

**LOS APORTES DE LA CAPOEIRA A UNA EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL
FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES EXPRESIVAS**

Proyecto Curricular Particular para optar al título de

Licenciado en Educación Física

Autores: Alex Alberto Velásquez Segura

Duván Camilo Bernal Cadena

Julieth Vanessa Aguilar Delgado

Tutor: Consuelo González

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA

Bogotá, D.C. 2015. II

Resumen Analítico en Educación-RAE

1. Información General	
Tipo de documento	Trabajo de grado.
Acceso al documento	Universidad Pedagógica Nacional. Biblioteca Central.
Título del documento	Los aportes de la capoeira a una educación física para el fortalecimiento de las capacidades expresivas.
Autor(es)	Aguilar Delgado, Julileth Vanessa; Bernal Cadena, Duvan Camilo-, Velásquez Segura, Alex Alberto.
Director	Consuelo González Mantilla.
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2015. 135 p.
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN.
Palabras Claves	COMUNICACIÓN; EDUCACIÓN FÍSICA; LENGUAJE CORPORAL; CAPOEIRA; CULTURA; EXPRESIÓN CORPORAL; CAPACIDADES EXPRESIVAS.

2. Descripción
Trabajo de grado para obtener el título de Licenciados en Educación Física, es una propuesta curricular que busca fortalecer las capacidades expresivas mediante la implementación de la Capoeira en una clase de educación física, para contribuir a una educación corporal que se desarrolle durante toda la vida mejorando de esta forma los procesos de interacción humana y convivencia, haciendo principal énfasis en la comunicación no verbal que se encuentra mediada por la cultura.

3. Fuentes
Dawkins R. (1985). El gen egoísta. Ed. Labor. Barcelona, España.
Castillo E., & Rebollo J. (2009). Expresión y comunicación corporal en educación física. Wancuelen e.f. digital; (numero 5).
Fast. J. (1998). El lenguaje corporal. Ed. kairos. España.
Paride. H. carybe. Verger. P.; textos del Brasil N- 14 capoeira.
Torres L. (1996). Capoeira Arte Marcial del Brasil, curso básico. Ed. Alas. Barcelona. España.
Arteaga M., Viciano V., & Conde J. (2003). Desarrollo de la expresividad corporal: tratamiento globalizador

de los contenidos de representación. Ed. Inde. Barcelona. España.

Melas I. (2005). El Movimiento Natural: bases, desarrollo y ejercicios. Ed. Paidotribo. Barcelona. España.

4. Contenidos

Caracterización contextual: En este capítulo se muestra el qué, por qué y para qué del proyecto mediante una contextualización de la problemática relacionada con los problemas de comunicación corporal y como a partir de la educación física y la capoeira se puede aportar a trabajar en el mejoramiento de esta problemática mediante el fortalecimiento de las capacidades expresivas, teniendo en cuenta los antecedentes y la sustentación legal.

Perspectiva educativa: este capítulo hace referencia al saber ser, el saber hacer y el saber-saber correspondientes a los ejes humanístico; ideal de ser humano, teoría del desarrollo humano y conceptos, el eje pedagógico; modelo pedagógico, modelo didáctico, modelo evaluativo, teoría curricular y conceptos y el eje disciplinar; concepto de educación física, tendencia teórica, estilos de enseñanza y conceptos, que servirán de sustentación teórica para la fundamentación del proyecto.

Diseño e implementación: en este capítulo se consolida la propuesta curricular mediante el macro diseño, el cronograma de actividades, las planeaciones de clase, los contenidos, la metodología, los propósitos y los distintos formatos de evaluación con sus respectivas relaciones que se aplicaran a lo largo de la ejecución del proyecto.

Ejecución piloto: En el presente capítulo se expone y se da a conocer el micro contexto en el cual se realizara la ejecución piloto, se describe a la población con la que se trabajó el proyecto, por otro lado se plasma los formatos de las planeaciones de clase en donde se describe el tipo de acción a realizar con el grupo de trabajo a partir de la unidad didáctica, el tema a trabajar y las observaciones respectivas de acuerdo a la sesión de clase, de igual forma, Se muestran los formatos de evaluación diligenciados y el análisis de resultados de dichos formatos.

Evaluación: es el último capítulo del proyecto, aquí se condensan todas las reflexiones, análisis y proyecciones del mismo. Se da a conocer las conclusiones que se generan a lo largo de la implementación y se considera que impacto tuvo su ejecución en el plano social.

5. Metodología

La metodología está guiada por el modelo interestructurante, donde se evidencia en la realización de las actividades un paso de la instrucción a la autonomía en la construcción del proceso de enseñanza aprendizaje, esta construcción se realiza mediante los estilos de enseñanza de Muska-Mosston mando directo, asignación de tareas y resolución de problemas.

Toda esta construcción se da por medio de la tendencia teórica de la expresión corporal, a través de la utilización de juegos simbólicos, danzas, coreografías, obras teatrales que llevan a los participantes a la exteriorización de sus emociones mediante la corporalidad.

6. Conclusiones

En perspectiva la propuesta es interesante porque tiene muchos elementos desde los cuales se puede trabajar y lograr cambios estructurales muy sustanciales dentro de una clase de educación física, la importancia consiste en imaginar y crear nuevas formas de enseñar para alcanzar cualquier propósito observable que sin lugar a dudas desde la educación física se puede trabajar. Por lo anterior, y reflexionando acerca del trabajo realizado, se produce la sensación de que es un gran proyecto, que está inmerso dentro de una problemática que nos preocupa lo bastante como para tratar de contrarrestarla y que sin duda puede seguir construyéndose y alimentándose con el paso de los años, porque su campo de aplicabilidad es muy amplio y cuenta con elementos, culturales, sociales y educativos con los cuales generan practicas incidentes que sean realizables para toda la vida, una educación en palabras de Cajigal, una Educación Física para toda la vida.

Elaborado por:	Aguilar Delgado, Julileth Vanessa; Bernal Cadena, Duvan Camilo-, Velásquez Segura, Alex Alberto.
Revisado por:	Consuelo González Mantilla.

Fecha de elaboración del Resumen:	22	11	2015
--	----	----	------

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA	VI
AGRADECIMIENTOS	III
RAE.....	¡Error! Marcador no definido.
INTRODUCCIÓN	1
JUSTIFICACIÓN	3
CONTEXTUALIZACIÓN.....	6
1.1 CAPOEIRA UNA FORMA DE HACER EDUCACIÓN FÍSICA	11
1.4 ANTECEDENTES:.....	14
1.5 MARCO LEGAL	17
PERSPECTIVA EDUCATIVA	21
2.1 DESARROLLO HUMANO.	21
2.2 TEORÍA CURRICULAR	28
2.3 MODELO PEDAGÓGICO, DIDÁCTICO Y EVALUATIVO	31
2.4 MODELO DIDÁCTICO.....	35
2.5 MODELO EVALUATIVO:.....	37
2.6 TENDENCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA; EXPRESIÓN CORPORAL	38
DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN.....	45
3.1 MACRO DISEÑO	45
3.2 MICRO DISEÑO	55
3.2.1 MOMENTOS DE LA CLASE.....	55
EVALUACIÓN.....	117
REFERENCIAS.....	121

LISTADO DE GRÁFICOS

<i>Grafico 1: Relación de algunos factores que intervienen en el proceso Comunicativo</i>	8
<i>Grafico 2: Dimensiones del ideal de ser humano</i>	26
<i>Grafico 3: Teórica curricular práctica</i>	29
<i>Grafico 4: Relación de modelos</i>	32
<i>Grafico 5: Tendencia de la educación física</i>	40
<i>Grafico 6: Capacidades expresivas</i>	43
<i>Gráfico 7: Estadística de la evaluación diagnostica</i>	77
<i>Gráfico 8: Resultados evaluación profesor Camilo Bernal</i>	80
<i>Gráfico 9: Resultados evaluación profesor Vanessa Aguilar</i>	83
<i>Gráfico 10: Resultados evaluación profesor Alex Velásquez</i>	86

LISTADO DE TABLAS

<i>Tabla 1: Antecedentes de proyectos relacionados con el PCP</i>	15
<i>Tabla 2: Cuadro de contenidos y relaciones (tendencia expresión corporal, Capoeira y capacidades expresivas</i>	45
<i>Tabla 3: Resultado de las relaciones (tendencia expresión corporal, Capoeira y capacidades expresivas) y creación de los nuevos contenido</i>	46
<i>Tabla 4: Macro diseño PCP</i>	52
<i>Tabla 5: Cronograma de actividades PCP</i>	54
<i>Tabla 6: Planeación de clase</i>	58
<i>Tabla 7: Formato evaluación diagnóstica</i>	59
<i>Tabla 8: Criterios de evaluación</i>	62
<i>Tabla 9: Evaluación profesor</i>	65
<i>Tabla 10: Evaluación Programa</i>	66
<i>Tabla 11: Evaluación Diagnóstica diligenciada</i>	70
<i>Tabla 12: Evaluación Diagnóstica diligenciada</i>	71

<i>Tabla 13: Evaluación Diagnóstica diligenciada</i>	72
<i>Tabla 14: Evaluación Diagnóstica diligenciada</i>	73
<i>Tabla 15: Evaluación Diagnóstica diligenciada</i>	74
<i>Tabla 16: Evaluación Diagnóstica diligenciada</i>	75
<i>Tabla 17: Evaluación Diagnóstica diligenciada</i>	76
<i>Tabla 18: Evaluación profesor diligenciada</i>	79
<i>Tabla 19: Evaluación profesor diligenciada</i>	82
<i>Tabla 20: Evaluación profesor diligenciada</i>	85
<i>Tabla 21: Evaluación Programa Diligenciada</i>	88
<i>Tabla 22: Planeación de clase número 1</i>	92
<i>Tabla 23: Planeación de clase número 2</i>	96
<i>Tabla 24: Planeación de clase número 3</i>	98
<i>Tabla 25: Planeación de clase número 4</i>	101
<i>Tabla 26: Planeación de clase número 5</i>	104
<i>Tabla 27: Planeación de clase número 6</i>	106
<i>Tabla 28: Planeación de clase número 7</i>	109
<i>Tabla 29: Planeación de clase número 8</i>	111
<i>Tabla 30: Planeación de clase número 9</i>	113
<i>Tabla 31: Planeación de clase número 10</i>	115

DEDICATORIA

Este proyecto es dedicado a mi gran amor y quien me inspiro a estudiar la educación física, quien es el motor y fuerza para seguir adelante, Capoeira que es mi vida, mi filosofía, mi pasión.

A mi madre Fabiola cadena, quien siempre creyó en mí, brindándome todo su apoyo.

A mis compañeros y amigos Alex y Vanessa, que estuvieron a mi lado ayudándome a cumplir esta meta. Dando momentos de felicidad, tiempo, risas y lo más importante su compañía incondicional.

A mis profesores de Capoeira doido (Carlos) y visval (Camilo Gomez), que con sus enseñanzas crecí como ser humano y como hombre, siendo mejor cada día.

Camilo Bernal cadena.

El presente proyecto es dedicado a mis padres Yofre Aguilar Fajardo y Sandra Patricia Delgado que desde el inicio de este proceso formativo, me apoyaron incondicionalmente, a ellos les debo gran parte de lo que soy y por eso este proyecto es en gran medida a nombre de ellos.

A mis amigos y colegas Camilo Bernal y Alex Velásquez. Amigos, este proyecto ha sido el resultado de grandes aventuras, mucho trabajo, risas y diálogos, gracias por compartir la realización de este proyecto y enseñarme las cosas buenas de la amistad en el proceso.

A Daniela Ángel, este proyecto va dirigido a ti porque me ayudaste a tener paciencia y no desfallecer en el proceso, por darme tu apoyo y motivación constante para alcanzar este gran objetivo profesional.

Julieth Vanessa Aguilar Delgado.

Después de algunos años de muchas dificultades, limitaciones económicas, alegrías y tristezas mi vida cambio, madure como persona y como futuro docente, aprendí de amigos compañeros y docentes, pero lo más importante estuve acompañado de mi esposa Zaida a quien amo y esperando con gran deseo la llegada de mi hijo Isaac que pronto cumplirá dos años, a ellos dos quienes son mi inspiración y razón de ser les dedico este documento como muestra de agradecimiento por su amor y cariño.

Alex Alberto Velásquez Segura

AGRADECIMIENTOS

A agradezco a mi madre Fabiola cadena y a mis abuelos que tuvieron fe en mí y siempre han querido lo mejor para mi vida.

A lá familia Capoeira nativos, a mestre aranha (joelson borgues). Quienes me brindaron la educación para mi vida y abrieron un nuevo mundo a mi formación como persona.

A las personas que en este proceso compartieron sus conocimientos, profesores: Hair duque, Daniel oliveros, Jorge lloreda, Jose luis forero, Jairo velandia, clara peña, marco Aurelio Rodríguez, y nuestra tutora consuelo González, a quienes les debo gran admiración y respeto.

Al grupo y familia Capoeira upn, quienes con su apoyo se construyó este proyecto.

Camilo Bernal cadena.

Agradezco a mis padres Yofre Aguilar y Sandra Delgado por brindarme la oportunidad de alcanzar este objetivo profesional, porque creyeron en mí y siempre me brindaron su amor y apoyo.

A nuestra tutora Consuelo González, por sus conocimientos y su guía durante la realización de este proyecto.

A mi querido y gran amigo Camilo (Macaco) Bernal, infinitas gracias por llegar a mi vida y enseñarme grandes valores como la amistad, la confianza y el amor. Hacer este proyecto junto tiene un valor significativo para mi realización como persona, te quiero.

A Daniela ángel, gracias por acompañarme en este proceso de gran relevancia para mí, por confiar en mi trabajo y formar parte de mi vida.

Julieth Vanessa Aguilar Delgado

Agradezco a mi esposa Zaida Fiquitiva por su apoyo incondicional en este proceso de principio a fin, por la paciencia y comprensión en los momentos difíciles que hemos pasado para lograr esta meta.

También agradezco mis compañeros de PCP, Vanessa y Camilo quienes me brindaron la mano en el momento en que más lo necesitaba, sus consejos y saberes me ayudaron en mi formación personal y docente, a ellos mil gracias.

Por ultimo agradezco a todos los profesores que me acompañaron en este proceso y especialmente a mis tutores quienes fortalecieron el discurso y el texto de este proyecto pedagógico.

Alex Alberto Velásquez Segura

INTRODUCCIÓN

Dentro del mundo de la globalización y los avances tecnológicos los procesos de comunicación proximal entre los sujetos y sujetas se han visto influenciados debido a que dichos avances se han encargado de distanciar el contacto físico de las personas Minoura (2001), poniendo la comunicación en un plano principalmente virtual. La Doctora Díaz (2005), directora del departamento de educación de la Universidad de Córdoba, realizó una investigación que presentó mediante un artículo acerca de las nuevas tecnologías de la comunicación y los avances tecnológicos, en este denominado *el impacto de las TICs en la sociedad del milenio*, da a conocer algunas consecuencias negativas que se han desarrollado con la expansión de estas herramientas de comunicación, entre estas se encuentra el aislamiento físico de las personas con el entorno y el detrimento de las relaciones interpersonales.

Por esto, la presente propuesta busca mejorar y fortalecer las capacidades expresivas a través de la expresión corporal y la comunicación no verbal entre otras, mediante el uso de la Capoeira vista como un medio alternativo en la clase de educación física para fortalecer los lazos de comunicación entre las personas participantes del proyecto curricular particular (PCP), así como contribuir en la recuperación de espacios propicios donde los cuerpos se puedan expresar y la brecha que existe por falta de comunicación entre las personas pueda reducirse de forma sustancial.

Es así que, se inicia con la justificación, ilustrando el problema que atañen procesos comunicativos en relación al lenguaje corporal como una deficiencia que se presenta en la

comunicación a causa de uso excesivo de los productos tecnológicos, afectando las relaciones sociales, actividades laborales, escolares, familiares, personales entre otros. Seguido la contextualización. Hace referencia a la explicación de los elementos que se van a manejar en el proyecto y las relaciones que median todo el proceso de igual forma, se da a conocer el marco legal que sustenta el proyecto y los antecedentes.

En una segunda parte, la perspectiva educativa compuesta por varias teorías, modelos, tendencias y perspectivas que son el constructo argumentativo del PCP, entre las cuales se encuentran: la teoría de desarrollo humano socio-cultural de Vigosky que habla de los procesos sociales en la cual el individuo se apropia y se desarrolla por medio de los componentes de la cultura usando como herramienta la comunicación; en cuanto a la teoría curricular está basada en la perspectiva practica que da importancia a las interacciones humanas, dando la construcción y significado de las cosas; el modelo pedagógico interestructurante de Louis Not, plantea que el profesor es el que posee el saber siendo un guía, brindando el conocimiento según las necesidades del estudiante siendo ambos participes de la reconstrucción del conocimiento; desde una visión de la educación física se inclina la balanza con la tendencia teórica de la expresión corporal, potencializando el conocimiento y el desarrollo del lenguaje corporal desde las capacidades expresivas; de tal manera el modelo evaluativo que se realiza está basado desde un modelo procesual, de Mc Donald, buscando la evaluación continua, para permitir modificaciones en la enseñanza. En esa medida, en el transcurso del proyecto se abordarán los temas de comunicación y capacidades expresivas mediadas por la educación física, que permitirá a las personas reconocerse a sí mismas y a otros y otras dentro de un sistema de signos y representaciones corporales que influyen en las diferentes formas de ser y pensar sobre el mundo.

JUSTIFICACIÓN

Este trabajo se realiza con el fin de presentar una propuesta basada en el fortalecimiento de capacidades expresivas por medio de la Capoeira, centrada en una educación física que considera la importancia de una educación para la vida cotidiana, es decir, que sea útil en todos los momentos en los cuales sea pertinente su aplicación, por ejemplo: en el cortejo, al momento de conseguir un empleo, de hacer amigos, de viajar, enfrentar situaciones varias; como el miedo, la ansiedad, el peligro entre otros, en donde se ve reflejada la importancia de la comunicación a través del cuerpo, la expresión corporal y lenguaje corporal, ya que a partir de esos factores se puede comprender la incidencia del desarrollo como ser humano en relación con los demás seres.

Por otra parte, con la realización de este proyecto se busca adquirir conocimientos pertinentes que amplíen nuestra visión de educación física y la importancia de que las personas eduquen su cuerpo para los procesos de comunicación, que se encuentran mediados por la cultura y las interacciones sociales producidas dentro y fuera del contexto escolar lo que busca contribuir al desarrollo de la educación física en otros ámbitos de formación.

Por ende, se busca fortalecer las capacidades expresivas a través de la práctica de la Capoeira, la cual es concebida como una posibilidad para el desarrollo integral del ser humano bajo la mirada de la educación física, brindando espacios en donde se eduque al cuerpo en función de las capacidades expresivas, fortaleciendo de esta forma las diferentes formas de comunicación a través del lenguaje corporal, la expresión corporal, los gestos,

los memes -cromosomas culturales- (Dawkins. R. 1985 pág. 281) que afiancen las relaciones sociales e intrapersonales que se construyen por la cultura. De esta forma, considerando la importancia de las relaciones sociales para los procesos comunicativos, el fortalecimiento de las capacidades expresivas apuntan a la asertividad en esos procesos, a disminuir la brecha de contacto corporal favoreciendo la convivencia y el respeto por los otros, aspectos de gran preponderancia para el desarrollo de una comunicación precisa, eficiente y asertiva, que acerque a las personas por medio de la actividad corporal.

Si se observa con atención hacia las nuevas generaciones, se presenta una clara necesidad de movimiento físico, comunicación corporal directa con otro ser humano, para contrarrestar en alguna medida las implicaciones de las nuevas tecnologías y el principio de una era de apéndices tecnológicos los cuales se les implantan a las personas desde que nacen, estando condicionadas por medio de la creación de falsas pseudo-necesidades que se desarrollan junto a estos artefactos (ya sea un teléfono celular, un televisor, una Tablet, una computadora, entre otros).

Si bien es importante reconocer que la comunicación virtual ayuda a establecer contacto con personas al otro lado del mundo en un instante, también es cierto que está alejando a las personas que tenemos cerca, y se hace cada vez más evidente que la asertividad de los códigos corporales comunicativos no es en muchos casos la adecuada, resulta más fácil comunicar los deseos y sentimientos tras una pantalla o por medio de un mensaje de celular, pero cuando se realiza el contacto humano de forma directa existe una desviación del mensaje entre los receptores y los emisores.

Ahora bien, desde la Capoeira como una forma de hacer Educación Física se pretende dar una solución a dicha problemática, ya que cuenta con los componentes de la kinesia y la proxemia como ciencias del lenguaje corporal y la relación con el espacio y el tiempo encaminadas al movimiento y a una educación física como hecho y practica social, que permita mediante la aplicación de la expresión corporal favorecer un espacio en donde se fortalezca el conocimiento de si, para así ampliar el conocimiento hacia el otro mediante procesos de educación corporal y aprendizaje cultural.

CONTEXTUALIZACIÓN

“En el sentido más alto, el término educación debe abarcar todos los intentos deliberados de conformar y transformar al hombre y la sociedad” (Bowen y Hobson).

Todos los seres vivos en la faz de la tierra comunican, ya sea de forma química-hormonal, sonidos, lenguaje corporal entre otros. Estas formas de comunicación las brinda la evolución en todo su esplendor, pero, cuando se habla de comunicación humana, es la suma de esa evolución biológica y la evolución cultural. Según Idalberto Chiavenato, comunicación es "el intercambio de información entre personas. Significa volver común un mensaje o una información. Constituye uno de los procesos fundamentales de la experiencia humana y la organización social"(2006, Pág. 110).

La cultura ayuda a mediar esos procesos comunicativos, entre los sujetos en un contexto determinado; la forma de vestir, el idioma y la construcción de kines¹, por ejemplo: el saludo, un gesto de aprobación o desaprobación, un guiño, un choque o apretón de manos, entre otros. La evolución del hombre no solo tiene relevancia en los cambios físicos que lo caracterizan como especie sino todo eso que trae consigo, eso que lo diferencia de las demás especies y es el entendimiento de su existencia, ya sea de una forma espiritual o de una forma intelectual. Para comprender la relación implícita entre cultura y comunicación, según la UNESCO (1982) “la cultura puede considerarse...como el conjunto de los rasgos distintivos, espirituales y materiales, intelectuales y afectivos que

¹ Julius fast (1998) el kine es un movimiento gestual-corporal específico con sentido comunicativo e informativo.

caracterizan una sociedad o un grupo social. Ella engloba, además de las artes y las letras, los modos de vida, los derechos fundamentales al ser humano, los sistemas de valores, las tradiciones y las creencias." El sentido cultural se ve reflejado en la transmisión de los rasgos mencionados anteriormente donde la comunicación juega un papel importante ya que esta encierra una serie de códigos, signos o representaciones que permiten la interacción entre los sujetos que están inmersos en una cultura.

Para comprender mejor la comunicación Wilbur Schramm (1974) dice: "el proceso de comunicación consiste en un trasmisor un mensaje y un receptor. El trasmisor y el receptor pueden incluso ser la misma persona, como sucede cuando un individuo piensa o habla consigo mismo. Pero el mensaje está en alguna etapa del proceso, separado tanto del transmisor como del receptor. Llega un momento en que cualquiera que sea la cosa que comunicamos es simplemente una señal que contiene un significado para el trasmisor y que contiene para el receptor cualquier significado que él pueda leer en la señal".

Todo este proceso comunicativo tiene unos rasgos que lo enmarca, para que se pueda seguir transmitiendo el legado del ser humano. Un aspecto es el biológico, ya que el medio comunicante es el cuerpo; otro es la educación, la cual no puede ser vista solo desde la parte institucional (colegios, jardines, universidades) ya que sería muy vago su concepto, esta se extiende mucho más allá, cuando involucra todo aquello que vincula al individuo a la sociedad, y se convierte en un ser apto para aportar a la misma, tomando el sentido de que la vida también educa, sin olvidar que el individuo se adapta a los parámetros culturales en los que está inmerso, aprendiendo de su contexto sociocultural, teniendo la capacidad de

comunicar a través del lenguaje de su cultura. Ese proceso se expresa mejor en el *grafico 1*. Como una relación de los factores que intervienen el proceso comunicativo.



Grafico 1: Relación de algunos factores que intervienen en el proceso Comunicativo

Fuente: Elaboración propia a partir de la relación de conceptos entre comunicación y capacidades expresivas.

Comprendemos de esta manera que la educación debe trascender y explorar lo más interno de las capacidades humanas, permitiendo a las personas construir sus propios

mundos en los cuales puedan interiorizar cualquier tipo de experiencia que los y las lleve a potenciar dichas capacidades, trayendo consigo una educación libertaria, abierta a la espontaneidad y de la cual el lenguaje corporal pueda alimentarse para generar otro tipo de relaciones o interacciones indiscutiblemente necesarias para fortalecer la educación.

La educación ha generado espacios para la formación de cada individuo que compone la sociedad, en estos espacios fluctúan diversas opiniones, formas de ver y sentir el mundo por ende es relevante fortalecer los procesos de comunicación y expresión que están implícitos en ellos, es allí donde las capacidades expresivas adquieren valor en el momento en que inciden en las diferentes prácticas culturales.

Ahora bien, una de las formas en que se puede ver representada la comunicación dentro de la cultura es por medio del lenguaje corporal, ya sea lo aprendido desde la cultura en la que está el individuo o las condiciones genéticas, parafraseando a Allan Peace (2010) el lenguaje corporal se hace universal, como ejemplo la sonrisa, no importa el continente o la cultura, tiende a expresar el mismo significado, aun así llegan a ser factores educables. En este caso, la Educación Física tiene la posibilidad de desarrollar diferentes capacidades innatas en los seres humanos, una de estas son las capacidades expresivas las cuales ayudan al proceso comunicativo, mediante el lenguaje corporal; aquellas capacidades desarrollan la creatividad de las personas desde la parte cognitiva y motriz, las capacidades expresivo-corporales y las interacciones sociales, ya que la capacidad expresiva está inmersa en el desarrollo del trabajo colectivo. (Arteaga 1996)

Para una mejor visión, Artega y Cols (1997), plantea las capacidades expresivas desde tres categorías: el conocimiento personal, la comunicación interpersonal y comunicación introyectiva. El conocimiento personal desde el autor, se refiere a la desinhibición corporal con conocimiento y adaptación personal al entorno de igual forma, el conocimiento de sí mismo por medio de los segmentos corporales y su expresión; la comunicación interpersonal no verbal, hace referencia a el lenguaje corporal en relación con los otros en un determinado tiempo y espacio; por último, la comunicación introyectiva, analiza las características psicológicas internas de cada sujeto y sujeta y como estas interfieren en las distintas formas de expresar.

