

EDUCACIÓN FÍSICA Y AUTOCONOCIMIENTO COMO PREVENCIÓN DE
CONDUCTAS DEPENDIENTES A SUSTANCIAS PSICOACTIVAS.

Jadith Mairena Vega

Cód. 2011220087

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Bogotá, D.C.

Noviembre, 2016.

EDUCACIÓN FÍSICA Y AUTOCONOCIMIENTO COMO PREVENCIÓN DE
CONDUCTAS DEPENDIENTES A SUSTANCIAS PSICOACTIVAS.

PROYECTO CURRICULAR PARTICULAR PARA OPTAR AL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Jadith Mairena Vega

Cód. 2011220087

Tutor: Marco Aurelio Rodríguez Mora

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROYECTO CURRICULAR LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA

Bogotá, D.C.

Noviembre, 2016.

DEDICATORIA

Dedico este sueño cumplido a Dios y a un angelito que partió muy joven de esta tierra el cual recordare por siempre Juan Ardila (Q.E.P.D), a mi madre Gloria Vega, quien con su grandes sacrificios me hizo una mujer fuerte y trabajadora, a mi abuela que con sus cuidados me enseñó el valor de la vida, dedico este triunfo a la familia Vega Barón ya que en nuestro pequeño núcleo familiar seré la primera en obtener un titilo profesional el cual será un ejemplo a seguir.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco primeramente a Dios y a todos los santos de mi devoción por escuchar mis peticiones en este reto tan grandioso de mi vida, agradezco a todas las personas que han hecho parte de este proceso de aprendizaje en mi formación profesional, como es a todos los profesores, compañeros, estudiantes, a mis tutores por su tiempo y confianza en mi trabajo.

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	Educación Física y Autoconocimiento como prevención de conductas dependientes a sustancias psicoactivas.
Autor(es)	Vega Barón, Jadith Mairena
Director	Rodríguez Mora, Marco Aurelio
Publicación	Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional, 2016.72 p
Unidad Patrocinante	Universidad Pedagógica Nacional UPN
Palabras Claves	AUTOCONOCIMIENTO; PREVENCIÓN; CONDUCTAS; EDUCACIÓN FÍSICA; PRÁCTICAS CORPORALES; EXPRESIÓN CORPORAL.

2. Descripción
<p>Trabajo de grado que se propone implementar una estrategia didáctica que genere autoconocimiento y nuevas formas de expresión para prevenir conductas de riesgo a la dependencia de sustancias psicoactivas, como se observa en el contexto social en el que actualmente vivimos desde edades tempranas existe el consumo y dependencia de sustancias psicoactivas, por tanto, es relevante pensar en alternativas viables ante esta problemática, se propone desde el área de educación física una estrategia que propenda a la prevención del consumo por medio de diferentes prácticas de expresión corporal, las cuales favorecerán el autoconocimiento a partir del cuerpo y el movimiento, donde el maestro ofrezca una gama de prácticas corporales intencionadas, que lleven a los estudiantes a alejarse de conductas de riesgo,</p>

ayudando a enfrentar ciertas decisiones sobre su cuerpo en algún momento de su vida.

3. Fuentes

- Constitución Política de Colombia 1991
- M, Cañal, Adicciones cómo prevenirlas en niños y jóvenes, editorial Norma, Bogotá 2003.
- Profesorado de las XI jornadas sobre actividad física adaptada (1996), XI jornadas sobre actividad física adaptada, Utilización del Ejercicio Físico como terapia en drogodependientes, Málaga España, instituto anda luz del deporte, 1994. ISBN-84-88718-68-3.
- Ley 115 de Febrero 8 de 1994, por la cual se expide la Ley General de Educación.
- Luna, J. “, Logoterapia y Drogadicción”, ¿Cómo ayudar a una persona adicta?, pág., 12, 50, 51.

4. Contenidos

Caracterización contextual.

Desde diferentes observaciones y consultas hechas surge la necesidad de crear un cambio y prevención frente al consumo de sustancias psicoactivas en la edad escolar, se puede decir que en la actualidad esta problemática en la población colombiana crece sin control, siendo cada vez más temprana la edad de inicio al consumo, por eso se crea la necesidad de potenciar desde la escuela jóvenes con más conocimiento sobre su cuerpo y con nuevos intereses motrices, con el fin de prevenir a futuro conductas dependientes a sustancias que pueden traer daños irreversibles y desvíos del proyecto de vida.

Por tanto el proyecto educación física y autoconocimiento para la prevención de conductas dependientes a sustancias psicoactivas, pretende desde distintos antecedentes, referentes teóricos, conceptuales y legales, contribuir a la prevención de esta problemática, el cual con su propósito principal de implementar una estrategia didáctica que genere autoconocimiento y nuevas formas

de expresión para prevenir estas conductas de riesgo.

Perspectiva educativa.

Desde las 3 áreas que constituyen el proyecto curricular en la licenciatura en educación física de la universidad pedagógica nacional como son; el saber humanístico, pedagógico y disciplinar, se destaca la importancia y claridad de los conceptos claves como son ideal de hombre, sociedad, cultura, desarrollo humano, pedagogía, educación, educación física y su relación con teoría de desarrollo humano, modelo pedagógico, teoría curricular, tendencia de la educación física , estilo de enseñanza Aprendizaje y su modelo evaluativo, que son pertinentes y relacionados para el desarrollo e implementación del presente proyecto curricular particular.

Diseño e implementación.

La implementación del proyecto se llevó a cabo con los estudiantes de sexto grado del Colegio Republica Dominicana, localizado cll 131 A 125 43- Localidad 11 suba Bogotá D.C, jornada mañana y tarde de carácter mixto, calendario A, se plantea un trabajo práctico sistémico y planificado, el cual implica el desarrollo de vivencias intencionadas dirigidas a lograr el propósito del proyecto, por tanto a través del esquema del macrodiseño se plantea y desarrolla el propósito, justificación de la unidad temática, objetivos, metodología y evaluación a implementar en la ejecución de cada planeación de clases, se encontraran formatos de planeación de clases, evaluación tanto del aprendizaje, docente y del programa.

Ejecución piloto o micro diseño.

Se inicia las prácticas pedagógicas desde la obtención de resultados desde una observación diagnóstica plasmada en un diario de campo y una encuesta, de la cual se obtuvo información necesaria que ayudo a determinar sobre los conocimientos que tienen los estudiantes frente a este tema, por tanto desde prácticas pensadas se busca generar autoconocimiento y nuevos intereses motores, desde el área de educación física, las cuales son planteadas en el macrodiseño y micro diseño, el cual se desarrollaran 9 secciones y responderán a un tema que ha sido elaborado y relacionado desde la problemática, tema central como es el autoconocimiento y tendencia expresión corporal.

5. Metodología

Desde lo metodológico la expresión corporal constituye una importante herramienta ya que, como tendencia de la educación física centra sus conocimientos en el cuerpo sus capacidades de expresión y comunicación la cual será abordada y relacionada para prevenir esta problemática evidenciada en más instituciones educativas, por tanto el estilo de enseñanza aprendizaje será basado desde el aprendizaje guiado lo que se busca es generar autonomía en los sujetos para que sigan practicando fuera del aula de clases y para generar hábitos de vida hacia la actividad física.

6. Conclusiones

- se observa como la educación física desde sus contenidos, aporta y potencializa el autoconocimiento, la comunicación desde la expresión corporal como medio disciplinar de esta área, buscando a sí mismo la razón de ser y las ganas de estar en este mundo, tratando con respeto y cuidado su propio cuerpo y el de los demás.
- El impacto en este contexto durante las prácticas del PCP se pudo establecer la necesidad de la educación física para la vida en estos estudiantes, se busca implementar más actividades en la que los estudiantes se relacionen y solucionen conflictos para que tengan una mejor convivencia entre ellos.
- La población en general manifestó la aceptación de estas actividades, además, se puede evidenciar gusto y deseo de seguir practicando algunas de las actividades propuestas, se notó el aumento en el conocimiento de sí mismos, autoestima, además de mejorar las habilidades para trabajar en equipo y de sus capacidades físicas en general.

Elaborado por: Jadith Mairena Vega

Revisado por: Rodríguez Mora, Marco Aurelio

Fecha de elaboración del Resumen:	16	11	2016
--	----	----	------

LISTA DE SIGLAS

UPN Universidad Pedagógica Nacional

LEF Licenciatura en Educación Física

PCP Proyecto Curricular Particular

RAE Resumen analítico Educativo

ELAD Empresa Líder de Alcohol y Drogas

DANE Departamento Administrativo Nacional de Estadística

RIO Respuesta Integral de Orientación Escolar

ODC Observatorio de Drogas en Colombia

OMS Organización Mundial de la Salud

LISTA DE TABLAS

	PP.
Tabla 01. Desarrollo de la Teoría Constructivista, Fuente: Adaptado de Gallego, Badillo (1993)	34
Tabla 02. Clasificación sustancias psicoactivas, Fuente: relación propia a partir de la clasificación que propone Luna (2005)	44
Tabla 03. Contenidos teoría y práctica. Fuente: relación propia	49
Tabla 04. Planeación curricular. Fuente: relación propia	51
Tabla 05. Planeación de clase. Fuente: relación propia	53
Tabla 06. Cronograma de las prácticas. Fuente: relación propia	54
Tabla 07. Evaluación Docente. Fuente: Elaboración propia	55
Tabla 08. Evaluación programa, Fuente: Elaboración propia	57
Tabla 09. Planeación de clase n°01. Fuente: propia	60
Tabla10. Análisis de la Encuesta	63-65

INDICE GENERAL

Contenido

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTOS	iv
RESUMEN ANALÍTICO EN EDUCACIÓN – RAE	v
LISTA DE SIGLAS	ix
LISTA DE TABLAS.....	x
INDICE GENERAL.....	xi
INTRODUCCIÓN.....	xiii
JUSTIFICACIÓN	xiv
OBJETIVOS	xv
General.....	xv
Específicos	xv
CAPÍTULO 1. CONTEXTUALIZACIÓN	16
1.1. Referentes Internacionales, Nacionales y Locales	17
1.2. Acciones Preventivas.....	22
1.3. Antecedentes	24
1.4. Marco legal.....	25
CAPÍTULO 2. PERSPECTIVA EDUCATIVA	28
2.1 Componente Humanístico	28
2.2 Componente Pedagógico	31
2.3 Componente Disciplinar.....	38
2.4 Tema Complementario.....	42
CAPÍTULO 3. DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN	48
3.1 Macro diseño.....	50
3.2 Micro diseño.....	52
3.3 Cronograma de las prácticas	54
3.4 Formato Evaluación Docente	55
3.5 Formato Evaluación Programa.....	56
CAPÍTULO 4. EJECUCIÓN PILOTO.....	59

CAPÍTULO 5. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA	66
REFERENTES BIBLIOGRAFICOS	68
WEBGRAFÍA	71

INTRODUCCIÓN

En el contexto social en el que actualmente vivimos se puede observar una problemática desde edades tempranas como es el consumo y dependencia de sustancias psicoactivas, por tanto, es relevante pensar en alternativas viables para prevenir esta problemática que actualmente se presenta en cualquier contexto, se propone desde la educación física generar una estrategia que propenda por la prevención del consumo y dependencia de sustancias psicoactivas, por medio diferentes prácticas de expresión corporal las cuales favorecerán el autoconocimiento a partir del cuerpo y el movimiento.

Desde el ámbito escolar se persigue generar espacios donde el maestro ofrezca una gama de prácticas corporales intencionadas, que lleven a los estudiantes a alejarse de conductas de riesgo, ayudando a enfrentar ciertas decisiones sobre su cuerpo en algún momento de su vida, generando así un mejor desarrollo integral como seres humanos, desde el conocerse así mismo, su cuerpo, sus capacidades y cómo son, para descubrir qué es aquello que pueden hacer o dejar de hacer en la realidad social en la que se encuentran.

Desde lo metodológico la expresión corporal constituye una importante herramienta ya que, como tendencia de la educación física centra sus conocimientos en el cuerpo, sus capacidades de expresión y comunicación la cual será abordada y relacionada para prevenir esta problemática evidenciada de manera similar en otras instituciones educativas.

JUSTIFICACIÓN

Este proyecto curricular pedagógico se realiza como requisito de grado para culminar mi formación académica profesional, esta propuesta se realizara con el fin de prevenir conductas de riesgo como es el depender de sustancias psicoactivas, por tanto desde el área de educación física, como educación para la vida y el desarrollo humano de los sujetos, busca desde diferentes practicas corporales generar autoconocimiento y autocuidado sobre el cuerpo desde la identificación de las propias capacidades y habilidades corporales.

Se considera pertinente aportar a la prevención desde edades sensibles cómo es la educación básica explorar esta problemática para hacer consciente a los sujetos de las consecuencias que pueden desencadenar sus conductas, por tanto, se hace pertinente el reconocimiento del propio cuerpo y capacidades para generar nuevos intereses de formación en los individuos.

OBJETIVOS

General

Implementar una estrategia didáctica que genere autoconocimiento y diferentes formas de expresión para prevenir conductas de riesgo a la dependencia de sustancias psicoactivas.

Específicos

Conocer y valorar el cuerpo desde la educación física como medio de exploración y disfrute desde prácticas corporales

Utilizar la expresión corporal y el movimiento, como forma creativa y de comunicación de sensaciones, emociones e ideas.

Tomar conciencia de las sensaciones propias, identificación de las capacidades y gustos corporales.

CAPÍTULO 1. CONTEXTUALIZACIÓN

Desde diferentes observaciones y consultas hechas surge la necesidad de crear un cambio y prevención frente al consumo de sustancias psicoactivas en la edad escolar, se puede decir que en la actualidad esta problemática en la población colombiana crece sin control, siendo cada vez más temprana la edad de inicio al consumo, por eso se crea la necesidad de potenciar desde la escuela jóvenes con más conocimiento sobre su cuerpo y con nuevos intereses motrices, con el fin de prevenir a futuro conductas dependientes a sustancias que pueden traer daños irreversibles y desvíos del proyecto de vida.

El interés será brindar diferentes prácticas corporales con múltiples posibilidades de movimiento desde el área de educación física, la cual adquiere un papel muy importante ya que posibilita la creación de un ambiente social alejado del medio de consumo de sustancias psicoactivas, desde la expresión corporal como tendencia de la educación física, su finalidad es el conocimiento personal en los sujetos, lo cual proporcionara nuevos intereses de orden físico y motor, donde el individuo adquiere e incrementa la capacidad de mantener una conducta por medio de distintas habilidades corporales que día a día generarán independencia, evitando así caer en comportamientos erróneos con daños irreversibles en el funcionamiento natural de su cuerpo, mente, espíritu y entorno familiar.

