto al contexto creemos no poder verse reflejado en tan poco tiempo, este trabajo arduo necesita de tiempo para que su desarrollo incida sobre una población.

5.3. Incidencias en el diseño

Además de lo relacionado anteriormente que también influye sobre el diseño, otro punto que determino nuestro proyecto fue la falta de cumplimiento a las objetivos, ya que, se establecieron de manera muy general, pensando a futuro, y con las sesiones establecidas en la ejecución piloto era muy difícil lograrlos. Pero logramos cumplir los objetivos de cada sesión que de cierta forma son un desglosamiento de los macro objetivos establecidos. Esto se debe a la cantidad de festivos que se presentaron durante el semestre, que no nos permitieron llevar una continuidad con los temas.

Vimos que en muchas de las actividades a pesar de que las planeamos para que todos los estudiantes participaran, se evidenciaba como unos opacan a otros (probablemente por las habilidades que ya poseían, mientras que otros hasta ahora las estaban desarrollando), esto nos reta a diseñar actividades donde todos tengan la misma posibilidad de intervención dentro de las mismas, para no ejercer jerarquización dentro de los estudiantes, ya que denotaría un aumento en la

autoestima de unos y un descenso en la de otros, por lo cual no estaríamos cumpliendo con el propósito de nuestro proyecto.

5.4. Recomendaciones

- Ampliar nuestra base de diagnóstico. Esto nos ayudara a conocer mejor a los estudiantes, el contexto, las posibilidades, fortalezas, debilidades, potencialidades, que nos dejara levantar un perfil de cada uno de ellos y de esta manera el diseño de sesiones podrá ser más acertado para lograr los objetivos planteados.
- Replantear los objetivos pues denotamos que están pensados para realizar a muy largo plazo y eso nos impide ver el desarrollo del proyecto.
- Nutrir nuestra experticia docente, el poder leer mejor lo que pasa dentro de la clase, de ver de una manera más clara las relaciones que allí se establecen y de cómo éstas influyen en la construcción de quienes las experimentan. De ver el proceso que llevan los estudiantes y el grupo, de aprender del contexto y saber que, como y cuando es lo más adecuado para intervenirlo.
- Debemos seguir construyéndonos como docentes, pues tenemos una gran responsabilidad con los estudiantes que en algún momento estarán con nosotros, debemos de brindarles las mejores herramientas posibles para que en el trasegar de su vida las utilicen en el momento adecuado y de manera eficiente. Construirnos como personas, puesto que al final lo que transmitimos es lo que nosotros mismos somos, como dice Max van Manen (1998) “mi forma de ser profesor depende de lo que hago, de mis posibilidades de actuar solícitamente”.
(p.127)

REFERENCIAS

Alcántara, J. A. (2005). *Educar la autoestima. Métodos, técnicas y actividades.*

Barcelona: CEAC.

Benjumea, M. M. (2003). *La educación física en la contemporaneidad. Tendencias y perfil profesional.* Recuperado de

http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/04_la_motricidad_corporeidad.pdf

Branden, N. (1994). *Los seis pilares de la autoestima.* Barcelona. Paidós.

Castañer, M. y Oleguer Camerino, F. (1996). *La Educación Física en la enseñanza primaria.* Barcelona: Inde.

Constitución Política de Colombia. (1991). Bogotá: Momo

De Zubiría, J. (2006). *Los modelos pedagógicos: Hacia una pedagogía dialogante.*

Bogotá: Magisterio.

Ferreyra H. A., & Pedrazzi, G. (2007). *“Teorías y enfoques psicoeducativos del aprendizaje”.* Buenos Aires: Noveduc

Ley General de Educación. (2000). Bogotá. Momo

Ministerio de Educación Nacional. *Lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte.*

Moreira, M.A. (2000). *Aprendizaje significativo: teoría y práctica.* Madrid: Aprendizaje Visor.

Not, L. (1983). *Las pedagogías del conocimiento.* México: Fondo de Cultura Económica

Rojas, M. (2006). *El futuro del estado del bienestar a la luz de la experiencia de Suecia*. Madrid.

Sen, A. (2000). *Desarrollo y libertad*. Bogotá: Planeta.

Servicio de Innovación Educativa de la Universidad Politécnica de Madrid. (2008).

Vayer, P. (1977). *El diálogo corporal*. Barcelona: Científico-Médica.

Vayer, P. y Picq, L. (1985). *Educación psicomotriz y retraso mental: aplicación a los diversos tipos de inadaptación*. Barcelona: Científico-Médica.

ANEXOS

A. Fotografías IED Floridablanca (costado sur)



IED Floridablanca (costado oriental)