Para el desarrollo del PCP se tendrán en cuenta las dos primeras categorías – conocimiento personal, comunicación interpersonal- la decisión de tomar solo estas dos categorías para desarrollar el proyecto, es que la capacidad introyectiva se trabaja desde un plano psicológico interoceptivo, desde las percepciones internas dejando a un lado la dimensión físico-corporal que es la que más interesa en el desarrollo del proyecto, es por lo anterior que no se trabaja esta capacidad durante el PCP, así mismo, se busca poder abordar de manera más eficiente el propósito del mismo, donde la preponderancia de las categorías escogidas –conocimiento personal, comunicación interpersonal- radica en la desinhibición corporal, el reconocimiento de las posibilidades corporales en relación al entorno, la

comunicación corporal, la kinesia y la proxemia² características importantes implícitas en la educación física.

Para el desarrollo del proyecto la capacidad expresiva se encuentra intrínsecamente ligada a los procesos de comunicación por los cuales las experiencias de aprendizaje se pueden llevar a la exteriorización mediante la espontaneidad del cuerpo, esto facilita el mejoramiento de la comunicación y la comprensión de la misma donde el lenguaje corporal es de gran relevancia como por ejemplo dentro de la clase de educación física. Es así que trabajar la capacidad expresiva por medio del conocimiento de sí mismo y la comunicación interpersonal puede favorecer los procesos de comunicación dentro y fuera del contexto educativo, consiguiendo una práctica consciente que trae como consecuencia la mejora de la expresión para la comunicación y las relaciones interpersonales que se dan constantemente en la vida cotidiana, gracias al favorecimiento de procesos de comunicación asertivos entre las personas, lo que en definitiva contribuye al desarrollo de una sana convivencia basada en el respeto por sí mismo y por el otro.

1.1 CAPOEIRA UNA FORMA DE HACER EDUCACIÓN FÍSICA

En la educación se considera de gran importancia la formación de todo ser para que viva en sociedad. Parte de esta formación, se vincula a necesidades que vienen desde

² Julios Fast, (1998) kinesia, ciencia que estudia el lenguaje corporal- comunicación no verbal. Proxemia, ciencia que estudia las relaciones del hombre con el espacio que lo rodea y la forma en que utiliza el espacio para comunicar hechos y señales con otros.

tiempos inmemoriales, inscrito en los genes o en los memes (cromosomas culturales). La teoría evolutiva nos muestra todo ese acervo genético impreso en el ADN. La necesidad de competencia y la satisfacción de la lucha aún están vigentes en todos nosotros como especie; además, la evolución humana ha sobresalido en el aspecto cultural y desde este punto, se encuentra todo ese desarrollo y expresiones de cada cultura.

La cultura, la educación y el culto al cuerpo se relacionan a la construcción de técnicas de lucha y defensa. Si nos remontamos a la india, desde este lugar es donde nacen las artes marciales (el kalaripayat con 3000 años de antigüedad, que da origen a las artes marciales de Asia), expandiéndose por China, Japón, Tailandia entre otros. Aunque en Europa también se encuentran registros de técnicas de lucha, el pugilato 688 a.C y el pancracio. África no se queda atrás, teniendo variedad de luchas regionales con contenido religioso, ceremonial (matrimonio, iniciación a la vida adulta) y culto a la naturaleza (celebración de la llegada de las lluvias y después de la cosecha). Esto no queda solo aquí, con la invasión europea a África, la conquista de América, y el éxodo esclavista de personas de origen africano al continente americano, surge como una expresión de libertad, la Capoeira.

De acuerdo con ciertas teorías que definen su origen, esta fue el resultado de la transculturación de las culturas indígenas nativas del Brasil, africana (Yoruba) y portuguesa; Por otro lado, proviene de técnicas de lucha del continente africano, Con las técnicas que traían los esclavos y una danza-lucha que practicaban los jóvenes para elegir esposa, competían para contraer matrimonio al llegar a la edad adulta, conocido como danza “da ceбра o n’golo”, se establece como capoeira en Brasil. Según Lima (1991:10-12)

describe cuatro etapas en el desarrollo de la capoeira, el primero ubicado en la época imperial, donde la capoeira se usaba para la defensa, segundo la república en donde la capoeira aparte de usarse como defensa, era una manifestación cultural conociéndose en este punto como capoeira Angola, tercero en 1930 bajo el gobierno del presidente Getulio Vargas la capoeira se organiza como gimnasia, siendo Mestre Bimba el creador de la capoeira regional; en 1972 pasa a ser deporte nacional por el consejo nacional, por último, en la actualidad se reconoce la capoeira contemporánea, donde se han realizado estudios académicos, y se ha usado como educación física desde el siglo XIX.

Consecuentemente, Paula Cristina Da Silva (1992) habla de la Capoeira y las relaciones con la Educación física en el siglo XX, En donde varios personajes intentaron vincularlas, desde perspectivas educativas en conjunto con las fuerzas armadas para enfocar la Capoeira como deporte; comenta Paula Da Silva que en 1960 el teniente primero Lamartine Pereira da Costa vincula como defensa personal, y preparación de lucha para los soldados de la Marina. La educación física desde estos referentes y desde el contexto Brasileiro, es tomada como la “pedagogización de los temas de la cultura corporal” (Da silva P. 1992. Revista textos del Brasil # 14)

Con lo anterior, podría entenderse que la forma de hacer educación física se vincula a una base cultural intrínseca de la Capoeira, donde los elementos de esta, tienen factores educables que son mediados por el contexto en una necesidad de movimiento desde las expresiones ancestrales de las culturas vivas, aun así, se puede ver con claridad que sigue entendida de forma instruccional y deportivizada debido a su característica de lucha a lo largo de las generaciones. Poder integrar la característica ancestral y cultural de la Capoeira

como una forma de hacer Educación Física expresiva desde el movimiento, dejando a un lado la mera instrucción y repetición es el propósito de una Educación Física para la vida cotidiana, donde se comprenda la necesidad de moverse para comunicar y expresar, una comunicación social y cultural que fortalezca las relaciones sociales y los lazos afectivos entre pares, una Educación Física que trascienda los paradigmas de repetición, sudor y deporte por nuevas acepciones de educabilidad del cuerpo para la exteriorización de cualquier tipo de experiencias verbales y no verbales, que utiliza la Capoeira como instrumento para lograr fortalecer las capacidades expresivas y con ello reconstruir la importancia biológica, cultural, educativa y social de todos los procesos de comunicación que se producen a lo largo de la existencia.

1.4 ANTECEDENTES:

Se realiza una revisión de proyectos relacionados con educación física, comunicación y Capoeira pertinentes para el desarrollo de este documento, partiendo de una búsqueda se encuentra:

Tabla 1: Antecedentes de proyectos relacionados con el PCP

NOMBRE DEL PROYECTO	AUTOR	AÑO	LUGAR
Expresión corporal un agente transformador en la Convivencia social	Lic. Greicy Johana Barahona Méndez Lic. Sonia Carolina Díaz Torres Lic. Yesith Humberto Pacheco Roza	2011	UPN, Bogotá
La expresión corporal como potenciadora de las habilidades comunicativas	William Garzón Mario Núñez	2011	UPN, Bogotá
La expresión corporal como medio para mejorar la comunicación no verbal en las alumnas del grado segundo en el colegio del Rosario Usaquén.	Nubia Barón Álvaro Torres	1993	UPN, Bogotá

Fuente: Elaboración propia a partir de una búsqueda de proyectos relacionados con la problemática del PCP

El primer PCP que se revisó justifica su trabajo en la problemática de violencia vivida en una población vulnerable, con dificultades de tolerancia y convivencia. A través de la expresión corporal, la Educación Física y el teatro encontraron las herramientas necesarias para convertir la expresión corporal en un instrumento de convivencia ciudadana que transforme la realidad contextual. Se observa conceptos de habilidades sociales y comunicativas que son eje para intentar abordar su proyecto, y se entiende que la falta de respeto por las decisiones y opiniones de los demás lleva a la violencia física constante dentro de la población. Ahora bien, nuestro proyecto no tiene como problemática temas de violencia o intolerancia, pero si aborda la necesidad de comunicación para facilitar espacios de convivencia propicios para fortalecer la relación social.

En el segundo proyecto correspondiente a la expresión corporal como potenciadora de las habilidades comunicativas, se encontró conceptos parecidos en torno a la comunicación pero su eje era las habilidades comunicativas muy diferente al direccionamiento que se maneja desde las capacidades expresivas, por su parte el proyecto toma como fundamento tres habilidades comunicativas desde un enfoque social, no desde la parte de lecto-escritura como siempre se ha manejado este tema, dichas habilidades comunicativas fueron la inteligencia social, la consecución de procesos participativos mediante la inspiración creativa y el aporte del trabajo grupal.

Por último, se maneja la expresión corporal como medio para mejorar la comunicación no verbal, con este proyecto se encuentran referencias conceptuales más cercanas al presente trabajo, la característica no verbal lleva a hacer hincapié en la corporalidad y la importancia motriz en los procesos comunicativos para una comprensión distinta de los mensajes por parte de los emisores. La comunicación no verbal ha ido perdiendo relevancia debido a la lejanía entre las personas como resultado del auge del desarrollo científico y tecnológico, de esta manera este proyecto justifica su razón de ser construido, nada alejado de la realidad.

Los proyectos resaltan las falencias, debilidades y necesidades de las personas basadas en el contexto y el desarrollo de clases de educación física, utilizando la tendencia de la expresión corporal, que evoca a un mejoramiento de las habilidades comunicativas y las relaciones sociales, como elementos fundamentales e importantes en lo que consta al desarrollo del ser humano. El aporte de estos proyectos se centra en la importancia que se le debe dar a la comunicación en las instituciones educativas y en todos aquellos proyectos

relacionados con la educación, ya que el déficit comunicativo se evidencia no solo en el contexto educativo, sino en cualquier espacio, que esté vinculado el estudiante. Ahora bien, teniendo en cuenta la revisión de algunos antecedentes, es menester considerar que la particularidad del actual proyecto se centra en una visión reconceptualizada de la educación física para la vida cotidiana desde factores sociales, educativos, culturales y biológicos que intervienen en el desarrollo individual y social de cada ser humano y como a partir de esa nueva visión se pueden fortalecer los procesos de comunicación corporal mediante el conocimiento de sí mismo y la comunicación con los otros, restableciendo de esta forma el contacto físico entre las personas, reduciendo así la brecha que ha ido creciendo debido a ese distanciamiento y fortaleciendo la construcción de las relaciones sociales medidas por la sana convivencia y el respeto.

1.5 MARCO LEGAL

Ser parte de una sociedad implica hacer parte de las tradiciones ideologías que se encuentra demarcadas por costumbres, códigos, creencias y otros elementos; pero de igual manera implica estar bajo una serie de límites, normas o leyes que configuran a la misma, en una organización de control económico, político, social, cultural, educativo entre otros. Entonces es allí en donde el papel de la Educación Física debe reconocer estos lineamientos y aplicarlos favoreciendo su quehacer y potencializando el desarrollo humano dentro de estos cánones propios de la identidad Colombiana; ahora bien, identificar igual las leyes que abarcan la expresión corporal y el desarrollo de capacidades expresivas nos permitirá dar un sustento legal al desarrollo del proyecto, además de servir de guía en su

implementación, de tal manera se realizó una investigación de las normas y leyes que están estipuladas en el país y a nivel internacional, que favorecen el desarrollo del proyecto. Que hace referencia a la deficiencia que se presenta en la comunicación a causa de los productos tecnológicos, afectando las relaciones sociales, actividades laborales, escolares, familiares, personales entre otros.

De tal manera que a continuación se trae a colación algunas de las normatividades más importante que conciernen a este PCP y que le darán un sustento legal a la implementación y ejecución del mismo:

Por mandato de la **Constitución Política de Colombia de 1991**, en los principios fundamentales **Título 2, Artículo 20**, el cual garantiza a toda persona la libertad de expresarse, difundir su pensamientos y opiniones siempre con responsabilidad social, dándonos un punto de partida para nuestro proyecto pedagógico que busca el pleno desarrollo de las capacidades expresivas fortaleciendo la utilización del cuerpo y el movimiento como medios de comunicación asertiva que procuren espacios de sana convivencia gracias al conocimiento de sí mismo, del otro y de su contexto social.

Respecto a la Ley 30 de 1992 de educación superior dice: con el propósito de contextualizar las actividades culturales y deportivas de las universidades el gobierno nacional plantea y apoya las políticas del bienestar universitario, de tal manera que a continuación se presentarán algunas normas que sirven de sustento para la implementación del proyecto en el contexto específico de la Universidad Pedagógica Nacional, subdirección de bienestar universitario área de deportes, la primera es la Ley 30 de 1992 la cual implementa los servicios de bienestar universitario en las instituciones de educación

superior del país que en su artículo 117 deja ver o refleja la importancia de que las universidades adelanten programas relacionados con el deporte, la cultura y el aprovechamiento del tiempo libre, de igual forma el artículo 119 en donde las instituciones son las que garantizarán los espacios propicios para dichas actividades. El proyecto se ejecutará dentro de la instalación universitaria, espacio que bien está a disposición en donde los aspectos culturales formativos del mismo serán clave para responder a los requerimientos establecidos legalmente, con el fin de no sólo aprender una técnica deportiva sino aprovechar el tiempo libre para fortalecer unas capacidades que pueden influir en la convivencia al interior de la universidad.

La **Ley 115 de 1994** en su Artículo 14, en el cual se define la enseñanza obligatoria de la educación física y en su numeral B resalta que el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, constituyen elementos importantes para el desarrollo integral del ser humano. Esta integralidad del ser es un aspecto importante que se habla en el proyecto, la construcción formativa de la enseñanza por medio de factores culturales, sociales, biológicos y educativos que giran alrededor de la comunicación deben ser abordadas desde la Educación Física como una práctica social posibilitadora del desarrollo humano.

Los **Lineamientos Curriculares de Educación Física, Recreación y Deportes (2000, p. 81)** expedidos por el Ministerio de educación Nacional, fundamentan la implementación de la educación física en el país por medio de un círculo basado en el desarrollo socio cultural, además de resaltar la evolución histórica de la misma desde el

periodo colonial; en cuanto al desarrollo de las capacidades expresivas, se resalta en el capítulo quinto que tiene como propuesta dar un giro a la educación física expresando la heterogeneidad y la multi-dimensionalidad de las acciones educativas, buscando replantear los conceptos prácticos, metodológicos de la educación actual del país, en el apartado expresión corporal correspondiente a los proceso de la formación educativa la propuesta es buscar el desarrollo de las potencialidades comunicativas del movimiento corporal, entonces el PCP se ubica en esta área ya que propicia y fomenta el desarrollo de las capacidades expresivas.

En cuanto a la Capoeira que es el medio por el cual se realiza la implementación de este proyecto, es importante resaltar que es declarada por la por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), por ser una disciplina cultural afro brasilera que mezcla la danza, las artes marciales y la música en un mismo contexto y entorno, de esta manera se le da un reconocimiento a estas costumbres con el objetivo de mantenerla viva por largo tiempo y que llegue a manos de futuras generaciones ya que esta diversidad y riqueza puede potenciar el desarrollo motor, los procesos de interculturalidad y en este caso particular el fortalecimiento del conocimiento corporal y el desarrollo de su potencial comunicativo, entre otras cosas.

PERSPECTIVA EDUCATIVA

Para comprender mejor las relaciones teóricas que se condensan dentro del PCP en torno al eje disciplinar, pedagógico y humanístico se realiza el segundo capítulo del proyecto que corresponde a la perspectiva educativa, en esta se abordaran los diferentes modelos y teorías que sustentaran la relación teoría y práctica junto al desarrollo del propósito del proyecto alrededor de un ideal de ser humano.

2.1 DESARROLLO HUMANO.

La propuesta pedagógica encaminada a los procesos comunicativos que resultan de las capacidades expresivas mediante el desarrollo de la Capoeira como una forma diferente de hacer Educación Física que posibilita el andamiaje o construcción del presente PCP, se apoya en la teoría del desarrollo humano que plantea el Psicólogo Bielorruso Lev Semenovich Vygotsky o teoría socio cultural; según la cual el desarrollo del individuo no se puede desligar de la sociedad en la que este vive, el funcionamiento individual está condicionado por las estructuras del funcionamiento social.

Fichter (1993), define a la sociedad como: "El sistema o conjunto de relaciones que se establecen entre los individuos y grupos con la finalidad de constituir cierto tipo de colectividad, estructurada en campos definidos de actuación en los que se regulan los procesos de pertenencia, adaptación, participación, comportamiento y otros". Dentro de las sociedades las personas pueden analizar, interactuar, interpretar las realidades a través de las representaciones simbólicas que se generan como consecuencia de las relaciones entre

los sujetos que comparten características o puntos en común, es desde este sentido y a través de los procesos comunicativos que se toma el concepto de sociedad propuesto por Joshep Fichter, que fundamenta el ideal de ser humano con capacidades expresivas al cual el proyecto apunta –este ideal se explicará más adelante con mayor claridad- y como en esa construcción de sociedad los procesos expresivos y culturales determinan las diferentes relaciones interpersonales y los distintos roles que se deben cumplir en la misma.

La teoría socio-cultural se fundamenta en los procesos de interacción que se generan entre los sujetos en contextos determinados y las distintas situaciones que puedan enfrentar durante el desarrollo de las sesiones del proyecto, en donde los procesos culturales juegan un papel de gran preponderancia.

Vygotsky, quiso crear una nueva teoría que abarcara una concepción del desarrollo cultural del ser humano por medio del uso de instrumentos, especialmente el lenguaje, considerado como instrumento del pensamiento, éste no solo se trata de una interacción lingüística o verbal, ya que para él, el lenguaje no solo significa la exposición de palabras que puede tener una persona, sino que también abarca la simbología o códigos corporales que hacen parte de los procesos sociales. (Vygotsky, 1985). Dentro de esta teoría del desarrollo encontramos un conjunto de características que van sujetas a las percepciones y expectativas de ser humano que se desea potenciar; una de ellas son las interacciones sociales por las cuales el individuo es determinado y él es el determinante de los otros individuos, los procesos del lenguaje (verbal/no verbal) y la comunicación que desarrollan la parte cognitiva de los sujetos, comprendiendo de este modo que toda acción físico-mental tiene sus orígenes en el plano socio-cultural.

El aprendizaje social que se genera por medio de la interiorización de la cultura permite el desarrollo de los procesos mentales superiores, solo a través de ella pueden consolidarse como ejemplo: El pensamiento verbal, la memoria, la lógica que se producen por medio de la interacción social en mediación con la cultura teniendo en cuenta los distintos procesos o momentos que nos llevan a la identificación de un individuo en la sociedad; en primera instancia la filogénesis u origen de la especie, a la socio génesis u origen de la sociedad, dando un salto a la ontogénesis u origen del hombre posteriormente para finalizar en la micro génesis u origen del individuo. (Vygotsky, 1985), entendiendo lo anterior como una sustentación a nivel biológico, psicológico y social que es pertinente rescatar de esta teoría del desarrollo humano y cuya aplicabilidad nos inspira al ideal de ser humano.

El ideal de ser humano que desea fortalecer el proyecto centra su atención en la dimensión comunicativa que se encuentra de forma integral e implícita dentro de la construcción del mismo, esto con el fin de que no haya una segmentación del ideal sino que pueda entenderse este como el compuesto de un todo. De esta forma, el ideal al que se apunta es a un ser que sea capaz de identificar diferentes situaciones de la vida cotidiana y pueda resolverlas de una forma asertiva mediante la comunicación consigo mismo y con el otro, para que pueda adaptarse a dichas situaciones comprendiendo la importancia del respeto como mediador del proceso comunicativo, y reconociendo la necesidad imperante de volver al contacto físico para fortalecer los lazos afectivos tan necesarios dentro de la convivencia por medio de la expresión corporal, y de esta forma encontrar la importancia de la funcionalidad del cuerpo al momento de comunicar.

Teniendo en cuenta lo anterior, se considera pertinente construir ese ideal desde tres dimensiones que logran integrar la visión holística del mismo: la dimensión intelectual, la dimensión ética y la dimensión estética. Cada una de estas dimensiones se encuentra intrínsecamente ligadas a la dimensión comunicativa que se evidencia en todo el proyecto.

Ahora bien, es preciso referenciar algunos autores que hablan de estos tres conceptos y se considera algunos elementos de los cuales se puede hacer uso para tener un referente teórico y soporte apropiado para la construcción del ideal de ser humano. La primera dimensión que se tiene en cuenta es la intelectual, de la cual Gardner. H. (1983) dice: “Es la capacidad para resolver problemas o elaborar productos que puedan ser valorados en una determinada cultura.”, al igual que el autor el concepto que se construye hace referencia a resolver diferentes problemas o situaciones, en el caso particular del proyecto, mediante múltiples posibilidades de respuesta, construidas de forma creativa a partir del análisis del contexto y del otro.

Lo ético es la segunda dimensión del ideal del ser humano, vista desde platón, evoca una armonía en el desarrollo individual y social, para alcanzar el bien máximo de forma integral. Es así que el respeto por sí mismo y los demás corresponden a nuestro sentido de lo ético, es entender que lo natural, lo social y lo cultural es un equilibrio que debe funcionar de forma integral. Todo aquello conforma su verdadera esencia de ser y el respeto alrededor de todo el proceso es fundamental. Por último, lo estético se entiende como la parte funcional o aplicable que debe ser útil para cada persona dependiendo de sus propias posibilidades y respondiendo a una adaptación al entorno y consigo mismo, es el

equilibrio entre la individualidad, el otro y el entorno. Esa parte estética que corresponde a la belleza se evidencia cuando existe una verdadera funcionalidad como resultado de un cuidado corporal beneficioso para la salud.

Teniendo en cuenta lo anterior Melas. I. (2005) dice: “Lo que nosotros consideramos “bello” es al mismo tiempo funcional y económico. Por lo tanto podemos decir que el movimiento natural, y por lo tanto “funcional-económico”, no solo resulta saludable y beneficioso para la energía y el rendimiento, sino que es al mismo tiempo armónico y bello. Con lo anterior se muestra nuestra interpretación a los diferentes autores y como estos en cierta medida nos muestran las similitudes para comprender que no estamos tan alejados de la construcción teórica del ideal al que deberá responder el proyecto, mediante el fortalecimiento de las capacidades expresivas por medio de la Capoeira, una forma alternativa de hacer una educación física con sentido social y práctico (Ver gráfico 2).

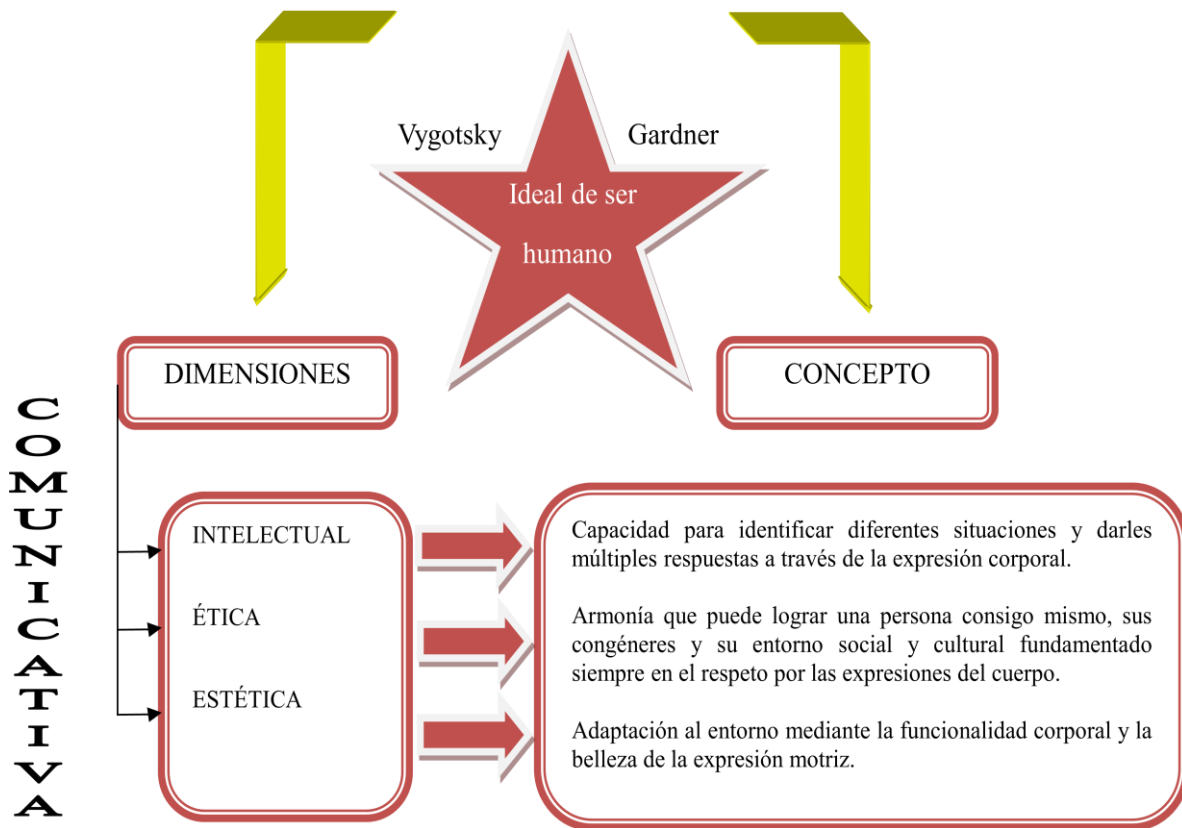


Grafico 2: Dimensiones del ideal de ser humano

Fuente: Elaboración propia a partir de los componentes que componen el ideal de ser humano.

Nuestra idea de ser humano parte desde los aspectos internos del ser hasta llegar a aquellas características exteriores que lo influyen o lo determinan como son la cultura y la sociedad. Es decir, idealizamos un tipo de ser que reconozca su naturaleza biológica y comprenda su contexto cultural para que posteriormente sea capaz de construir su propia identidad, y no solo eso, sino que a través de esa construcción personal aprenda a relacionarse mejor con los demás y de esta forma pueda aprovechar todos los beneficios que pueden originarse a través de los medios comunicativos o expresivos que se generan por medio de las interacciones sociales y las capacidades expresivas.

La comunicación y el lenguaje corporal, serán nuestras herramientas mediadoras, entendidas estas como los aspectos que acercaran a los sujetos a las actividades sociales, culturales y cognitivas con lo cual se generara una práctica pedagógica incidente dentro del espectro educativo y formativo de cada individuo.