Se analiza además cómo la dependencia a sustancias psicoactivas en el cerebro de los jóvenes resulta más potente en sus efectos que en el del adulto, por eso se hace necesario que desde la escuela se eduque para prevenir estos factores de riesgo que pueden afectar el ámbito psicológico, social, biológico, en especial el sistema nervioso central, por ello es necesario saber llegar a los jóvenes con una formación integral desde la clase de educación física, de tal forma que se busque incidir en su comportamiento a través de la formación de un cuerpo y mente activa, consciente, potencializando gustos y capacidades.

Vemos como los niños y adolescentes son curiosos por naturaleza, siendo propensos a correr riesgos, es un hecho que se tiene mucho acceso a drogas en cualquier lugar y con una amplia variedad, ya que como sabemos es un negocio muy lucrativo para quien la procesa y expende, encontrando en los niños y jóvenes mayor vulnerabilidad y aceptación de estos productos, esto como consecuencia de la cantidad de tiempo libre, búsqueda de placer, desempleo, la estimulación de los medios, depresión, utilización de medios tecnológicos que se impone en la vida cotidiana y demás problemáticas de nuestra sociedad, por tanto si un niño aprende a respetar y cuidar su cuerpo es bastante probable que a futuro evite causarse daños con fármacos que pueda ingerir.

1.1. Referentes Internacionales, Nacionales y Locales

En las concepciones de Martin (2009) reconoce que históricamente, la humanidad ha estado en contacto con las drogas, para alterar las percepciones de su realidad y del mundo, pero estos consumos naturales realizados por chamanes y hechiceros en otros tiempos y culturas se han convertido en problemática, porque han ido incorporándose nuevas sustancias y nuevos grupos de consumidores, esto hace que se perciba como una realidad cotidiana que afecta a todos, ya que la sociedad actual se ha visto permeada por la moda e innovación produciendo cambios en las tradiciones, se puede analizar cómo el uso de sustancias se ha dado en todas las civilizaciones y en todas las sociedades, pero también somos conscientes que su uso se convierte en problemático para el consumidor y las personas de su entorno.

Según investigaciones de la Empresa Líder de Alcohol y Drogas (ELAD) y el Diario Chileno (2006), el 27,4% de los accidentes de tránsito graves dan positivo en el examen de alcohol y drogas, en el estudio prevalencia del consumo de alcohol y otras drogas en trabajadores chilenos, ya en el (2007) se refiere que el consumo es 12,5%, siendo los sectores de servicios (18,2%) e industrial (14,1%) los que acusan mayor porcentaje de consumo.

En el último informe mundial sobre las drogas y el delito ONODC (2015):

Se estima que un total de 246 millones de personas, o una de cada 20 personas de edades comprendidas entre los 15 y 64 años, consumieron drogas ilícitas en 2013. Si bien ello

representa un aumento de tres millones de personas con respecto al año anterior, debido al crecimiento de la población mundial (p. 2).

El estudio de consumo de sustancias psicoactivas en Colombia (2013) aporta información que amplía la visión sobre la situación del consumo de sustancias en el país, en la población general entre 12 y 65 años, residente en las capitales de departamento y en todos los municipios con treinta mil o más habitantes en el área urbana (126 municipios en total). Este estudio conserva las características técnicas a otro realizado en 2008, por lo cual es posible tener una aproximación comparativa del uso de drogas entre 2008 y 2013. A continuación, se darán a conocer las principales conclusiones del estudio.

El reporte de consumo de bebidas alcohólicas en el 20% de la población colombiana con edades entre 12 y 17 años es alarmante, teniendo en cuenta que la venta de alcohol a menores de edad está prohibida, ya que el consumo de alcohol en esta población es particularmente riesgoso. Los resultados sugieren la necesidad de reforzar la conciencia social en torno al acceso al alcohol de los menores de edad, no solo en el comercio, sino en los mismos hogares, pero más allá, este trabajo considera fundamental la labor de la educación preventiva desde temprana edad, la marihuana continúa siendo la droga ilícita de mayor consumo en el país. De hecho, el incremento en el grupo de drogas ilícitas se explica por el aumento en el uso de marihuana. Mientras el 7,9% de la población declaró haber usado marihuana alguna vez en la vida, en el estudio del 2008, un 11,5% declaró lo mismo el 2013, señalando un aumento de casi cuatro puntos porcentuales. Respecto al uso en el último año, la prevalencia aumentó significativamente a nivel nacional de un 2,1% en el 2008 a un 3,3% en el 2013.

Por otro lado, la entrevista “Drogadicción en los jóvenes, un problema latente” realizada al doctor Cote y doctora Suescún (2009) es de gran interés para este trabajo, ya que aporta diferentes puntos de vista desde diferentes disciplinas, fueron invitados de la emisora Caracol Radio el 2 de marzo del 2009, lo cual es relevante conocer y relacionar.

De acuerdo con el Estudio Nacional de Consumo de Drogas en Colombia (2009), los jóvenes son la población más vulnerable ante el uso de estupefacientes. El estudio reveló que cerca de 1,8 millones de colombianos han consumido drogas alguna vez en su vida, siendo la población joven entre los 12 y 25 años de edad el grupo que hace un mayor uso de estas.

De igual manera, el estudio también concluyó que de cada cinco menores de edad que las utilizan, tres son hombres y dos son mujeres.

El Estudio Nacional de Drogas en Población General del Consejo Nacional para el control de estupefacientes (Conace, 2006), Bogotá, Colombia, afirma que hay un grave problema y es el aumento del consumo entre los 18 y 64 años de edad, existiendo un aumento del consumo de marihuana de 5,1% en 2002 a 6,6% en 2006.

Sin embargo, detrás de la frialdad de estas cifras están las historias de muchos jóvenes que viven junto con sus familias el infierno de la drogadicción, inmersos en un mundo de delincuencia, suicidios, depresiones, que ponen en riesgo su vida y bienestar.

Según estudios realizados por el DANE (2013), se resaltan nuevas tendencias que se han vuelto comunes en sociedades como la Bogotana.

Las personas, y en especial la población infantil, adolescente, y en general juvenil, se encuentra en busca de nuevas sensaciones por curiosidad, con un insaciable afán por posicionarse en un entorno social, con el pretexto de experimentar, se consumen drogas antes de los 23 años. Los jóvenes tienden a consumir marihuana, cocaína, pepas, pegantes, éxtasis, popper y heroína. Mientras que los mayores consumen más cocaína, bazuco y marihuana. El cambio en las vías de administración siempre está asociado a una búsqueda de mayor potencia en los efectos.

El diario El Espectador del 14 agosto de (2015) reporta la cifra que fue revelada por la Secretaría de Educación en los casos por consumo de droga en colegios de Bogotá. Durante lo corrido del año, el sistema de alerta de la Secretaría de Educación ha recibido 1.689 casos reportados por el consumo de droga, de los cuales 697 requirieron del apoyo y acompañamiento especializado por parte de las Unidades móviles Respuesta Integral de Orientación Escolar (RIO), ya que desbordó la capacidad del colegio para su atención.(Rio actualmente no existe)

Investigación: el consumo de drogas en los colegios de Bogotá

El Diario las 2 Orillas del 25 julio 2016, según el concejal Flórez J, El 12% de los estudiantes entre 12 y 17 años ya ha probado algún tipo de droga, el consumo de drogas en

Bogotá se ha desbordado en el último año, especialmente al interior de los colegios distritales, lugares que han sido infiltrados por las bandas narcotraficantes que controlan un negocio que solo por la venta de bazuco mueve 250 millones de dólares al año. De acuerdo con el último Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas, al menos el 12% de los estudiantes de bachillerato han consumido algún tipo de drogas en sus vidas.

El consumo de drogas aumentó en la población escolar

Según las cifras que maneja la Secretaría de educación, el consumo de sustancias psicoactivas al interior de los colegios distritales de Bogotá aumentó un 108,3% en el último año, pasando de 2.494 casos reportados en 2014 a 5.196 en 2015. Esto pone en evidencia que alrededor de las instituciones educativas existe un número considerable de expendios de droga. En Bogotá, se calcula que en promedio hay 1,7 ollas o puntos de expendio de estupefacientes por cada colegio distrital. La situación más crítica se presenta en tres localidades: Los Mártires, Chapinero y Santa Fe, donde hay más “ollas” que planteles educativos. No obstante, en sectores como Kennedy una de las localidades más grandes de la capital el consumo de drogas se disparó en un 93% en el último año entre la población escolar y pasó de 179 casos reportados en 2014 a 539 en 2015.

La intervención del Bronx, en días pasados, podría haber enviado un mensaje errado a la sociedad, pues todo se reduce a una solución represiva y se omite que cuando se realizan este tipo de operaciones lo que termina sucediendo es que el problema se traslada a otras zonas de la ciudad, pero no se avanza en una solución de fondo. El narcotráfico ha encontrado el camino para infiltrarse en los colegios del distrito. Desde las bandas o desde algunas familias vinculadas al negocio ilegal de las drogas, hoy además de los riesgos en los entornos escolares, muchos estudiantes conviven con esta amenaza al interior de varias instituciones.

Las directivas de algunos de los colegios distritales tienen identificado un nuevo modelo de operación de los narcotraficantes para mantener el expendio y consumo de drogas al interior de los planteles educativos. Consiste, con la complacencia de los padres de familias, en solicitar un cupo escolar a los menores ligados a estructuras del narcotráfico en las instituciones, a través de los “centros administrativos de educación local” (cadel) Una vez el

cadel les asigna un cupo en un colegio, el infiltrado se encarga de controlar la venta y distribución de drogas al interior de las aulas.

Los testimonios de las directivas de las instituciones distritales de los Mártires dan cuenta que la estrategia RIO, que fue implementada por la administración para prevenir situaciones críticas asociadas a la convivencia escolar y al consumo de drogas, no está funcionando.

En la localidad de Rafael Uribe, las directivas de uno de los colegios distritales, aseguran que al interior de la institución el consumo de marihuana es por lo menos del 50% de la población escolar y comienza desde el grado 5 de primaria.

No hay nada nuevo en los recientes anuncios de la administración frente a la intervención de los entornos escolares. Preocupa que frente a un tema de tamaño dimensión, la administración siga haciendo anuncios que no plantean nada nuevo y que no enfrentan las causas del problema. El pasado 14 de junio de 2016 la administración hizo pública su nueva estrategia para la intervención de los entornos escolares de al menos 30 colegios que consiste en el desarrollo de escuelas de padres para prevenir el consumo de drogas, así como el desarrollo de capacitaciones de articulación interinstitucional para prevenir y mitigar el tráfico de sustancias psicoactivas. El plan de desarrollo refleja que el consumo de drogas en colegios no es un tema prioritario para la actual administración. Los entornos escolares aparecen en el plan de desarrollo de la actual administración como un tema intersectorial que corre el riesgo de ser responsabilidad de nadie. No se proyectan metas asociadas a la prevención y atención del consumo de drogas en personas menores de 25 años.

Viendo estos estudios y sus cifras es claro que la dependencia a sustancias psicoactivas es una problemática de carácter global, que se puede presentarse en cualquier edad del individuo y en cualquier contexto por tanto el objetivo de dar a conocer estas estadísticas es crear una visión de la problemática actual en los jóvenes, el entender como un sujeto es susceptible sin conocimiento y autocuidado propio, ya que se tiene mayor riesgo de caer en el consumo de sustancias psicoactivas.

1.2. Acciones Preventivas

A continuación, se darán a conocer documentos que fortalecen y apoyan la prevención de conductas de riesgo al consumo y dependencia de sustancias psicoactivas.

El libro XI jornadas sobre actividad física adaptada y utilización del ejercicio físico como terapia en drogodependientes (1996).

Hace referencia a “cómo el ejercicio físico realizado en forma regular y moderada ayuda a prevenir conductas de alto riesgo, ya que genera un núcleo social alejado del medio de consumo, hay nuevos intereses en la persona e incremento de la autoestima” (p. 102).

Es evidente la relevancia que tiene el área de educación física en la prevención de conductas de riesgo, por tanto, se busca formar un sujeto con un mejor núcleo social, nuevos intereses motrices, conocimiento del propio cuerpo, implementando conductas bien estructuradas, lo que conllevará a una actitud preventiva ante el consumo y dependencia de sustancias psicoactivas a lo largo de la vida.

A la hora de implementar el proyecto, se sugiere un currículo preventivo en la escuela, se da la noción qué es el maestro quien planifica actividades que informan y forman a los sujetos adecuadamente, y son ellos los que serán capaces de tomar decisiones acertadas, desde el pleno desarrollo del cuerpo, madurez física, mental y social del individuo.

De acuerdo con el doctor Cote (2009), experto en adicciones y maestro en psicología de terapia de familia:

La intervención para frenar el consumo de drogas es tardía, los casos no se están detectando a tiempo, porque la gente considera como normal el consumo de drogas, y para nada es normal que un joven empiece a fumar desde los 15 años, que consuman alcohol desde edades tempranas. Este es un problema que tiene solución, pero para esto es clave una pedagogía preventiva.

La pedagogía preventiva que refiere el doctor Miguel Cote, resulta ser esencial ya que precisamente el proyecto busca atender en alguna medida el problema, generando en el sujeto autoconocimiento a partir de nuevos intereses motores, para promover comportamientos

relacionados con el autocuidado previniendo así conductas de riesgo, trabajado desde diferentes prácticas corporales propuestas por el docente que buscan generar espacios donde se dé mejor uso al tiempo libre, alejado del medio de consumo y dependencia a sustancias psicoactivas.

Para la doctora Suescún (2009), directora general de la fundación libérate y maestra en prevención de tratamiento de conductas adictivas de la Universidad de Valencia, España; “es de vital importancia que los muchachos cuenten con las herramientas necesarias”, desde el reconocimiento propio de sus deseos y la consciencia del cuidado propio, y de la consecuencia de sus conductas, por lo cual se busca a través de la educación física por medio de diferentes prácticas corporales propuestas en cada sesión de clase, hacer frente a la presión de sus núcleos sociales “amigos”, desde nuevos intereses motores propios, no solo dejándose llevar de sus amigos, compañeros, por eso es necesario preparar a los jóvenes a tomar decisiones de vida, que aprendan a decir NO, y sobre todo que sientan y tengan la certeza de que pueden contar con su familia.

Por su parte, Motta (2009), colaborador de varias campañas juveniles en colegios y universidades de todo el país contra el abuso de drogas, afirma que:

Los más grandes obstáculos para afrontar el problema son la facilidad que existe a la hora de conseguir los estupefacientes, ya ni siquiera es necesario ir a las ollas, porque esto es tan sencillo como comprar una cerveza o chicles; todo el mundo sabe quién es el que expende, pero tampoco se hace nada frente a eso. Las drogas son un peligro latente y lo peor es que existe mucha ignorancia en cuanto a los efectos que produce.