Para complementar la construcción del ideal de ser humano, se integra la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner, específicamente las inteligencias, cinético-corporal, intrapersonal e interpersonal-. La inteligencia cinética-corporal está relacionada con el uso del lenguaje corporal; la inteligencia intrapersonal con el conocimiento de sí mismo y la inteligencia interpersonal, se vincula directamente con las relaciones sociales. Desde la Educación Física, se posibilita por medio del movimiento, el fortalecimiento de los procesos comunicativos, desde las capacidades expresivas, específicamente el conocimiento personal y la comunicación interpersonal, que son los ejes procesuales del proyecto. Al incorporar estas inteligencias podemos trabajar desde las capacidades expresivas para el fortalecimiento del ideal de ser humano del proyecto, puesto que se puede relacionar la dimensión intelectual directamente con la inteligencia intrapersonal para el reconocimiento de sí mismo y la adaptación a situaciones de la vida cotidiana, por su parte la inteligencia interpersonal la relacionamos con la dimensión ética del ideal ya que hace parte de las relaciones sociales y la mediación del respeto entre ellas y por último, la inteligencia cinético-corporal se vincula a la parte estética del proyecto en función de la belleza motriz y el uso funcional del lenguaje corporal.

2.2 TEORÍA CURRICULAR

“un curriculum es una tentativa para comunicar los principios y rasgos esenciales de un propósito educativo de forma tal que permanezca abierto a discusión crítica y pueda ser trasladado efectivamente a la práctica” (L. Stenhouse.1987)

Ciertos autores referencian tres teorías curriculares actuales: técnica, practica y critica. Para el desarrollo del PCP se utilizará la práctica, Castro. F. (2004) habla de esta como la que busca el interés por la comprensión de las diferentes situaciones de interacción humana (ver gráfico 3), priorizando las prácticas de enseñanza y aprendizaje que son deliberadas con juicios de valor por el docente, decidiendo cómo, cuándo y de qué forma considera debe actuar; de tal modo que la perspectiva práctica se enfoca en las acciones relacionadas con la interacción, docente – alumno y alumno – alumno; los resultados son dejados de lado, su interés principal es la preocupación por la forma en que se construyen los significados y se le da sentido a las cosas, la prudencia del docente al deliberar implica responsabilidad moral en su forma de actuar dentro de un contexto social específico. (Castro. F. y Otros, 2004).

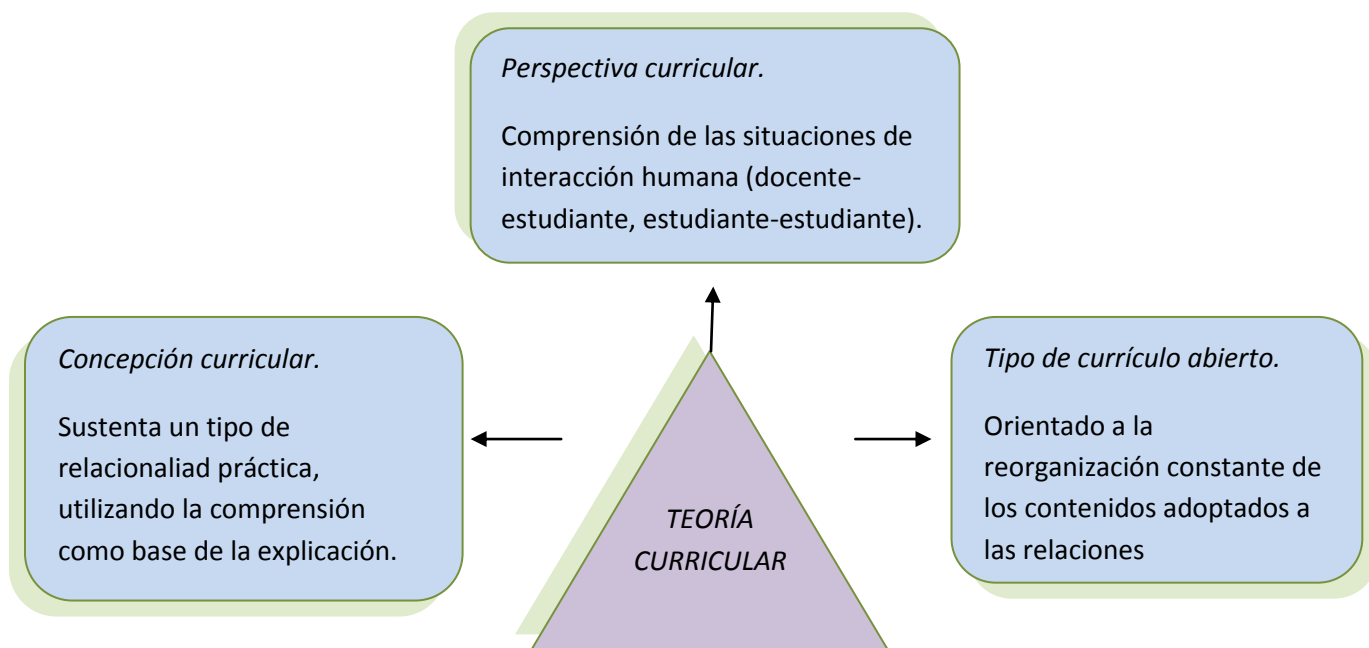


Grafico 3: Teórica curricular práctica

Fuente: elaboración propia a partir de información sobre la teoría curricular.

Este enfoque nos posibilita en la ejecución del PCP la interpretación de situaciones sociales relacionadas con las capacidades expresivas, dejando reflejado el que hacer docente en la toma de decisiones prudentes, relacionadas con el conocimiento personal y la comunicación interpersonal, de tal manera que la calidad educativa está centrada en el proceso de enseñanza – aprendizaje dejando de lado los resultados. (Castro. F. y Otros, 2004)

Esta teoría curricular se fundamenta desde una concepción interpretativo – cultural como una arquitectura de la práctica (Gimeo 1988), La cual se sustenta en una concepción de enseñanza que se plasma en una reconceptualización de la cultura y una reconstrucción de la misma, en donde se interpreta la realidad cultural y social a partir de un tipo de

Currículo abierto o flexible que tiene su consecución en el desarrollo de la práctica en relación con la teoría, estas dos no puede separarse siendo ellas las que se construyen entre sí para retroalimentarse dentro y fuera del espectro cultural. Esta concepción nace como una crítica al modelo técnico, buscando las alternativas de soluciones, en cuanto a los valores está explícito y hacen parte de los objetivos a conseguir en la práctica educativa. La relación de esta concepción con el proyecto, está en el desarrollo de los procesos más que en contenidos, mejorando las capacidades expresivas y el fortalecimiento de valores propios del contexto socio-cultural en el que se implementa, puesto que esta concepción busca recrear la cultura y devolverle su valor desde la práctica. La evaluación se realiza de manera procesual y cualitativa permitiendo evidenciar el fortalecimiento de las capacidades expresivas y los procesos de comunicación, en cuanto al docente este actuara de manera reflexiva y crítica siendo un mediador en el proceso, además de elaborar su propia práctica permitiendo de esta manera la construcción de las sesiones de clase según lo que se evidencie en la experiencia anterior y exponiendo la originalidad en la práctica. (Román y Diez, 1998).

El currículo debe respetar las características individuales y el contexto social en el cual ha de ser implementado, es por esto que el presente proyecto se orienta a un tipo de currículo abierto desde García Carrasco, encaminado a una revisión constante de los procesos y no se ve cohibido de ser reorganizado las veces que el docente considere necesario durante el diseño del mismo, el profesor es quien ejecuta el currículo que él o ella considere importante para alcanzar los propósitos, siempre teniendo en cuenta y haciendo énfasis en la importancia de las diferencias individuales, sociales y en los procesos.

2.3 MODELO PEDAGÓGICO, DIDÁCTICO Y EVALUATIVO

Autores como Ortega y Gasset, ven la pedagogía como una corriente filosófica que llega a ser la aplicación de los problemas referidos a la educación, de una manera de sentir y pensar sobre el mundo. La Pedagogía como ciencia no puede consistir únicamente en un amontonamiento arbitrario de reivindicaciones, convicciones y experiencias relativas a la educación. La pedagogía en su total sentido ha de abarcar la totalidad de los conocimientos educativos y adquirirlos en fuentes examinadas con rigor crítico y exponerlos del modo más perfecto posible, fundándolos en bases objetivas e infiriéndolos, siempre que se pueda en un orden lógico (ver gráfico 4). A pesar de que se piensa que es una ciencia de carácter psicosocial que tiene por objeto el estudio de la educación con el fin de conocerla, analizarla y perfeccionarla, y a pesar de que la pedagogía es una ciencia que se nutre de disciplinas como la sociología, la economía, la antropología, la psicología, la historia, la medicina, etc., es preciso señalar que su soporte es filosófico y que su objeto de estudio es la "formación", en palabras de Hegel, "aquel proceso en donde el sujeto pasa de una «conciencia en sí» a una «conciencia para sí» y donde el sujeto reconoce el lugar que ocupa

en el mundo y se reconoce como constructor y transformador de éste”. (1982, Pág. 129).

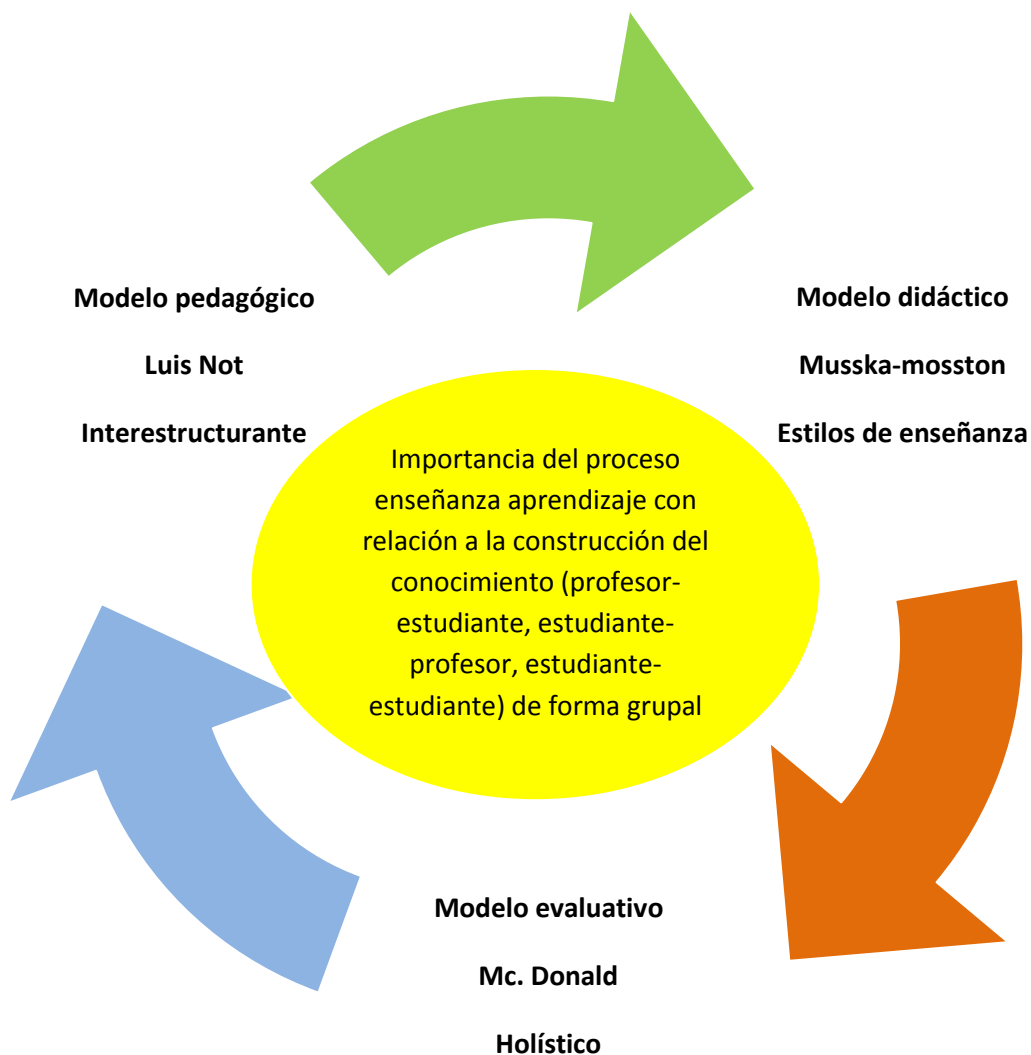


Grafico 4: Relación de modelos

Fuente: elaboración propia a partir del modelo pedagógico, didáctico y evaluativo del PCP.

Por otro parte, Pestalozzi indicó que sólo la pedagogía podía realizarse conforme a una ley (armonía con la Naturaleza). De este principio se deriva la necesidad de libertad en la educación de las personas; es preciso que estén libres es decir en armonía con la naturaleza, para que puedan actuar a su modo en contacto con todo lo que les rodea

(ambiente). De igual forma Pestalozzi hizo principal hincapié en considerar que la finalidad principal de la enseñanza no consistía en hacer que el sujeto adquiriera conocimientos y aptitudes, sino en desarrollar las fuerzas de su inteligencia, dividiendo aquella en forma gradual, de acuerdo a su evolución y donde se tomará en cuenta al individuo como una unidad de inteligencia, sentimiento y moralidad. Se puede ver que aquellos tres pilares que Pestalozzi parece considerar indispensables se ligan desde diferentes puntos a nuestro proyecto, por ejemplo, la unidad de inteligencia a la cual éste hace referencia puede relacionarse desde la parte intelectual que se menciona dentro del ideal de hombre, de igual forma , considerar al hombre como una unidad de sentimiento implica una exteriorización de sus emociones o experiencias que desde la expresión corporal junto al trabajo de las capacidades expresivas se desea fortalecer en el proceso de enseñanza, a su vez hablar de una unidad moral representada en equilibrio natural no puede desligarse de su relación intrínseca con la ética humana, de esta forma puede notarse como las tres unidades de Pestalozzi –inteligencia, sentimiento, moralidad- guardan relaciones considerables con la visión de sujetos y sujetas que se plantea en la propuesta, la inteligencia con la dimensión cognitiva, la moralidad con la dimensión ética y el sentimiento ligado a la armonía de la estética.

Las distintas formas de ver la pedagogía se han condensado en teorías que se enmarcan y se conocen como modelos pedagógicos, estos modelos pedagógicos han tenido cambios según el contexto y la época, unos con más trascendencia que otros, vigentes y popularizados como lo son los modelos tradicionales, unos poco difundidos y apropiados como los son los modelos constructivistas. Desde Luis Not, estos modelos se han denominado heteroestructurantes y autoestructurantes respectivamente. Los modelos

heteroestructurantes se caracterizan al centrar al profesor como eje central del conocimiento y el estudiante como una hoja en blanco la cual debe ser llenada como dé lugar, y los modelos autoestructurantes muestran una visión romántica de la educación, poniendo al estudiante como centro y descubridor del conocimiento, dejando al profesor como un simple asesor de su curiosidad e iniciativa a aprender.

Estos modelos son utilizados según la necesidad, la institución, la educación del docente o el contexto, defendidos o criticados según la visión y la experiencia de cada experto, pero, al pasar de los años se ha identificado un cambio en los modelos dando paso al modelo interestructurante, diferenciado porque reconoce al estudiante con un papel activo en su proceso de aprendizaje y el rol esencial del profesor como mediador de los procesos (Not, 1994).

Para hablar de interestructuración es necesario hablar de conocimiento, Louis Not define el conocimiento como “el efecto de cierto número de conductas y el poder de nuevas conductas a través de las cuales se expresa en forma de reproducción o de invención originales”. Este conocimiento ya está construido en la cultura, el estudiante lo que hace es reconstruir el conocimiento, realizando una interestructuración entre él y el objeto a conocer ya sea desde lo natural o desde la cultura. Ahora bien, se considera pertinente la utilización del modelo interestructurante desde Louis Not, por la flexibilidad que fluctúa entre el conductismo y el constructivismo de forma gradual, es decir, el conocimiento en un comienzo se origina de manera conductual y unidireccional pero en la medida en que transcurrirán las sesiones de clase, este mismo conocimiento se reconstruirá de forma

espontánea por parte de cada uno de los estudiantes, la elección de este modelo no podría ser más evidente que en ese paso gradual de la instrucción a la espontaneidad.

2.4 MODELO DIDÁCTICO

Entendiendo que los modelos didácticos sirven para explicar el proceso de enseñanza-aprendizaje y orientan de esa forma el paso de la teoría a la práctica, dentro del proyecto curricular consideramos pertinente utilizar un Modelo didáctico construido por nosotros mismos teniendo en cuenta modelos establecidos con anterioridad por otros autores. Para ello traemos a colación los estilos de enseñanza de Muska-mosston modificación de mando directo, asignación de tareas y por último resolución de problemas. Esta decisión se da porque evidentemente la característica del proyecto es ir de forma paulatina de la técnica a la espontaneidad, por lo tanto es necesario que en un comienzo las decisiones en el proceso de enseñanza y aprendizaje sean tomadas por el docente para que a medida en que pase las sesiones cada participante pueda de manera deliberada ejecutar sus propias acciones y representar sus propios significados. Ahora bien, entendiendo que ese paso de la técnica a la espontaneidad requiere de unos conocimientos previos por parte de los participantes y teniendo en cuenta que estos los poseen debido al tiempo que llevan dentro del taller de Capoeira y como consecuencia de ello, dentro de nuestro PCP, se tomará para el desarrollo de la didáctica del proyecto una posición constructivista desde el aprendizaje significativo de Ausubel, entendiendo que los conocimientos previos se mezclarán con las nuevas formas de aprender para que el proceso sea más satisfactorio, y sea construido por el estudiante ayudado previamente por la toma de decisiones del docente.

El objetivo de este modelo didáctico es al aprendizaje, de forma individualizada por medio del conocimiento de sí mismo, para que posteriormente mediante la desinhibición corporal y la espontaneidad pueda lograrse una experiencia de aprendizaje, en donde se exteriorice lo vivido en la ejecución de las actividades propuestas en la sesión, logrando fortalecer los procesos comunicativos.

Dentro del fortalecimiento de las capacidades expresivas, la comunicación interpersonal adquiere valor en este modelo didáctico en la medida en que pueda llevarse al trabajo por parejas o en grupo todas aquellas vivencias que se originan dentro de la individualidad de la técnica que son propias de un estilo particular de cada participante, ya que aunque se ejecute un mismo movimiento, la intencionalidad no será la misma, esta dependerá de quien la desarrolle y de lo que desee comunicar mediante su lenguaje corporal

Con este enfoque se busca organizar las planeaciones de la sesión de clase, convirtiéndolas en experiencias sociales y académicas, además de realizar un intercambio continuo en la información entre los participantes del proceso educativo, he aquí en donde la expresión corporal toma fuerza y el desarrollo de las capacidades expresivas son contenidos que se fomentaran en el proyecto.

Dado que en la comunicación es constante el intercambio de información corporal y gestual el respeto será una parte fundamental del proceso de aprendizaje lo que favorecerá el trabajo entre los participantes del proyecto, fortaleciendo de esta manera el conocimiento de sí mismo y las relaciones interpersonales que se generan dentro de la convivencia.

2.5 MODELO EVALUATIVO:

El modelo evaluativo que aquí se trae acotación es el modelo holístico propuesto por Mc Donald (1971), según el cual la importancia de la evaluación educativa radica en la consecución de procesos en donde se tiene en cuenta el contexto y no los resultados. Nuestro proyecto gira en torno a los procesos comunicativos y las capacidades expresivas y como estas pueden ser fortalecidas mediante la educación física, de forma concreta por medio de la Capoeira, la comunicación es un proceso de relaciones e interacciones sociales con un fin específico; comunicar algo. Este modelo evaluativo no segmenta ese proceso sino que lo observa en la consecución de acciones de orden integrado y compuesto en un todo, lo cual significa que las dimensiones intelectual, ética y estética que se tendrán en cuenta a la hora de evaluar están relacionadas entre sí de forma implícita dentro de la dimensión comunicativa.

La característica principal es la integralidad del proceso enseñanza aprendizaje, donde no se realiza un juicio segmentado del proceso ni del sujeto. El papel del docente no se centra en las dificultades o deficiencias específicas del estudiante, sino que por el contrario hace énfasis en el progreso o avance, de esta forma consolida el todo, es decir la formación de un ser holístico.

Para efectos de la evaluación, esta será de tipo cualitativo, centrándonos en la construcción de significados que den sentido al proceso de enseñanza aprendizaje. Esta evaluación se lleva a cabo a través de un registro del proceso de cada sesión y por lo tanto de los participantes de la misma, esta se describirá dentro del formato de planeación de

clase a partir de la asignación consentida de tres roles establecidos (observador, participante y docente), en esta descripción no solo se evalúa la labor docente sino los comportamientos y actitudes de los participantes. Es una evaluación que se da de dos formas: Una es en cada clase por medio de una descripción de la misma; y la otra al final del proyecto, realizando una puesta en escena para evaluar la comunicación a través de las capacidades expresivas en un contexto creado con propósitos educativos y formativos, esta puesta en escena será la reconstrucción contextual de todo lo trabajado hasta ahí, como se escribió antes entendiendo la evaluación como un todo, que evidenciara la espontaneidad y las diferentes expresiones que puedan realizar con su cuerpo.

2.6 TENDENCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA; EXPRESIÓN CORPORAL.

“La Educación Física, la primera y más importante educación para la vida” (Cajigal 1978)

Desde el ministerio de Educación Nacional, ” la Educación Física estudia y utiliza el movimiento humano para contribuir a la formación, capacidad y mejoramiento integral del individuo, considerado como una unidad funcional que comprende aspectos físicos, de pensamiento, personalidad e interacción social”.

La educación física debe romper con los paradigmas y estereotipos deportivistas que giran alrededor de ella para que pueda ser vista con mayor aportación en el espectro social y educativo. Si se considera desde una perspectiva holística con carácter expresivo, la educación física puede tener los elementos prácticos y teóricos necesarios para mejorar de manera considerable las relaciones que se producen en los diferentes contextos en donde se

realizan los procesos de enseñanza y aprendizaje, favoreciendo lo que en palabras de Pestalozzi sería considerada una educación integral que es el resultado de la educación física en donde el cuerpo no es solo una máquina reproductora de movimientos sino que esos movimientos son el resultado de un pensamiento, una idea o una emoción.

Dentro de la educación física encontramos varios enfoques teórico-prácticos, que contienen ciertos objetivos y finalidades específicas. Esta depende de la institución educativa a nivel curricular y del docente en sus intenciones de enseñanza de forma que pueda ser incidente (significativa) en el alumnado. Para este proyecto, la tendencia que se toma es la expresión corporal (ver gráfico 5), entendida y definida por Arteaga (2003:25), como el “lenguaje que se convierte en materia educativa y se utiliza para el desarrollo potencial de la capacidad expresiva del ser humano, fomentando el conocimiento personal, la comunicación interpersonal y la exteriorización de los sentimientos internos del individuo, a través de gestos, posturas y movimientos expresivos”.

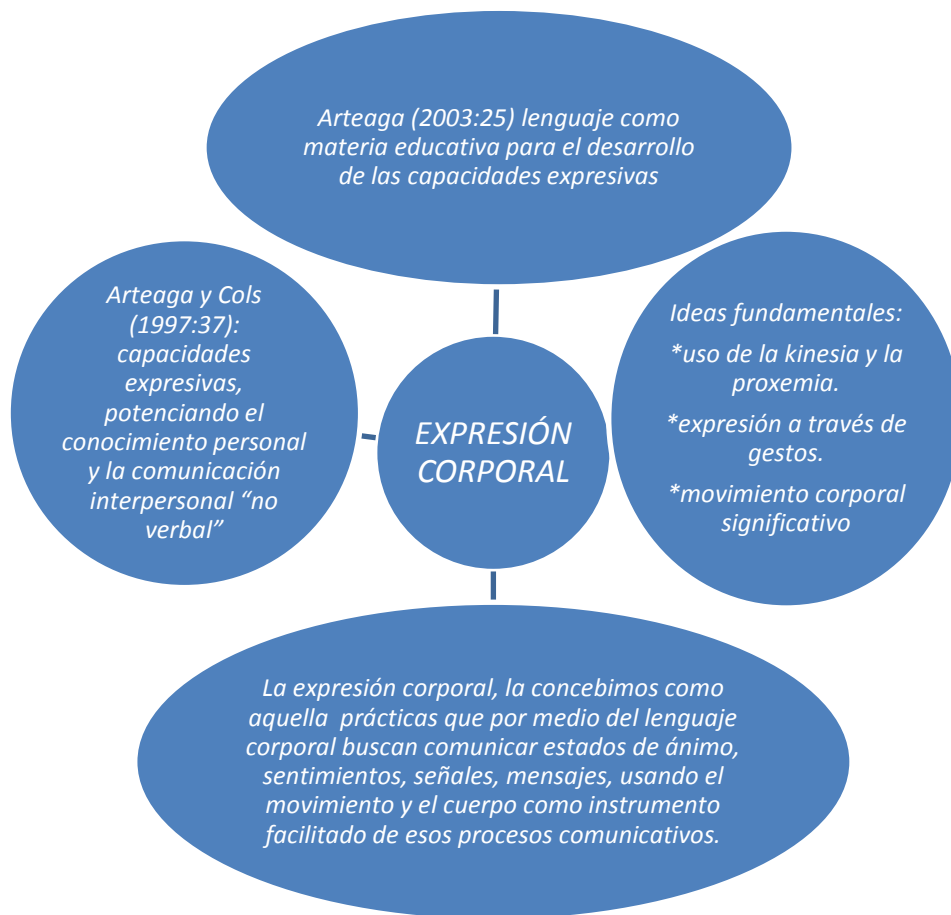


Gráfico 5: Tendencia de la educación física

Fuente: elaboración propia a partir de las características de la tendencia.

Por otra parte y para complementar Romero Martín (1990:80) define la expresión corporal como la disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con finalidad expresiva, comunicativa, estética en la que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento son los instrumentos básicos. De lo anterior se tomará en cuenta la expresión y la comunicación como ejes de construcción del ideal de ser humano, ejes que estarán inmersos dentro de los tres grandes componentes del mismo –intelectual, ético y estético- , ya que la comunicación y la expresión no se pueden desligar de los mismos, se encuentran de forma explícita en

cada uno de ellos y en su consecución durante el proyecto se tiene como propósito formar hombres y mujeres integrales en todos los aspectos que le competen.

Para el desarrollo integral del ser humano esta tendencia nos da todas las herramientas para hacerlo, Ortiz (2005:25) expresa que la educación física debe contribuir a este desarrollo desde la expresión corporal, potenciando el conocimiento y desarrollo del lenguaje corporal a través de diferentes técnicas que favorecen: “revelar o exteriorizar lo más interno y profundo de cada individuo a través del cuerpo y el movimiento, es decir, expresar”, “reforzar la utilización del cuerpo y el movimiento como medios de comunicación, es decir, comunicar”.