En esta medida, es de resaltar que, ante el fácil acceso a sustancias psicoactivas, el mecanismo más adecuado es la educación, una educación que posibilite la formación propia, que se preocupe por formar personas menos susceptibles a la dependencia, a partir del autoconocimiento de su cuerpo y sus intereses, posibilitando con ello un mejor uso del tiempo libre, educando el cuerpo tanto físicamente como cognitivamente, consciente de sus decisiones y acciones.

1.3. Antecedentes

En cuanto a trabajos e investigaciones que aportan al cómo se podría abordar la problemática se darán a conocer a continuación varios escritos realizados por diferentes autores, los cuales tomados como punto de referencia frente a la problemática sobre la dependencia de sustancias psicoactivas y el papel del autoconocimiento y la educación física, son presentados ya que tienen relación y aportan características valiosas en la construcción del documento, es aquí donde se busca reflexionar y problematizar para contribuir en su desarrollo desde el área de educación física.

Luna, (2005. p 50- 52) quien plantea algunos modelos utilizados para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas, los más relacionados con esta propuesta son:

Primero el modelo de educación frente al problema de droga; propone hacer más énfasis en la educación y no tanto en la información y el segundo modelo de alternativas sociales; el cual sugiere la participación en actividades que ocupen el tiempo libre, desde cuatro niveles de experiencias: físico, sensorial, emotivo, interpersonal. Es donde se ve la pertinencia de la educación física y vital importancia en el conocimiento y reconocimiento del propio cuerpo del sujeto.

Los siguientes proyectos curriculares Particulares, son consultados y citados dentro de este documento con el fin de dar evidencia de la particularidad del presente proyecto.

“La educación física como medio para la inclusión social y deshabituación de personas adictas a las drogas” realizado por los estudiantes Sergio Linares, Sarmiento y Helyzain Jurado Puentes (2003), parte desde la mirada particular de la educación física hacia el tratamiento de sujetos adictos a las drogas, se trabajó la inclusión social y deshabituación de personas en situación de adicción a sustancias psicoactivas (spa) dentro de la unidad de salud mental del hospital Santa Clara y su programa de atención en drogadicción, este proyecto fue realizado por los estudiantes; Linares, Sarmiento y Jurado, trabajaron un modelo pedagógico escolanovista, donde la educación responde a las necesidades de los educandos y la cooperación es parte integral del proceso, con tendencia de la salud. Ellos trabajaron

rehabilitación con personas adictas y lo que esta propuesta busca es la prevención para no llegar a esta situación.

Otro proyecto consultado en cuanto a PCP presenta un programa desde la educación física, vista como disciplina, para la prevención de problemas sociales, en este caso específico el consumo de cigarrillo en población infantil. Llamado “El juego creativo y reflexión para la prevención del consumo de cigarrillo en población infantil” Moreno, H, Noy, D, (2010), este proyecto se desarrolló en la comunidad educativa de la Institución Educativa General Santander de Soacha, la educación física está basada en utilizar el pensamiento crítico y reflexivo, el juego y la práctica motriz, para el afianzamiento de la conciencia corporal, la toma de decisiones y una conciencia crítica frente al consumo de cigarrillo que como sustancia psicoactiva legal, junto con el alcohol, son la raíz del consumo de otras sustancias más fuertes. Además, de ser un factor de riesgo para los jóvenes en nuestra época.

Otro proyecto pedagógico que es pertinente abordar es el titulado “la educación física como medio de prevención a los problemas de adicción en los estudiantes del colegio María del Socorro” Gómez, G, (1998), de la universidad pedagógica nacional, hace referencia a sesiones teóricas sobre el conocimiento de las drogas en el aula y desde la clase práctica de educación física, se identificaron casos de adicción dentro del colegio y se brindó un programa de prevención a la adicción a sustancias psicoactivas, se diferencia ya que este proyecto busca desde la clase práctica de educación física prevenir estas conductas de riesgo.

1.4. Marco legal

Como consecuencia de los resultados de diferentes estadísticas mundiales, nacionales y locales que se han generado a través de la historia, se ha intentado disminuir y prevenir el consumo de sustancias psicoactivas, daremos a conocer las normas más relevantes y a tener en cuenta para el desarrollo e implementación de la propuesta, la cual busca proveer nuevos intereses en el sujeto incidiendo en su comportamiento, desde lo cognitivo y motriz, lo cual se desarrollará en la edad escolar.

Desde la Constitución Política de Colombia 1991, resaltaremos como la educación Física por medio de juegos, actividad física, danza y deportes, tiene una importante labor de formar y

educar a los sujetos para un desarrollo óptimo e integral, lo cual sin duda incluye la prevención de conductas de riesgo como la dependencia de sustancias psicoactivas.

Artículo 52. El ejercicio, deporte y sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

De igual manera en la Ley 115 febrero 8 de 1994, por la cual se expide la Ley General de Educación. Vemos como a los docentes también se nos da la responsabilidad de la formación integral de los sujetos.

Artículo 5°. Define los Fines de la educación como son: El Desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.

Estos artículos dejan ver como el ejercicio y el deporte como medio de la educación física deben aportar no solo a la formación física, si no a la educación integral, lo que se asocia con este proyecto que le apunta a la formación de comportamientos que prevengan la aparición de conductas dependientes, desde el conocimiento propio, de sus capacidades y gustos motrices.

La Ley 1098 de 2006 Congreso de la República, por la cual se expide el código de la infancia y adolescencia, el cual es relacionado desde la búsqueda de la prevención de esta problemática de consumo que vivimos actualmente, por tanto esta ley es de vital importancia conocerla para contribuir desde las obligaciones que tienen los docente e instituciones educativas en el país.

Artículo 20°. Los derechos de protección a los niños, niñas y los adolescentes, serán protegidos contra: El consumo de tabaco, sustancias psicoactivas, estupefacientes o alcohólicas y la utilización, el reclutamiento o la oferta de menores en actividades de promoción, producción, recolección, tráfico, distribución y comercialización.

Artículo 44°. Las obligaciones complementarias de las instituciones educativas. Los directivos y docentes de los establecimientos académicos y la comunidad educativa en general pondrán en marcha mecanismos para prevenir el tráfico y consumo de todo tipo de sustancias psicoactivas que producen dependencia dentro de las instalaciones educativas y solicitar a las autoridades competentes acciones efectivas contra el tráfico, venta y consumo alrededor de las instalaciones educativas.

De igual manera en el Decreto 1108 de 1994 "Por el cual se sistematizan, coordinan y reglamentan algunas disposiciones en relación con el porte y consumo de estupefacientes y sustancias psicotrópicas".

Artículo 12°. Todo establecimiento educativo, estatal o privado deberá incluir en su proyecto educativo institucional procesos de prevención integral, de conformidad con lo dispuesto en el artículo 44 del presente decreto. Para tal efecto se desarrollarán en las instituciones educativas planes de formación a través de seminarios, talleres, encuentros, eventos especiales, foros, pasantías, que posibiliten la reflexión, movilización, participación y organización en torno al fenómeno cultural de las drogas y el desarrollo de propuestas y proyectos escolares y comunitarios como alternativas de prevención integral.

Cynthia, Scott, Wilkie (2002) nos plantea que es importante hablar con los jóvenes sobre los aspectos legales de las drogas y su sistema que puede conllevar desde la detención, registro de antecedentes, contratación de abogado, proceso judicial y condena, hay que familiarizarse con las normas ya que el solo hecho de dar droga a alguien ya se considera narcotráfico, se analiza cómo aunque los gobiernos dedican fondos a la educación y a los tratamientos contra las drogas, los principales gastos son los generados por la promulgación de prohibiciones legales y encarcelaciones. (p61)

Se puede reflexionar que desde la creación de estas normas se debe ir más allá de la teoría a una práctica que busque incidir en el cambio de esta problemática, desde la presente propuesta se llevará a cabo una intervención pedagógica, con la finalidad de no quedarse solo con conocimientos sobre las consecuencias que conllevan las sustancias psicoactivas si no generar alternativas de cambio y prevención.

CAPÍTULO 2. PERSPECTIVA EDUCATIVA

Iniciamos con la mirada Educativa desde los intereses del presente proyecto curricular, para poder llegar a la implementación, se partirá desde la definición de diferentes conceptos propios, que deben ser ajustados en los contextos educativos actuales, los cuales se han ido constituyendo a través de la formación docente, y desde la finalidad del PCP, se busca formar desde el área de educación física el conocimiento propio y reconocimiento de nuevos intereses motrices incentivados desde diferentes prácticas corporales para prevenir conductas dependientes a sustancias psicoactivas, por ello se dará gran valor a las 3 áreas que constituyen el proyecto curricular de la licenciatura en educación física, de la universidad pedagógica nacional como son; el componente humanístico, el pedagógico y el disciplinar.

2.1 Componente Humanístico

Para esbozar esta perspectiva educativa es necesario evidenciar los objetivos y dimensiones a alcanzar, por tanto, se clarificarán los principales conceptos en el desarrollo del presente capítulo.

Desde el compromiso humano, se quiere formar un sujeto capaz de tomar decisiones propias, con mejores intereses por desarrollar en su vida con conductas preventivas de riesgo frente al consumo y dependencia de sustancias psicoactivas, con autocuidado por su cuerpo, sin necesidad de imitar a sus ídolos o amigos, reflexivo sobre sus comportamientos, los cuales realizara por convicción no por imitación, empoderándose totalmente de su vida interactuando sanamente en sociedad.

Ya que se puede observar como actualmente los jóvenes se dejan influenciar más fácilmente de los problemas sociales, resultado de la ausencia de autoridad y estabilidad de sus padres, como también el tener mayor acceso a la información y no ser utilizada correctamente, por tanto sienten curiosidad y buscan satisfacción a temprana edad, dando lugar a la pérdida de los valores que conllevan a conductas inadecuadas frente al trato y cuidado del propio cuerpo.

En relación con los sujetos que se quieren formar, el desarrollo humano es visto desde la evolución que ha tenido el hombre a través de la historia, sobre el valor que tiene cada individuo de conocerse y reconocerse así mismo, valorándose y cuidándose. El desarrollo humano tiene una relación inseparable con el movimiento humano, ya que desde la sociología se dice que aprendemos a movernos y a la vez nos movemos para aprender ya que esto implica aprendizajes tanto a nivel mental, físico y social en lo cual el desarrollo humano también es alterado, como es desde la riqueza corporal que nos brindara las prácticas corporales favoreciendo los cambios, por tanto desde movimientos intencionados que brindará la educación física se contribuirá en la formación corporal desde nuevos intereses motores que se despertarán en el sujeto, a partir de un actuar reflexivo orientado hacia un núcleo social alejado del medio de consumo y posible dependencia a sustancias psicoactivas, siendo procesos que no contribuyen con un buen desarrollo humano si no que más bien retroceden su progresivo funcionamiento, el presente proyecto se guiará y se llevará acabo de acuerdo a la siguiente teoría que selecciona procesos por los cuales pasa el ser humano en el transcurso de su vida.

La teoría del desarrollo humano se comprende desde la teoría psicosocial de Erick Erikson (1950), quien propone ocho etapas, cuyo orden es biológicamente fijo. En cada una de las etapas propuestas, se dice que afrontamos una crisis decisiva que tiene dos soluciones: una positiva y la otra negativa, de la eficacia con la que resolvamos los problemas de cada etapa depende la capacidad de encarar las crisis psíquicas de la vida futura.

Las ocho etapas de Erikson sobre el desarrollo psicosocial, las crisis psicosociales son:

- Del nacimiento a un año Confianza básica frente a desconfianza básica
- 2 a 4 años Autonomía frente a vergüenza, duda.
- 4 a 5 años Iniciativa frente a sentimientos de culpabilidad.
- 6 a 11 años laboriosidad frente a inferioridad.
- 12 a 18 años Identidad frente a confusión de papeles.

- Joven adulto Intimidad frente a aislamiento
- Edad mediana Creatividad frente a estancamiento
- Vejez Integridad frente a desesperación.

Los resultados del desarrollo reflejan la forma con la que los niños superan los obstáculos en la vida. Erikson coincide con Freud al proponer la existencia de fases en el desarrollo de la personalidad. Pero no las llama psicosexuales sino psicosociales, con el propósito de recalcar su convicción de que los problemas sociales de los diversos periodos son más importantes que los debidos a las dificultades de satisfacer los instintos biológicos. Afirma también que el desarrollo de la personalidad continúa durante toda la vida y que no queda determinada enteramente en la niñez.

Tomando como referencia esta teoría y una de sus etapas para el desarrollo del presente PCP, el cual es pensado para la edad escolar, se basará en la quinta etapa llamada laboriosidad frente a inferioridad de 6 a 11 años; ya que en estas edades es donde el sujeto comienza a darse cuenta que puede participar y se despierta su interés por nuevos aprendizajes, regulación y voluntad propia, se atreve a dar y a recibir, creándose ambientes de flexibilidad en el cual se empieza a exigir limites sobre su vida, es de vital importancia desarrollarlo desde edades tempranas porque es una edad donde se inicia la maduración motora y personal, esto con la finalidad que a futuro el sujeto tenga la capacidad de tomar decisiones propias, resolviendo y evitando así conductas de riesgo a largo plazo, vemos como una característica del docente es formar desde el conocimiento del propio cuerpo.

La intención es pasar a la siguiente etapa conllevando a la construcción de una identidad definida que es la siguiente etapa planteada por el autor, ayudando a desarrollar este sentido de identidad desde nuevas experiencias y mejor criterio frente a decisiones sobre su futuro, ya que es un trance de pasar de tener un cuerpo de niño a un cuerpo casi adulto, que es lo que fortalecerá los cambios físicos, emocionales , intelectuales y sociales que son de gran trascendencia para los adolescentes y que se orientan a un desarrollo óptimo en la vida.

2.2 Componente Pedagógico

Es notable que el ser humano a lo largo del tiempo adquiere diferentes procesos de enseñanza-aprendizaje, ya sea por evolución o por supervivencia, los cuales pueden darse en cualquier contexto en el que se encuentre inmerso y a través de diversas situaciones, se puede decir que los procesos de aprendizaje son constantes, tan seguidos que se advierte que la educación está inmersa en cada actividad, vivencia, experiencia que realiza el sujeto a diario, pero no siempre se dan resultados o atienden a fines positivos.

En este apartado la educación para la prevención es vista como un proceso en el cual desde la enseñanza por parte del docente se propician ambientes de formación y reflexión con el fin de propiciar el autoconocimiento y reconocimiento de capacidades que muy seguramente el sujeto desconocía.

Henz (1976), nos define educación como el conjunto de todos los efectos procedentes de personas, de sus actividades y actos, de las colectividades, de las cosas naturales y culturales que resultan beneficiosas para el individuo, despertando y fortaleciendo en él sus capacidades esenciales para que pueda convertirse en una personalidad capaz de participar responsablemente en sociedad, cultura, religión, capaz de amar, ser amado y ser feliz (p.39)

Por tanto, la educación que busca atender esta propuesta es ayudar a la prevención y formación de comportamientos asociados al autoconocimiento desde las capacidades individuales no solo las físicas sino sus capacidades relacionales, emocionales y axiológicas, que son las que generan consciencia del propio cuerpo, autoestima y aprovechamiento del tiempo libre.

Reflexionando sobre las consecuencias de sus comportamientos, como es iniciar el consumo de sustancias psicoactivas que los puede conllevar a la dependencia tanto física como psicológica, por tanto en este componente se busca relacionar teorías y conceptos esenciales desde lo pedagógico para poder educar en la prevención de conductas de riesgo, gracias a los nuevos intereses que serán generados desde las diferentes prácticas desarrolladas en el presente PCP, a continuación se relacionara la teoría curricular práctica

que se implementará con el fin de tener claridad sobre la función que cumplirá la relación entre la teoría y práctica que se dan en los procesos de enseñanza- aprendizaje.

Stenhouse (1987) nos define curriculum como “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” (p. 29).

Por tanto algunos autores referencian tres teorías curriculares actuales como son: técnica, practica y critica, pero para el desarrollo del PCP se utilizará la práctica la cual es definida según:

Sacristán (1985) quien argumenta que el currículo forma parte de múltiples tipos de prácticas, es configurador de toda la práctica pedagógica siendo la expresión y función socializadora de la escuela como elemento imprescindible para comprender, por tanto, las diferentes formas de afrontar el diseño en cada fase son modos de determinar la práctica de una manera u otra.

El enfoque curricular práctico se asume como juicio esencial de la “praxis” entre el sujeto y la realidad, a su vez se visualiza como un proceso permanente entre la reflexión-acción, que incorpora al estudiante en el proceso de inserción y transformación social.

Según Kemmis (1988) La teoría práctica del currículum también considera la sociedad y la cultura como un tipo de sustrato.

Trata de informar sobre el juicio de los profesores y de otros miembros activos de la sociedad y de la cultura, como aquellas personas que intentan actuar correcta y sensatamente en las situaciones prácticas en las que ellas mismas se encuentran. Se basan en un punto de vista liberal de la sociedad, en donde los sujetos efectúan decisiones morales y actúan de acuerdo con sus conciencias y sus mejores juicios; adoptando esta perspectiva, presuponen una sociedad en la que todo el mundo puede, de hecho, elegir como actuar mejor; no afrontan la estructura social de injusticia, que para muchos, limita la oportunidad de efectuar estas elecciones. (p. 112)

Es aquí donde se apunta desde la reflexión y formación corporal propia a una sociedad informada que no naturalice la dependencia a sustancias psicoactivas, si no que más bien

contribuya a generar barreras que no le permitan consumir sustancias psicoactivas por moda o por imitación, que los jóvenes sean cada vez más capaces de propiciar ambientes alejados del medio de consumo y dependencia a sustancias psicoactivas las cuales traen consecuencias negativas sobre su vida y sociedad donde se encuentren.

La relación de esta teoría con el proyecto se evidencia en cuanto que el docente se preocupa por la forma en que se construyen significados en los sujetos, siempre teniendo en cuenta y haciendo énfasis en las diferencias individuales, sociales y sus procesos, así mismo en la orientación de comportamientos y consciencia de las consecuencias de los actos de los sujetos, el darle sentido a las prácticas realizadas, con su finalidad, el prevenir a futuro dependencia a sustancias psicoactivas que tanto daño traerá a cualquier núcleo social.

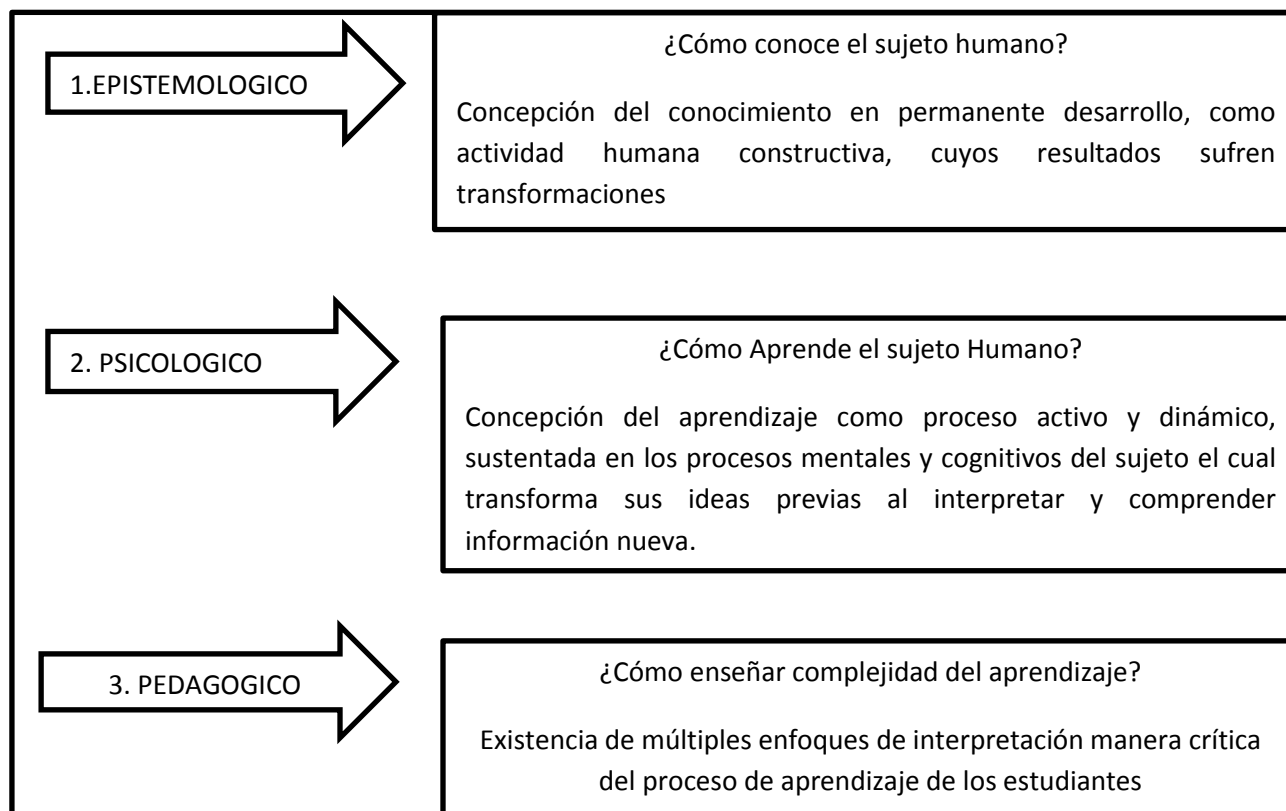
Por tanto, esta teoría práctica da a conocer un punto de vista más activo sobre el papel de la educación en las escuelas, en su contribución a la sociedad y a la cultura se da mediante el desarrollo de personas educadas (capaces de pensar de manera crítica, actuar en forma sensata) y de los valores y decisiones educativos de los docentes.

En relación a las visiones del PCP, con respecto a la cultura se busca educar y resignificar el valor de la cultura individual, siendo el sujeto el propio artífice de sus conductas, una cultura basada en las decisiones de vida y sus consecuencias.

Desde herramientas que encontramos en el área de educación física se busca formar y propiciar autoconocimiento y nuevos intereses motores en los sujetos, con la finalidad de prevenir conductas dependientes que están inmersas en cualquier contexto. Vemos como desde la vista antropológica el término cultura engloba la totalidad del entorno creado por el hombre, entre esto pueden estar los hábitos o modos de vida que adquieren las personas por diferentes motivos y que supone algún tipo de riesgo en las personas, también se entiende como un modo de perfeccionamiento del individuo, para su desarrollo armónico y completo, de allí que este proyecto le apunte a la formación de una cultura claramente adoptada en pro del propio desarrollo de cada individuo desde el conocimiento propio, para de este modo generar mejores núcleos sociales alejados del medio de consumo y nuevos interés del sujeto desde sus gustos y capacidades físicas.

Para poder llevar a cabo el propósito del PCP es necesario pensar en los modelos que lo validan y guían para implementar a cabalidad los propósitos propuestos, llevado a cabo desde una corriente pedagógica constructivista la cual plantea Gallego (1996) “Como una estructura conceptual, metodológica y actitudinal en la cual son conjugadas teorías de la psicología cognitiva en cuanto a la indagación de cómo y por qué se originan las representaciones y sus conceptos en la conciencia humana “ (pág. 47).

Tabla n°01. Desarrollo de la Teoría Constructivista



Fuente: Adaptado de Gallego, Badillo (1993)

Es utilizada esta corriente pedagógica constructivista, desde su enfoque Psicológico con el cual se busca construir conocimientos los cuales evolucionaran y cambiaran al sujeto.

Por tanto el enfoque pedagógico que se relacionara es la teoría del aprendizaje significativo de Ausubel (1983) quien plantea que “El aprendizaje del estudiantes depende de la estructura cognitiva previa que se relaciona con la nueva información, debe

entenderse por estructura cognitiva, al conjunto de conceptos, ideas que un individuo posee en un determinado campo del conocimiento, así como su organización”. (pág. 01)

La experiencia humana es considerada desde un conjunto, por tanto se formara al sujeto para que pueda enriquecer el significado de sus experiencias en el proceso educativo, que establezca una relación con su vida cotidiana y lo aprendido, este aprendizaje surge cuando el estudiantes contribuye en la construcción de su propio conocimiento, relacionando lo que aprende y dando sentido a partir de la estructura conceptual que ya posee, por tanto lo que se busca desde esta corriente pedagógica es construir nuevos conocimientos a partir de los conocimientos que ha adquirido anteriormente. Se postula la necesidad de entregar al estudiantes herramientas que le permitan crear sus propios conocimientos para resolver una situación problemática, lo cual implica que sus ideas se modifiquen y siga aprendiendo.

Este aprendizaje significativo aunque no es una pedagogía, nos presenta sus principios de enseñanza, por tanto es visto como un enfoque psicoepistemológico que busca impactar la perdurabilidad y trascendencia del aprendizaje que resulte significativo para quien lo recibe, por tanto vemos la necesidad frente a esta problemática evidenciada en preguntarnos ¿Qué enseñar? Y desde que metodología para prevenir estas conductas de riesgo con el fin de motivarlos y engancharlos en nuevos procesos que brindan nuevas alternativas.

El papel del estudiantes en este proceso de enseñanza aprendizaje es visto como el responsable de su propio aprendizaje, es quien aprende e interioriza y le da sentido al acto de descubrimiento desde la actividad mental constructivista, por tanto el estudiante debe tener una actitud cognitiva que lo motive a intervenir activamente en las clases, que propicie el pensamiento crítico.

El docente es visto como el creador de estos ambientes que estimulan el aprendizaje, facilitador que se propone orientar la construcción del estudiantes de forma progresiva de su pensamiento y de sus habilidades cognitivas y razonables, ayudando a tomar conciencia de sus propios procesos y conductas, desde la reflexión y practicas significativas.

Este docente de aprendizaje significativo la enseñanza es parte fundamental de su proyecto de vida, pues es quien conoce el camino para alcanzar conocimientos, por

tanto es quien selecciona los materiales adecuados, quien despierta curiosidad intelectual propiciando los razonamientos críticos en sus estudiantes con el fin de realizar la transformación de su estructura cognitiva.

Por tanto en este modelo pedagógico reconoce el papel activo del estudiante y el papel esencial del mediador, evidenciado desde el propósito del PCP el cual busca generar autoconocimiento y nuevos intereses para prevenir conductas de riesgo a la dependencia de sustancias psicoactivas, desde la formación de un sujeto autónomo, crítico.

Es aquí donde la educación física se relaciona con la salud, el deporte, ya que desde diferentes prácticas corporales pensadas para adquirir habilidades propias, se desarrollaran contenidos de acuerdo a las necesidades evidenciadas en la comunidad educativa, con la finalidad de formar un ser integral capaz de vivir en sociedad alejado del medio del consumo y dependencia de sustancias psicoactivas, aquí el sujeto ejecutará las practicas corporales de manera individual y colectiva.

Se evidencia como este modelo pedagógico fortalece y alude hacia la construcción propia del sujeto, lo que conllevara a interiorizar y reflexionar cualquier conducta realizada en cualquier época de su vida, por tanto la prevención desde la edad escolar es de gran valor implementarla, como docentes tenemos herramientas valiosas que pueden ponerse en marcha para mitigar esta problemática social. Vemos como este modelo propicia un currículo que ayuda a construir significados personales y sociales desde la reflexión, en torno a problemas vitales como seria en este caso la prevención de conductas de riesgo, generando una relación significativa con la vida desde el autoconocimiento y nuevos intereses del sujeto.

Según De Zubira (2006), “los modelos pedagógicos otorgan lineamientos básicos sobre: 1. “formas de organizar los fines educativos 2. Definir, secuenciar y jerarquizar los contenidos 3. Precisan las relaciones entre estudiantes, saberes y docentes 4. Determinan la forma en que se concibe la evaluación”, por tanto lo que se busca desde el modelo pedagógico es clarificar la relación que se tiene entre docente y estudiante en la edad escolar.

Es importante la búsqueda por entender y guiarse desde diferentes modelos de enseñanza aprendizaje que se han venido desarrollando e implementando desde diferentes puntos de vista y componentes básicos como son lo teórico, metodológico y práctico, con la finalidad de no seguir en el mecanicismo de la educación sino más bien cambiar e innovar la enseñanza-aprendizaje , con miras de generar un conocimiento cada día más óptimo, no solo dejarnos llevar de la tecnología y la información, sino innovar hacer investigación en educación, proponer cambios desde nuestro campo de estudio , así no sea tan apoyada por el estado, somos los docentes los que tenemos la tarea de transformar contextos y pensamientos sobre las finalidades de la educación y el conocimiento.