El lenguaje corporal, es tomado como objeto de estudio de la expresión corporal. (Ortiz (2002:31) “Se denomina como lenguaje corporal a todos aquellos movimientos que realizamos con nuestro cuerpo y que tienen una finalidad comunicativa, es decir, su meta es comunicar a través de sentimientos, emociones, estados de ánimo, entre otras cuestiones.”. Julius Fast, considera el lenguaje corporal o kinesia como una ciencia poco estudiada, la cual debe tener mucha importancia ya que consta del más alto porcentaje por el cual logramos comunicar, enviar y recibir mensajes, siendo el cuerpo y su movimiento el canal para estos procesos, en el que las personas expresan sus emociones, sentimientos, vivencias, experiencias , hasta la misma cultura en la que está inmersa la persona, esto en un lenguaje cotidiano, pero desde la expresión corporal se brindara un espacio de romper este esquema, dando creación a nuevas formas de kines, llegando a la espontaneidad.

Ahora bien, desde la expresión corporal se manejan varias capacidades expresivas, desde Arteaga y Cols. (1997:37) para el desarrollo del proyecto se usaran el conocimiento personal y la comunicación interpersonal (ver gráfico 6). Estas capacidades se desarrollan desde la Capoeira. El conocimiento personal se propicia a través del reconocimiento de las posibilidades de movimiento y aprender a comunicar, expresar o exteriorizar en diferentes situaciones creadas por el docente por medio de su espontaneidad al momento de estar en roda³, en este caso tendrá la oportunidad de revelar sus habilidades (puede cantar, luchar, jugar, saltar). Por otro parte, la capacidad relacionada a la comunicación interpersonal (no verbal) trabajada con ayuda de la Capoeira se contempla desde la kinesia y la proxemia, la primera entendida como la interpretación del lenguaje corporal y su significado, y como a partir de este se desarrollan distintas formas de relacionarse con los otros por medio de gestos y movimientos, la segunda referida a la mediación del espacio y los componentes comunicativos de la cultura. Y cómo ese espacio y las diferencias culturales pueden transmitir diferentes tipos de mensajes o códigos que deben ser descifrados mediante el movimiento asertivo, que lleve al receptor a comprender de forma concreta lo que quiere transmitirse y de esta forma anticiparse al movimiento creando uno nuevo en forma de respuesta.

³ **Roda:** traducción del portugués al español rueda. La roda es formada por los capoeirista (estudiantes) se compone de los músicos y de los luchadores, estos median el ritmo del jogo (juego), siempre hay dos luchadores dentro del círculo hecho, donde muestran sus habilidades, alrededor están los demás integrantes batiendo palmas y respondiendo los coros, la boca de la roda, eje central de la roda, se forma la batería, (los músicos, quienes interpretan los instrumentos, se comanda la roda, y se realizan las cantigas).

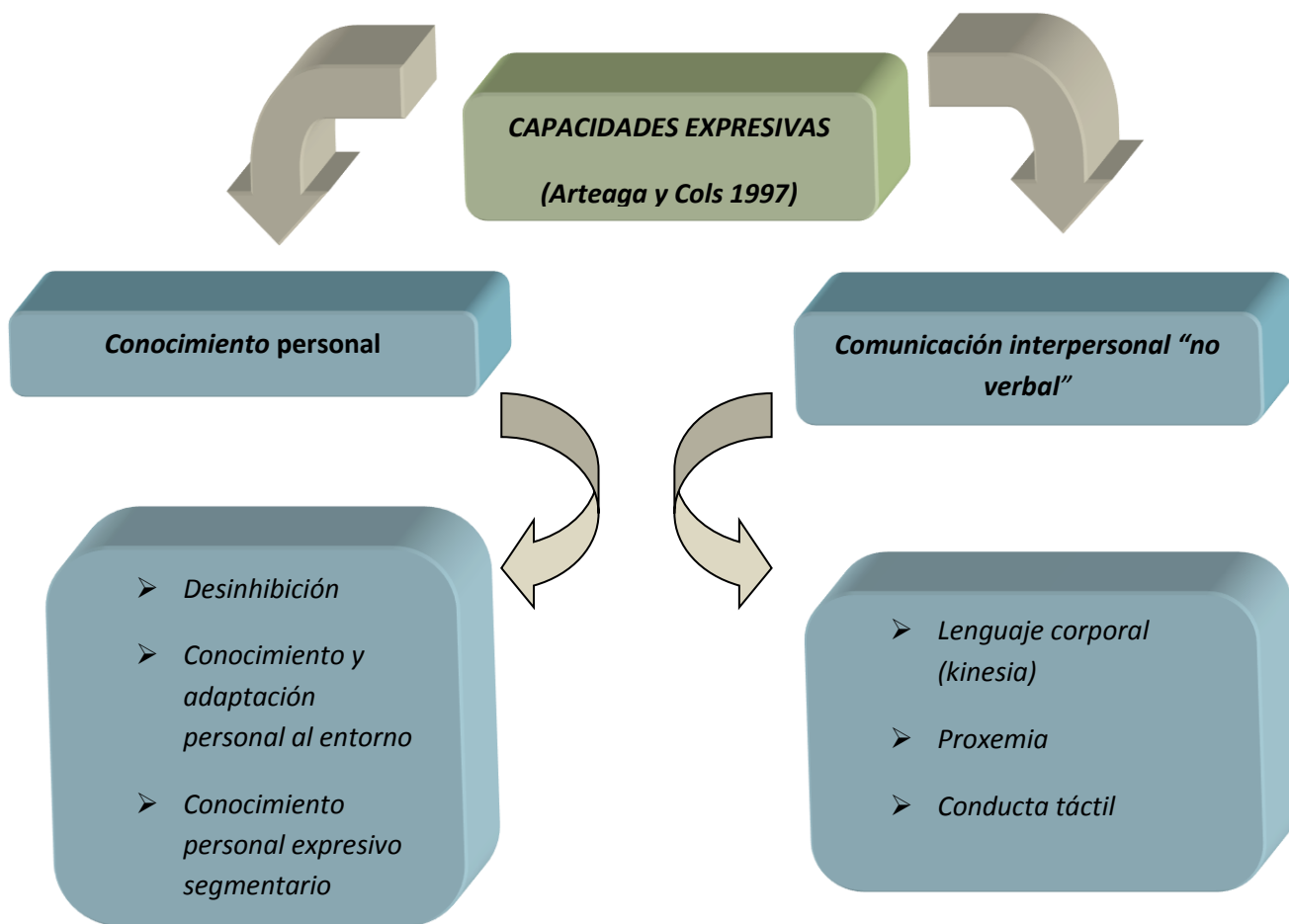


Grafico 6: Capacidades expresivas

Fuente: elaboración propia a partir de las características de las capacidades expresivas.

Al realizar esta propuesta pedagógica de educación física, se resalta dos pilares que se trabajan desde la expresión corporal. Motos (1983:53) dice que los dos pilares de la expresión corporal son la técnica y la espontaneidad. En cierta medida la técnica es necesaria, para formar y establecer una motricidad adecuada, pero no abusar de la técnica, ya que el siguiente propósito es la espontaneidad y la creatividad de quien aprendió la técnica. En la práctica de la Capoeira, teniendo en cuenta su atributo marcial la técnica es fundamental, pero en alusión del jogo y la roda, la creatividad es indispensable, es

necesaria para darle el factor estético. La inteligencia al momento de jugar y la creatividad es el punto clave entre los estudiantes. Es importante que ese factor estético e intelectual de los que se hablan anteriormente hacen parte fundamental del ideal de ser humano que desea fortalecerse con el desarrollo del proyecto, toda la puesta en práctica de cada una de las diferentes sesiones debe responder a ese ideal que se ha ido construyendo a lo largo del proceso, como resultado de ello, la expresión corporal deberá ser el puente disciplinar a partir de la consecución asertiva de sus contenidos y estrategias para conseguir el propósito del PCP.

DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN

Como oportunidad, las practicas del PCP, se realizarán en la Universidad Pedagógica Nacional, dentro del taller de Capoeira, espacio que posibilita bienestar universitario y que tiene como objetivo fomentar los espacios de convivencia entre los diferentes docentes en formación a los cuales el espacio está abierto, desde allí el proyecto propone el fortalecimiento de las capacidades expresivas, contribuir a los procesos de convivencia que se encuentran de forma implícita dentro de la sociedad, la cultura y la corporalidad a partir de la Educación Física, la Capoeira y la comunicación no verbal como algunos de los ejes importantes dentro del proyecto.

Ahora bien, para enlazar toda la estructura teórica con la práctica educativa o puesta en escena, se considera necesario la utilización de diferentes herramientas visuales como cuadros y graficas que condensan la información de las diferentes teorías y sus respectivas relaciones que se aplican en el desarrollo del proyecto.

3.1 MACRO DISEÑO

Esta estructura “macro diseño” es un plan de trabajo que permite conseguir los propósitos propuestos para este PCP, basados en una fundamentación teórica que guiara el trabajo para la implementación curricular en la práctica.

Desde la tendencia teórica de la educación física correspondiente a la expresión corporal, se plantean propósitos y no objetivos ya que lo que se busca con la implementación es evidenciar el desarrollo de los procesos y no simplificarlos a un resultado.

Ahora bien para la realización del macro diseño se tuvo en cuenta los diferentes contenidos de la expresión corporal, la Capoeira y las capacidades expresivas para poder hacer las relaciones respectivas dentro del formato (ver tabla 2).

Tabla 2: Cuadro de contenidos y relaciones (tendencia expresión corporal, Capoeira y capacidades expresivas)

TENDENCIA EXPRESIÓN CORPORAL	CAPOEIRA	CAPACIDADES EXPRESIVAS
<p>Cuerpo: imagen y percepción</p> <p>Cuerpo: habilidades y destrezas.</p> <p>Cuerpo: expresión y comunicación.</p> <p>Juegos: simbólico, escénico.</p> <p>Música y Danza libre.</p>	<p>Ginga.</p> <p>Manginga.</p> <p>Pateos: frontal y giratorio</p> <p>Roda</p> <p>Floreios: acrobacia de piso y aire.</p> <p>Derribos y agarres.</p> <p>Samba y Macúlele.</p>	<p>Conocimiento personal</p> <p>Espontaneidad.</p> <p>Imagen corporal.</p> <p>Respiración y relajación.</p> <p>Segmentos corporales.</p> <p>Postura.</p> <p>Comunicación interpersonal</p> <p>Percepciones corporales.</p> <p>Conciencia temporal.</p> <p>Conciencia espacial.</p> <p>Movimientos corporales.</p> <p>Conducta táctil.</p>

Fuente: Elaboración propia a partir los diferentes contenidos

La tabla 2 muestra algunos contenidos aplicables al proyecto que se encuentran dentro de la tendencia de la expresión corporal, la Capoeira y las capacidades expresivas. Al tener conocimiento de cada uno de los contenidos resulta más fácil y práctico relacionarlos entre sí dependiendo de su funcionalidad dentro de la ejecución de las clases. Estas relaciones permiten sintetizar todos aquellos contenidos que se encuentran de forma global mediante la construcción de unos contenidos particulares que permitirán hacerlos más concretos para la aplicación del proyecto. Como resultado de esa tabla se obtiene seis relaciones diferentes (ver tabla 3) que al ser analizadas darán paso a la condensación de dichos contenidos que se ubicaran a un lado de cada relación.

Tabla 3: Resultado de las relaciones (tendencia expresión corporal, Capoeira y capacidades expresivas) y creación de los nuevos contenidos

RELACIÓN DE CONTENIDOS	NUEVOS CONTENIDOS
1. Segmentos corporales - imagen corporal. Esquivas- pateos frontales- Ginga – postura.	Reconocimiento del cuerpo.
2. Cuerpo imagen y percepción – esquivas-Pateos giratorios – postura.	Compresión del cuerpo.
3. Percepciones corporales - Floreios de piso – postura.	Control del cuerpo.
4. Cuerpo habilidades y destrezas — Floreios-acrobacia - derribos y agarres - conducta táctil.	Adaptación corporal.
5. Música y Danza libre - Cuerpo expresión y comunicación - Samba y Macúlele – conciencia temporal - conciencia espacial - y movimientos corporales.	Acomodación corporal. (ubicación en el espacio y tiempo)
6. Mandiga - Juegos: simbólico, escénico – Roda – Espontaneidad - Imagen corporal.	Exteorización corporal.

Fuente: Elaboración propia a partir del resultado de la tabla 2

La tabla 3 muestra las relaciones encontradas entre los componentes de expresión corporal, Capoeira y las capacidades expresivas y como a partir de estos se constituyen los nuevos contenidos que formarán parte de la estructura del macro diseño, estos contenidos: reconocimiento del cuerpo, comprensión del cuerpo, control del cuerpo, adaptación corporal, acomodación corporal y exteorización corporal, fueron ajustados con la intención de poder integrar cada componente en beneficio del trabajo de las capacidades expresivas que se quiere desarrollar en el proyecto. Estas relaciones se dieron de forma jerárquica de manera que su consecución en la práctica pueda evidenciar un progreso de la técnica a la espontaneidad, dos de los pilares básicos de la tendencia de la expresión corporal (Motos 1983:53), a su vez ese paso progresivo lo vemos planteado desde el conocimiento personal hasta llegar a la comunicación interpersonal que son las capacidades expresivas que el proyecto pretende fortalecer.

Es menester, explicar cómo se dieron estas relaciones y porque se escogieron los nombres para abarcar los contenidos. El reconocimiento del cuerpo es la identificación de cada una de las partes del cuerpo y como a través de ellas se puede dar un significado al momento de comunicar por medio de la comprensión de cada una de las partes; como al momento de adoptar una postura o de ejecutar algún movimiento, la comprensión se da cuando la persona llega a aceptar su cuerpo y sus posibilidades de movimiento, es decir, que a través de la práctica pueda encontrar la funcionalidad de cada segmento corporal

Cuando se unen los segmentos del cuerpo mediante un movimiento se da un reconocimiento del cuerpo que lleva a una imagen y conciencia de él, de esta forma se tienen las bases para controlarlo y reconocer que tanto puede comunicar. El control del cuerpo es imperante en el proceso de comunicación no verbal ya que a partir de este se puede lograr una adaptación corporal que corresponde a la capacidad de adaptarse a las diferentes situaciones motrices que se pueden dar en el desarrollo de la práctica y como la comunicación corporal interviene en el proceso, posteriormente se llega a una acomodación corporal que se entiende dentro del PCP como el ajuste de los movimientos en un tiempo y espacio determinado que posibilitará la comunicación consigo mismo y con los otros, con el fin de lograr la exteriorización corporal en relación a lo que desea comunicar frente a sus demás compañeros por medio de su espontaneidad. Escoger el nombre de esos contenidos debe responder a un proceso de formación integral, para que no exista una segmentación en el proceso sino que por el contrario pueda relacionarse el proceso de aprendizaje con el fortalecimiento de las capacidades expresivas desde la Educación Física.

Ahora bien, teniendo en cuenta el cuadro de relaciones y los nuevos contenidos se da paso a la creación del macro diseño, este llevará el propósito del proyecto y se dividirá en dos unidades didácticas correspondientes a los dos ejes trabajados desde las capacidades expresivas (conocimiento personal y comunicación interpersonal), cada uno de estos ejes tendrá un nombre que se acerque más a la disciplina académica de la educación física, de esta manera el conocimiento personal se conocerá en el macro diseño bajo el nombre de “el yo y la comunicación con mi cuerpo” por su parte la comunicación interpersonal se llamara “los otros y la interacción a través del movimiento”. Luego de establecer las

unidades didácticas a trabajar y sus respectivos nombres se le atribuye un propósito a cada una y un tema de igual forma con su propósito, los temas asignados corresponden a los contenidos que se usan en las capacidades expresivas desde Arteaga y Cols, posteriormente se utilizan las dimensiones del ideal de ser humano –intelectual, ética y estética- para que a partir de ellas puedan seleccionarse los contenidos apropiados para cada tema y su respectiva unidad, de igual forma dentro del formato se muestran las sesiones que se realizan por cada uno de los temas, con esta distribución resulta más fácil y práctico responder al propósito general del macro diseño y de esta manera fortalecer las características de cada dimensión que se desean trabajar durante el proyecto.

Luego de hacer la descripción general del formato es necesario explicar las relaciones que se tuvieron en cuenta para organizar el macro diseño.

La primera unidad correspondiente a “el yo y la comunicación con mi cuerpo” consta de tres temas: conocimiento personal expresivo segmentario, conocimiento de diferentes situaciones motrices y conocimiento y adaptación personal al entorno. Al lado de cada tema se ubica una dimensión que dentro del ideal de ser humano cuenta con unas características propias a desarrollar, partiendo de las características generales de cada dimensión se determina cual sería la más apropiada para trabajar el propósito de cada tema, por ejemplo, el tema de conocimiento personal expresivo segmentario se le atribuyo la dimensión intelectual, puesto que se considera que características tales como el reconocimiento del cuerpo y las diferentes posibilidades de expresión corporal, permiten desarrollar el propósito establecido para este tema en cuyo caso es “reconocer las distintas partes del cuerpo y sus posibilidades”. Para desarrollar cada tema estos se harán dentro de

dos sesiones correspondientes a el cronograma y las planeaciones de clase para la ejecución del proyecto, teniendo en cuenta que cada tema se de forma secuencial para lograr cumplir sus respectivos propósitos. ahora bien, teniendo en cuenta dichas características imperantes en la dimensión se traen acotación los nuevos contenidos que resultaron de las relaciones observadas de los contenidos propios de Capoeira, la expresión corporal y las capacidades expresivas (ver tabla 3) con el fin de trabajar esas características.

Continuemos con el ejemplo que se tomó anteriormente, el tema “conocimiento personal expresivo segmentario”, su dimensión la intelectual, los contenidos propuestos son: ginga, reconocimiento del cuerpo, pateo giratorio, control del cuerpo y acomodación corporal., cada uno de estos contenidos debe abarcar una o varias características de la dimensión para poder trabajar todo de una forma integral, es decir, el reconocimiento del cuerpo correspondería a la identificación del cuerpo y sus diferentes partes a la hora de comunicar, el control del cuerpo se asume al momento del reconocimiento de situaciones motrices y la adaptación corporal resultaría mediante la expresión del lenguaje corporal, de esta forma se intenta trabajar el proceso de forma relacional, para que no quede ningún vacío o fragmentación en el mismo. Los contenidos de capoeira aportan al desarrollo de las características a trabajar de cada tema. La dinámica que se describe en el ejemplo anterior se realiza con los otros dos temas que se encuentran dentro de la primera unidad siguiendo la misma lógica estructural.

La segunda unidad didáctica correspondiente a “los otros y la interacción a través del movimiento” consta de dos temas: comportamiento cinético y desinhibición con los

otros y al igual que en la primera unidad se ubica al lado de cada tema una dimensión que desde sus características permite trabajar unos contenidos específicos, es decir, las relaciones establecidas dentro de esta unidad cumplen el mismo funcionamiento que en la primera. Ahora bien, es importante establecer para evitar una vaguedad al momento de analizar el formato del macro diseño, que cada propósito de un tema parte del proceso de la unidad anterior, puesto que el trabajo que desea realizarse es progresivo y siempre parte del reconocimiento de sí para llegar a la comunicación con el otro, por ejemplo, dentro de esta unidad como se mencionó antes se encuentra el tema de desinhibición con los otros, este tema tiene el siguiente propósito: fortalecer el conocimiento del cuerpo en relación al espacio y a los otros, aquí puede verse que es pertinente fortalecer el conocimiento de sí, ya no para reconocer el cuerpo para sí mismo como en la unidad anterior, sino que es el reconocer el cuerpo para poder comunicarse con los otros dentro de un espacio determinado. Para poder generar procesos de comunicación con el otro es imperante el conocimiento corporal, el reconocimiento del cuerpo y qué tanto se desea comunicar desde él. Los contenidos fueron sintetizados como resultado de las relaciones establecidas (ver tabla 3) y dentro del macro diseño se encuentran organizados de forma jerárquica para que su ejecución sea pertinente y procesual dentro del desarrollo de cada sesión, como anteriormente se especificó cada contenido se ve reflejado dentro de una dimensión, lo cual no significa que las otras dos no se trabajen allí, simplemente cada una adquiere una preponderancia dependiendo del propósito de la unidad y el tema que desee trabajar la sesión determinada.

A continuación, se mostrara el formato del macro diseño (ver tabla 4) que se manejará para la implementación del proyecto.

Tabla 4: Macro diseño PCP

MACRO DISEÑO			
PROPOSITO: Fortalecer los procesos de comunicación personal e interpersonal por medio del lenguaje corporal.			
UNIDAD 1: EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal)			
Propósito de la unidad: fortalecer el conocimiento de sí a partir del movimiento para mejorar sus procesos expresivos-comunicativos.			
DIMENSION	TEMAS	SESIONES	CONTENIDOS
Intelectual	<p align="center">CONOCIMIENTO PERSONAL EXPRESIVO SEGMENTARIO</p> <p>Propósito del tema: reconocer las distintas partes del cuerpo y sus posibilidades de expresión.</p>	1 2	Ginga y reconocimiento del cuerpo Pateo giratorio y Control del cuerpo. Adaptación corporal.
Intelectual	<p align="center">CONOCIMIENTO DE DIFERENTES SITUACIONES MOTRICES</p> <p>Propósito del tema: favorecer la exteriorización de emociones a partir del reconocimiento de sí mismo y de diferentes situaciones de la cotidianidad.</p>	3 4	Esquivas y Comprensión del cuerpo. Floreios y Adaptación corporal. Roda y Exteriorización corporal.
Estética	<p align="center">CONOCIMIENTO Y ADAPTACION PERSONAL AL ENTORNO</p> <p>Propósito del tema: fortalecer la estructura espacio temporal mediante el reconocimiento del cuerpo.</p>	5 6	Posturas y Comprensión corporal. Derribos y Adaptación corporal. Samba y Acomodación corporal.

UNIDAD 2: LOS OTROS Y LA INTERCCIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO (Conocimiento interpersonal)			
Propósito de la unidad: propiciar procesos de interacción mediante el movimiento para favorecer las relaciones interpersonales.			
DIMENSION	TEMAS	SESIONES	CONTENIDOS
Estética	<p align="center">COMPORTAMIENTO CINÉTICO</p> <p>Propósito del tema: favorecer la comunicación a través del lenguaje corporal.</p>	7 8	Agarres y Adaptación corporal. Macúlele y Acomodación corporal.
Ética	<p align="center">DESINHIBICIÓN CON LOS OTROS</p> <p>Propósito del tema: fortalecer el conocimiento del cuerpo en relación al espacio y a los otros.</p>	9 10	Samba y Acomodación corporal. Roda y Exteriorización corporal.

Fuente: Elaboración propia, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar, Alex Velásquez

Tabla 5: Cronograma de actividades PCP

CRONOGRAMA DE IMPLEMENTACION DEL PCP			
Propósito: Fortalecer los procesos de comunicación personal e interpersonal por medio del lenguaje corporal.			
SESIÓN	FECHA	UNIDAD DIDACTICA	TEMA
1	15-09-2015	EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal)	(evaluación diagnostica) Desinhibición del cuerpo
2	22-09-2015		
3	29-09-2015	EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO CON MI CUERPO (Conocimiento personal)	Conocimiento personal expresivo segmentario
4	06-10-2015		
5	13-10-2015	EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal)	Conocimiento y adaptación personal al entorno
6	20-10-2015		
7	27-10-2015	LOS OTROS Y LA INTERCCIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO (Comunicación interpersonal “no verbal)	Comportamiento cinético
8	03-11-2015		
9	10-11-2015	LOS OTROS Y LA INTERCCIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO (Comunicación interpersonal “no verbal)	Desinhibición con los otros
10	10-11-2015		
11	17-11-2015	El yo y la comunicación con mi cuerpo – los otros y la interacción a través del movimiento.	EVALUACIÓN

Fuente: Elaboración propia a partir de las fechas establecidas para cada sesión.

3.2 MICRO DISEÑO

Desde lo anterior se genera el micro diseño el cual, es la puesta en escena de cada uno de los contenidos establecidos en el macro diseño, teniendo en cuenta los propósitos que se plantearon para el PCP. Los propósitos de la clase se realizan con el fin de guiar el tema que se va a desarrollar en la sesión. A partir del propósito se realiza el seguimiento del proceso que se encuentra organizado en tres fases: fase inicial, fase central y fase final representadas dentro de una metodología.

3.2.1 MOMENTOS DE LA CLASE.

Cada clase cuenta con una planeación previa y será desarrollada metodológicamente en los espacios relacionados con la Universidad Pedagógica Nacional, los docentes tendrán un esquema organizado de trabajo con la pretensión de favorecer el propósito establecido para cada sesión.

FASE INICIAL

Esta fase corresponde a la preparación corporal para el desarrollo de las diferentes actividades que se proponen para alcanzar los propósitos establecidos. En esta primera fase de la sesión la importancia radica en el reconocimiento del cuerpo y sus posibilidades de forma individual para propiciar una disposición emocional y corporal que llevará

posteriormente al estudiante a relacionarse con los otros mediante expresiones motrices trabajadas desde la Capoeira y las capacidades expresivas.

FASE CENTRAL.

Luego de que se realiza la preparación corporal, mediante el reconocimiento del cuerpo y de sí mismo, las actividades van encaminadas a efectuar acciones que permitan el desarrollo de la espontaneidad a través de la adaptación corporal a diferentes situaciones motrices propuestas desde la técnica de la Capoeira y en función de la comunicación por medio del lenguaje corporal.

FASE FINAL.


En esta última fase se busca llegar a la exteriorización de la experiencia con el otro mediante el juego de Capoeira conocido como roda, allí cada participante de la sesión efectúa movimientos, bailes y juegos motrices que reflejen el trabajo desarrollado por medio de un estilo particular teniendo muy presente los ejercicios realizados en la segunda fase de la sesión.

Dentro del micro diseño se contempla una descripción general de cómo se desarrolló la sesión con respecto al propósito, las actividades propuestas y los contenidos y evidenciar si todo aquello es pertinente en la práctica.

El formato de planeación de clase (micro diseño) es una herramienta indispensable, hecho de forma sencilla para el entendimiento de cada docente, siendo una guía para la ejecución de la práctica y el seguimiento del proceso. Dentro del formato se encuentra la información general, materiales, el propósito de la unidad, propósito de tema, las dimensiones del ideal de ser humano que se van a trabajar, los contenidos, la planeación de la sesión con sus respectivos momentos con una descripción del proceso al final del formato. Esta descripción, se realiza desde tres roles diferentes que asume cada integrante del PCP; 1) la visión del docente, 2) la visión del participante y 3) la visión de un observador. La decisión de realizar la descripción de esta forma dentro del formato de planeación es para facilitar la evaluación mediante el seguimiento del proceso que se lleva durante la ejecución de cada sesión, por otra parte, permite comprender de forma más precisa las sensaciones y experiencias que se obtienen cuando se asumen los distintos roles.

A continuación se muestra el formato que se implementará para la planeación de clase (ver tabla 6)

Tabla 6: Planeación de clase

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE	
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar			
Fecha:	Sesión N°:	Participantes:	Horario : martes de 2 pm / 3pm
Materiales:			
Unidad didáctica: Propósito	Tema : Propósito	Contenidos:	
SEGUIMIENTO DEL PROCESO			Tiempo
Fase 1:			
Fase 2:			
Fase 3:			
Descripción:			

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

1.3 EVALUACIÓN

Para el desarrollo de las prácticas del proyecto y en concordancia con la teoría curricular interpretativo cultural desde un enfoque práctico, se considera pertinente realizar una evaluación diagnóstica de los estudiantes para conocer las necesidades específicas en torno a las capacidades expresivas y como a partir del reconocimiento de dichas necesidades se puedan construir unos temas y contenidos que den evidencia del propósito del proyecto.

El formato de evaluación diagnóstica está conformada por seis criterios de evaluación por parte de los tres profesores y su respuesta es de orden cerrado (si/no), este diagnóstico cuenta con el propósito del PCP, nombre del estudiante, la fecha en que se realizó el mismo y el número de sesión correspondiente (ver tabla 7).

Tabla 7: Formato evaluación diagnóstica

FORMATO EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA					
Propósito: Reconocer las necesidades dentro de la población en relación a las capacidades expresivas.					
Nombre del estudiante:		Marque con una X al que corresponda.			
Fecha:	Sesión:	Casi nunca	a veces	Casi siempre	observaciones
1. Reconoce qué segmentos corporales son importantes en la ejecución de un movimiento.					
2. Reconoce las posibilidades de movimiento en diferentes situaciones					
3. Le da un significado al movimiento a la hora de comunicar					
4. Expresa abiertamente emociones por medio del lenguaje corporal					
5. Identifica su movimiento y el de los demás entorno a un espacio en diferentes momentos.					
6. Su lenguaje corporal refleja respeto al momento de relacionarse con los demás.					

Fuente: Elaboración propia a partir de la observación.

En consecuencia con la teoría curricular práctica, se planea un cuadro de criterios de evaluación a tener en cuenta dentro del seguimiento del proceso que se llevara en cada

sesión, de esta manera establecer unos criterios específicos para hacer la descripción de cada una de las sesiones.

Para realizar el cuadro de criterios de evaluación se tuvo en cuenta la implementación del formato de evaluación diagnóstica, a partir de las necesidades que pudieron observarse en relación a las capacidades expresivas que arrojó el mismo, teniendo en cuenta esas necesidades y a través del cuadro de relaciones de contenidos (ver tabla 2) y la creación de los nuevos contenidos se establecieron los criterios de evaluación que corresponden a los propósitos de cada tema y su unidad didáctica.

De igual forma, para el diseño del cuadro de criterios de evaluación en cuanto al modelo evaluativo es importante recordar que una parte de la evaluación se realizará dentro del formato de planeación de clase en la parte de la descripción, pero se tendrán unos criterios de evaluación específicos que los docentes asumirán a la hora de realizar dicha descripción alrededor de las dimensiones intelectual, ética y estética que componen el ideal de ser humano al que apunta el proyecto.

El cuadro de criterios de evaluación está organizado a partir de las unidades didácticas, los temas, las dimensiones y los contenidos que se utilizaron para la elaboración del macro diseño, puesto que los criterios de evaluación deben ir en concordancia con la propuesta curricular del proyecto.

Dentro del cuadro cada tema está compuesto por una dimensión específica y a partir de ella se seleccionan los contenidos a desarrollar (Macro diseño), es con base en dichos contenidos que se construyen los criterios de evaluación, a cada contenido le corresponde un criterio de evaluación distinto y esos criterios se manejan de forma jerárquica dependiendo del contenido que se vaya a trabajar en función de una dimensión, un tema y su respectiva unidad didáctica, puede que dentro de las unidades didácticas se repitan los contenidos, pero los criterios de evaluación serán diferentes ya que responden al propósito de la unidad y del tema correspondiente, entendiendo dichos contenidos como los aspectos observables a evaluar en cada una de las sesiones, lo cual significa que cada contenido tiene su propio criterio en relación al tema y su respectiva unidad didáctica.

Estos criterios son aspectos a observar que están inmersos dentro de la dimensión comunicativa, cada uno de ellos responde a los conceptos manejados del ideal de hombre y estos a su vez están pensados para cumplir los propósitos de cada unidad. Las tres dimensiones a tener en cuenta, se encuentran inmersas en ambas unidades, por lo que se observará siempre en todas las clases, pero en el desarrollo de cada tema una dimensión cobrará más importancia que las otras eso dependiendo del propósito que se desee trabajar, para entender mejor esta relación se explicará mediante el uso de la tabla 8.

Tabla 8: Criterios de evaluación.

EVALUACIÓN			
PROPOSITO: Fortalecer los procesos de comunicación personal e interpersonal por medio del lenguaje corporal.			
UNIDAD 1: EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal)			
Propósito de la unidad: fortalecer el conocimiento de sí a partir del movimiento para mejorar sus procesos expresivos-comunicativos.			
DIMENSION	TEMAS	SESIONES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Intelectual (Ginga y reconocimiento del cuerpo Pateo giratorio y Control del cuerpo. Adaptación corporal.)	CONOCIMIENTO PERSONAL EXPRESIVO SEGMENTARIO Propósito del tema: reconocer las distintas partes del cuerpo y sus posibilidades de expresión.	1 2	1. Reconoce sus segmentos corporales a través del movimiento. 2. Reconoce su cuerpo y como puede expresar con él en distintas situaciones. 3. Exterioriza sus emociones por medio del lenguaje corporal.
Intelectual (Esquivas y Comprensión del cuerpo. Floreios y Adaptación corporal. Roda y Exteriorización corporal.)	CONOCIMIENTO DE DIFERENTES SITUACIONES MOTRICES Propósito del tema: favorecer la exteriorización de emociones a partir del reconocimiento de sí mismo y de diferentes situaciones de la cotidianidad.	3 4	1. Comprende diferentes situaciones motrices y se ajusta a ellas mediante su lenguaje corporal. 2. Exterioriza sus emociones por medio del lenguaje corporal.
Estética (Posturas y Comprensión corporal. Derribos y Adaptación corporal. Samba y Acomodación corporal.)	CONOCIMIENTO Y ADAPTACION PERSONAL AL ENTORNO Propósito del tema: fortalecer la estructura espacio temporal mediante el reconocimiento del cuerpo.	5 6	1. Responde a la técnica del movimiento a través de la belleza motriz. 2. Reconoce su cuerpo en un tiempo y espacio determinado.

UNIDAD 2: LOS OTROS Y LA INTERCCIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO (Conocimiento interpersonal)			
Propósito de la unidad: propiciar procesos de interacción mediante el movimiento para favorecer las relaciones interpersonales.			
DIMENSION	TEMAS	SESIONES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Estética (Agarres y Adaptación corporal. Macúlele y Acomodación corporal)	COMPORTAMIENTO CINÉTICO Propósito del tema: favorecer la comunicación a través del lenguaje corporal.	7 8	1. Ejecuta movimientos asertivos en relación a un tiempo y espacio determinado. 2. Reconoce la importancia de la funcionalidad corporal al momento de comunicarse.
Ética (Samba y Acomodación corporal. Roda y Exteriorización corporal.)	DESINHIBICIÓN CON LOS OTROS Propósito del tema: fortalecer el conocimiento del cuerpo en relación al espacio y a los otros.	9 10	1. Respeta el cuerpo mediante el cuidado de sí mismo y del otro. 2. Respeta las distintas posibilidades corporales de sus compañeros.

Fuente: Elaboración propia a partir de las unidades didácticas, los temas y los criterios de evaluación.

Dentro del diseño e implementación y en concordancia con la teoría curricular se realiza una evaluación docente y del programa para identificar la relación teórico-práctica en función del fortalecimiento de las capacidades expresivas y el cumplimiento del propósito del proyecto.

Para la elaboración de la evaluación del profesor se tuvo en cuenta unos criterios correspondientes al saber disciplinar, herramientas didácticas, secuencia de contenidos, asertividad en la comunicación corporal y la proyección del proyecto en la vida cotidiana, que evidencie el trabajo realizado durante las sesiones y la posible incidencia que tuvo durante el desarrollo de las mismas.

Se toma la decisión de que la realización de la evaluación la llevarán a cabo los estudiantes que son docentes en formación de la Universidad Pedagógica Nacional y a su vez participantes del proceso, pues se considera que en su aprender y construcción docente pueden aportar a través de su experiencia a la consecución del proyecto de igual forma, el proyecto se realizó para ellos y desde su análisis del proceso de enseñanza-aprendizaje llevaran el proyecto de forma objetiva y determinarán si las funciones correspondientes a cada uno de nosotros como profesores fueron practicas incidentes para su vida cotidiana.

El formato contiene información general acerca del propósito del PCP, nombre del profesor, fecha, los criterios de evaluación a observar y la frecuencia con la cual se cumplen dichos criterios (ver tabla 9).

Tabla 9: Evaluación profesor.

FORMATO EVALUACIÓN DEL PROFESOR			
Propósito: Obtener información acerca de la labor docente para su mejoramiento en prácticas futuras.			
Nombre del profesor:			
Fecha:	marque con una X al que corresponda		
Criterios de evaluación	Casi nunca	a veces	Casi siempre
1. ¿Tiene dominio del tema?			
2. ¿Propone alternativas didácticas para la enseñanza mejorando el proceso de aprendizaje?			
3. ¿Utiliza el lenguaje corporal de forma asertiva al momento de comunicarse con los estudiantes?			
4. ¿Las explicaciones de las clases son claras y sin contradicciones?			
5. ¿Relaciona los temas de la clase con la vida cotidiana?			
6. ¿Se evidencia una planificación de la sesión?			
7. ¿Los temas desarrollados entre una clase y otra guardan continuidad y coherencia?			

Fuente: Elaboración propia a partir de los criterios de evaluación del profesor.

Tabla 10: Evaluación Programa.

EVALUACIÓN DE PROGRAMA (COEVALUACIÓN)	
Propósito:	Conocer el alcance, proyección e incidencia del proyecto, dentro de los participantes y los desarrolladores.
Fecha:	
Tipo de respuesta:	abierta.
Preguntas	
1.	¿El proyecto puede aplicarse en cualquier otra población y contexto?
2.	¿Los contenidos posibilitan la consecución del propósito propuesto dentro del PCP?
3.	¿la metodología aplicada fomentó al desarrollo de nuevas herramientas didácticas de trabajo que contribuyo en su formación como docentes?
4.	¿El desarrollo y ejecución del programa lo lleva a la construcción y reflexión de su proyecto de vida?
5.	¿En la ejecución del proyecto, los contenidos son coherentes a las necesidades de la población?
6.	¿La elaboración del proyecto fomenta un aprendizaje significativo en relación a la construcción de conocimiento referente al estudio de la educación física?
7.	¿En las prácticas se puede evidenciar el ideal de ser humano al cual apunta el proyecto?
8.	¿La aplicación de la evaluación es pertinente y evidencia la relación de la teoría con la práctica?

Fuente: Elaboración propia a partir de los criterios de evaluación del programa.

Ahora bien, la evaluación del programa se realizará mediante un proceso de Coevaluación, es decir, un análisis de los profesores junto con los estudiantes para dar respuesta a unas preguntas construidas por nosotros mismos. Estas preguntas fueron formuladas para conocer el alcance, proyección e incidencia del proyecto dentro los participantes y los ejecutores, y si todo el proceso de relaciones teórico-prácticas puede entenderse como una educación para la vida cotidiana desde los procesos de comunicación e interacción humana. La evaluación del programa contiene una información general: el propósito del proyecto, fecha, el tipo de respuesta y las preguntas (ver tabla 10).

Para efectos de la evaluación final que se propone dentro del proyecto ésta responderá de forma concreta al modelo evaluativo holístico de Mc. Donald, la característica de esta evaluación no se reduce a los resultados si no a la consecución de todo el proceso realizado, por esto esta evaluación se realizará mediante una puesta en escena dividida en dos momentos, una coreografía en donde representaran un baile típico del Brasil mostrando su originalidad y espontaneidad y el otro momento se llevara a cabo en la consecución de un representación teatral no verbal sobre una situación de la vida cotidiana, con unas características particulares propuestas por los docentes en cuanto a la técnica, el espacio, los tiempos, la belleza motriz, entre otras, correspondientes a los criterios de evaluación establecidos para el seguimiento del proceso de cada sesión. Esta evaluación final será la consecuencia del trabajo realizado durante la aplicación del proyecto.

Ahora bien, respondiendo a la teoría curricular y el modelo evaluativo, la evaluación tiene unos momentos específicos dentro del proceso educativo, en esta medida la evaluación diagnóstica fue aplicada en la primera sesión, en donde se reconocieron los criterios de evaluación que se establecieron en el cuadro de criterios (ver tabla 8) se manejan en la ejecución de cada una de las sesiones y se evalúan teniendo en cuenta la unidad y su tema respectivo. Para efectos de la evaluación docente y del programa se realizarán al final de la implementación del proyecto en la última sesión, teniendo en cuenta que estas dos evaluaciones deben ser el resultado del proceso realizado junto con los estudiantes y será el resultado de organizar toda la experiencia que hasta el momento se trabajó.

Con la realización de los formatos de macro diseño, micro diseño, cronograma de actividades y formatos de evaluación, se da por finalizado el capítulo de diseño e implementación para dar paso a la sistematización de cada una de las planeaciones de clase.

EJECUCIÓN PILOTO

En este capítulo se aborda la sistematización de cada una de las sesiones de clase trabajadas desde la educación física en beneficio del desarrollo de las capacidades expresivas y en función de los procesos de comunicación en los cuales se encuentran inmersas las personas y como consecuencia de estos se generan las distintas relaciones sociales y culturales.

Esta sistematización es el resultado de todas aquellas relaciones establecidas durante el desarrollo del proyecto; el ideal de ser humano, la creación de las unidades didácticas, los temas, los contenidos, los formatos de evaluación, la metodología, el diseño curricular, entre otros aspectos que se encuentran vinculados en la planeación y por lo tanto deben reflejados en la práctica educativa.

Consecuentemente, teniendo en cuenta todas aquellas decisiones tomadas en los formatos de evaluación para su implementación, se realiza un análisis de los resultados correspondientes a la evaluación diagnóstica, evaluación del profesor, evaluación del programa y la evaluación final para los estudiantes.

ANÁLISIS DE LOS FORMATOS DE EVALUACIÓN

La evaluación diagnóstica que se realizó dentro del proyecto estuvo enfocada en observar las necesidades en cuanto a capacidades expresivas podía tener los participantes. Con los resultados de la ficha diagnóstica para cada uno de los participantes de la sesión se dio inicio a la estructuración de la propuesta curricular, ahora bien a continuación se observaran los resultados de cada uno de los formatos de evaluación diagnóstica. (Ver tablas 11-17)

Tabla 11: Evaluación Diagnóstica diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA					
Propósito: Reconocer las necesidades dentro de la población en relación a las capacidades expresivas.					
Nombre del estudiante: Estudiante 1		Marque con una X al que corresponda.			
Fecha: 15/09/2015	Sesión: 1	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Observaciones
1. Reconoce qué segmentos corporales son importantes en la ejecución de un movimiento.			X		Ninguna
2. Reconoce las posibilidades de movimiento en diferentes situaciones			X		ninguna
3. Le da un significado al movimiento a la hora de comunicar				X	ninguna
4. Expresa abiertamente emociones por medio del lenguaje corporal			X		Ninguna
5. Identifica su movimiento y el de los demás entorno a un espacio en diferentes momentos.			X		No reconoce en algunas actividades en donde termina espacio y comienza el de los demás.
6. Su lenguaje corporal refleja respeto al momento de relacionarse con los demás.			X		En ocasiones invade el espacio de los compañeros por su dominio de alguna de las actividades.

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de evaluación diagnóstica

Tabla 12: Evaluación Diagnóstica diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA					
Propósito: Reconocer las necesidades dentro de la población en relación a las capacidades expresivas.					
Nombre del estudiante: Estudiante 2		Marque con una X al que corresponda.			
Fecha: 15/09/2015	Sesión: 1	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Observaciones
1. Reconoce qué segmentos corporales son importantes en la ejecución de un movimiento.			X		Cuando ejecuta algunos movimientos, lo hace de manera automática sin pensar en la importancia de los mismos con sus diferentes partes.
2. Reconoce las posibilidades de movimiento en diferentes situaciones		X			Ninguna.
3. Le da un significado al movimiento a la hora de comunicar		X			Utiliza los movimientos de manera mecánica y no les otorga mucha importancia al momento de comunicar.
4. Expresa abiertamente emociones por medio del lenguaje corporal		X			Es un poco tímido por lo que al parecer le cuesta expresar sus emociones por medio de su lenguaje corporal.
5. Identifica su movimiento y el de los demás entorno a un espacio en diferentes momentos.			X		Ninguna.
6. Su lenguaje corporal refleja respeto al momento de relacionarse con los demás.				X	Ninguna.

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de evaluación diagnóstica

Tabla 13: Evaluación Diagnóstica diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA					
Propósito: Reconocer las necesidades dentro de la población en relación a las capacidades expresivas.					
Nombre del estudiante: Estudiante 3		Marque con una X al que corresponda.			
Fecha: 15/09/2015	Sesión: 1	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Observaciones
1. Reconoce qué segmentos corporales son importantes en la ejecución de un movimiento.				X	Ninguna
2. Reconoce las posibilidades de movimiento en diferentes situaciones				X	Cuenta con gran número de posibilidades de movimiento por el tiempo que lleva en capoeira.
3. Le da un significado al movimiento a la hora de comunicar				X	Puesto que tiene experiencia en Ginga y Matinga, se le facilita la comunicación no verbal.
4. Expresa abiertamente emociones por medio del lenguaje corporal				X	Ninguna
5. Identifica su movimiento y el de los demás entorno a un espacio en diferentes momentos.				X	Ninguna
6. Su lenguaje corporal refleja respeto al momento de relacionarse con los demás.				X	Su relación con los demás compañeros es tolerante capaz de interactuar con los demás sin agredir o llegar a dominar.

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de evaluación diagnóstica

Tabla 14: Evaluación Diagnóstica diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA					
Propósito: Reconocer las necesidades dentro de la población en relación a las capacidades expresivas.					
Nombre del estudiante: Estudiante 4		Marque con una X al que corresponda.			
Fecha: 15/09/2015	Sesión: 1	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Observaciones
1. Reconoce qué segmentos corporales son importantes en la ejecución de un movimiento.		X			Con gran dificultad realiza movimientos propios de Capoeira, puesto no llega reconocer los segmentos que participan.
2. Reconoce las posibilidades de movimiento en diferentes situaciones			X		Ninguna.
3. Le da un significado al movimiento a la hora de comunicar			X		No le otorga significado movimiento ni le da importancia al momento de comunicar.
4. Expresa abiertamente emociones por medio del lenguaje corporal		X			Es algo introvertido y le cuesta expresar sus emociones por medio de su lenguaje corporal.
5. Identifica su movimiento y el de los demás entorno a un espacio en diferentes momentos.			X		Ninguna
6. Su lenguaje corporal refleja respeto al momento de relacionarse con los demás.			X		Ninguna

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de evaluación diagnóstica

Tabla 15: Evaluación Diagnóstica diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA					
Propósito: Reconocer las necesidades dentro de la población en relación a las capacidades expresivas.					
Nombre del estudiante: Estudiante 5		Marque con una X al que corresponda.			
Fecha: 15/09/2015	Sesión: 1	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Observaciones
1. Reconoce qué segmentos corporales son importantes en la ejecución de un movimiento.			X		Ninguna
2. Reconoce las posibilidades de movimiento en diferentes situaciones			X		El participante es capaz de identificar diferente situaciones y movimientos
3. Le da un significado al movimiento a la hora de comunicar				X	Se comunica con gran facilidad y sus movimientos por momentos son entendidos por los otros
4. Expresa abiertamente emociones por medio del lenguaje corporal			X		Ninguna
5. Identifica su movimiento y el de los demás entorno a un espacio en diferentes momentos.				X	Es capaz de comunicar con el movimiento e incluso si el espacio es cambiante
6. Su lenguaje corporal refleja respeto al momento de relacionarse con los demás.			X		En ocasiones y al relacionarse con los demás no logra mantener un ambiente de respeto puesto que invade el espacio del otro

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de evaluación diagnóstica

Tabla 16: Evaluación Diagnóstica diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA					
Propósito: Reconocer las necesidades dentro de la población en relación a las capacidades expresivas.					
Nombre del estudiante: Estudiante 6		Marque con una X al que corresponda.			
Fecha: 15/09/2015	Sesión: 1	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Observaciones
1.	Reconoce qué segmentos corporales son importantes en la ejecución de un movimiento.		X		En ocasiones identifica los segmentos que participan en los movimientos
2.	Reconoce las posibilidades de movimiento en diferentes situaciones		X		Ninguna
3.	Le da un significado al movimiento a la hora de comunicar		X		En algunos momentos logra comunicar y se evidencia que lo hace con significación
4.	Expresa abiertamente emociones por medio del lenguaje corporal		X		Ninguna
5.	Identifica su movimiento y el de los demás entorno a un espacio en diferentes momentos.		X		Ninguna
6.	Su lenguaje corporal refleja respeto al momento de relacionarse con los demás.		X		Su relación con los demás compañeros es tolerante capaz de interactuar con los demás sin agredir o llegar a dominar.

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de evaluación diagnóstica

Tabla 17: Evaluación Diagnóstica diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA					
Propósito: Reconocer las necesidades dentro de la población en relación a las capacidades expresivas.					
Nombre del estudiante: Estudiante 7		Marque con una X al que corresponda.			
Fecha: 15/09/2015	Sesión: 1	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Observaciones
1. Reconoce qué segmentos corporales son importantes en la ejecución de un movimiento.		X			Realiza movimientos pero no es consciente de los segmento que utiliza
2. Reconoce las posibilidades de movimiento en diferentes situaciones			X		En ocasiones se le dificulta moverse dependiendo de las situaciones
3. Le da un significado al movimiento a la hora de comunicar			X		Ninguna
4. Expresa abiertamente emociones por medio del lenguaje corporal		X			No logra expresarse emocióne libre y espontanea
5. Identifica su movimiento y el de los demás entorno a un espacio en diferentes momentos.			X		Ninguna
6. Su lenguaje corporal refleja respeto al momento de relacionarse con los demás.			X		Ninguna

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados de evaluación diagnóstica

La evaluación diagnóstica se realizó dentro de la primera sesión, con ocho estudiantes participantes. La recolección de la información se condensa en un gráfico lineal (ver gráfico 7) que muestra cada una de las preguntas que se realizaron dentro del formato y la frecuencia en la que los participantes se desarrollaron, de igual forma, cada una de las frecuencias tiene un color correspondiente, siendo el azul para casi nunca, el rojo para a veces y por último, el verde para casi siempre.

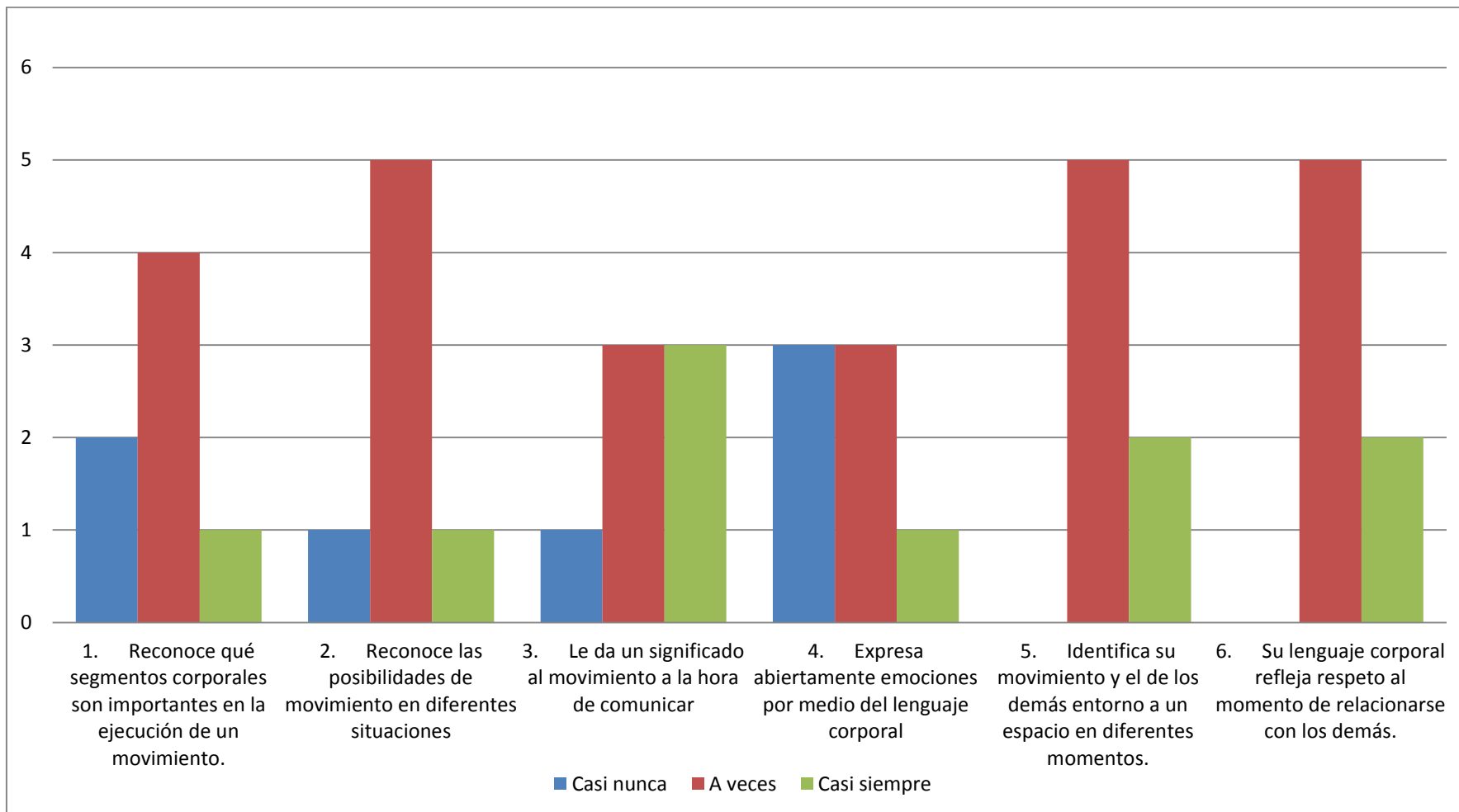


Gráfico 7: Estadística de la evaluación diagnóstica

Fuente: Elaboración propia a partir de la observación de necesidades con relación a las capacidades expresivas

El gráfico 7, muestra los resultados de la evaluación implementada, en donde se puede evidenciar que la frecuencia mayormente desarrolla fue la de *a veces* dentro de cada uno de los criterios de evaluación, seguida de la frecuencia *casi siempre* y por último la frecuencia *casi nunca*. Al analizar este grafico pudimos evidenciar que a algunos participantes se les dificultaba mostrar abiertamente sus emociones por medio de su lenguaje corporal y de igual manera en ocasiones no reconocían que partes de su cuerpo podían servir para la adecuada ejecución de un movimiento con el fin de expresar, se veía por ejemplo que en determinados momentos algunos de los participantes realizaban los ejercicios de manera automática pero se les dificultaba reconocer de forma segmentaria que partes utilizaban para sus ejecuciones, lo que daba como resultado que no dieran al movimiento un significado a la hora de comunicarse, porque posiblemente no reflexionaban en las múltiples posibilidades que tienen sus cuerpos para comunicarse con los otros.