Por tanto siguiendo con la construcción pedagógica y metodológica del presente PCP, este será relacionado con el modelo de enseñanza aprendizaje desde las concepciones de Mosston (1978), quien nos aporta que los estilos de enseñanza “muestran cómo se desarrolla la interacción profesor-estudiantes en el proceso de toma de decisiones y para definir el rol de cada uno en ese proceso” (p.5), además este modelo de enseñanza aprendizaje descubrimiento guiado, se busca que el sujeto genere sus propios intereses desde prácticas propuestas por el docente, las cuales puede ir desarrollando y potencializando en sus tiempos libre , lo que conllevará a fortalecer nuevos comportamientos y conductas deseadas, desde el reconocimiento de capacidades físicas y cognitivas , se busca desde diferentes practicas motrices formar nuevos intereses en cada sujeto, por tanto el estilo de enseñanza aprendizaje a desarrollar es basado desde las concepciones de Mosston, M (1978), sobre el descubrimiento guiado. (p.198)

Consiste en una relación particular entre el profesor y el estudiantes, Se persigue la participación del estudiantes en el proceso dirigido a descubrir y al desarrollo de destrezas propuestas y pensadas en la búsqueda de conocimiento propio y nuevos intereses desde sus gustos para fortalecer ambientes alejados del medio de consumo, aquí se permite mayor participación motriz y cognitiva del estudiantes en el proceso, se plantean diferentes prácticas corporales que conduzcan al estudiantes a descubrir sus gustos y capacidades motrices, el docente siempre está preparado para dar ayudas e instrucciones hacia nuevos descubrimientos desde múltiples prácticas de movimiento.

Este estilo de enseñanza aprendizaje es visto desde fases, inicialmente en la fase de pre impacto donde el profesor toma todas las decisiones para que el estudiantes logre descubrir sus capacidades e intereses, en la fase de impacto abarca todas las decisiones tanto las del docente como las del estudiante, es aquí donde el estudiante decide generar ambientes más sanos desde el hecho de estar alejados del medio de consumo de sustancias psicoactivas. Ya en la fase de pos impacto, visto como los aprendizajes significativos que se han quedado en el estudiantes para prevenir a futuro estas conductas dependientes y autocuidado de su cuerpo.

2.3 Componente Disciplinar

Teniendo en cuenta que se busca la relación entre teoría y práctica desde el área de Educación física, se busca desde esta disciplina el conocimiento propio, formación integral y nuevos intereses en los sujetos, desde movimientos intencionados, se tendrá en cuenta la corporeidad de cada sujeto, se incidirá en todas las dimensiones del ser humano y en el aprovechamiento del tiempo libre que los con lleva a la construcción de mejores conductas, que a futuro los ayudará a evitar consumir y depender de sustancias psicoactivas, vemos que se tienen diferentes concepciones sobre la educación física y sus finalidades pero, Según *National Standards for Physical Education* (2004).

“la Educación Física es un programa de educación secuencial y desarrollo apropiado que proporciona a los estudiantes el conocimiento, destreza, condición física y actitudes necesarias para conducir un estilo de vida saludable” (P. 1).

Por tanto a través de ella se pretende aportar a la formación propia, de nuevos intereses, responsabilidad personal, social , respeto por sí mismo, valorando la educación física desde sus juegos y deportes, para la construcción humana y prevención de conductas de riesgo, vemos como distintas tendencias se han generado con diferentes intencionalidades desde la educación física, en este proyecto se relacionará y se dará gran valor a la tendencia expresión corporal en el currículo desde el área de educación física, con el fin de desarrollar las capacidades del individuo desde el autoconocimiento al utilizar su cuerpo en diferentes practicas corporales.

Varios conceptos se han generado desde el ámbito educativo hacia la expresión corporal, Ortiz (2002) afirma “que en el ámbito de la educación física la expresión corporal debe contribuir al desarrollo integral del individuo potenciando el conocimiento y desarrollo del lenguaje corporal a través del cuerpo y el movimiento”, es decir, expresar, utilizando el cuerpo y movimiento como medios de comunicación, analizando el valor estético y artístico del cuerpo.

La expresión corporal según Romero (2015) Puede definirse como la disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con finalidad expresiva, comunicativa y estética en la que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento como instrumentos básicos. Vemos como la expresión corporal tiene una doble finalidad, por un lado sirve como base de aprendizajes específicos y por otro, tiene un valor en sí misma ya que colabora en el desarrollo del bagaje experimental del niño. Los objetivos generales de la expresión corporal buscan el desarrollo personal, búsqueda del bienestar psico-corporal con uno mismo y el aprendizaje de códigos, significados corporales, manifestación y exteriorización de sentimientos, sensaciones, ideas, conceptos, etc.

Castañer (2000) “el movimiento y el gesto del cuerpo son la materia prima de los contenidos de trabajo de la expresión corporal” (pág. 05) nos da a entender que todas las manifestaciones de movimiento postura y gestos son formas de expresión, ya que la expresión corporal es entendida como un lenguaje de silencio por tanto el presente proyecto en su unidad de trabajo busca la conciencia corporal la cual es entendida como la combinación de dos conceptos como son:

Imagen corporal: condicionada por los caracteres físicos de la persona, implica tener una concepción subjetiva del propio cuerpo.

Esquema corporal: es el tipo de adaptación que se establece entre la estructura ósea y los grados de tensión muscular del organismo, desde la percepción global y segmentaria del propio cuerpo”

La principal finalidad es la conciencia corporal, percepción y conocimiento por parte de los niños y niñas de su propio cuerpo. Se quiere educar en la corporeidad, pero

necesitamos que el alumnado sienta bases, es decir, que se conozca y se perciba a sí mismo como lo que es, como un cuerpo.

Jean Le Boulch (1986 pág. 88) expresa que “el propio cuerpo es el punto de referencia de la percepción; su estabilidad es la base sobre la que se funda la relación con el mundo”. Es decir, que el cuerpo constituye nuestra primera referencia como sujetos y se convertirá en el centro de todas las relaciones que podamos establecer y que puedan involucrarnos con los demás y con el mundo que nos rodea.

Desde el ámbito educativo se busca intervenir y ayudar en ese conocimiento propio y desarrollo personal, lo que se busca, desde esta perspectiva de la expresión corporal, es convertir el espacio de los niños y niñas en un lugar de experimentación y exploración del cuerpo que potencie su capacidad expresiva de forma intencionada y creativa, deben percibir de forma autónoma unas sensaciones internas que les guiarán, de manera individual, hacia un proceso reflexivo de aceptación y conocimiento corporal para poder llegar a la prevención de la dependencia a sustancias psicoactivas.

La evaluación aquí permite identificar las necesidades del grupo de estudiantes con que se trabaja mediante la reflexión del aprendizaje, es útil para orientar el desempeño docente y seleccionar el tipo de actividades de aprendizaje que respondan a las necesidades de los estudiantes. La función de la evaluación está relacionada con la creación de oportunidades para seguir aprendiendo y también implica y analizar los resultados obtenidos de la sesión para hacer ajustes a las prácticas.

Existen distintos tipos de evaluación, pero la relacionada en el presente PCP es la evaluación formativa que consiste en evaluar el progreso y los conocimientos del estudiantes desde preguntas reflexivas, Kemmis plantea su interés en el proceso de enseñanza-aprendizaje establecido en una interacción adecuada entre sus participantes, donde la práctica, da procesos reflexivos que conllevan a la interpretación de los docentes y educandos se busca pues interpretar tanto las falencias como las fortalezas, para un mejor proceso de enseñanza aprendizaje. Se dará valor a la evaluación formativa con la finalidad de hacer conscientes y reflexivos a los estudiantes sobre sus conocimientos y comportamientos, donde el mismo sujeto tendrá la capacidad de evidenciar y fortalecer sus

propias falencias frente a la clase de educación física, potenciando del mismo modo sus nuevos gustos y aprendizajes motrices.

La evaluación formativa se trabajará como intencionalidad para que los estudiantes aprendan y progresen, asegurando el perfeccionamiento y mejora tanto del proceso como de los resultados finales, que es la regulación del aprendizaje, por esta razón para Guerra (1993) conseguir “una evaluación formativa se tiene que sustentar en un proceso de dialogo, comprensión y mejora”. Por ello estos procesos de comprensión son vivenciados desde el propio cuerpo de los sujetos generando nuevos intereses, a través de la identidad de gustos e intereses que pudieran servir para el aprovechamiento del tiempo libre, lo que propiciara mayores probabilidades de que a futuro no buscara salidas a problemas que se puedan presentar, si no que más bien fortalezcan su personalidad, alejándose de núcleos que conllevan a conductas de riesgo como es el depender tanto físico como psicológico de las sustancias psicoactivas, por tanto desde la autoevaluación que también se llevara a cabo el estudiante hará consciencia desde sus comportamiento.

Vemos como la evaluación no es el último elemento del proceso, evaluaremos lo que hagamos durante el proceso de enseñanza-aprendizaje sobre el contenido propuesto, por ello no podemos hablar de evaluación sin hacer referencia a un modelo concreto de promoción, desde la expresión corporal, valoramos más cuestiones cualitativas, estéticas, artísticas o creativas, todas ellas consideradas en otros contenidos del área, por tanto se llevara a cabo una evaluación formativa, atendiendo a los procesos realizados en cada sesión.

Según Blázquez (1990) los procedimientos que se presentan como más adecuados para evaluar en Expresión Corporal serian:

- La observación a través de algunas de sus modalidades (escalas descriptivas, escalas ordinales)
- Las pruebas de ejecución (en lo referente a aspecto técnicos, coreográficas).
- Así como autoevaluación y coevaluación ejercidas por los propios estudiantes.

- Llevado a cabo a través de plantillas de observación en las que se analizarán los conceptos, la elaboración de análisis críticos constructivos de los trabajos propios ajenos.

Criterios de evaluación

No verbal:

-Atiende explicaciones -Participa activamente -Baila de forma desinhibida y espontánea -Muestra expresividad en sus representaciones -Coopera con los compañeros -Representa corporalmente acciones -Tiene dominio técnico, gesticulación y sentido rítmico.-Comunica creativamente

Escrita: Preguntas Reflexivas

-¿Qué vivencia su cuerpo? -¿Qué descubrieron?

La evaluación formativa, tiene como fin contribuir a la mejora del aprendizaje, favorece el seguimiento del desarrollo del aprendizaje de los estudiantes como resultado de la experiencia, por tanto esta evaluación formativa será la herramienta efectiva para implementar la propuesta, es importante para lograr un mejor resultado de aprendizaje y prevención frente a la dependencia de sustancias psicoactivas.

2.4 Tema Complementario

Se darán a conocer los principales conceptos relacionando y conociendo la problemática que se busca prevenir, hasta lo que se busca propiciar desde el propósito y finalidades del presente proyecto, se iniciará desde el concepto de sustancias psicoactivas.

Según el Observatorio de Drogas en Colombia (ODC, 2013):

Las sustancias psicoactivas son sustancias capaces de inhibir el dolor, modificar el estado anímico o alterar las percepciones, pueden ser de origen natural o sintético, cuando se consumen por cualquier vía (oral-nasal-intramuscular-intravenosa), tienen la capacidad de generar un efecto directo sobre el sistema nervioso central, ocasionando cambios específicos a sus funciones; que está compuesto por el cerebro y la médula espinal, de los organismos vivos. Entre las nuevas sustancias psicoactivas (NSP) han sido conocidas en el

mercado por términos tales como “drogas de diseño”, “euforizantes legales”, “hierbas euforizantes”, “sales de baño”, “productos químicos de investigación” y “reactivos de laboratorio, las cuales se definen como "sustancias de abuso, ya sea en forma pura o en preparado, que no son controladas por la convención única de 1961 sobre estupefacientes ni por el convenio sobre sustancias sicotrópicas de 1971, pero que pueden suponer una amenaza para la salud pública" (p. 5).

Drogas son definidas por Kuhn y Wilson (2010).

Como “cualquier sustancia química que ingresa al organismo y cambia el estado mental o una función corporal”. Los efectos de las drogas cambian con el tiempo, a medida que el organismo se adapta a ellas, generando adicción la cual es reconocida como el uso repetitivo y compulsivo de una sustancia a pesar de las consecuencias negativas para el consumidor las cuales persisten por muchas razones; cambios en el cerebro, el deseo de experimentar placer y características personales.

Se analiza que cualquier sujeto puede volverse dependiente, según la diversidad de los cerebros humanos, es probable que algunos sujetos encuentren experiencias más irresistibles que otras lo cual es conocido como dependencia física y psicológica, que es la principal problemática que tenemos hoy día.

Según Luna (2005), dependencia física consiste en la adaptación fisiológica a una sustancia, algunos autores la denominan también neuroadaptación. El consumo permanente de psicoactivos produce modificaciones en el sistema nervioso central, en las neuronas y sinápsis, el organismo se acostumbra a recibir su dosis de psicoactivos, al no serle suministrada, se origina la protesta que es la crisis de abstinencia, el organismo comienza a necesitar y depender de una sustancia (p. 10).

Mientras que la dependencia psicológica es entendida como el impulso al consumo periódico o permanente de una sustancia, con el fin de experimentar un placer o disminuir un dolor. Lo que convierte al consumidor en una especie de minusválido, que no podrá realizar sus actividades normales sin recurrir al consumo (p. 11).

Luna (2005) nos da a conocer las posibles causas que llevan al consumo y dependencia de sustancias psicoactivas como son: “la depresión, dependencia de amigos, aptitud favorable al consumo, problemas de identidad, baja autoestima, carencia de metas, falta de asertividad (no digas sí cuando quieres decir No” (p. 12).

A continuación, se clasifican algunas sustancias psicoactivas las cuales son muy variadas:

Tabla n° 02, Clasificación sustancias psicoactivas

Clasificación	Sustancias
Depresores	El alcohol, los sedantes/hipnóticos y los disolventes volátiles
Estimulantes	La nicotina, la cocaína, las anfetaminas, el éxtasis, cafeína
Opioides	La morfina y la heroína
Alucinógenos	La fenciclidina, la dietilamida del ácido lisérgico y el cannabis

Fuente: relación propia a partir de la clasificación que propone Luna (2005)

Desde el ámbito fisiológico la Organización Mundial de la Salud (2004) afirma que las diferentes sustancias psicoactivas tienen formas de actuar en el cerebro para producir sus efectos. Se unen a diferentes receptores y pueden aumentar o disminuir la actividad de las neuronas a través de varios mecanismos diferentes. En consecuencia, tienen diferentes efectos conductuales, diferentes ritmos de aparición de la tolerancia, diferentes síntomas de abstinencia y diferentes efectos a corto y a largo plazo. No obstante, las sustancias psicoactivas comparten características similares en la forma de alterar regiones cerebrales implicadas en la estimulación, que es una característica trascendente en el desarrollo de la dependencia (p. 12).

Como plantea Cote (2009), “la educación formal es un agente de transformación social capaz de estimular la sociedad a sensibilizarse y elegir actitudes que conduzcan a un efectivo proceso de prevención del abuso de drogas”, lo cual será incentivado mediante prácticas que nos proporcionen autoconocimiento que como nos define el psicólogo Pérez

(2013) autoconocimiento como “la capacidad desarrollable para darse cuenta de aspectos sustanciales de uno mismo, ser consciente de sus emociones, personalidad, motivaciones, valores, necesidades, puntos débiles, fortalezas, es una clave fundamental para el desarrollo personal, la superación y el cambio”.