Fue importante destacar el respeto que se evidencio dentro de las sesiones, un respeto reflejado en el cuidado corporal de la mayoría de los estudiantes en relación a los movimientos del otro y de sí mismo, a su vez el grafico (ver gráfico 7) muestra que dentro de los procesos de comunicación el respeto corporal es imperante para un buen desarrollo de cada actividad.

Ahora bien, continuando con el análisis de los formatos implementados dentro del desarrollo del PCP, se realizó una evaluación a los tres profesores ejecutantes del proyecto, esta evaluación fue elaborada por los estudiantes al final de la última sesión, la evaluación

se realizó teniendo en cuenta el formato de evaluación del profesor (ver tabla 9) a su vez estos hicieron unas observaciones de tipo constructivo alrededor de cada una de las labores docentes con el fin de contribuir a su desarrollo y mejoramiento dentro de la práctica educativa. A continuación, se mostrara los formatos diligenciados de cada profesor (ver tablas 18,19,20).

Tabla 18: Evaluación profesor diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DEL PROFESOR			
Propósito: Obtener información acerca de la labor docente para su mejoramiento en prácticas futuras.			
Nombre del profesor: Duvan Camilo Bernal Cadena			
Fecha: 17/11/2015	marque con una X al que corresponda		
Criterios de evaluación	Casi nunca	A veces	Casi siempre
1. ¿Tiene dominio del tema?	0	3	6
2. ¿Propone alternativas didácticas para la enseñanza mejorando el proceso de aprendizaje?	0	7	3
3. ¿Utiliza el lenguaje corporal de forma asertiva al momento de comunicarse con los estudiantes?	0	6	4
4. ¿Las explicaciones de las clases son claras y sin contradicciones?	4	3	3
5. ¿Relaciona los temas de la clase con la vida cotidiana?	0	1	9
6. ¿Se evidencia una planificación de la sesión?	0	2	8
7. ¿Los temas desarrollados entre una clase y otra guardan continuidad y coherencia?	0	6	4

Fuente: Elaboración propia a partir de los criterios de evaluación del profesor.

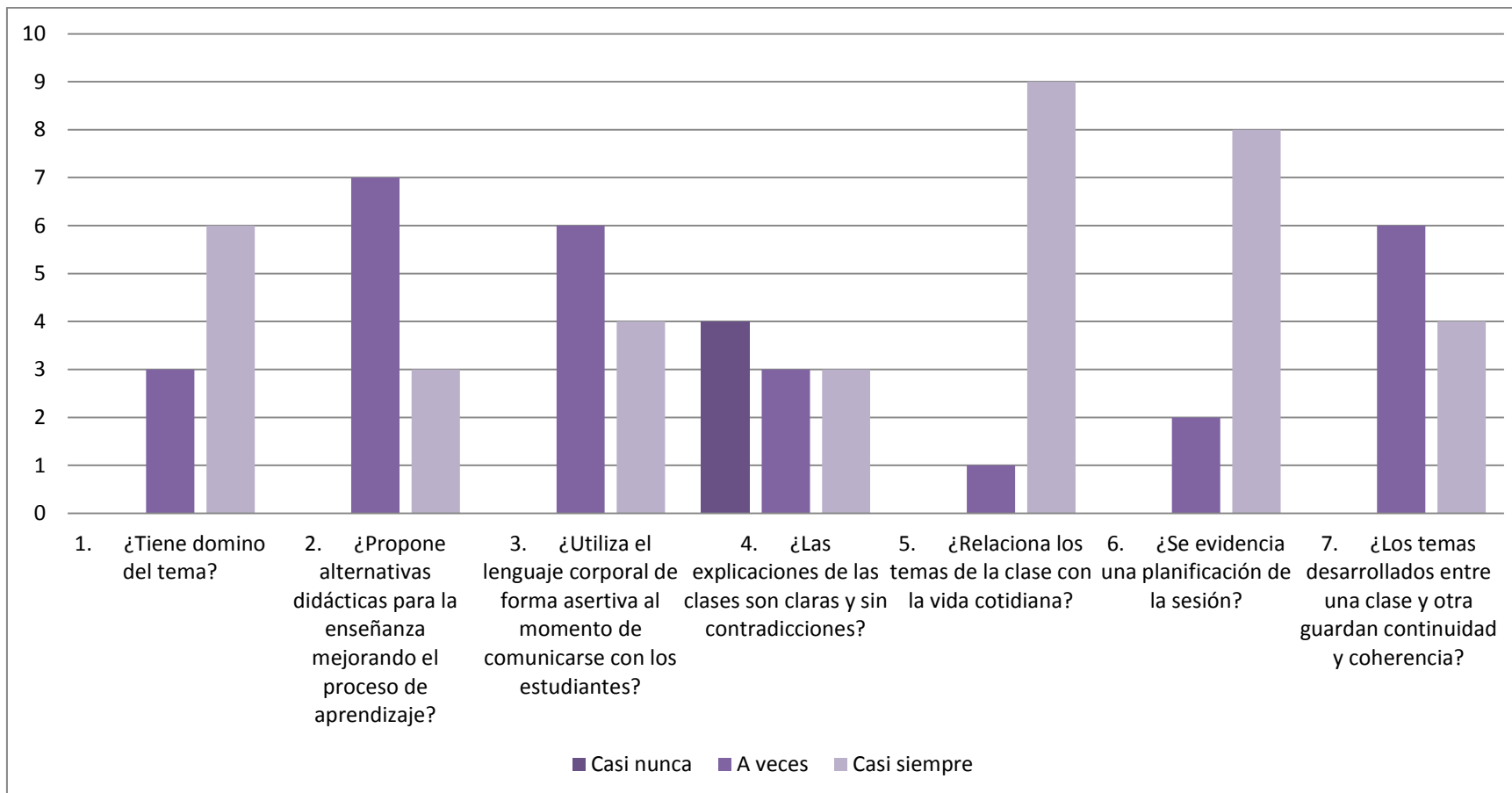


Gráfico 8: Resultados evaluación profesor Camilo Bernal

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del formato de evaluación del profesor

La tabla 18 muestra los resultados de la evaluación hecha al profesor Camilo Bernal por parte de los estudiantes participantes del proyecto. Esta evaluación refleja que durante la ejecución del proyecto los estudiantes al parecer estuvieron complacidos con su trabajo al llevar algunas de sus intervenciones con determinado dominio del tema, proponiendo desde allí diferentes herramientas metodológicas y didácticas para la comprensión de las mismas, aunque en ocasiones sus explicaciones de las actividades no eran claras debido a la utilización de un lenguaje demasiado técnico o desconocido para los ellos lo que dificultaba un poco el hacer de los mismos, para solucionar esto el docente repetía las actividades e incluía el ejemplo como herramienta facilitadora que generara la comprensión. Mediante su lenguaje corporal el profesor comunicaba de manera constante y expresaba de forma enfática la importancia de relacionar cada una de las actividades con procesos de reflexión que traspasaran el contexto educativo y pudiera llevarse para cualquier situación de la vida cotidiana. (Ver gráfico 8).

Los estudiantes al final de la realización de la evaluación hicieron unas observaciones a modo de contribución para la labor docente del compañero Camilo Bernal. Dentro de esas observaciones se indicó que era evidente que él era quien manejaba la técnica de la Capoeira pero en ocasiones sus clases se daban de manera instruccional y dejaba un poco al lado la espontaneidad dentro del proceso.

Tabla 19: Evaluación profesor diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DEL PROFESOR			
Propósito: Obtener información acerca de la labor docente para su mejoramiento en prácticas futuras.			
Nombre del profesor: Julieth Vanessa Aguilar Delgado			
Fecha: 17/11/2015		marque con una X al que corresponda	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE
1. ¿Tiene dominio del tema?	0	2	8
2. ¿Propone alternativas didácticas para la enseñanza mejorando el proceso de aprendizaje?	0	6	4
3. ¿Utiliza el lenguaje corporal de forma asertiva al momento de comunicarse con los estudiantes?	0	2	8
4. ¿Las explicaciones de las clases son claras y sin contradicciones?	3	4	3
5. ¿Relaciona los temas de la clase con la vida cotidiana?	0	7	3
6. ¿Se evidencia una planificación de la sesión?	0	2	8
7. ¿Los temas desarrollados entre una clase y otra guardan continuidad y coherencia?	0	8	2

Fuente: Elaboración propia a partir de los criterios de evaluación del profesor.

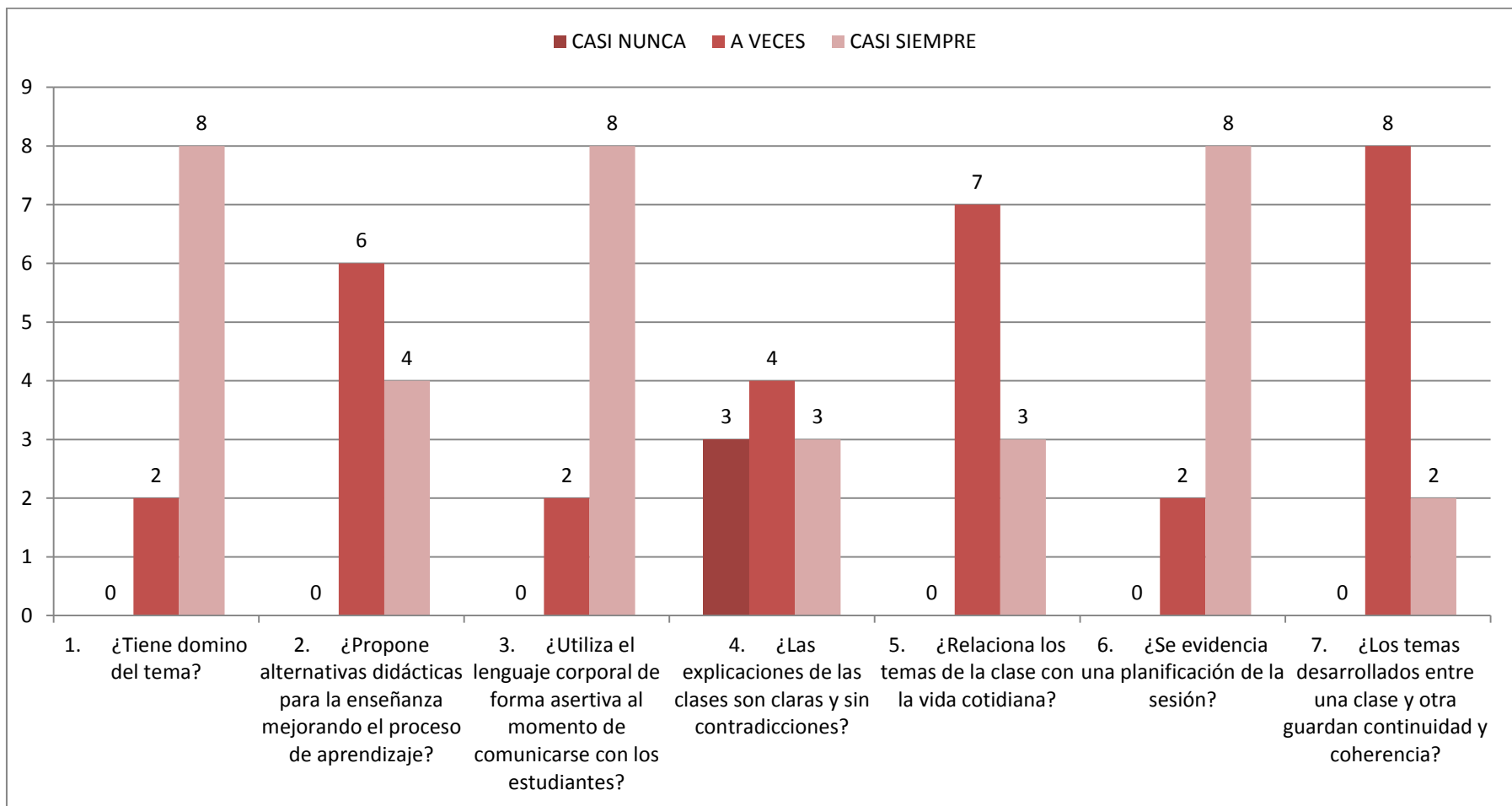


Gráfico 9: Resultados evaluación profesor Vanessa Aguilar

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del formato de evaluación del profesor

La tabla 19 muestra la evaluación realizada a la profesora Vanessa Aguilar que hicieron los estudiantes y puso en evidencia que durante el desarrollo de los distintos momentos de la sesión pretendió de forma constante que las prácticas giraran en torno a distintas situaciones motrices de la vida cotidiana, teniendo un lenguaje corporal basado en el respeto y la exteriorización emocional, los estudiantes evaluaron la continuidad de sus sesiones de manera positiva ya que consideran que sigue una consecución en sus actividades, lo que evidencia una planeación de sus sesiones (ver gráfico 9)

Los estudiantes observaron en la práctica de la profesora que en algunas ocasiones sus explicaciones en relación a la técnica de la Capoeira eran faltas de contundencia para ser ejecutadas por los estudiantes pero que su trabajo comunicativo era muy bueno en relación al proceso de la técnica a la espontaneidad.

En cuanto a la metodología de las clases de la compañera Vanessa, los estudiantes aseguran que la utilización de juegos para el desarrollo de las actividades son innovadores y entretenidos, que permiten disfrutar de los ejercicios a la vez que van aprendiendo de estos, de tal forma, que la ejecución didáctica dentro de las sesiones permite fortalecer la comunicación con los otros y el cuidado de sí mismo y sus compañeros.

Tabla 20: Evaluación profesor diligenciada

FORMATO EVALUACIÓN DEL PROFESOR			
Propósito: Obtener información acerca de la labor docente para su mejoramiento en prácticas futuras.			
Nombre del profesor: Alex Alberto Velásquez Segura			
Fecha: 17/11/2015		marque con una X al que corresponda	
Criterios de evaluación	Casi nunca	A veces	Casi siempre
1. ¿Tiene dominio del tema?	0	3	7
2. ¿Propone alternativas didácticas para la enseñanza mejorando el proceso de aprendizaje?	0	1	9
3. ¿Utiliza el lenguaje corporal de forma asertiva al momento de comunicarse con los estudiantes?	0	6	4
4. ¿Las explicaciones de las clases son claras y sin contradicciones?	6	3	1
5. ¿Relaciona los temas de la clase con la vida cotidiana?	0	5	5
6. ¿Se evidencia una planificación de la sesión?	0	2	8
7. ¿Los temas desarrollados entre una clase y otra guardan continuidad y coherencia?	0	3	7

Fuente: Elaboración propia a partir de los criterios de evaluación del profesor.

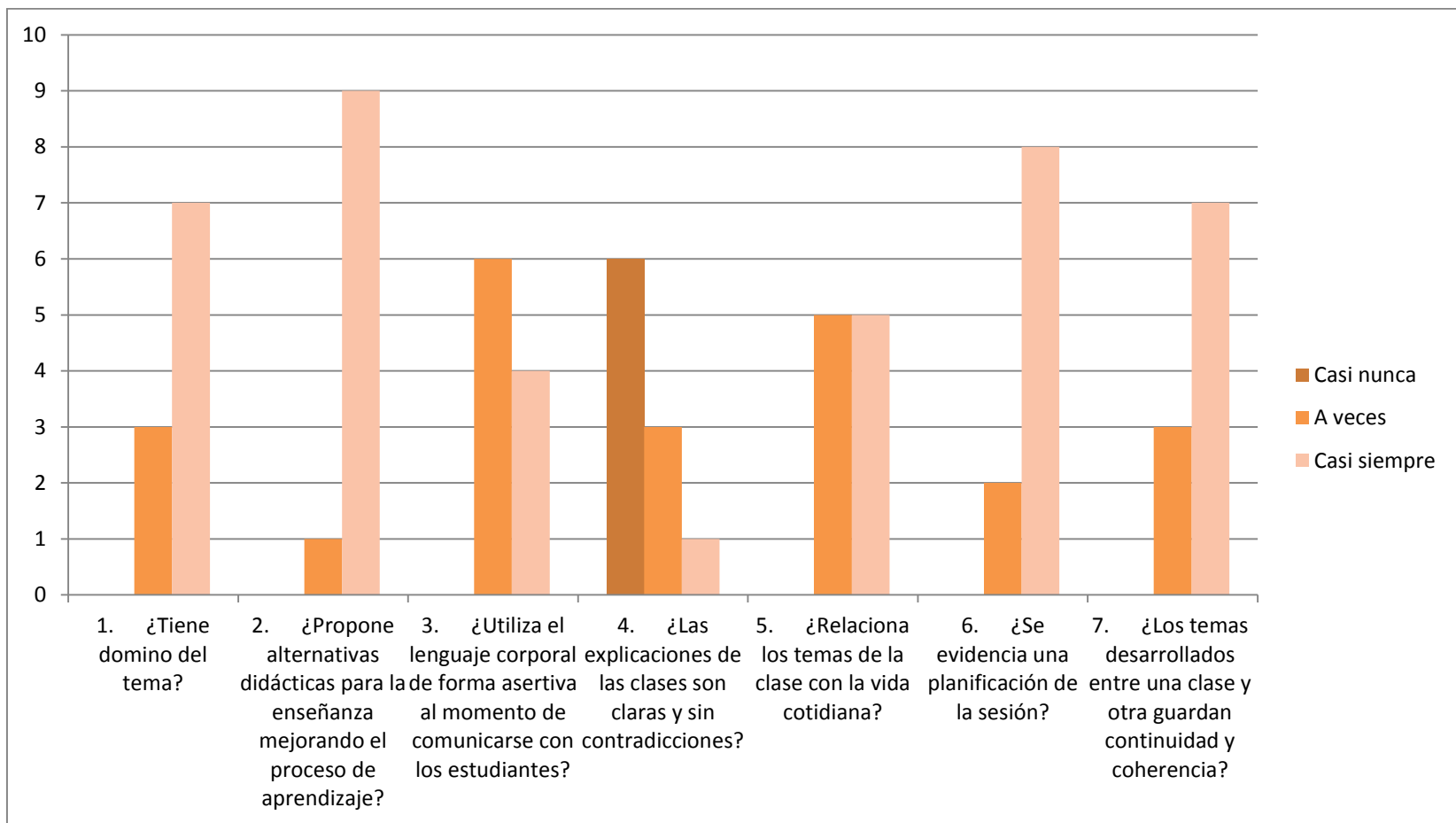


Gráfico 10: Resultados evaluación profesor Alex Velásquez

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del formato de evaluación del profesor

La tabla 20 corresponde a la evaluación realizada al profesor Alex Velásquez según la cual muestra que su trabajo fue bueno exceptuando su explicación en alguna de las clases, por lo demás los estudiantes observaron que se evidencio el dominio del tema, la consecución de cada una de las clases y su planeación, en donde los estudiantes consideraron que su práctica pedagógica contribuye a mejorar la convivencia al proponer actividades pedagógicas encaminadas siempre al respeto por sí mismo y por los demás, logrando de esta manera generar interés en los procesos comunicativos por medio del lenguaje corporal (ver gráfico 10).

Los estudiantes consideran que el profesor propone alternativas didácticas y metodológicas interesantes desde los juegos simbólicos y escénicos que permiten mejorar el reconocimiento de sí mismo y llevarlos a la exteriorización de sus experiencias dentro de cada una de las prácticas. También aconsejan a este que su tonalidad a la forma de comunicar las tareas debe demostrar más seguridad y fuerza para focalizar la atención de sus estudiantes al momento de una actividad.

Posteriormente de realizar la evaluación a cada uno de los profesores, se realizó una evaluación al programa a partir de la coevaluación, que llevo a estudiantes y profesores a reflexionar sobre la pertinencia, proyección y aportes del mismo entre otros aspectos (ver tabla 10).

Tabla 21: Evaluación programa diligenciado

EVALUACIÓN DE PROGRAMA (COEVALUACIÓN)	
Propósito:	Conocer el alcance, proyección e incidencia del proyecto, dentro de los participantes y los desarrolladores.
Fecha:	17/11/2015
Tipo de respuesta:	abierta.
Preguntas	
1.	¿El proyecto puede aplicarse en cualquier otra población y contexto?
	Si, la problemática de la comunicación y el detrimento de las relaciones sociales por falta de la misma es un problema global, el proyecto utilizando una alternativa de educación física diferente puede contribuir de manera eficiente en el desarrollo social y educativo sin importar el contexto poblacional, social o cultural.
2.	¿Los contenidos posibilitan la consecución del propósito propuesto dentro del PCP?
	Hubo muchos progresos en cuanto a la exteriorización de las emociones dentro del proceso, sin duda aprender a comunicar lo que se siente fortalece la comunicación con las demás personas, las actividades que se manejaron dentro de las sesiones llevaron a la exteriorización de esos sentimientos logrando consigo un fortalecimiento dentro del grupo en cuanto al respeto y la convivencia.
3.	¿la metodología aplicada fomentó al desarrollo de nuevas herramientas didácticas de trabajo que contribuyo en su formación como docentes?
	Siempre se pueden aprender cosas nuevas de los colegas, cada profesor o profesora tienen un estilo particular a la hora de enfrentar los procesos de enseñanza, y la alimentación intelectual respecto de los otros es constante. Comprender que el juego con significado puede lograr un aprendizaje incidente dentro de las personas, es algo que se nos queda del proyecto.
4.	¿El desarrollo y ejecución del programa lo lleva a la construcción y reflexión de su proyecto de vida?
	Es un proyecto muy interesante, una forma de educación física muy diferente de la que se experimenta en la realidad, y cuando se lleva a la práctica un proyecto que te permite entender que tu cuerpo como herramienta de comunicación y socialización es fundamental en las relaciones interpersonales, uno empieza a comprender que hay que cuidarlo y trabajarlo más durante el desarrollo de la vida.
5.	¿En la ejecución del proyecto, los contenidos son coherentes a las necesidades de la población?
	Si las actividades que se proponen en la práctica son propias de los contenidos que se establecieron, podría entenderse que son coherentes, pero en ocasiones los contenidos disciplinares son de desconocimiento para los y las participantes, aun así, el trabajo resulto interesante y nosotros como estudiantes observamos un fortalecimiento de nuestros lazos y conocimiento de nuestras posibilidades corporales.
6.	¿La elaboración del proyecto fomenta un aprendizaje significativo en relación a la construcción de conocimiento referente al estudio de la educación física?
	es una educación física distinta que rompe indudablemente con los imaginarios de correr y sudar, posiblemente sea por la herramienta que se implementó, la Capoeira le da un enfoque artístico y cultural que en la educación física tradicional deportivizada no se ve en

lo absoluto, al menos no dentro de la escuela.
7. ¿En las prácticas se puede evidenciar el ideal de ser humano al cual apunta el proyecto?
Es un proceso de corta duración, alcanzar un ideal requiere mucho más de diez sesiones, pero algunas características del mismo son posibles de observar, seguramente porque es un trabajo que lleva un año tomando sentido, con colegas que llevan muchos años trabajando juntos y otros nuevos que se han adaptado muy bien, nuestro ideal más allá de las características del mismo, trasciende a su relación con los demás, y ese proceso de interacción con los otros dentro de cada una de las sesiones es gratificante, todos trabajan, todos participan, comunican y sonríen, los lazos son cada vez más fuertes y el respeto mejora de forma inacabada.
8. ¿La aplicación de la evaluación es pertinente y evidencia la relación de la teoría con la práctica?
Si, se obtienen resultados que son observables en la práctica y pueden explicarse dentro del argumento teórico, dejando a un lado los juicios de valor y enfocándonos en las cualidades expresivas de cada uno de los participantes.

Fuente: Elaboración propia a partir de la evaluación del programa diligenciada.

La tabla 20 es el resultado de la evaluación del programa que se realizó de forma conjunta entre los profesores y cada participante, a manera de dialogo se dieron respuestas a cada una de las preguntas, teniendo en cuenta las palabras de todos y organizándolas en una única respuesta que diera cuenta del sentir del grupo en su totalidad.


En cuanto a la evaluación final del proceso que se realizó a los estudiantes teniendo en cuenta el cuadro de criterios de evaluación (ver tabla 8), los docentes clasificaron la clase en tres momentos correspondientes a los tres momentos de cada una de las fases. En la primera fase se evaluó la unidad didáctica correspondiente al yo y la comunicación con mi cuerpo a través de un circuito de exteriorización emocional por medio del movimiento, el circuito constaba de 5 partes y en cada una de ellas había una situación de la vida cotidiana que debían representar por medio de su lenguaje corporal haciendo uso de los movimientos de Capoeira que ellos a su elección consideraran apropiados, cada estudiante contaba con

un tempo de 2 minutos por parte dentro del circuito, cuando todos finalizaban su circuito emocional, se daba comienzo a la fase dos de la sesión correspondiente a los otros y la interacción a través del movimiento. En esta fase de la sesión los estudiantes debieron crear una coreografía a ritmo de samba, en donde expresaran un collage de situaciones de la vida cotidiana por medio del su cuerpo y apoyándose en la técnica de la Capoeira, la característica que tenía esta coreografía es que debía ser de forma espontánea, que todos cumplieran un trabajo en el baile y que no tenían tiempo de preparación, es decir, empezaría a la indicación del profesor y los movimientos, expresiones y demás debían ir construyéndose en la medida en que la coreografía avanzaba. Por último, para completar la tercera fase se realiza un juego de Capoeira libre, la roda, allí cada estudiante combate con su compañero al ritmo de Capoeira que sus demás compañeros indiquen, lo que se busca con este juego es que exterioricen todo aquello que deseen expresar con sus compañeros, y que ponga en práctica todas aquellas posibilidades corporales que descubrieron durante las sesiones.

Al final de la última sesión se da un tiempo de 20 minutos para realizar la evaluación del profesor y del programa, se conversa sobre la experiencia, los resultados y en general sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje, posteriormente se despide el proyecto con una roda entre profesores y estudiantes, en donde se juega de forma libre y se demuestran habilidades corporales, y posibilidades motrices que fortalecen la confianza y los procesos comunicativos.

Terminado el análisis de cada formato diseñado y posteriormente implementado se muestran las planeaciones de clase con sus descripciones respectivas, Cada sesión de clase está pensada de forma secuenciada permitiendo el desarrollo apropiado de las capacidades expresivas que se pretenden fortalecer, partiendo del conocimiento de sí y las distintas posibilidades de comunicar con el cuerpo hasta lograr establecer procesos de comunicación corporal con los otros mejorando los procesos de convivencia que se generan en el desarrollo de los lazos afectivos, todo aquello mediado por la experiencia motriz desde el espectro de la Educación Física.

Tabla 22: Planeación de clase número 1

	LOS APORTES DE LA CAPOEIRA A UNA EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS CAPACIDADES EXPRESIVAS		
	UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar			
Fecha: 15-09-2015	Sesión N°: 1	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm
Materiales: Tatami, instrumentos musicales			
UNIDAD DIDACTICA	TEMA	DIMENSIÓN	CONTENIDOS
EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal) Propósito de la unidad: fortalecer el conocimiento de sí a partir del movimiento para mejorar sus procesos expresivos-comunicativos	CONOCIMIENTO PERSONAL EXPRESIVO SEGMENTARIO Propósito del tema: reconocer las distintas partes del cuerpo y sus posibilidades de expresión.	Intelectual	1. Ginga y reconocimiento del cuerpo 2. Pateo giratorio y Control del cuerpo. 3. Adaptación corporal.
SEGUIMIENTO DEL PROCESO			Tiempo
Fase 1:	✓ Presentación de los docentes a cargo de la implementación del PCP y del trabajo en clase.		10 minutos
	✓ Utilización de la Samba como una forma de desinhibición corporal, trabajando a su vez la espontaneidad que ayudara en la parte del calentamiento.		30 minutos

Fase 2:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Posteriormente al calentamiento con la Samba se da inicio al movimiento base da la Capoeira conocido como Ginga, en donde se realiza un cambio de guardia constante que ayudara al desarrollo de la imagen corporal, propiciando la conciencia de sus propios movimientos a través del uso del movimiento contrario, lo anterior se realizara mediante un ejercicio que se denominara “buscar la espalda” en donde por parejas se buscaran la espalda para intentar tocarla, siempre moviéndose con ginga, y evitando que el compañero se posicione detrás de la misma. 	25 minutos
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se hará una limitación visual, para trabajar la imagen corporal por medio de la ginda, donde los participantes con los ojos cerrados realizaran al movimiento frente al compañero, dejando llevar su cuerpo. 	20 minutos
Fase 3:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ roda. En este punto de la clase y para finalizar los estudiantes hacen una muestra de lo que aprendieron en las fases anteriores (en la roda se hace una circunferencia, donde todos baten palmas, responden coros y en parejas pasan a mostrar lo aprendido en clase) ✓ formato evaluación diagnostica 	10 minutos

DESCRIPCIÓN:

OBSERVADOR:

el docente utiliza la instrucción directa para el calentamiento mediante la samba, a los estudiantes se les dificulta un poco los movimientos propuestos por el docente en sus inicios, pero en la medida que se abarcan nuevos movimientos los estudiantes van tomando confianza en sí mismos perdiendo de esta manera la pena y la vergüenza, que les lleva a reconocer su cuerpo y las diferentes formas en que pueden moverse logrando consigo la desinhibición corporal que se está buscando con la actividad.

Posteriormente al calentamiento con samba, que permitió que el grupo se soltara se dio inicio a la segunda fase de la sesión, aquí, el docente continuo asignando los ejercicios que debían realizarse correspondientes al movimiento base de la capoeira (ginga). Los estudiantes siguieron cada uno de los ejercicios propuestos con la particularidad de que cada uno aplicaba al movimiento su propio estilo aun haciéndolo con la misma frecuencia.

Durante la observación del trabajo los participantes muestran satisfacción con la realización de los ejercicios manifestando risas y expresiones corporales que denota agrado, por lo que están practicando, el trabajo colectivo por parejas mediante juegos de capoeira permite afianzar la confianza en el compañero y en sí mismo.

Durante la parte de discriminación visual, en donde el sentido de la vista es apartado de la actividad. En los estudiantes no se

evidencia demasiada desconfianza, es posible que la consecución de ejercicios anteriores a dicha discriminación los haya preparado para trabajar con su compañero sin ningún tipo de desconfianza en este ejercicio la parte de la imagen corporal se ve claramente representada en el tiempo y espacio gracias a la ayuda del compañero respectivo.

Para finalizar, la roda, allí se ponen en práctica todos los ejercicios trabajando durante la sesión, es aquí donde la parte de la espontaneidad se puede ver reflejada y las capacidades expresivas en esta caso el conocimiento personal mediante la espontaneidad y la imagen corporal adquieren valor dentro de la práctica de la Capoeira como una forma de hacer educación física.

PARTICIPANTE:

La sesión se inició con una breve introducción, de la propuesta y los objetivos del PCP, sin embargo considero que faltó un poco de motivación para que los participantes sintieran que hacen parte activa del proyecto.

En cuanto a la fase inicial, se planteó un calentamiento mediado por una danza, el docente es hábil con los movimientos específicos pero por momentos aumenta la intensidad de los ejercicios y nos cuesta seguir el ritmo de la actividad, con el pasar de los minutos empezamos a subir nuestra temperatura corporal al mismo tiempo a disfrutar de la danza.

Con respecto a la fase central, es evidente lo específico de Capoeira, se siente un corte entre el proceso de desinhibición y relajación que se vivió en la fase anterior, colocándonos más rígidos y nos centramos en la técnica, se ve ante mano que no era la intención pero es la sensación que me quedo.

En la fase final la actividad colaborativa con el compañero, en donde la limitación visual juega un papel importante para uno de los participantes, me pareció interesante y al mismo tiempo me obligo a confiar en el compañero al igual que a relajarme para poder realizar la actividad.

En la Ginga ya me encontraba más tranquilo y relajado, me movía con más propiedad, aun mas cuando la Ginga se realizó con baile y no con lucha, me sentí confiado y tuve la fortaleza de pasar al centro y expresarme con cierta facilidad, pero al momento de la lucha es diferente creo que faltan más herramientas técnicas específicas de la Capoeira de mi parte.

DOCENTE:

En un inicio, para el calentamiento, los estudiantes no se sienten muy a gusto con la samba, expresando inconformidad ya que no saben moverse con esa danza ni tienen la soltura corporal, ni el ritmo. Como idea inicial era enseñar solo dos movimientos de samba, pero, se les dificultaba el moverse. Posteriormente se le añadieron cuatro movimientos más, con la intención de observar que movimientos se les facilitaban. Después de un tiempo de realizar los movimientos, comenzaron las risas y el disfrute del calentamiento, aunque no podían hacerlo a satisfacción, disfrutaron la actividad, intentando hacer los movimientos como si nadie estuviese viendo.

Luego se realizó el cambio de actividad, la Ginga, en esta parte se hace un cambio drástico ya que en un inicio los movimientos eran

libres según la posibilidad del cuerpo de cada quien, en este caso se sintieron nuevamente un poco rígidos y cohibidos para expresar con su cuerpo en tanto se aprendía el movimiento. (La Ginga se caracteriza por ser un movimiento contrario en relación al tren superior e inferior, es como caminar pero sin el desplazamiento adelante. Aunque caminar se hace casi constantemente, no se percibe el movimiento que se realiza, pero al permanecer en un solo lugar es necesario tener conciencia de que parte del cuerpo se va a mover) Seguido se mostró el juego que se podía realizar con la Ginga, los estudiantes soltaron de nuevo sus movimientos, pensando más en como tocar la espalda del compañero que en la Ginga, haciendo el movimiento más natural y menos rígido. Ya aprendido el movimiento, se pasó a la parte de la discriminación visual, en esta parte de la clase se evidencio un relajamiento por parte de los estudiantes en relación al movimiento corporal, esta actividad les gusto y la disfrutaron bastante. Al usar el cambio de parejas incentivó aún más la relajación del cuerpo.


Ya para finalizar la clase se convocaron a roda, algunos se sintieron tímidos y rehaceos para entrar a participar aunque todos lo hicieron. En esta parte de la clase los estudiantes se movieron dentro de sus posibilidades de una forma libre, aun de forma espontánea le dieron intención al movimiento, es decir comunico expreso, en este caso coqueteo, tanto por parte de las chicas como por parte de los chicos.

NOTA:

- la parte de calentamiento donde se usó la samba puede seguir usándose en más clases, es una herramienta didáctica que funciona bastante bien para el propósito y el desarrollo de la clase.
- La alteración de los sentidos, en este caso, alterar el sentido de la vista, ayuda a las personas a reconocer mejor su cuerpo y sus posibilidades de movimiento, sumado la parte de desinhibición se evidencia ya que se preocupan más por hacer el movimiento que pensar si lo están haciendo mal o bien.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.


Tabla 23: Planeación de clase número 2

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 22-09-2015	Sesión N°: 2	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami, grimas, instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA	TEMA	DIMENSION	CONTENIDOS	
EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal) Propósito de la unidad: fortalecer el conocimiento de sí a partir del movimiento para mejorar sus procesos expresivos-comunicativos	CONOCIMIENTO PERSONAL EXPRESIVO SEGMENTARIO Propósito del tema: reconocer las distintas partes del cuerpo y sus posibilidades de expresión.	Intelectual	1. Ginga y reconocimiento del cuerpo 2. Pateo giratorio y Control del cuerpo. 3. Adaptación corporal.	
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	✓ Utilización del macúlele como una forma de desinhibición corporal, trabajando a su vez la espontaneidad que ayudara en la parte del calentamiento.			30 minutos
Fase 2:	✓ Se practicarán tres movimientos, una patada (media lua de compasso), un a esquiva (queda) y una figura gimnástica (au), en esta parte se trabajarán la imagen corporal. ✓ Juego de Angola: este juego se caracteriza por que es lento y de mucho control corporal la mayoría de movimientos e realizan de la cintura para abajo, estando la mayoría del tiempo en posición de cuclillas; los juegos duran varios minutos por ende es necesario el control de la respiración.			60 minutos
Fase 3:	✓ Roda. En este punto de la clase y para finalizar los estudiantes hacen una muestra de lo que aprendieron en las fases anteriores (en la roda se hace una circunferencia, donde todos baten palmas, responden coros y en parejas pasan a mostrar lo aprendido en clase), ✓ Para volver a la calma se realizara un ejercicio lento			30 minutos

	✓ El estiramiento impliquen posturas de capoeira.	
<p>OBSERVADOR: En la primera parte de la sesión el docente utiliza la técnica de instrucción directa, mando directo, utilizando la danza del macúlele en la cual intenta los participantes repetir pasos y una coreografía ya establecida, puesto que en la clase anterior ya se había realizado un danza los participantes para esta sesión ya se encuentran más relajados y tranquilos; para la segunda fase el docente intenta transmitir tres técnicas específicas de la capoeira la primera relacionada con patadas, la segunda con la defensa y una tercera que hace énfasis en la gimnasia, el docente es claro en la explicación de los ejercicio y los ejecuta en la demostración con confianza y fluidez, sin embargo para los participantes el movimiento nuevo les cuesta trabajo realizarlo; en la tercera fase el docente cambia su estilo de enseñanza y utiliza las técnica de indagación “resolución de problemas”, en una roda cada participante de manera espontánea pasa en un primer momento baila según su percepción de la música y en un segundo se lucha, para finalizar el docente propone ejercicios lentos que hacen referencia a la liberación de sus cuerpo acompañado de un estiramiento.</p> <p>PARTICIPANTE: La clase se inicia con una danza propia de la cultura brasilera y que está muy relacionada con la capoeira, sin embargo los pasos son algo complicados y nos cuestan trabajo aprenderlos, con múltiples repeticiones logramos concretar una coreografía que al finalizar el calentamiento nos deja listos para la práctica y motivados puesto que entre risas y pasos nos relajamos; luego iniciamos una práctica de padas, esquivas y figuras gimnasticas que pasado le tiempo de practicarlas se combinadas con un trabajo de compañeros en donde se hace referencia al dialogo corporal un locutor quien ataca y un inter locutor quien defiende; al final y como es costumbre todo se lleva a la roda al inicio es difícil pasar de manera voluntaria pero luego se toma confianza y se pasa la danza cuenta más trabajo, pero el combate se hace más fácil por la disposición para luchar.</p> <p>DOCENTE: Al iniciar la sesión se tuvo algunos problemas con el sonido que fueron solucionados rápidamente, como la danza del macule implica utilizar grimas (varas de madera) se planteó un coreografía con este instrumento, empezamos con movimientos básicos para llegar a un coreografía ya establecida sin embargo a los participantes les cuesta manejar y adaptase al instrumento y a aun cuando lo realizan con parejas; para la fase central se practican tres técnicas diferentes especifica de capoeira, patada (media lua de compasso), un a esquiva (queda) y una figura gimnastica (au), se busca que los estudiantes trabajaran la imagen corporal, en cuanto al juego de Angola que implica movimientos lentos se buscó que cada participante relajara su cuerpo y llegara a ser consciente de su respiración; para finalizar y llevar todo a la práctica se utilizó como herramienta la roda primero con la danza del macúlele y luego con la lucha buscando que cada quien pase de manera espontánea, luego se pasó a realizar ejercicios lentos que implicara el control de la respiración y permitieran llevar a la calma a los participantes al igual que un estiramiento.</p>		

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

Tabla 24: Planeación de clase número 3

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 29-09-2015	Sesión N°: 3	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami y instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA	TEMA	Dimensión	CONTENIDOS	
<p style="text-align: center;">EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO</p> <p style="text-align: center;">(Conocimiento personal)</p> <p>Propósito de la unidad: fortalecer el conocimiento de sí a partir del movimiento para mejorar sus procesos expresivos-comunicativos</p>	<p style="text-align: center;">CONOCIMIENTO DE DIFERENTES SITUACIONES MOTRICES</p> <p>Propósito del tema: favorecer la exteriorización de emociones a partir del reconocimiento de sí mismo y de diferentes situaciones de la cotidianidad.</p>	Intelectual	<ol style="list-style-type: none"> 1. Esquivas y Comprensión del cuerpo. 2. Floreios y Adaptación corporal. 3. Roda y Exteriorización corporal. 	
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se realizara un estiramiento, preparando el cuerpo, seguido de un juego, imitación de animales. ✓ Utilización de macúlele para el calentamiento, donde se empiece a reconocer los segmentos corporales 			20 a 30 minutos
Fase 2:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se organizaran en una circunferencia, donde se realizara la instrucción y practica para el aprendizaje del pateo, en esta parte la movilidad de la cadera pélvica es el centro del trabajo. Después de aprendido el pateo, se pasara a un ejercicio por parejas donde uno toma una postura de defensa, y la pareja pateara en distintas partes del cuerpo, variando velocidad, fuerza, potencia con el propósito de control y reconocimiento de su cuerpo. 			1 hora

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aprendido el pateo, se enseñara la forma de evadir o defenderse. Se trabajara en la circunferencia como al inicio, en esta parte se enfatiza la postura y la imagen corporal. ✓ Se seguirá con un juego de congelados, donde la persona que queda congelada toma una postura de defensa, y la persona que descongela realizara un pateo y así poder continuar el juego. ✓ Se realizaran movimientos gimnásticos, como invertidas y ruedas (floreios) donde se trabaja, postura, imagen corporal y segmentos corporales. 	
Fase 3:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Roda. En esta ocasión la roda se manejara con un ritmo suave y carenciado, para que los estudiantes puedan realizar los movimientos. 	10 a 20 min
<p>Observador: Como se ha trabajado en clases anteriores el mando directo juega un papel importante en algunas partes de la clase, pero a medida que avanza el trabajo en clase, se hace una modificación de esta forma didáctica de enseñar. Los juegos ayudan mucho a la parte de liberación del cuerpo, haciendo los movimientos naturales en relación a la forma de que los estudiantes lo realizan cotidianamente; es una manera de socializar limitar ciertas formas de movimiento, pero, en la clase cambia ya que los estudiantes reconocen su cuerpo de forma segmentada. Al trabajar la técnica, los participantes de la clase van mejorando la postura tanto en un estado anatómico natural, es decir de pie, como al momento de trabajar los movimientos de la clase, la repetición ayuda a reafirmar este tipo de conducta en relación al movimiento del cuerpo. Ya en el momento de la roda, las personas muestran un control frente a sus movimientos cuando los realiza con un compañero.</p> <p>Participante: Al inicio de la clase, cuando se realiza el calentamiento ayuda mucho las formas jugadas para preparar el cuerpo, comenzando con un esfuerzo moderado a un esfuerzo fuerte en donde puedo reconocer partes de mi cuerpo sin necesidad de verlas gracias a la tensión que genera la repetición, al igual que al realizar movimientos gimnásticos como paradas de manos y ruedas donde se cambia la postura de mi cuerpo y poniendo como apoyo las manos y liberando los pies, se va formando una conciencia de que movimiento estoy realizando y con qué parte de mi cuerpo. Cuando se entra a la roda, se dificulta un poco por la presencia del compañero, pero esto ayuda a tener más control frente a los movimientos que realizo, como al momento de patear que debo tener cuidado para no golpear o lastimar al compañero. También se presenta que en una situación de riesgo cambia la postura del cuerpo en comparación cuando se practican de forma individual, ya que la otra persona puede ver la intención que tengo al momento de moverme.</p>		

Docente:


Al trabajar con juegos ayuda mucho a la disposición para el trabajo en clase, ya que en ocasiones suele tornarse un poco fuerte. La danza también ayuda mucho, en este caso, el macúlele puede tornarse excitante por su espectacularidad y una visión de peligro cuando se trabaja con palos, esta situación promueve una conciencia frente al movimiento que se debe realizar tanto con las manos para golpear el palo del compañero como el cambio constante de los pies.

Luego el cambio de actividad, donde se realizan trabajos repetitivos, los estudiantes comentan que sienten músculos que no conocían, y el trabajo con pateo y esquivas fomenta una conciencia del cuerpo y sus partes de forma segmentada al trabajar las posturas del movimiento, este desde la técnica.

En el espacio en el que se realiza la roda, los estudiantes comunican parte de su estado de ánimo, ya sea miedo o timidez, pero al participar varias veces cambia tornándose más ameno el juego de la roda, dando una muestra de goce.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

Tabla 25: Planeación de clase número 4

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 06-10-2015	Sesión N°: 4	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami y instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA	TEMA	Dimensión	CONTENIDOS	
EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal) Propósito de la unidad: fortalecer el conocimiento de sí a partir del movimiento para mejorar sus procesos expresivos-comunicativos	CONOCIMIENTO DE DIFERENTES SITUACIONES MOTRICES Propósito del tema: favorecer la exteriorización de emociones a partir del reconocimiento de sí mismo y de diferentes situaciones de la cotidianidad.	Intelectual	1. Esquivas y Comprensión del cuerpo. 2. Floreios y Adaptación corporal. 3. Roda y Exteriorización corporal.	
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	✓ Se realizara un estiramiento, preparando el cuerpo, seguido de un juego, imitación de animales.			20 a 30 minutos
Fase 2:	✓ Se organizaran en una circunferencia, donde se realizara la instrucción y practica para el aprendizaje del pateo giratorio, en esta parte la movilidad de la cadera pélvica es el centro del trabajo. Después de practicado el pateo, se pasara a un ejercicio por parejas donde la persona sigue los movimiento de la otra desde el pateo.			1 hora

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Practicado el pateo, se enseñara la forma de evadir o defenderse. Se trabajara en la circunferencia como al inicio, en esta parte se enfatiza la postura y la imagen corporal. ✓ Se seguirá con un juego de la lleva, donde la persona que la lleva realiza un pate giratorio y la otro utiliza una esquiva. ✓ Se realizaran movimientos gimnásticos, macaco y amazonas donde se trabaja, postura, imagen corporal y segmentos corporales. 	
Fase 3:	✓ Roda. En esta ocasión la roda se manejara con un ritmo rápido, para que los estudiantes puedan expresar a través de los movimientos.	10 a 20 min

DESCRIPCION:

OBSERVADOR:

El docente encargado de la sesión prepara a sus estudiantes mediante ejercicios de estiramiento y actividades de juego simbólico, en donde se asumen roles de animales mediante la imitación de los mismos, el docente explica una serie de animales que se utilizan como figuras acrobáticas de defensa y ataque en la práctica de la Capoeira, mientras explica la forma correcta de hacer cada una de las posturas, los estudiantes acompañan la explicación con el intento repetitivo de la imitación, la intención del docente es mostrar diversas posturas de animales de forma gradual empezando por las situaciones motrices más sencillas para luego complementarlas con un grado mayor de dificultad. Puede verse dentro de los participantes de la sesión un conocimiento a priori de la actividad puesto que realizan la misma con una alta estética correspondiente a la técnica de los diferentes movimientos, aunque claro está, que cada persona le coloca a su postura un movimiento propio, aun cuando sea una misma actividad no todas las personas se mueven de igual forma o a la misma velocidad, entre otros factores que pueden diferenciar a cada uno de los estilos de los y las participantes. Posteriormente se da inicio al trabajo por parejas, en donde se muestran las figuras o posturas que se practicaron durante la actividad anterior, para practicar movimientos de defensa y ataque. Se termina con una roda, allí todos en grupo asumen papeles de participación, cada persona de forma particular decide cuando intervenir en el juego simbólico de la roda aplicando lo practicado durante el desarrollo general de la clase.

PARTICIPANTE:

Se da inicio a la sesión con un estiramiento y un juego, realizar un juego prepara de forma positiva al grupo que se siente en confianza y alegre, esto es evidente al momento en que se comparte en un mismo lugar, esta actividad de imitación por medio de un juego


simbólico correspondió a la fase inicial de la sesión. El trabajo de la fase central correspondió a la postura, figuras, imagen corporal mediante ejercicios de pateo, defensa y ataque inmersos en la Capoeira. La comunicación por parte del docente es constante, este está pendiente de cada uno de los participantes y sus movimientos, ya sea para corregir, motivar o exigir un poco más. Cuando se pide que se realice el trabajo por parejas, se practican los movimientos realizados con anterioridad, el trabajo por parejas permite anticipar, y leer los movimientos del otro o la otra y de esa forma aprender a confiar y trabajar en una relación de iguales, esto se manifiesta en la comunicación recíproca constante de los cuerpos y los gestos. Ya para finalizar se realiza la roda, expresión de emoción, juego y comunicación, allí se relaciona lo practicado durante toda la sesión y se da inicio a la espontaneidad, la técnica y la originalidad.

DOCENTE:

Un estiramiento y un juego para iniciar la sesión, el trabajo de hoy correspondía al conocimiento personal y las distintas formas de comunicar con el cuerpo, la utilización de la instrucción directa es necesaria para llevar de la técnica a la espontaneidad, en un comienzo se da prioridad a la imitación realizada a través de la observación, la repetición de la técnica de las figuras y las posturas que llevan al cumplimiento de la misma es muy importante, luego al momento en que se pide el trabajo por parejas comienza el paso gradual de esa desinhibición corporal. A todos los participantes se les da unas opciones de movimiento que se manejan en la parte central de la sesión, pero esto no limita a los mismos a realizar otros movimientos que se hayan visto en otras sesiones o incluso que no se hayan trabajado aún, en este trabajo por parejas la confianza y la comunicación son fundamentales, un buen desempeño en las mismas evita cualquier inconveniente durante la actividad, puesto que es la utilización de un arte marcial como instrumento dentro de la clase de educación física que se usa para alcanzar el propósito de la sesión. Se finaliza con la roda, el juego, el estilo propio de cada integrante, el respeto por el otro, el canto, la danza, el paso de la técnica a la espontaneidad.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

Tabla 26: Planeación de clase número 5

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 13-10-2015	Sesión N°: 5	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami y instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA		TEMA	DIMENSIÓN	CONTENIDOS
EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal) Propósito de la unidad: fortalecer el conocimiento de sí a partir del movimiento para mejorar sus procesos expresivos-comunicativos		CONOCIMIENTO Y ADAPTACION PERSONAL AL ENTORNO Propósito del tema: fortalecer la estructura espacio temporal mediante el reconocimiento del cuerpo y sus posibilidades.	Estética	1. Posturas y Comprensión corporal. 2. Derribos y Adaptación corporal. 3. Samba y Acomodación corporal.
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	✓ Se realizara un estiramiento, preparando el cuerpo, seguido de un juego de cogidas en donde se imitan dos animales.			20 a 30 minutos
Fase 2:	✓ Desplazamientos en el suelo roles: se trabajaran dos formas de moverse en el suelo con cuatro apoyos y una patada giratoria de tres apoyos. ✓ Fundamentos de roda: se enseñaran dos ritmos de juego de capoeira, uno lento y uno rápido y la forma de entrar al juego.			1 hora
Fase 3:	✓ Roda: esta tendrá dos variaciones de tamaño, uno grade y uno pequeño y ambos será harán en un intervalo de los ritos de juego.			10 a 20 min
OBSERVADOR:				
La clase inicio con un calentamiento que utiliza con herramienta un juego tradicional en la educación física las cogidas y que tiene				

como variante la imitación de animales, como el juego no es convencionales como se conoce los participantes se ven algo cohibidos al momento de imitar un animal, sin embargo con el pasar de los segundos van soltando y cambia su actitud cerrada a más propositiva y creativa, al final del juego ya se ven más preparados para la clase, el docente en un segundo momento propone desplazamientos propios de la capoeira, que implican que cada participante se apropie de un espacio y lo maneje sin chocar o golpearse con otros compañeros, luego se realiza un trabajo de roda ya los estudiantes están más atentos pero les cuesta trabajo acoplarse a los ritmos del trabajo y eso dificulta avanzar en la clase, para finalizar y como es costumbre la roda es utilizada para llevar toda las experiencias de la clase a cabo, como se cambia los espacios y los ritmos los participantes no logra acoplarse muy rápido al trabajo pero con la práctica al final perciben los tiempo y el espacio en la roda.

PARTICIPANTE:


Empezamos con un juego que a mi modo de ver fue algo nuevo y al mismo tiempo difícil de hacer pues actuar de maneras no convencionales creo que nos costó a todos las particiones, en la parte central trabajos mucho con el espacio lo que nos llevó a distribuirnos en el tatami y respetar los espacios del otro al igual que evitar golpearnos con la roda y el cambio del ritmo en la música se nos tomaba muy desatentos mientras encontrábamos el ritmo de la música.