Por tanto, a través de la expresión corporal, se busca que el sujeto conozca su cuerpo, se perciba, mediante esta educación física que entendemos como disciplina académica pedagógica, la cual fortalecerá la intencionalidad de las practicas corporales que buscan la prevención de conductas dependientes, se pretende de este modo que estas prácticas corporales sean reflexionadas y den sentido y significado al cuerpo de los sujetos para tener conocimiento, cuidado y control sobre sí mismo.

Pick y Vayer (1977,) sugieren que la percepción y control del propio cuerpo es la interiorización de sensaciones relativas a una u otra parte del cuerpo y la sensación de globalidad del mismo y lo clasifican como un elemento implicado en la organización del esquema corporal. Además, inciden en que un trabajo de percepción y control implica dos niveles: por un lado, el de la consciencia y el conocimiento: conocer las partes de su cuerpo, diferenciarlas y sentir su papel, y por otro el del control, que le permite llegar a la independencia de sus movimientos y a la disponibilidad de su cuerpo con vistas a la acción (pag 14).

Teniendo en cuenta estas características desde el área de educación física en la edad escolar, se propiciará en la reflexión propia de cada sujeto, factor importante que llevará a generar autoestima, la cual Serrat (2009) comprende como “el conjunto de creencias que tenemos sobre nosotros, estas creencias se refieren por su puesto a las capacidades, conductas que la persona lleva a cabo, como también la manera en que nos valoramos a nosotros mismos” (p. 127).

Por tanto, el autoconocimiento puede ser posibilitado a través del uso del cuerpo desde diferentes prácticas corporales, lo cual define Gallo (2012) como “simbologías corporales que hacen comunicar algo, son modos de decir, formas de uso del propio cuerpo, se refieren a las disponibilidades y no disposiciones, mediante una práctica corporal del cuerpo o formas de experiencia, porque con el movimiento corporal expresa modos de ser de la

persona” (p. 825). Por tanto, estas prácticas vivenciadas por el sujeto posibilitarán la construcción del ser y de su autoconocimiento a partir de experiencias propias que llevarán a reconocimiento de sus debilidades y fortalezas.

Por otro lado, la formación corporal que brinda la clase de educación física puede ayudar a adquirir nuevos intereses relacionados con el movimiento, desde el reconocimiento de las capacidades del sujeto, no solo referido a capacidades físicas como complementos de dicha educación corporal, sino desde la capacidad de interacción tales como las relacionales, emocionales y axiológicas para lo cual se retoma lo planteado por Serrat (2009, p. 153), en cuanto a lo que implica la educación integral en la clase de educación física:

Capacidades relacionales: “Es el aceptar a cualquiera de sus compañeros de grupo”, por tanto, lo que se busca desde el proyecto es ir generando un núcleo social con los mismos intereses.

Capacidades emocionales: “Referidas a lo intrapersonal (auto motivarse) e interpersonal (emoción de otra persona, comprender y relacionarse positivamente)”.

Visto desde el autocuidado, conocimiento propio y la capacidad de conocer a los otros.

Capacidades axiológicas: relacionándolo con las “conductas coherentes con los valores” el cual será inculcado desde el cuidado del propio cuerpo, respeto por sí mismo y por los demás.

Capacidades físicas: es el “desarrollo físico armónico, son determinadas en primera instancia por el proceso energético que requieren para su realización (atp, glucógeno, fosfato) para un movimiento correcto; estas son la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad”, lo cual desarrolla formidablemente el área de educación física y de gran importancia para el reconocimiento corporal y ejecución de cualquier movimiento.

Con el fortalecimiento de estas capacidades y su relación con la adquisición de gustos motrices, se busca la prevención que, como plantea Martín (2009), es “un conjunto de actuaciones con el objetivo específico de impedir, o retrasar la aparición del problema al que se dirige dicho programa preventivo” (p. 43), en este caso prevenir o retrasar la

aparición de conductas de riesgo a la dependencia, que es lo que puede llevar al consumo de sustancias psicoactivas.

Serrat (2009) define la conducta como las “acciones que llevamos a cabo en nuestra vida, generando actitudes y capacidades en el entorno donde nos hallamos” (p. 67).

Por tanto, Orbegoso (2015) nos define conducta de riesgo como las actuaciones repetidas y fuera de determinados límites, que pueden desviar o comprometer el desarrollo psicosocial normal durante la infancia o la adolescencia, con repercusiones perjudiciales para la vida actual o futura. El adolescente sin experiencia, se compromete en conductas destructivas, sin conocer los riesgos a corto y largo plazo.

Las conductas de riesgo son: uso y abuso de tabaco, alcohol y otras drogas, conducta sexual arriesgada, hábitos dietéticos alterados, sedentarismo, conductas de violencia e inseguridad que conducen a los accidentes y a la delincuencia (pag.4)

Lastimosamente, vemos como la dependencia a sustancias psicoactivas va en incremento, en cuanto se ha disminuido la edad de inicio al consumo, como si los jóvenes de nuestra época fueran más influenciables. Decir no al consumo de sustancias psicoactivas es posible, ya que tenemos intencionalidades educativas pensadas desde el área de educación física, pero es desde el autoconocimiento como aliado indispensable el cual busca llegar a esta finalidad propuesta.

CAPÍTULO 3. DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN

En este capítulo se pretende dar paso a todo el diseño que tendrá este Proyecto Curricular particular, el cual será aplicado desde el área de educación física, desarrollado en el COLEGIO REPUBLICA DOMINICANA I.E.D, en el grado sexto 606, donde se llevaran a cabo el proyecto, poniéndolo a prueba el cual busca propiciar espacios donde el sujeto se conozca a partir de ir descubriendo sus capacidades, debilidades, gustos e intereses que lo lleven a ser más consciente de si y de sus decisiones, desde la vivencia de diferentes prácticas corporales.

En este apartado se llevara a cabo la selección, organización de contenidos y su respectivas relaciones que se evidenciarán a través del macro diseño desde sus temas, metodología, evaluación y las planeaciones de clase, con lo cual se busca propiciar las finalidades del PCP, el cual es pensado desde la edad escolar para generar conocimiento propio frente a la prevención de conductas dependientes.

Para el diseño del plan de enseñanza-aprendizaje se busca integrar la teoría y la practica por eso se relacionan (ver tabla 01) desde la problemática, el contenido principal y la tendencia expresión corporal, propuesta en la ejecución del presente proyecto la cual va enfocada al descubrimiento espontaneo y vivencial del propio cuerpo de los sujeto, es relacionada ya que será la que dará el valor disciplinar propio desde la educación física, por tanto en relación con la principal característica a lograr desde el propósito general del proyecto como es el autoconocimiento en el sujeto a intervenir, se pudo lograr relaciones que serán la base para propiciar la prevención ante las conductas dependientes a sustancias psicoactivas, problemática que actualmente azota nuestra sociedad y aún más el contexto escolar.

Para la formación del diseño curricular fue necesario analizar la relación entre las características de la problemática con los contenidos de la condición física y las características principales del autoconocimiento, con llevando a un conjunto que se denominó tema que es el denominado a propiciar en cada sección de clases, así mismo se referenciara algunas prácticas corporales propuestas por el docente que se llevaran a cabo, para desarrollar la intencionalidad del PCP, el generar nuevos interés y núcleos sociales que

alejen a los sujetos del medio de consumo y dependencia a sustancias psicoactivas, así mismo el reconocimiento de sus gustos y capacidades, para dar un mejor uso al tiempo libre fortaleciendo la prevención de conductas que afectan la salud y ambientes, por tanto es desde esta relación se da lugar a una unidad de trabajo y las 10 temáticas que se desarrollaran en cada sección de clases.

Tabla n° 03. contenidos teoría y práctica

Conductas de Riesgo Dependientes	Características autoconocimiento	Tendencia Expresión Corporal	Actividades	Unidad	Temas
Baja autoestima	Reconocimiento corporal	Desarrollo corporal	Juegos Trabajo en circuitos- funcional Yoga		Vivencia corporal
Problemas de identidad		creatividad			Descubriendo capacidades
Dependencia de amigos	Motivaciones propias	Cualidades expresivas	Baile	Manejo consciente corporal	Motivación en movimiento
	Reconocimiento e intereses desde sus capacidades	Lenguaje corporal, gesto	Dramatización		Asumiendo roles Sentir y expresar
Carencia de metas	Desarrollo personal	Comunicación	mimos		Me muevo y disfruto
					Movimiento espontaneo
					Proyección de vida cuerpo y

					movimiento.
--	--	--	--	--	-------------


Fuente: Relación propia

3.1 Macro diseño

Es planteado como un plan de trabajo que permite conseguir los propósitos propuestos para el PCP, basados desde una fundamentación teórica que guiara la implementación curricular en la práctica. Por tanto desde la tendencia expresión corporal se busca el descubrimiento del propio cuerpo y sus capacidades y espontaneidad corporal, se plantean un propósito y un objetivo específico en la unidad ya que lo que se busca con la implementación es evidenciar el desarrollo de las temáticas y objetivos. (Ver tabla 02).

Por tanto el propósito del PCP visualizado en su estructura del macrodiseño, busca dar cuenta de un hombre que se conozca así mismo, basado desde las características propias de la teoría de desarrollo humano, planteado desde la teoría curricular con enfoque práctico, que permite centrar el proceso de enseñanza-aprendizaje en la práctica desde la reflexión, lo que conlleva a visibilizar los roles del docente y estudiantes, la evaluación es planteada desde la evaluación formativa, que consiste en evaluar el progreso y aprendizajes de los estudiantes de forma reflexiva en cada sesión desde la autoevaluación, su participación y trabajo en grupo, su relación se basa desde el modelo pedagógico, aprendizaje significativo, donde la finalidad es buscar el desarrollo de un ser humano crítico y creativo, capaz de interactuar en la sociedad, desde el autoconocimiento, al igual desde la tendencia expresión corporal como herramienta para conocerse a sí mismo, el estilo de enseñanza aprendizaje será basado desde el aprendizaje guiado donde se dan a conocer nuevas prácticas corporales.

Tabla n° 04. Planeación curricular.

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i></p>		Universidad Pedagógica Nacional Facultad de Educación Física Proyecto curricular particular: Educación física y autoconocimiento como prevención de conductas dependientes a sustancias psicoactivas.	
Nombre Institución: Colegio Republica Dominicana I.E.D			
jornada: Mañana		grupo a cargo	606
Propósito General Proyecto: Implementar una estrategia didáctica que genere autoconocimiento y diferentes formas de expresión para prevenir conductas de riesgo a la dependencia de sustancias psicoactivas.			
Sesiones de Clase	Unidad 1 Manejo Conciente Corporal	Objetivo Especifico Utilizar la expresión corporal y el movimiento, como forma creativa y de comunicación de sensaciones, emociones e ideas.	
1 2 3 4 5 6 7	Temas Generativos	Tema Disciplinar	Evaluación
	Vivencia corporal	Sensaciones, ideas, conceptos	No verbal: -Atiende explicaciones
	Descubriendo capacidades	Desinhibición-sensibilización	-Participa activamente
	Corporeidad respiración y postura.	Capacidad creativa-estética	-Baila de forma desinhibida y espontanea
	Motivación en movimiento	Sentido rítmico	-Muestra expresividad en sus representaciones
	Asumiendo roles	Lenguaje corporal, gesto	-Coopera con los compañeros
	Sentir y expresar	Conocimiento de las posibilidades expresivas del cuerpo	-Representa corporalmente acciones
Me muevo y disfruto	Reconocimiento de las cualidades-	Escrita: -¿Qué vivencia su cuerpo?	

		calidades del movimiento.	-¿Qué descubrieron? Metodología
8	Movimiento espontaneo	Dominio técnico y gesticulación	Aprendizaje guiado
9	Proyección de vida cuerpo y movimiento.	Capacidad expresivo-comunicativa	

Fuente: relación propia

3.2 Micro diseño

Los Docentes siempre necesitamos llevar acabo la planificación de las clases como una forma de guiar la enseñanza y aprendizaje de los sus sujetos, por tanto, se debe definir los propósitos de aprendizaje que desean alcanzar, planificando cada momento de la clase y como se van a lograr los aprendizajes para generar un cambio y llegar al propósito del proyecto, es decir, a través de qué actividades, recursos se van a alcanzar las metas, y cómo se van a observar los avances y logros de en cada sujeto desde la evaluación.

Este formato de planeación de clase permite anticipar lo previsto desde que recursos, y materiales de apoyo que se necesitan. Todo esto es llevado acabo con tiempo antes de la ejecución de la clase para poder organizar la planificación que permite conocer el orden y tiempo en que se van a realizar las diferentes actividades de enseñanza.

Por tanto a continuación se presenta la (tabla 03) en la cual se muestra el croquis de la planeación planteada para todas las sesiones, donde se desarrollan las unidades y los temas y pertinentes para cada sección de clase y la forma de evaluar el proceso.

Tabla n° 05. Planeación de clase.

PLANEACIÓN DIARIA ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA				
Grupo		Fecha		Intensidad Horaria
Clase No.	Actividad			
	TEMA GENERAL: 1.Reunión, saludo: 2.Tema de la clase: 3.Objetivo clase: 4.Calentamiento: 5.Estiramiento: 6.Parte central: 7.Vuelta a la calma: 8.evaluación y reflexión 9.Cierre y tema próxima clase: 10.Material (Recursos): 11.Referentes Bibliográficos: 12.En caso de lluvia: (Plan B):			
Evaluación				
Recursos				


Fuente: relación propia.

3.3 Cronograma de las prácticas

Para el desarrollo del PCP se plantea un cronograma, el cual contiene las unidades temáticas que se llevaran a cabo y los temas con los que se pretende cumplir los propósitos del proyecto que son las principales características de proyecto como es desde la tendencia de la educación física como es la expresión corporal y desde el autoconocimiento como tema complementario, se evidencia la institución educativa donde se llevara a cabo la implementación, la hora programada para las sesiones de clase, fecha y numero de sesiones, se estructura para llevar acabo la implementación y realización de actividades, con lo cual busca propiciar el proceso de enseñanza-aprendizaje óptimo para formar en la prevención de sustancias psicoactivas. (Ver tabla 05).

Por tanto se establece este cronograma con la finalidad de guiar y agendar las prácticas para saber qué hacer y que se hizo en cada fecha y sesiones de clases.

Tabla n° 06.cronograma de las prácticas.

 UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i>		Universidad pedagógica nacional Facultad de educación física Cronograma de las prácticas Docente: Jadith Mairena Vega	
Colegio Republica dominicana I.E.D			
jornada: mañana		hora programada: 10:30 a.m. a 12:30 a.m.	grupo a cargo: sexto 6
unidad 01	sesión	fecha	tema
	01	08 septiembre del 2016	Vivencia corporal
	02	22septiembre de 2016	Descubriendo capacidades
	03	28 septiembre de 2016	Corporeidad respiración y postura.
	04	06 Octubre de 2016	Motivación en movimiento
	05	12 octubre de 2016	Asumiendo roles
	06	20 octubre de 2016	Sentir y expresar.
	07	26 de octubre de 2016	Me muevo y disfruto
	08	03 Noviembre de 2016	Movimiento espontaneo

	09	09 noviembre de 2016	Proyección de vida cuerpo y movimiento
--	----	----------------------	--


Fuente: relación propia

3.4 Formato Evaluación Docente

Desde el desarrollo del PCP se diseña un formato de evaluación docente (ver tabla 4) que tiene como propósito comprender y evaluar la función del docente, desde su conocimientos y puesta en práctica, cómo es el hacer ; el cual recoge información de los estudiantes y de los docentes encargados en la ejecución de la práctica con la intención de cualificar la labor docente y el mejoramiento continuo, con miras a la mejoría académica.

Por tanto este instrumento de evaluación nos permitirá conocer la percepción con respecto al quehacer del docente practicante, el formato cuenta con un encabezado con datos como nombre de la universidad, nombre del proyecto, nombre del colegio donde se desarrollan las prácticas y el propósito que se busca con la ejecución del PCP, también se encuentran 8 preguntas que deben ser diligenciada por parte del docente encargado, con el fin de dar cuenta de la información relacionada en el PCP.

Tabla n° 07. Evaluación Docente

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i></p>		Universidad pedagógica Nacional Formato de evaluación docente PCP: Educación física y autoconocimiento como prevención de conductas dependientes a sustancias psicoactivas. Docente: Jadith Mairena Vega	
Institución: colegio República dominicana I.E.D			
jornada: mañana		grupo a cargo:	sexto 6
Propósito PCP: Desde diferentes prácticas corporales se generará autoconocimiento y nuevos intereses para prevenir conductas de riesgo a la dependencia de sustancias psicoactivas.			
Se debe diligenciar las 8 preguntas, marcando con una X en las casillas de siempre, algunas veces y nunca según su respuesta.			
Nombre Docente Evaluador: Hernando Ortiz Marín		Siempre	Algunas Nunca

		Veces	
1	Es puntual y ordenado en el desarrollo de la clase.	X	
2	Se evidencia planeación y organización.	X	
3	Utiliza estrategias metodológicas que motivan la participación.	X	
4	Contribuye a la formación integral del estudiante.	X	
5	Trata con respeto a sus estudiantes y docente	X	
6	Es creativo y evidencia conocimiento en el área.	X	
7	Demuestra compromiso en el desarrollo de la sesión.	X	
8	Tiene en cuenta las sugerencias para cambios.	X	
9. Observaciones Generales:			


Fuente: Elaboración propia.

La evaluación de mi desempeño como docente fue revisada y guiada por el docente encargado en educación física, el cual no aporta ninguna observación al trabajo realizado en este curso, al igual fue revisado por la orientadora encargada de bachillerato quien mostro gran interés por que este proyecto se llevará acabo en el espacio de educación física.

3.5 Formato Evaluación Programa

Este formato tiene como finalidad evidenciar efectividad e impacto del PCP si se está cumpliendo el propósito, para poder evidenciar la importancia y trascendencia del mismo dentro de la sociedad ver (Tabla 05), para esto se recoge información suministrada por otros docentes garantes del proceso, la intención de este formato es evaluar el programa para el mejoramiento continuo, este instrumento de evaluación permitirá conocer la percepciones de los demás con respecto al programa.

Tabla n° 08. Evaluación programa

 <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL <i>Educadora de educadores</i></p>		Universidad pedagógica nacional Formato evaluación programa pcp: educación física y autoconocimiento como prevención de conductas dependientes a sustancias psicoactivas. Docente: Jadith Mairena Vega		
Institución: Colegio República Dominicana I.E.D				
Nombre Docente evaluador: Hernando Ortiz Marín				
jornada: mañana		grupo a cargo:		sexto 6
Propósito PCP: Desde diferentes prácticas corporales se generará autoconocimiento y nuevos intereses para prevenir conductas de riesgo a la dependencia de sustancias psicoactivas.				
Marque con una X su respuestas en las casillas según corresponda: siempre, algunas veces y nunca.				
Características		Siempre	Algunas Veces	Nunca
Diseño y relación de contenidos	La planeación fue coherente con la realización de la clase.	X		
	Se evidencia coherencia entre el plan de clases, contenidos, metodología y criterios de evaluación.	X		
	El PCP puede aplicarse en cualquier contexto	X		
	La ejecución del proyecto cumple con las necesidades de la población.	X		
	La práctica evidencia el compromiso humano que busca el proyecto.	X		
Observaciones Generales				

Fuente: Elaboración propia

Sobre el formato de evaluación del programa, se entrega al docente evaluador el macro diseño y respectivas planeaciones de clases para saber sus aportes y sugerencias sobre las sesiones desarrolladas, el cual da muy buenas respuestas frente al proyecto, sin observaciones al diseño que se viene implementando en las clases.

CAPÍTULO 4. EJECUCIÓN PILOTO

El Proyecto es implementado en la educación formal desde el área de educación física, con los estudiantes de la institución Distrital República Dominicana del grado sexto 6, a continuación se llevara a cabo la caracterización de la institución.

Nombre Institución: Colegio República Dominicana I.E.D

Dirección: cll 131 A 125 43- Localidad 11 suba Bogotá D.C, jornada mañana y tarde de carácter mixto, calendario A.

Rectora: María Isabel Zambrano

Nombre del PEI: La formación integral del individuo, propicia el mejoramiento educativo y su calidad de vida.

Misión Institucional: Somos una institución educativa distrital, mixta en los niveles de preescolar, básica y media académica con inclusión de población sorda, formadora de ciudadanos con pensamiento crítico, investigativo, autónomo y creativo dentro de un marco axiológico que favorezca su calidad de vida y l construcción de una sociedad más humana.

Visión Institucional: En el año 2019 el Colegio Republica Dominicana será reconocido a nivel local y distrital por ser una institución educativa distrital con alto nivel humano, académico técnico y administrativo, capaz de participar crítica y activamente en las trasformaciones sociales y culturales que requiere su entorno.

Luego de conocer la contextualización de la institución continuamos con la puesta en escena de las decisiones que se han tomado para el desarrollo y ejecución, por medio de las siguientes sesiones de clase, se partió desde una evaluación diagnostica escrita.

Tabla 09. Planeación de clase n°01.

PLANEACIÓN DIARIA ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA					
Grado	606	Fecha	08 septiembre del 2016	Intensidad Horaria	2 horas
Clase No.	Actividad				
1	<p>Propósito: Presentación en la Institución Educativa, Evaluación Diagnostica.</p> <p>Tema : Vivencia corporal</p> <p>Reunión, saludo: desarrollo de encuesta, tratos a realizar durante las clases.</p> <p>Desarrollo de encuesta (30 minutos)</p> <p>Calentamiento: Juego de la Bacteria: uno tendrá que ir cogiendo a las demás. Los que sean cogidos, deberán pagarla, cogerse de la mano y seguir pillando a los demás, hasta que sólo quede uno que será el vencedor.</p> <p>Estiramiento: Flexibilidad, (5 minutos)</p> <p>Parte central: -Cada uno dice su nombre y apellidos, a la vez dos calificativos positivos que le definan.</p> <p>Desplazamiento con la canción alpin alpon a la hija del conde simón a la lata al latero a la hija del chocolatero</p> <p>Captura la bandera (40 minutos)</p> <p>Vuelta a la calma: estiramientos específicos (5 minutos)</p> <p>evaluación y reflexión.(5 min)</p> <p>Cierre y tema próxima clase: funcional</p> <p>Material (Recursos):</p> <p>En caso de lluvia: (Plan B): Por grupos se les asignan nombre de cuentos infantiles y los estudiantes deben asumir el rol de algún personaje del cuento</p>				

	Juego del espejo: imitar al compañero
Evaluación	Encuesta escrita
Recursos	Salón de clase de Educación física, canchas del colegio. Estudiantes y docente

Fuente: propia.

Se inicia la práctica a las 10:30 los estudiantes se mostraron motivados frente a la sesión se llevó acabo la encuesta, y se llegaron acuerdos.

Se pudo evidenciar dentro del grupo como en su gran mayoría ya conocen distintas sustancias psicoactivas dicen que por que son vistas en su contexto o porque algunos de sus padres fuman y toman o porque dentro del colegio se evidencia a diario esta problemática, en dialogo con una estudiante también afirma que su hermana de 17 años está inmersa en esta problemática ya que en estos momentos se encuentra en un caño después de ser desplazada del Bronx, sin querer salir de esta situación.

Se les pregunta qué expectativas tienen con la clase de educación física a la cual contestan que buscan diversión y buena actitud y que no se tan militarizada en el sentido de perder por no cumplir una meta que impone el profesor, ya que para ellos la clase de educación física no es tan esencial porque solo es correr y hacer tareas sobre los test que se les realiza.

Se observa comportamientos grotescos entre compañeros en su trato que se llaman por apodos y malas palabras y se burlan por su aspecto físico, pero en si se evidencia compromiso por las actividades propuestas, en el caso del docente sería importante planear más actividades para que los chicos no se dispersen, al final de las sesiones se proponer generar reflexión sobre las experiencias vividas y la importancia de la educación física para su vida.

La encuesta realizada se encuentra a continuación con su respectivo análisis.

Colegio república dominicana i.e.d

Encuesta

Universidad Pedagógica Nacional

Proyecto: Educación Física y Autoconocimiento como Prevención de Conductas Dependientes a Sustancias Psicoactivas

Docente Practicante: Jadith Mairena Vega

Edad _____ Sexo f () m ()

Contesta las siguientes preguntas con la mayor sinceridad posible.

1. Que sustancias psicoactivas conoce?

Cigarrillo () alcohol () marihuana () el éxtasis () ninguna () otro? _____

2. ¿Cuál cree que es el motivo más común que lleva a una persona a consumir drogas?

Dependencia de amigos () baja autoestima () carencia de metas ()

Todas las anteriores ()

Otra ¿Cuál? _____

3. Crees que estas sustancias afectan la salud integral del ser humano

Si () NO ()

Por qué? _____

4. De qué manera evitaría el consumo de sustancias psicoactivas para su vida.

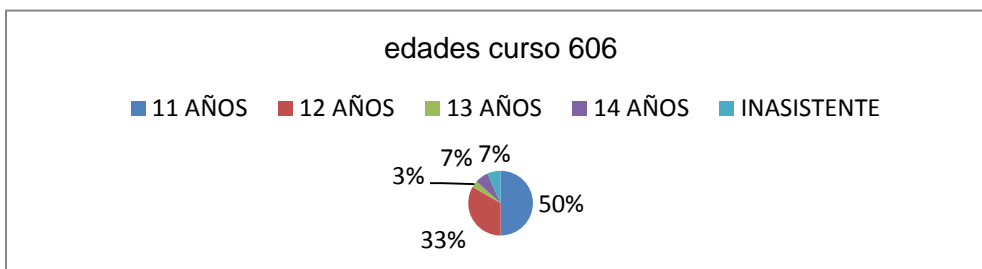
5. Crees que la educación física contribuye en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas.

Si () No () por qué? _____

6. al respaldo dibuje la figura de su imagen corporal, nombrando algunas fortalezas y debilidades.

Análisis de la Encuesta

Edades				
11 años	12 años	13 años	14 años	inasistentes
15	10	1	2	2

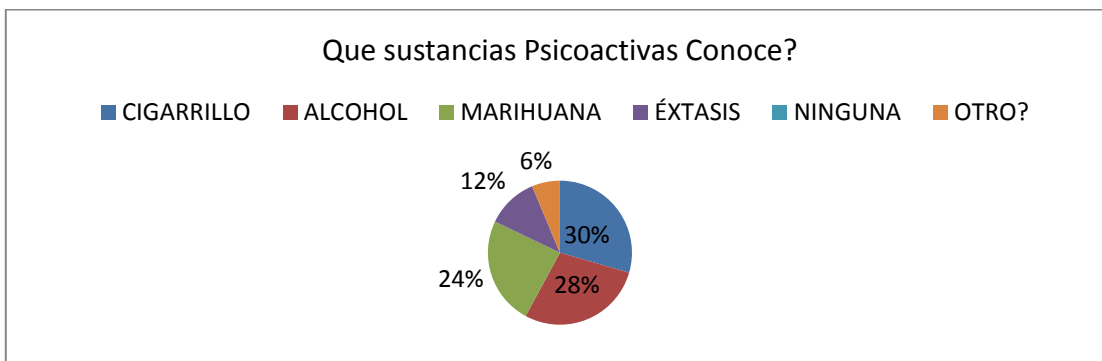


La edad promedio para cursar sexto es de 11 años por lo cual en este curso encontramos que la mitad de los estudiantes son de estas edades, se puede evidenciar la otra mitad se encuentran como repitentes pues son 10 estudiantes de 12 años 1 de 13 años y 2 estudiantes de 14 años.

En este espacio se encuentran 28 estudiantes de los cuales se encuentran 16 niñas y 12 niños.