DOCENTE:

En esta sesión se hizo énfasis en las percepciones corporales, temporales y espaciales, en la primera fase se trabajó con las percepciones corporales por medio de un juego se utilizaba el cuerpo para imitar animales a los estudiantes al principio les costó trabajo liberar su cuerpo que al finalizar la actividad se encontraban más asertivos y creativos con las imitaciones, en cuanto a las percepciones espaciales los participantes se encontraron con gran dominio de su cuerpo y del lugar en el que se movían, con respecto a las percepciones temporales les costó tomar los ritmos de la roda, el cambiar y actuar de manera súbita les traía problemas pero con la práctica se logró que cada participante lograra percibir a su manera los cambios.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

Tabla 27: Planeación de clase número 6


		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 20-10-2015	Sesión N°: 6	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami, instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA	TEMA	DIMENSION	CONTENIDOS	
EL YO Y LA COMUNICACIÓN CON MI CUERPO (Conocimiento personal) Propósito de la unidad: fortalecer el conocimiento de sí a partir del movimiento para mejorar sus procesos expresivos-comunicativos	CONOCIMIENTO Y ADAPTACION PERSONAL AL ENTORNO Propósito del tema: fortalecer la estructura espacio temporal mediante el reconocimiento del cuerpo y sus posibilidades.	Estética	1. Posturas y Comprensión corporal. 2. Derribos y Adaptación corporal. 3. Samba y Acomodación corporal.	
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	✓ Por medio de un juego de puntos cardinales que consiste en desplazarse (norte, sur oriente y occidente) de acuerdo a un ritmo indicado por el docente por medio de un instrumento musical, se dará inicio al calentamiento. Teniendo en cuenta que los desplazamientos se realizaran por medio de imitaciones de animales que se trabajan desde la Capoeira. –macaco, chango, changuito, cocodrilo-			10 minutos
	✓ Se desarrollaran movimiento de defensa y ataque a través de la práctica de un baile típico de Brasil, (Macúlele), los estudiantes conocerán algunos de estos movimientos de defensa y ataque de forma individual dirigidos por el docente, para que posteriormente el grupo realice una teatralización de dichos movimientos mediante la danza establecida.			30 minutos

Fase 2:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Teniendo en cuenta los animales utilizados en el calentamiento y los movimientos de defensa y ataque practicados con anterioridad, los y las participantes realizaran una historia por medio de un baile, el propósito será comunicar de forma no verbal es decir únicamente con su cuerpo algún relato de sus vidas que consideren oportuno poner en escena, será algo espontaneo, que se de en el momento y no se dará tiempo para preparar la realización, simplemente crearan una historia con base a lo que sientan en el momento de la práctica. 	45 minutos
Fase 3:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ejercicio de “roda”, al conocer algunas patadas, esquivas y desplazamientos los estudiantes mostraran lo practicado durante la sesión, mediante el acompañamiento de un instrumento musical que guiara los tiempos de dicha muestra. 	10 minutos
<p style="text-align: center;">DESCRIPCION:</p> <p>OBSERVADOR: el profesor formula el juego de puntos cardinales, en el cual da una instrucción de trabajo de imitación con respecto a los ejercicios y movimientos de animales realizados. Ya después de la explicación, se inicia el juego, los estudiantes se les dificulta en cierto aspecto, por los cambios de postura. Después de varios intentos forma a una acomodación según sus capacidades. Se pasa a la siguiente fase de la sesión, en esta parte se marca la instrucción directa para la práctica del macúlele. Ya después de unos minutos y de que los estudiantes logran reproducir los movimientos aprendidos, se pasa a la formulación de un ejercicio, en que los estudiantes recrean una historia utilizando los movimientos vistos con anterioridad. Una escenificación que recrea un episodio de la historio de la Capoeira, este escogido por los estudiantes, donde los movimientos de los animales se usan como ataque y defensa. Los movimientos cobran un sentido comunicativo en relación a la postura.</p> <p>PARTICIPANTE: el docente, nos muestra unos movimientos de animales, explicando un juego en el que debemos ubicarnos en el espacio con norte sur este y oeste respectivamente, haciendo cambios de la dirección y movimiento de un animal, se complejiza por la parte de coordinar y concentrarse en el desplazamiento y en la postura. Posteriormente, se hizo una danza llamada macúlele, la cual se usan unos palos y unos movimientos. Cuando pudimos hacer los movimientos, nos propuso recrear una especie de obra de teatro, con los compañeros escogimos un fragmento de la historia de la Capoeira en donde aplicamos los movimientos de animales realizados al inicio de la clase y uniéndolos con los pasos del macúlele. Por último se hizo roda, haciendo los movimientos improvisados.</p> <p>PROFESOR: Se inició la clase utilizando los movimientos de animales los cuales se aplican en Capoeira para el mejoramiento de la técnica y la adaptación del cuerpo para movimientos acrobáticos, de defensa y ataque, estos aplicados en el espacio utilizando también</p>		

los puntos cardinales como referencia, donde se complejiza la situación cuando se da la orden de una dirección y un animal, donde la postura puede afectar el movimiento y la ubicación de algunos estudiantes. Posteriormente se enseñó pasos básicos del macúlele. Se les propuso hacer una obra de teatro en donde usaran lo aprendido en clase, como resultado, los movimientos realizados en conjunto con el macúlele, se podrían exteriorizar o mostrar sentimientos, emociones con el cuerpo según la postura. Al finalizar la roda, aplicaron los mismos movimientos utilizados en la obra de teatro, pero en este caso de forma improvisada. Los movimientos cobran un sentido funcional con respecto al mensaje que se quiere transmitir con el cuerpo, logrando un juego de pregunta respuesta.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

Tabla 28: Planeación de clase número 7

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 27-10-2015	Sesión N°: 7	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami, instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA		TEMA	DIMENSION	CONTENIDOS
LOS OTROS Y LA INTERCCIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO		COMPORTAMIENTO CINÉTICO	Estética	1. Agarres y Adaptación corporal. 2. Macúlele y Acomodación corporal.
Propósito de la unidad: propiciar procesos de interacción mediante el movimiento para favorecer las relaciones interpersonales		Propósito del tema: reconocer que tanto comunico desde mi cuerpo		
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	✓ Utilización de la Samba como una forma de optimizar el lenguaje corporal y mejorar los movimientos.			30 minutos
Fase 2:	✓ Movimientos gimnásticos, empezando con elementos básicos rollos e invertidas, posteriormente se trabajara el giro de mano (piao de mao), para poder hacer este movimiento se realizaran varios ejercicios que mejoren la percepción corporal.			60 minutos
Fase 3:	✓ Ejercicios de roda: el grupo de participante la tiene conocimientos de algunos movimientos y se buscara mediante el juego de Capoeira que haya una comunicación encontrando el estímulo y la respuesta.			30 minutos
DESCRIPCIÓN:				
OBSERVADOR: los estudiantes realizan una formación, se reanuda la danza del macúlele, esta vez se hace con mucha más fuerza velocidad y entusiasmó, la instrucción del profesor hace que todos lo hagan de forma sincronizada sumando el fomento de gestos del				


rostro, y una. Expresión más marcada de los movimientos. Continuando la formación comienzan a realizar movimientos básicos de Capoeira, estos se van encadenando. Se hace una práctica en parejas en forma de espejo. Cuando los estudiantes muestran un dominio del movimiento se pasa a la roda, donde se pone en práctica la secuencia enseñada con anterioridad, los estudiantes adaptan los movimientos según su capacidad, donde se forma una forma de comunicación dentro del juego, en que la innovación se da con la tensión del juego de ataque y defensa.

PARTICIPANTE: nuevamente se practicó el macúlele, esta vez se hacía con más energía, haciendo los movimientos más elegantes, ya que seguía la práctica se hacían con más confianza los movimientos. Pasamos luego a la práctica de movimientos de Capoeira, ya practicados pero en esta ocasión se comenzaron a unir formando una secuencia, cuando legamos a la hora de la roda, la secuencia se modificaba según la necesidad y exigencia de la otra persona, con algunos compañeros parecía un poco agresivo, otro tal vez temeroso, según se le veía la confianza en la ejecución de los movimientos.

PROFESOR: Se retomó el macúlele, para el calentamiento y la preparación segmentaria del cuerpo, para que posteriormente, se pueda realizar una secuencia con movimientos de Capoeira, está mejorando el reconocimiento de se su propio cuerpo, luego se hace un ejercicio en parejas, en el cual hacen el mismo movimiento de la secuencia, variando la velocidad y la intensidad de la ejecución del mismo. En la roda, tienen que variar lo aprendido, a pesar de que son los mismos movimientos puede variar el orden, cada estudiante va dando su propio estilo en los movimientos adaptando la técnica a sus posibilidades. Dentro del juego de Capoeira, se evidencia un fortalecimiento en la forma de expresar logrando engañar al compañero con fintas gestos.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

Tabla 29: Planeación de clase número 8

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 03-11-2015	Sesión N°: 8	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami, instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA		TEMA	DIMENSION	CONTENIDOS
LOS OTROS Y LA INTERCCIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO		COMPORTAMIENTO CINÉTICO	Estética	1. Agarres y Adaptación corporal. 2. Macúlele y Acomodación corporal.
Propósito de la unidad: propiciar procesos de interacción mediante el movimiento para favorecer las relaciones interpersonales		Propósito del tema: reconocer que tanto comunico desde mi cuerpo		
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	✓ Utilización del macúlele como una forma de optimizar el lenguaje corporal y mejorar los movimientos.			30 minutos
Fase 2:	✓ Se hará una secuencia de pateo desplazamiento, desplazamiento en el suelo esquiava y floreio ✓ Ejercicios de au de cabeza y media lua pasada			60 minutos
Fase 3:	✓ Roda. En este punto de la clase y para finalizar los estudiantes hacen una muestra de lo que aprendieron en las fases anteriores (en la roda se hace una circunferencia, donde todos baten palmas, responden coros y en parejas pasan a mostrar lo aprendido en clase).			30 minutos
DESCRIPCIÓN:				
OBSERVADOR: los estudiantes realizan una formación, se reanuda la danza del macúlele, esta vez se hace con mucha más fuerza velocidad y entusiasmo, la instrucción del profesor hace que todos lo hagan de forma sincronizada sumando el fomento de gestos del rostro, y una. Expresión más marcada de los movimientos. Continuando la formación comienzan a realizar movimientos básicos de				


Capoeira, estos se van encadenando. Se hace una práctica en parejas en forma de espejo. Cuando los estudiantes muestran un dominio del movimiento se pasa a la roda, donde se pone en práctica la secuencia enseñada con anterioridad, los estudiantes adaptan los movimientos según su capacidad, donde se forma una forma de comunicación dentro del juego, en que la innovación se da con la tención del juego de ataque y defensa.

PARTICIPANTE: nuevamente se practicó el macúlele, esta vez se hacía con más energía, haciendo los movimientos más elegantes, ya que seguía la práctica se hacían con más confianza los movimientos. Pasamos luego a la práctica de movimientos de Capoeira, ya practicados pero en esta ocasión se comenzaron a unir formando una secuencia, cuando legamos a la hora de la roda, la secuencia se modificaba según la necesidad y exigencia de la otra persona, con algunos compañeros parecía un poco agresivo, otro tal vez temeroso, según se le veía la confianza en la ejecución de los movimientos.

PROFESOR: Se retomó el macúlele, para el calentamiento y la preparación segmentaria del cuerpo, para que posteriormente, se pueda realizar una secuencia con movimientos de Capoeira, está mejorando el reconocimiento de se su propio cuerpo, luego se hace un ejercicio en parejas, en el cual hacen el mismo movimiento de la secuencia, variando la velocidad y la intensidad de la ejecución del mismo. En la roda, tienen que variar lo aprendido, a pesar de que son los mismos movimientos puede variar el orden, cada estudiante va dando su propio estilo en los movimientos adaptando la técnica a sus posibilidades. Dentro del juego de Capoeira, se evidencia un fortalecimiento en la forma de expresar logrando engañar al compañero con fintas gestos.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

Tabla 30: Planeación de clase número 9

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 10-11-2015	Sesión N°: 9	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami, instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA		TEMA	DIMENSION	CONTENIDOS
LOS OTROS Y LA INTERCCIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO		DESINHIBICION CON LOS OTROS	Ética	1. Samba y Acomodación corporal. 2. Roda y Exteriorización corporal.
Propósito de la unidad: propiciar procesos de interacción mediante el movimiento para favorecer las relaciones interpersonales		Propósito del tema: fortalecer el conocimiento del cuerpo en relación al espacio y a los otros.		
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	✓ Calentamiento: para esta parte se realizaran ejercicios para preparar el cuerpo a las caídas y el contacto físico.			40 minutos
Fase 2:	✓ Se trabajaran tisouras y bahianas, esto con el fin de llegar a la conducta táctil. ✓ Secuencias de ataque defensa, floreio y entradas.			45 minutos
Fase 3:	✓ Roda. En este punto de la clase y para finalizar los estudiantes hacen una muestra de lo que aprendieron en las fases anteriores (en la roda se hace una circunferencia, donde todos baten palmas, responden coros y en parejas pasan a mostrar lo aprendido en clase).			10 minutos
DESCRIPCIÓN:				
OBSERVADOR: Se hace un juego de lucha, donde se tocan en un inicio las rodillas luego la espalda y así sucesivamente con varias parte del cuerpo. Se sigue con ejercicios de gimnasia básica como rollos y saltos para caídas. Luego todos se reúnen en una circunferencia, donde el profesor instruye en movimientos de derribos, caídas estas ejecutadas desde movimientos ya antes vistos en				


las clases anteriores. En la roda las personas se preocupan más por no lastimar al compañero que en hacer el movimiento de derribo.

PARTICIPANTE: la clase de hoy se inició con juegos de lucha, donde teníamos que tocar partes del cuerpo del compañero pero evitando que hicieran lo mismo. Luego del juego se comenzó a practicar rollos y giros en el suelo, después de eso se nos enseñó unos movimientos en los cuales ya o se patea o se esquivo, sino que la idea es acercarse lo más posible al compañero, sujetarlo y desestabilizarlo para que caiga al suelo. Luego usamos movimientos ya vistos en clase y desde esos movimientos se encadenan los agarres y proyecciones al suelo. Al momento de la roda lo difícil era realizar el movimiento de derribo ya que se podía lastimar al compañero o no poder hacer la secuencia.

PROFESOR: En esta clase, se trabaja la cercanía con el otro, para esto se realizó un ejercicio de lucha en forma de juego, el el cual los estudiantes tienen que aprender a mediar su contacto con el compañero y con los demás, posteriormente, se les enseñó la técnica de agarres y derribos de Capoeira, estos posteriormente encadenados a secuencias de movimientos vistos con anterioridad, al momento de la roda, las situaciones se tornan complejas para los estudiantes ya que tienen que mediar y tratar con varios factores, como el movimiento propio el del compañero, el espacio e intentar reconocer los espacios propicios para entrar a la guardia del compañero sujetarlo y aplicar la técnica de derribo. Se observa que los estudiantes, procuran cuidar la integridad de sus compañeros y de si mismos, en ocasiones evitando hacer la secuencia completa.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

Tabla 31: Planeación de clase número 10

		UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA FORMATO DE PLANEACIÓN DE CLASE		
Nombre del docente: Alex Velásquez, Camilo Bernal, Vanessa Aguilar				
Fecha: 17-11-2015	Sesión N°: 10	Participantes:	Horario : Martes 2 pm a 3 pm	
Materiales: Tatami, instrumentos musicales				
UNIDAD DIDACTICA		TEMA	DIMENSIÓN	CONTENIDOS
LOS OTROS Y LA INTERCCIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO Propósito de la unidad: propiciar procesos de interacción mediante el movimiento para favorecer las relaciones interpersonales		DESINHIBICIÓN CON LOS OTROS Propósito del tema: fortalecer el conocimiento del cuerpo en relación al espacio y a los otros.	Ética	1. Samba y Acomodación corporal. 2. Roda y Exteriorización corporal.
SEGUIMIENTO DEL PROCESO				Tiempo
Fase 1:	✓ Calentamiento: para esta parte se realizaran ejercicios para preparar el cuerpo a las caídas y el contacto físico.			10 minutos
Fase 2:	✓ Se trabajaran entradas al pateo frontal, esto con el fin de llegar a la conducta táctil. ✓ Secuencias de ataque defensa, floreio y entradas, esta aporte se realizar ejercicios que impliquen cambiar el ritmo del movimiento.			45 minutos
Fase 3:	✓ Roda. En este punto de la clase y para finalizar los estudiantes hacen una muestra de lo que aprendieron en las fases anteriores (en la roda se hace una circunferencia, donde todos baten palmas, responden coros y en parejas pasan a mostrar lo aprendido en clase), se trabaja la secuencia en la circunferencia en donde el participante va a tener conciencia de su cuerpo, del contrario y de los que hacen la circunferencia			10 minutos
DESCRIPCIÓN:				
OBSERVADOR: Se hace un juego de lucha, donde se tocan en un inicio las rodillas luego la espalda y así sucesivamente con varias				

parte del cuerpo. Se sigue con ejercicios de gimnasia básica como rollos y saltos para caídas. Luego todos se reúnen en una circunferencia, donde el profesor instruye en movimientos de derribos, caídas estas ejecutadas desde movimientos ya antes vistos en las clases anteriores. En la roda las personas se preocupan más por no lastimar al compañero que en hacer el movimiento de derribo.

PARTICIPANTE: la clase de hoy se inició con juegos de lucha, donde teníamos que tocar partes del cuerpo del compañero pero evitando que hicieran lo mismo. Luego del juego se comenzó a practicar rollos y giros en el suelo, después de eso se nos enseñó unos movimientos en los cuales ya o se patea o se esquiva, sino que la idea es acercarse lo más posible al compañero, sujetarlo y desestabilizarlo para que caiga al suelo. Luego usamos movimientos ya vistos en clase y desde esos movimientos se encadenan los agarres y proyecciones al suelo. Al momento de la roda lo difícil era realizar el movimiento de derribo ya que se podía lastimar al compañero o no poder hacer la secuencia.

PROFESOR: En esta clase se realiza de nuevo la clase anterior para re afianzar lo aprendido, en este punto varia ya que se pone a los estudiantes a la creación de una coreografía y una obra de teatro, sumando una roda con invitados y avanzados de Capoeira, en este caso, tienen que adaptar y afrontar con lo aprendido a una situación de riesgo y tensión, donde el factor comunicativo tiene un papel muy importante para la realización del mismo.

Fuente: Elaboración propia a partir del formato del micro diseño.

EVALUACIÓN

Las prácticas son un proceso arduo, confuso en algunas partes de su constructo teórico, variante e indeciso, pero, que ayudan a consolidar el PCP. Cada vez que se realiza un cambio en el texto representa un cambio significativo en la práctica, teniendo más dificultad en el cómo evaluar y que esto sea coherente con los demás elementos del proyecto.

La puesta en marcha es lo que realmente clarifica las prácticas, con constantes cambios de los formatos de planeación, de qué debería hacerse y cómo hacerse, de cómo poder expresar y comunicar esas ideas a un plano real, esa dificultad de encontrar relaciones, aunque latentes se hacen sombrías frente a los juicios de valor de si está o no correcto, de encontrar ese camino a ser un profesor de Educación Física en un contexto real. No resulta fácil la transición de la teoría a la práctica, poder vincular lo que se dice con lo que se quiere hacer toma trabajo conseguirlo, con el paso de las sesiones y las concertaciones entre cada integrante del proyecto se va adquiriendo sentido, y el propósito de comunicar y expresar mediante el cuerpo y sus distintas manifestaciones va tomando forma, sentir satisfacción al escuchar decir a quien participa del proyecto, poder comprender la importancia del mismo, la finalidad de comunicar con el otro, de confiar, de establecer lazos y mejorar sus relaciones, suscita alegría por lo que se está realizando.

Es importante recordar, que el proyecto que se realiza dentro del taller lleva mucho tiempo en realización, los y las participantes están en el proceso desde un comienzo y los avances experimentados son observables entre ellos. Con el paso de las sesiones se logra alcanzar algunos propósitos establecidos, por ejemplo, la espontaneidad y la desinhibición corporal, el mejoramiento de la técnica de la Capoeira, la comunicación corporal-gestual, todos estos factores intrínsecos que se manejan desde las capacidades expresivas. Una experiencia pedagógica y propositiva que permite relacionar diferentes roles y habilidades de tres personas distintas alrededor de un solo propósito, el desarrollo del PCP, lleva a aprender del otro y a mejorar la práctica docente.

En cuanto a los participantes del proyecto se va aclarando esa conversión paulatina de quien entra a un proceso diferente con personas desconocidas a trabajar procesos de comunicación y lazos de convivencia para toda la vida mediante el conocerse a sí mismo y aprender a reconocer las señales corporales del otro en una clase de educación física. No es fácil para ellos como tampoco lo es para nosotros, pero sin duda la propuesta pedagógica aquí construida tiene un gran valor, mentiroso sería decir que su ejecución es perfecta en la relación teórico práctica porque evidentemente se encuentran problemas de relaciones que se han ido abordando a lo largo del proceso para encontrarlas y poder argumentarlas.

En perspectiva la propuesta es interesante porque tiene muchos elementos desde los cuales se puede trabajar y lograr cambios estructurales muy sustanciales dentro de una clase de educación física, la importancia consiste en imaginar y crear nuevas formas de enseñar

para alcanzar cualquier propósito observable que sin lugar a dudas desde la educación física se puede trabajar. Por lo anterior, y reflexionando acerca del trabajo realizado, se produce la sensación de que es un gran proyecto, que está inmerso dentro de una problemática que nos preocupa lo bastante como para tratar de contrarrestarla y que sin duda puede seguir construyéndose y alimentándose con el paso de los años, porque su campo de aplicabilidad es muy amplio y cuenta con elementos, culturales, sociales y educativos con los cuales generan practicas incidentes que sean realizables para toda la vida, una educación en palabras de Cajigal, una Educación Física para toda la vida.

No sólo la proyección del proyecto en otros contextos y poblaciones son el resultado de estas reflexiones, reconocer la imperante importancia de los formatos de evaluación aplicados al PCP merece la pena abordar. Todo parte desde la propuesta curricular diseñada en el macro diseño, y como a partir de allí se empiezan a enlazar todas las relaciones teóricas que permiten llevarnos al punto concreto del ideal de ser humano, de cada una de las dimensiones que lo componen y como estas enlazan los diferentes contenidos con la construcción de criterios observables para evaluar el proceso de aprendizaje, los resultados de la experiencia fueron satisfactorios mediante el análisis de los datos obtenidos como respuesta al cuadro de criterios de relación.

La construcción de este cuadro como se escribió anteriormente no solo es producto del macro diseño, también es consecuencia de la evaluación diagnóstica que se tuvo en cuenta al principio de la ejecución. ¿Qué necesidades desde las capacidades expresivas nos íbamos a encontrar? Era una pregunta difícil de responder, lo que si sabíamos desde un

principio es que aquellas necesidades de la población serian fortalecidas desde la experiencia motriz, desde las capacidades expresivas, en concreto desde la educación física utilizando la Capoeira como la herramienta mediadora para ese fortalecimiento. Conociendo que aspectos de las capacidades expresivas deben fortalecerse se empieza todo el proceso de consecución y secuenciación de contenidos que responden a unos temas específicos dentro de una unidad didáctica concreta, en definitiva esas relaciones hubiesen resultado difíciles de encontrar si desde la construcción teórica del proyecto no se hubieran abordado. Existen muchos cambios en el documento, se nos exige revisar, analizar y ajustar de forma constante para que este no solo represente un trabajo de grado más sino que por el contrario sea un proyecto de vida, nuestro proyecto de vida.

Evaluarse es medirse frente a lo que se requiere, y saber si se está cumpliendo con lo que uno se ha propuesto alcanzar, cuando se aplica la evaluación del programa y de cada uno de los profesores se piensan en criterios que lleven a los estudiantes a la reflexión y los inciten a evaluar objetivamente el proceso que se ha llevado a cabo entre todos, es muy enriquecedor que docentes en formación de otras áreas del conocimiento evalúen la pertinencia del proyecto aplicado, porque desde su experiencia en el proceso de enseñanza y aprendizaje pueden aportar inquietudes, consejos y sus diferentes posturas frente a los procesos comunicativos, el trabajo sin su evaluación estaría inconcluso y posiblemente un poco permeado por nuestros lazos de amistad, así que una visión objetiva y externa a los ejecutantes del proyecto es una contribución maravillosa al desarrollo del mismo.

REFERENCIAS

- ✓ Dawkins, R. (1985). El gen egoísta. Ed. Labor. Barcelona. España.
- ✓ Bowen J. & Hobson P. (2011). Teorías de la educación. Ed Limusa. México.
- ✓ López P. (2003). Manual de educación física. Ed. Oceano. Barcelona. España.
- ✓ MEN. ICBF & Coldeportes. (2000) Marco general programas curriculares de educación física recreación y deporte. Bogotá. Colombia.
- ✓ Castillo E. & Rebollo J. (2009). expresión y comunicación corporal en educación física. Wancuelen e.f. digital; (5) recuperado de: <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/3317/b15549859.pdf?sequence=1>
- ✓ Almeida G. (1999) El constructivismo como modelo pedagógico recuperado de: <http://escuelainteligente.edu.ec/docs/constructivismo.pdf>
- ✓ Mejia J. (2012) Vygotsky: teoría histórico cultural recuperado de :<http://es.slideshare.net/drjrmejiasortiz/vigostky-teoria-historico-cultural>
- ✓ Obaya A., & Martinez E El currículo flexible. Recuperado de: <http://www.izt.uam.mx/newpage/contactos/anterior/n46ne/curflex.pdf>
- ✓ Fast J. (1998). el lenguaje corporal. Ed. kairos. España.
- ✓ Da Costa P. (2008) *Textos del Brasil* N Capoeira, 14, 103-109
- ✓ Diccionario ABC. Recuperado de: <http://www.definicionabc.com/comunicacion/lenguaje-corporal.php>
- ✓ Villaverde E., canchihuaman M., Vargas E., ramos A., & suasnabar M. (2013) evaluación holística, recuperado de: <http://es.slideshare.net/DavidVargas2/evaluacion-holistica?related=1>
- ✓ Thompson I. (2008). Definición de comunicación. Recuperado de: <http://www.promonegocios.net/comunicacion/definicion-comunicacion.html>
- ✓ F.I.E.T.R.E.C.A Federación internacional de estudios de las tradiciones religiosas y culto a los ancestros afro brasileños, (2015). Recuperado de: www.fietreca.org.br,
- ✓ Constitución Política de Colombia de julio 4 de 1991, Edición actualización actualizada 2011, editorial Escar S.A.S, Bogotá Colombia.

- ✓ Lineamientos Curriculares de Educación Física, Recreación y Deportes, República de Colombia, Ministerio de Educación Nacional, Editorial Magisterio, Bogotá D.C Julio de 2000.
- ✓ Castillo E. (1998) las nuevas tecnologías en la información ¿para bien o para mal? Recuperado de:<http://www.ull.es/publicaciones/latina/a/02hemilce.htm>
- ✓ Torres L. (1996). Capoeira Arte Marcial del Brasil, curso básico. Ed. Alas. Barcelona. España.
- ✓ Paride. H., carybe., & Verger. P. (2008) *textos del Brasil capoeira*, 14.
- ✓ Arteaga M. Viciano V. & Conde J. (2003). Desarrollo de la expresividad corporal: tratamiento globalizador de los contenidos de representación. Ed. Inde. Barcelona. España.
- ✓ Melas I. (2005). El Movimiento Natural: bases, desarrollo y ejercicios. Ed. Paidotribo. Barcelona. España.
- ✓ Pease A. (2006). El lenguaje del cuerpo. Ed. Amat, S.L. Barcelona. España.