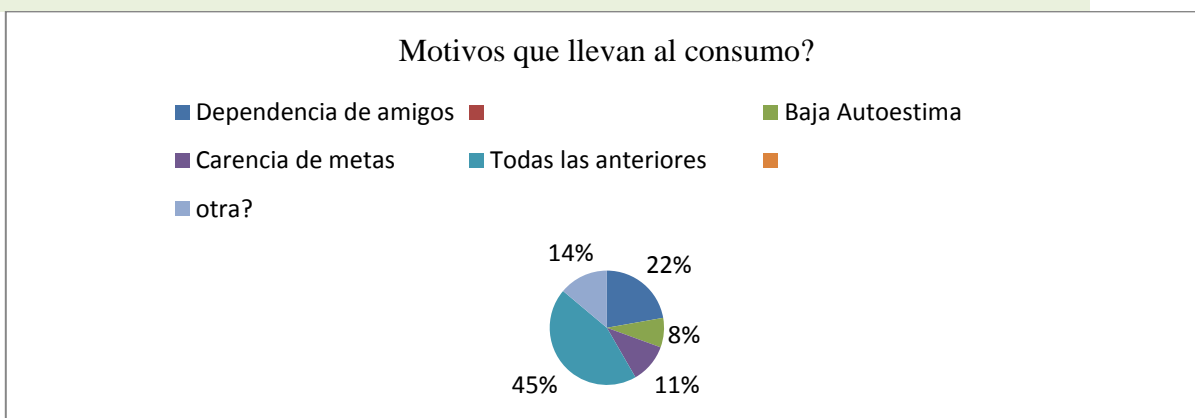
b. genero estudiantes 606		
femenino	masculino	inasistentes
16	12	2

Que sustancias psicoactivas conoce?					
cigarrillo	alcohol	marihuana	éxtasis	ninguna	Otro?
28	27	23	11		6



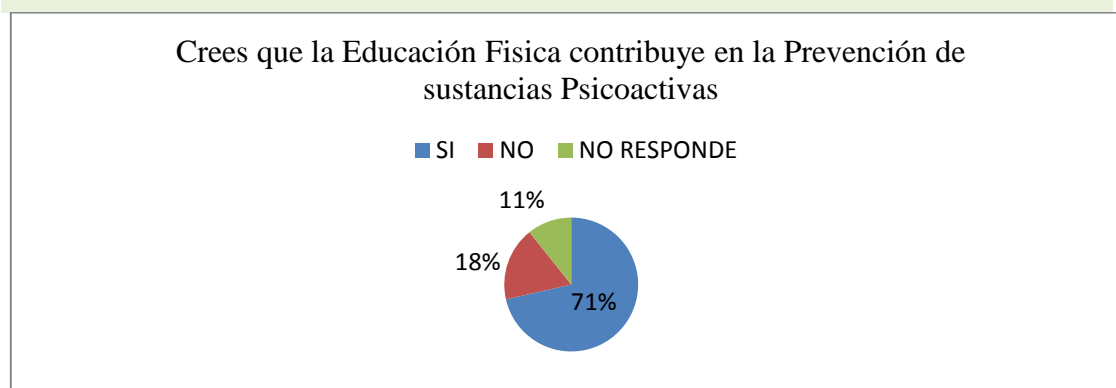
Es alarmante como los estudiantes de sexto conocen ampliamente diferentes sustancias psicoactivas afirman que en su contexto las utilizan ya sea sus amigos o familiares, o por lo general conocen quienes son los que consumen y expendes estas sustancias ya que cada vez más frecuentan las instituciones educativas como vemos hay diversidad hasta de sabores y colores para volverlos dependientes, el consumo hoy día está de moda y es muy lucrativo para quien las trafica, por tanto hay que estar muy alerta ante esta problemática ya que las drogas son muy conocidas por los niños.

¿Cuál cree que es el motivo más común que lleva a una persona a consumir drogas?				
Dependencia de amigos	Baja Autoestima	Carencia de metas	Todas las anteriores	Otra?
8	3	4	16	5



Se toman características propuestas por el autor Luna sobre las causas que llevan al consumo y dependencia de sustancias psicoactivas, por tanto por medio de esta pregunta se busca que analicen por que deciden probar estas sustancias que llevan al degenero de los jóvenes autodestrucción física y mental lo cual puede iniciar por la presión de sus amigos por tanto es el llamado a estar pendiente de las amistades y gustos de los jóvenes desde sus hogares.

Crees que la Educación Física contribuye en la Prevención del Consumo de Sustancias Psicoactivas?		
SI	NO	NO RESPONDE
20	5	3



En dialogo con los estudiantes para algunos de ellos la educación física no es tan esencial y lo podemos evidenciar ya que el 18 % de ellos opinan que esta área no contribuye en la prevención a esta problemática planteada, es por esto que se busca generar adherencia a la clase de educación física, el generar gusto y hábitos de vida para que los sujetos vean el sentido a las actividades y las capacidades de su cuerpo.

CAPÍTULO 5. ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

Al presentarme en la institución educativa los administrativos mostraron gran interés por mi temática a desarrollar, llegando a la conclusión de que me dejarían un curso “problema” el cual ha tenido varios inconvenientes de disciplina, la mayoría de estudiantes son repitentes, me correspondió el grado 606 con el cual inicialmente se aplicó una encuesta con el fin de conocer las edades, género y conocimiento que tienen los estudiantes frente a las sustancias psicoactivas, se lleva a cabo juegos de concentración y relación entre compañeros, pero es notable como el grupo es indiferente por las relaciones con sus otros compañeros por lo general los niños son muy apartados de las niñas, no les gusta ni tomarse por la mano, se presentan inconvenientes de comunicación no son prestos a escuchar ni respetar la palabra del otro, se tratan por apodosos y con groserías.

Al estar presentes en este medio, se observa como la educación física desde sus contenidos, aporta y potencializa el autoconocimiento, la comunicación desde la expresión corporal como medio disciplinar de esta área, buscando a sí mismo la razón de ser y las ganas de estar en este mundo, tratando con respeto y cuidado su propio cuerpo y el de los demás.

Desde el principio de las puestas en escena este PCP se desarrollaron los temas a tratar para prevenir esta problemática como es la dependencia a sustancias psicoactivas, al inicio de cada sesión se llevaba a cabo lecturas reflexivas como; por qué hacer actividad física, el prevenir el consumo de drogas, los estudiantes se veían sorprendidos de las diferentes actividades ya que ellos comentaban que para ellos la educación física era correr y hacer test cumpliendo una metas o si no perdían la materia, por ello se llevaron a cabo actividades como juegos de calentamientos que no conocían los cuales disfrutaban y aprendían, se enfocó en buscar los intereses y propósitos del proyecto buscando también su participación, se ve la necesidad de seguir impulsando estas actividades que tengan sentido y finalidad en el cambio del comportamiento de estos estudiantes, como sabemos son muy pocas sesiones para llevar acabo la ejecución piloto, por tanto se perderá el sentido si no se sigue impartiendo e inculcando la búsqueda del cambio , pues es imposible generar un cambio de vida en tan poco tiempo, se debe educar en hábitos de vida donde los jóvenes encuentren

salidas y gustos propios por diferentes prácticas que muy seguramente los alejaran de amistades y contextos que los conlleven al consumo y dependencia de sustancias psicoactivas que es lo que se busca prevenir desde edades tempranas.

El impacto en este contexto durante las prácticas del PCP se pudo establecer la necesidad de la educación física para la vida en estos estudiantes, ya que se ve la necesidad de implementar más actividades en que los estudiantes se relacionen y solucionen conflictos para que tengan una mejor relación entre ellos, en cuanto a las finalidades del proyecto en estas pocas intervenciones se logró hacer reflexión en las practicas realizadas sobre las capacidades de cada individuo, pudieron evidenciar falencias y fortalezas que tiene en su cuerpo ya que las diferentes practicas lo podían demostrar cómo fue desde la clase de yoga, algunos estudiantes se daban cuenta de su falta de flexibilidad, fuerza, resistencia, en la clase de rumba muchos tuvieron pena de bailar frente al grupo o como otros demostraron su gusto y ritmo por el mismo.

Como dije anteriormente este grupo en la institución es reconocido como el peor sexto, por tanto como los tildan como un curso pésimo, ellos actúan sin importancia ni relevancia frente a sus actos, creo que estas afirmaciones alejan a los estudiantes de los intereses y motivaciones que los lleva asistir a al colegio, hay que buscar soluciones a estos problemas pero no es con regaños ni castigos vemos como diferentes actividades guiadas por el docente pueden llevar a la resolución de estas problemáticas que se presentan.

Según la encuesta realizada los estudiantes conocen ampliamente sobre el consumo y características de las drogas ya sea porque en su contexto las utilizan en su casa o por que en algún momento las han probado, por tanto esta problemática cada día está más latente en nuestra sociedad y cada vez desde edades más tempranas, es por eso que la tarea como docentes es el tratar de prevenir esta terrible problemática que envuelve con más fuerza a nuestros jóvenes.

Por tanto desde la metodología utilizada esta fue pensada y relacionada para que estos aprendizajes sean perdurables y significativos para la vida de los estudiantes lo cual generará autonomía y control propio para la toma de decisiones frente a ella, se planearon

diferentes actividades a las que venían trabajando con su profesor titular, con el fin de brindar nuevas alternativas a los estudiantes con sentido y significado para su vida.

La población en general manifestó la aceptación de estas actividades, además, se puede evidenciar gusto y deseo de seguir practicando algunas de las actividades propuestas, se notó el aumento en el conocimiento en sí mismo, autoestima, además de mejorar las habilidades para trabajar en equipo y de sus capacidades físicas en general.

5.1 Recomendaciones

La intensidad horaria semanal debe ser un aspecto por mejorar, con solo dos horas a la semana no se evidencian los cambios buscados en toda la población

Que la educación física en las instituciones tenga más enfoque frente a la prevención de conductas dependientes a sustancias psicoactivas desde el autoconocimiento.

Que la educación física sea un medio de disfrute y para todos, no asistir y participar por una nota si no un aprendizaje para la vida cotidiana.

Es importante la vinculación de los estudiantes en actividades extracurriculares, para el aprovechamiento de su tiempo libre.

REFERENTES BIBLIOGRAFICOS

Aguilar, L, Carreño, J, Espinosa, O, Galeano, A, (2011) Preciado, G, Rediseño Curricular Por Ciclos, Propuesta Metodológica Basada en la Experiencia de la Localidad de Usme, Editorial Magisterio, Bogotá.

Camacho, H,(2003) Modelos Pedagógicos en Educación Física, Tomado del libro; pedagogía y Didáctica de la educación física, editorial, Kinesis, Bogotá Colombia.

Canda, F, Diccionario pedagogía y psicología, Editorial cultural, España, pag100.

Cañal, M, (2003) Adicciones cómo prevenirlas en niños y jóvenes, editorial Norma, Bogotá.

Calafat , A, Galicia ,N,(2006) Que me Dices de la vida sin drogas, editorial Nova Galicia, España, septiembre,pag,10,52

Cerda, H, (2003) La nueva Evaluación Educativa, Desempeños, logros, competencias y estándares, Editorial Magisterio, Bogotá.

Chinchilla, V, Gómez, L, Sánchez, H,(2000) Ministerio de Educación Nacional, Lineamientos Curriculares Educación Física Recreación y Deportes, Bogotá , Editorial Magisterio, pag, 53.

Constitución Política de Colombia 1991

Corrales, A, (2009) la Instrucción Directa o Reproducción de Modelos como, Metodología de Enseñanza en el área de Educación Física, Revista digital de Educación Física, Emásf, ISSN: 1989-8304 Depósito Legal: J 864-2009.

Cynthia, Scott, Wilkie,(2002) cómo hablar con tus hijos de las drogas y el alcohol, Barcelona España, Ediciones paidos,.

Dantas, O,(1991) Educar para Prevenir el Abuso de las Drogas, Proyecto de Investigación Acción Vivir Juntos el Desafío de la Droga, Río de Janeiro Brasil, Universidad de Santa Úrsula.

Diccionario, Pedagogía y Psicología, España, Editorial Grupo Cultural, pág., 77, 78

Donoso, P,(1992) Diseño Curricular Problematizador, Una opción para la elaboración del currículo en Derechos Humanos desde la pedagogía crítica, Santiago de Chile.

Galan, j,(2009) Proyecto de Ley 02 de la senado de la república.

Galimberti ,U,(2002) Diccionario de Psicología , Editorial Siglo veintiuno, Buenos Aires Argentina.

Gallo, L,(2012) las prácticas corporales en la educación corporal, grupo de investigación, estudios en educación corporal Medellín, Antioquia, Colombia.

Guerrero, L, León, A,(2009) estilo de vida y salud, Universidad de Los Andes Facultad de Humanidades Escuela de Educación Mérida, Venezuela, pág. 15.

Kemmis, S, (1988) El curriculum, más allá de las teorías de la reproducción. Madrid España, Ediciones Morata, p.30.

Kuhn, Swartzwelder, Wilson,(2010) Trabarse, Editorial, printed in Colombia.

Ley 115 de Febrero 8 de 1994, por la cual se expide la Ley General de Educación.

Luna, J.(2005) “, Logoterapia y Drogadicción”, ¿Cómo ayudar a una persona adicta?, pág., 12, 13, 50, 51.

Manual e convivencia, Colegio Bravo Paéz I.E.D, Bogotá, 2001.

Martin, V, (2009) las Drogas entre nosotros, una mirada desde la educación social, mediciones Aljibe, Archidona Malaga.

Ministerio de Educación Nacional, Ley 115 de 1994, Ley General de Educación, 1994, 2004.

Moving into the future,National standards for physical Education, 2nd Edition Naspe (2004), Association Drive, Reston ,Va 20191-1599.

Perez,I,(2000) Habilidades Sociales, Educar hacia la Autoregulacion, Editorial Aurich,Barcelona.

Orbegoso, I,(2015) conductas de riesgo convencionales, editorial cedro.

Profesorado de las XI jornadas sobre actividad física adaptada (1996), XI jornadas sobre actividad física adaptada, Utilización del Ejercicio Físico como terapia en drogodependientes, Málaga España, instituto anda luz del deporte, 1994. ISBN-84-88718-68-3.

Rodríguez, T, (1999) El entrenamiento deportivo, capacidades físicas, aula alegre magisterio, Bogotá Colombia.

Saler, O, Carr, J, (2007) Ciencias de la conducta y Cuidado de la salud, manual moderno, pag, 113,313.

Serrat.A, (2009) PNL para docentes, mejora tu conocimiento y tus relaciones, editorial Grao, Barcelona España.

Seybold, A, Principios pedagógico de la educación física. Buenos Aires, Editorial Kapeluz.

Valencia, H, (2003) Diccionario Espasa los Derechos Humanos, Madrid, pág. 103.

WEBGRAFÍA

Caracol Radio, la Drogadicción en lo jóvenes un Problema latente (2005) Recuperado de: <http://www.caracol.com.co/opinion/bloggers/blogs/en-familia/la-drogadiccion-en-los-jovenesun-problema-latente/20090302/blog/771098.aspx>

Universidad el Bosque, psicología (2016) Recuperado de: http://m.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen11_numero1/articulo_2.pdf

Estudio de consumo de sustancias psicoactivas en Colombia (2014) Recuperado de: https://www.unodc.org/documents/colombia/2014/Julio/Estudio_de_Consumo_UNODC.pdf

Psicología Científica / Conducta, Comportamiento (2016) Recuperado de: <http://www.psicologiacientifica.com/conductacomportamiento/#sthash.kfV8RLVw.dpuf>

Consumo de Drogas (2015) Recuperado de: <http://www.odc.gov.co/CONSUMO-DE-DROGAS/Sustancias-psicoactivas>

ELAD Empresa Líder de alcohol y drogas (2015) Recuperado de: <http://www.elad.com.co/efectos-y-consecuencias-drogas.html>

Diario el Espectador, Bogotá (2015) Recuperado de:
<http://www.elespectador.com/noticias/bogota/ano-han-sido-reportados-cerca-de-1700-casos-consumo-de-articulo-579183>

Diccionario Psicología/ Autoconocimiento (2013) Recuperado de:
<http://maspsicologiaporfavor.blogspot.com.co/2013/02/1-autoconocimiento.html>

Diario las dos orillas (2016) Recuperado de: <http://www.las2orillas.co/investigacion-el-consumo-de-drogas-en-los-colegios-de-bogota/>